



Newsletter Seniorenbüro Dezember 2025



Wintertrost

Welche Wandlung über Nacht hat den Wald beschlichen,
Braun noch gestern, sieht erwacht er sein Haar verblichen.
Eis mit langen Zapfen hängt rings von allen Ästen,
Weiss der Silberbart sich mengt´ mit des Laubes Resten.
Wohl, Natur in solchem Bild mahnt sie an das Alter,
Wäre nicht der Winter mild auch ein Welterhalter.
Lasse dort die Eiche, grau, näher dich belehren:
Rieselt erst des Frühlings Tau, wird das Grün ihr kehren.

Martin Greif

Seniorenbüro Bad Vilbel
Am Sonnenplatz 1 61118 Bad Vilbel
www.bad-vilbel.de
Tel.: 06101-602316



„Malerei ist eine stumme Poesie und die Poesie ist eine blinde Malerei.“



Leonardo da Vinci

Weihnachtszeit

Und zögst du tausend Meilen weit
In alle Welt hinaus,
Und kommt die liebe Weihnachtszeit,
Du wollt'st, du wärest zu Haus!
Die Nachtigall, so süß sie singt,
Weckt Sehnsucht nicht so sehr,
Als wenn das Weihnachtsglöckchen klingt,
Von deiner Heimat her.
Da fällt dir mit dem Tannenbaum
Und mit dem Lichterschein,
Der ganze schöne, goldne Traum
Von deiner Kindheit ein.
Es wird dir so erinnerungsmild,
Die Tränen kommen schier,
Und manches liebe Menschenbild
Tritt vor die Seele dir.
Und mancher, der dir teuer war,
Und Gutes dir erzeugt,
der schläft nun auch schon manches Jahr -
Die Erde sei ihm leicht!
Und wem du in der Heimat bist
In Liebe zugetan,
Dem stecktest du zum heil'gen Christ
gern auch ein Lämpchen an.
Und bist geschieden du im Groll,
Heut' tut dir's doppelt leid.
Und denkst nach Haus wohl wehmutsvoll,
das macht die Weihnachtszeit!
Denn bitter ist die Fremde nicht
Als in der Weihnachtslust,
Wo du, ein unbekannt Gesicht,
Bei Seite treten musst.
Dum zögst du tausend Meilen weit
In alle Welt hinaus,
Und kommt die liebe Weihnachtszeit
du wollt'st du wärest zu Haus!
Die Nachtigall, so süß sie singt,
Weckt Sehnsucht nicht so sehr
Als wenn das Weihnachtsglöckchen klingt
Von deiner Heimat her.

Friedrich Stolze

Weihnachtslied

Die Winde brausen und tosen
über Heide und See;
im Garten die Christrosen
blühen heimlich unter dem Schnee;
heimlich, wie in den Bäumen
es leise treibt und drängt;
heimlich wie süßes Träumen,
das dämmernd den Sinn umfängt,
wenn aus der Luft, der klaren,
Weihnachtsgeläute schwebt,
als hätten vor vielen Jahren
schon einmal wir gelebt, -
als hätte unsre Lippe
schon damals das alte Lied
gesungen, als vor der Krippe
wir weinend niedergekniet; -
als hätten wir selber gesehen
des Sternes leuchtendes Licht
über der Hütte stehen, -
und Mariens reines Gesicht, -
und die Strahlen, welche flirrten
um des Kindes blondlockiges Haar, -
und die Könige und die Hirten -
und der Engel jauchzende Schar.

Marx Möller

Wintergedanken

Wie Erde träumt. Des Winters kalte Lasten
Sie liegen schwer auf dem Gezweig der Tannen;
Des Baches Lauf will eisiger Rauhreif bannen;
In Flur und Hain des Lebens Pulse rasten.
Und doch schaut Hoffnungsgrün aus Tannenmasten,
Als wollt' es flüsternd deine Seele fragen:
Hast du, o Mensch, wie ich das Leid getragen,
Wenn wild des Schicksals Stürme dich umrasten?
Hat Hoffnung dir gesagt in dunkeln Stunden,
Es werd die Zeit, die allbarmherz'ge heilen
Mit mildem Hauch des Herzens herbste Wunden?
Grüß mir die Hoffnung! Ihre Strahlen spenden
Den Glauben mir im raschen Zeiteneilen,
Es müsse alles sich zum Guten wenden.

Johannes Brassel

Weihnachten ist ein Fest voller vertrauter Rituale

– doch hinter vielen unserer heutigen Bräuche verbergen sich erstaunliche, manchmal skurrile Geschichten. Ein besonders kurioses Beispiel findet sich in Japan: Dort gehört es für Millionen Menschen zur festen Weihnachtstradition, an Heiligabend ein Menü von KFC zu essen. Was für uns ungewöhnlich wirkt, entstand in den 1970er-Jahren durch eine geschickte Werbekampagne. „Kentucky for Christmas“ wurde so populär, dass die Filialen heute aus allen Nähten platzen und Familien ihr Festessen Wochen, manchmal sogar Monate im Voraus reservieren.

Auch der Weihnachtsmann, wie wir ihn kennen, ist keineswegs selbstverständlich. Bevor Coca-Cola ihn 1931 zu einer dauerhaften Werbefigur machte, erschien er in europäischen Darstellungen oft in Grün, Blau oder Braun, manchmal sogar recht düster. Erst die Rot-Weiß-Version aus der Werbung setzte sich weltweit durch – so sehr, dass viele Menschen glauben, sie sei uralt.

Wirklich märchenhaft ist die isländische Weihnachtsskatze „Jólaökkötturinn“. Dieser gigantische, mystische Kater soll an Weihnachten jene bestrafen, die es nicht geschafft haben, rechtzeitig neue Kleidung zu bekommen. Der Gedanke dahinter war früher durchaus ernst gemeint: Er sollte Bauern und Kinder dazu motivieren, bis zum Fest fleißig zu arbeiten. Heute ist die Geschichte mehr ein schaurig-schöner Teil isländischer Folklore.

Viele moderne Bräuche sind jünger, als man annimmt. Nehmen wir die Karotten für die Rentiere: Während Kinder früher in weiten Teilen Europas Heu oder Getreide in ihre Schuhe legten, um das Pferd des Nikolaus zu füttern, entwickelte sich der Karottenbrauch erst im Laufe des 20.

Jahrhunderts – vor allem durch amerikanische und britische Weihnachtstraditionen die sich in Filmen und Kinderbüchern verbreiteten. In Norwegen hingegen gibt es eine Tradition, die noch aus dem Mittelalter stammt: Dort verstecken manche Familien an Heiligabend ihre Besen, weil man früher glaubte, Hexen und böse Geister würden in dieser Nacht auf Besen ausfliegen. Die alten Vorstellungen sind heute zwar nur noch kulturelle Relikte, aber der Brauch lebt weiter.

Auch in der Welt der Weihnachtsfilme stößt man auf Überraschungen. So wird „Stirb Langsam“ (Die Hard) von vielen Fans als inoffizieller Weihnachtsklassiker gefeiert – ein Actionfilm voller Explosionen, dessen Handlung aber tatsächlich an Heiligabend spielt. Obwohl er nie als Weihnachtsfilm gedacht war, gehört er für viele genauso fest zum Fest wie Lichterketten und Zimtsterne.

Der Weihnachtsbaum selbst blickt ebenfalls auf eine ungewöhnliche Geschichte zurück. Lange bevor es Plastikbäume gab, wurden um das Jahr 1900 in Deutschland die ersten künstlichen Weihnachtsbäume hergestellt – aus grün gefärbten Gänsefedern, die auf Draht gewickelt wurden. Diese frühen Modelle sollten helfen, die Abholzung der Tannenwälder zu verringern. Und während wir heute elektrische Lichterketten benutzen, erhellten früher echte Kerzen die Zimmer. Die Menschen stellten Eimer mit Wasser oder Sand bereit, weil die Brandgefahr enorm war. Dass in diesen Zeiten nicht mehr passiert ist, grenzt fast an ein kleines Weihnachtswunder.

Sogar die berühmten „drei Könige“, die in Krippenspielen und Liedern so selbstverständlich sind, stammen nicht genau aus der Bibel. Dort ist lediglich von „Weisen aus dem Morgenland“ die Rede – ohne Namen, ohne genaue Anzahl. Erst später schloss man aus den drei Geschenken, dass es wohl drei Personen gewesen sein müssten. Auch die Idee der Heiligen Drei Könige ist also ein Produkt späterer Traditionen.

So zeigt sich: Hinter Lichterglanz und Lebkuchenduft verbergen sich Geschichten, die mal heiter, mal bizarr, manchmal sogar ein wenig gruselig sind – und die das Weihnachtsfest noch viel faszinierender machen.



Selbsthilfekontaktstelle Bürgeraktive Bad
Vilbel e.V.

Marktplatz 2

61118 Bad Vilbel

Tel. 06101-1384

info@buergeraktive-bad-vilbel.de

www.buergeraktive-bad-vilbel.de



Gemütliches Beisammensein an Heilig Abend

Gemeinsam mit der Escudo-Bar organisieren die Bürgeraktive und die Nachbarschaftshilfe an Heilig Abend einen Treffpunkt für Alleinstehende

Heiligabend, der 24. Dezember, ist der Vorabend des Weihnachtsfestes und wird häufig als Höhepunkt der Weihnachtszeit gefeiert. Familien kommen zusammen, um gemeinsam zu essen, Geschenke auszutauschen und den Weihnachtsbaum zu schmücken. Damit am 24. Dezember niemand allein sein muss, haben sich nun zum 3. Mal die Bürgeraktive, die Nachbarschaftshilfe und die Escudo Cantina Y Bar zusammengeschlossen und bieten ein weihnachtliches Beisammensein an Heilig Abend an.

Sie laden gemeinsam am Mittwoch, den 24. Dezember, von 16.30 bis 19.30 Uhr zu schönen Stunden im festlichen Rahmen ein. Gastgeber sind Markus Heydt und sein Team vom Restaurant Escudo Cantina Y Bar, Gerlinde Dickert von der Nachbarschaftshilfe Bad Vilbel und Maxi Drahotta von der Bürgeraktive Bad Vilbel.

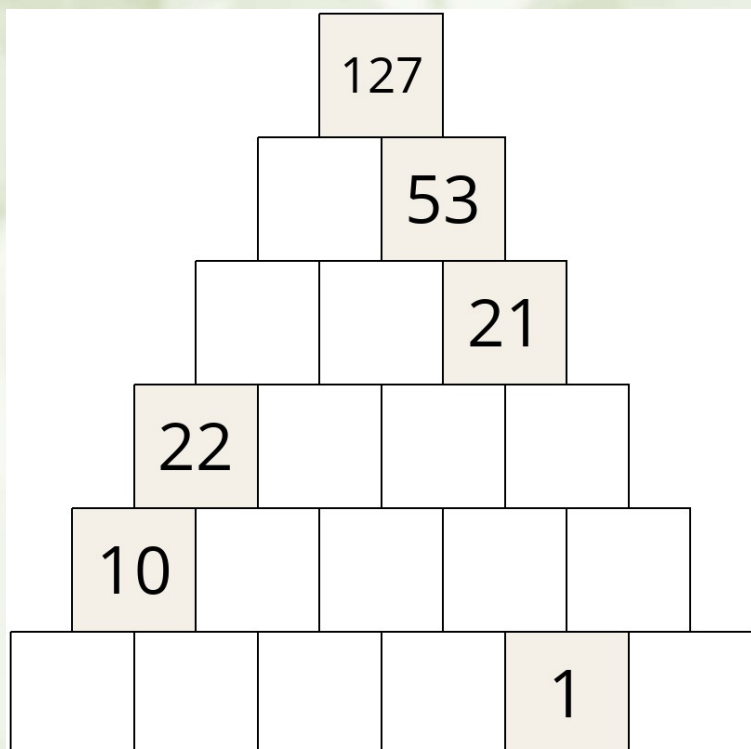
Bis zu 45 Alleinstehende sind herzlich eingeladen, kostenfrei gemeinsam Zeit zu verbringen. Markus Heydt wird mit seinem Team in der Küche stehen und das Drei-Gänge-Menü zubereiten, das von seinen Lieferanten gesponsert wird. Doch das Weihnachtsessen ist nur ein Teil des Festes. Im Mittelpunkt stehen genauso die Gespräche und das Feiern miteinander. Zum Programm gehören Gedichte und Geschichten, Singen und Tanzen. Für die passende Musik ist Martin Döbler, besser bekannt als »Martin, der Geiger«, angefragt.

Weitere Informationen und die Möglichkeit zur Anmeldung gibt es bei Eva Raboldt von der Selbsthilfekontaktstelle Bad Vilbel, telefonisch unter 06101 1384 oder per E-Mail unter info@buergeraktive-bad-vilbel.de



Knobeln und rätseln

Aufgabe 1: Zahlenpyramide



Die Aufgabe bei der Zahlenpyramide besteht darin, die freien Felder so mit Zahlen zu belegen, dass die jeweilige Summe zweier nebeneinander stehender Zahlen immer die mittig darüber stehende Zahl ergibt.

Aufgabe 2: Wortfindung

3. Buchstabe ist ein N

5. Buchstabe ist ein W

6. Buchstabe ist ein F

Finden Sie Wörter bei denen der vorgegebene Buchstabe an der vorgegebenen Zahl steht. z.B. fünfter Buchstabe soll ein „C“ sein = Sprichwort



Teekesselchen - Welches Wort wird gesucht?

Nahrung für Tiere

**Material im
Inneren eines
Kleidungsstücks**



Das gesuchte Wort lautet:



Neues aus der Stadtbibliothek

Die Stadtbibliothek Bad Vilbel – ein Ort auch für „Menschen im besten Alter“

Weihnachten – ein Fest packt aus *Ein etwas anderes Weihnachtsbuch*

Das Weihnachtsfest selbst ergreift das Wort – charmant, witzig und voller unerwarteter Fakten. Mit Augenzwinkern erzählt es aus seiner bewegten Geschichte und räumt mit manchem Missverständnis auf. Ein ideenreiches Buch zum Schmunzeln und gemeinsamen Vorlesen in der Adventszeit.



Diesen Titel finden Sie im OG bei den Sachbüchern unter
Sachbuch/Religion/Christentum



Öffnungszeiten:

Mo:	geschlossen, Di-Fr: 10:00 - 19:00 Uhr,
Sa:	10:00 – 16:00 Uhr
So:	geschlossen

Die heilige Nacht



Als ich fünf Jahre alt war, hatte ich einen großen Kummer. Ich weiß kaum, ob ich seither einen schwereren erlitten habe.

Es war damals, als meine Großmutter starb. Tag für Tag hatte sie bis dahin in ihrem Zimmer auf dem Ecksofa gesessen und Märchen erzählt.

Ich kann es mir gar nicht anders vorstellen, als dass Großmutter dasaß und vom Morgen bis zum Abend erzählte und erzählte, während wir Kinder ganz still neben ihr saßen und lauschten. Es war ein herrliches Leben. Und es gab keine Kinder, die es so schön hatten wie wir. Sonst weiß ich nicht mehr viel von meiner Großmutter. Ich entsinne mich nur, dass sie schönes, schlohweißes Haar hatte, dass sie mit tiefgebeugtem Rücken einherging, und dass sie immer dasaß und an einem Strumpf strickte.

Auch entsinne ich mich, dass sie immer, wenn sie ein Märchen erzählt hatte, ihre Hand auf meinen Kopf legte und dabei sagte: »Und all dies ist so wahr, wie ich Dich sehe und wie Du mich siehst.«

Dabei fällt mir auch noch ein, dass sie Lieder singen konnte. Das tat sie jedoch nicht alle Tage. Eine dieser Volksweisen handelte von einem Ritter und einem Meerweib, und der Kehrreim lautete: »Es stürmt der Wind so eisig kalt auf Meereswellen hin.«

Und dann erinnere ich mich auch noch eines kleinen Gebetes, das sie mich lehrte, und ein Psalmenvers kommt mir in den Sinn. An all die schönen Märchen, die sie mir erzählte, habe ich nur eine schwache, verworrene Erinnerung. Nur einer einzigen Geschichte entsinne ich mich so gut, dass ich sie nacherzählen könnte. Es ist eine kleine Geschichte von Jesu Geburt.

Seht, das ist nun fast alles, was ich noch von meiner Großmutter weiß, ausgenommen das eine, dessen ich mich am besten entsinne, und das war die schmerzliche Sehnsucht, die ich empfand, als sie von uns gegangen war. Ich erinnere mich noch jenes Morgens, an dem das Ecksofa plötzlich leer dastand, und wie unbegreiflich es uns erschien, dass die Stunden jenes Tages ein Ende nehmen könnten. Dessen entsinne ich mich. Das werde ich *niemals* vergessen.

Und ich erinnere mich, dass wir Kinder hereingeführt wurden, um die Hand der Toten zu küssen. Wir fürchteten uns davor, aber da sagte uns jemand, es sei das letzte Mal, dass wir Großmutter für alle Freude danken könnten, die sie uns gespendet hatte.

Und ich erinnere mich, wie Märchen und Lieder, in einem langen, schwarzen Sarge verpackt, vom Gutshof wegführen und niemals zurückkehrten.

Ich erinnere mich, dass uns damals etwas aus dem Leben unwiederbringlich entchwunden war. Es war, als hätte sich die Pforte einer ganzen herrlichen Zauberwelt geschlossen, in der wir zuvor frei ein- und ausgehen konnten. Und nun war niemand mehr, der sich darauf verstand, diese Pforte zu öffnen.

Ich erinnere mich, dass wir Kinder ganz allmählich lernten, mit Puppen und Spielzeug zu spielen und wie andere Kinder zu leben – und das mochte wohl so aussehen, als entbehrten wir Großmutter gar nicht mehr, oder als erinnerten wir uns ihrer nicht.

Aber noch heutigen Tages, nach vierzig Jahren, wie ich nun dasitze und diese Legenden über Christus sammle, die ich im fernen Morgenlande vernommen habe, ersteht in meinem Inneren die kleine Geschichte von Jesu Geburt, die meine Großmutter zu erzählen pflegte. Und ich verspüre Lust, sie noch einmal zu erzählen und in meine Legendensammlung aufzunehmen.



Es war ein Weihnachtstag, an dem alle, außer Großmutter und mir, zur Kirche gefahren waren. Ich glaube, dass wir im ganzen Hause allein waren. Wir hatten nicht mitfahren können, weil die eine zu jung und die andere zu alt war. Und wir waren beide ganz traurig darüber, dass wir nicht zur Frühmette fahren und die Weihnachtskerzen nicht sehen konnten. Als wir aber so in unserer Einsamkeit dasaßen, begann Großmutter zu erzählen:

»Es war einmal ein Mann, der in die dunkle Nacht hinausging, um sich etwas Feuersglut zu holen. Er ging von Hütte zu Hütte und klopfte an jede Tür, ›Helft mir, Ihr lieben Leute!‹ sagte er. ›Mein Weib ist eben eines Kindleins genesen, und ich muss Feuer anzünden, um sie und das Kindlein zu erwärmen.‹

Aber es war tiefe Nacht, so dass alle Menschen fest schliefen. Niemand antwortete ihm.

Der Mann ging immer weiter. Schließlich gewährte er in weiter Ferne einen hellen Feuerschein. Er wanderte in dieser Richtung fort und sah, dass das Feuer im Freien brannte. Eine Menge weißer Schafe lagerte schlafend ringsumher, und ein alter Hirt saß daneben und bewachte die Herde.

Als der Mann, der das Feuer holen wollte, die Schafe erreicht hatte, sah er, dass drei große Hunde schlafend zu des Hirten Füßen lagen. Bei seinem Kommen erwachten sie alle drei und sperrten ihre weiten Rachen auf, als ob sie bellen wollten, man vernahm jedoch keinen Laut. Der Mann sah, dass sich die Haare auf ihrem Rücken sträubten, er sah, dass ihre spitzen Zähne im Feuerschein weißleuchtend aufblitzten, und er sah auch, dass sie auf ihn zustürzten. Er fühlte, dass einer ihn ins Bein biss, der zweite nach seiner Hand schnappte und der dritte ihm an die Kehle sprang. Aber die Kinnladen und die Zähne, mit denen die Hunde ihn beißen wollten, gehorchten nicht, und der Mann erlitt nicht den geringsten Schaden.

Nun wollte er vorwärts gehen, um zu holen, was er brauchte. Aber die Schafe lagen Rücken an Rücken so dicht gedrängt, dass er nicht vorwärts kam. Und der Mann schritt über die Rücken der Tiere zum Feuer hin. Aber keines erwachte oder bewegte sich.«

Bis dahin hatte Großmutter ungestört erzählen können, länger jedoch vermochte ich nicht an mich zu halten, ohne sie zu unterbrechen. »Weshalb taten sie es nicht, Großmutter?« fragte ich. »Das wirst Du bald erfahren,« sagte Großmutter und erzählte weiter.

»Als der Mann schon beim Feuer angelangt war, blickte der Hirt auf. Er war ein alter, heftiger Mann, unfreundlich und hart gegen alle Menschen. Als er nun einen Fremden nahen sah, griff er nach einem langen, spitzen Stabe, den er in der Hand zu halten pflegte, wenn er seine Herde weiden ließ, und schleuderte ihn nach dem Manne. Der Stab flog sausend gerade auf ihn zu, aber ehe er ihn treffen konnte, wich er zur Seite und flog an ihm vorbei ins Feld hinaus.«

Als Großmutter so weit gekommen war, unterbrach ich sie nochmals. »Großmutter, warum wollte der Stecken den Mann nicht treffen?« Aber Großmutter kümmerte sich um meine Frage gar nicht, sondern fuhr in ihrer Erzählung fort.

»Nun kam der Mann auf den Hirten zu und sprach zu ihm: ›Lieber, hilf mir und lass mich etwas von Deiner Feuersglut nehmen! Mein Weib ist eben eines Kindleins genesen, und ich muss Feuer anzünden, um sie und das Kindlein zu erwärmen.‹

Der Hirt hätte es ihm am liebsten abgeschlagen, aber er dachte daran, dass seine Hunde diesem Manne keinen Schaden hatten zufügen können, dass die Schafe nicht vor ihm davongelaufen waren, und dass sein Stab ihn nicht hatte hinstrecken wollen. Da wurde ihm etwas bänglich zumute, und er wagte nicht, ihm die Bitte abzuschlagen. ›Nimm so viel Du brauchst!‹ sagte er zu dem Manne.



Das Feuer war jedoch fast gänzlich niedergebrannt. Weder Holzscheite noch Zweige waren vorhanden, nur ein großer Gluthaufen lag da, und der Fremde hatte weder Schaufel noch Eimer, um darin die rotglühenden Kohlen heimzutragen.

Als der Hirt dies sah, sprach er abermals: »Nimm so viel Du brauchst!« Und er freute sich, dass der Mann nicht imstande sein würde, die Glut mitzunehmen.

Aber der Mann beugte sich nieder, las mit bloßen Händen die glühenden Kohlen aus der Asche und wickelte sie in seinen Mantel. Und die Kohlen versengten ihm weder Hände noch Mantel, und der Mann trug sie davon, als wären es Äpfel und Nüsse.«

Aber hier unterbrach ich die Märchenerzählerin zum dritten Mal. »Großmutter, warum wollten die Kohlen den Mann nicht verbrennen?«

»Das wirst Du noch erfahren,« sagte Großmutter und erzählte weiter.

»Als jener Hirt, der ein so böser und heftiger Mensch war, all dies sah, fragte er sich selber verwundert: »Was kann das für eine Nacht sein, da die Hunde nicht beißen, die Schafe sich nicht fürchten, der Speer nicht tötet und das Feuer nicht versengt?« Er rief den Fremden zurück und sprach zu ihm: »Was ist das für eine Nacht? Und wie kommt es, dass alle Dinge Dir Barmherzigkeit zeigen?«

Da sprach der Mann: »Das kann ich Dir nicht sagen, wenn Du es nicht selber erkennst.« Und wollte seines Weges gehen, um bald ein Feuer anzuzünden und sein Weib und Kind erwärmen zu können.

Der Hirt aber dachte, er wolle den Mann nicht ganz aus dem Gesicht verlieren, ehe er erführe, was all dies zu bedeuten habe. Er stand auf und ging ihm nach, bis er dorthin kam, wo der Fremde hauste.

Da sah der Hirt, dass der Mann nicht einmal eine Hütte besaß, um darin zu wohnen, sondern sein Weib und Kind lagen in einer Felsenhöhle, die nur nackte, kalte Steinwände hatte. Und der Hirt dachte, dass das arme unschuldige Kind vielleicht in dieser Höhle erfrieren und sterben würde, und obwohl er ein hartherziger Mann war, rührte ihn dieses Elend, und er sann nach, wie er dem Kinde helfen könnte. Er löste seinen Ranzen von der Schulter und nahm daraus ein weiches, weißes Schaffell, gab es dem fremden Manne und sagte, er solle das Kindlein darauf betten.

Aber sobald er gezeigt hatte, dass auch er barmherzig sein konnte, wurden ihm die Augen geöffnet, und er sah, was er zuvor nicht wahrgenommen hatte, und hörte, was zuvor seinen Ohren verschlossen war:

Er sah, dass er inmitten einer dichten Schar kleiner, silberbeschwingter Engel stand, die einen Kreis um ihn bildeten. Und jedes Englein hielt ein Saitenspiel, und alle sangen mit jubelnder Stimme, dass in dieser Nacht der Heiland geboren sei, der die ganze Welt von ihren Sünden erlösen würde.

Da verstand er, weshalb sogar alle leblosen Dinge in dieser Nacht so froh waren, dass sie niemandem etwas zuleide tun mochten.

Und nicht nur rings um den Hirten waren Engel, überall gewährte er sie. Sie saßen in der Felsenhöhle, und sie saßen draußen auf den Bergen, auch unter dem Himmel flogen sie hin und her. Sie kamen in großen Scharen auf den Wegen dahergewandelt, und wenn sie vorbeischritten, blieben sie stehen und warfen einen Blick auf das Kindlein in der Höhle.

Jubel und Freude, Sang und Spiel waren allüberall, und der Hirt sah es in der dunkeln Nacht, in der er sonst nichts hatte wahrnehmen können. Voll Freude, dass seine Augen geöffnet waren, sank er auf die Knie und lobete Gott.«

Und als Großmutter so weit gekommen war, seufzte sie und sprach: »Aber was der Hirt sah, das könnten wir auch sehen, denn die Engel fliegen in jeder Weihnachtsnacht unter dem Himmel einher, wenn wir sie nur zu erkennen vermögen.«

Und dann legte Großmutter ihre Hand auf meinen Scheitel und sprach: »Dessen sollst Du eingedenk sein, denn es ist so wahr, wie ich Dich sehe und Du mich siehst. Nicht auf Kerzen und Lampen kommt es an, noch auf Sonne und Mond, sondern was nottut, ist einzig und allein, dass wir die rechten Augen haben, Gottes Herrlichkeit zu sehen.«

Selma Lagerlöf



Selma Lagerlöf (20.11.1858 – 16.03.1940) gilt als eine der bedeutendsten Schriftstellerinnen Schwedens und als eine Frau, die für ihre Zeit außergewöhnlich viel erreichte. 1909 schrieb sie Geschichte, als sie als erste Frau überhaupt den Nobelpreis für Literatur erhielt. Fünf Jahre später wurde sie erneut zur Wegbereiterin, denn sie wurde als erstes weibliches Mitglied in die Schwedische Akademie aufgenommen, eine Institution, die bis dahin Männern vorbehalten gewesen war. Lagerlöf hatte ursprünglich als Lehrerin gearbeitet, doch sie gab ihre sichere Stelle auf, um sich ganz dem Schreiben zu widmen. Besondere Bekanntheit erlangte sie durch ihr Werk „Die wunderbare Reise des kleinen Nils Holgersson mit den Wildgänsen“

Ursprünglich sollte es Kindern die Geografie Schwedens näherbringen, doch Lagerlöf verwandelte das Projekt in eine poetische, fantasievolle Erzählung, die weltweit Leserinnen und Leser begeisterte. Ihre Geschichten waren stark geprägt von ihrer Kindheit im schwedischen Värmland. Neben ihrem literarischen Wirken engagierte sich Lagerlöf intensiv für soziale Belange. Sie setzte sich für Demokratie, Frieden und Frauenrechte ein und unterstützte während des Ersten Weltkriegs humanitäre Hilfsaktionen. Auch im persönlichen Leben wich sie von den gesellschaftlichen Erwartungen ihrer Zeit ab. Lagerlöf führte nie eine traditionelle Ehe, sondern pflegte enge, lebenslange Bindungen zu mehreren Frauen, besonders zu Sophie Elkan und Valborg Olander. Viele Historikerinnen sehen diese Beziehungen heute als romantisch oder partnerschaftlich, auch wenn sie zu Lebzeiten diskret gehalten wurden.

Ihre Werke zeichnen sich durch eine besondere Mischung aus Magie, Legendenstoffen, Naturverbundenheit und sozialem Bewusstsein aus. Romane wie „Gösta Berling“, „Jerusalem“ und natürlich „Nils Holgersson“ verbinden Volkserzählungen mit einem feinen Sinn für menschliche Schwächen und Stärken. Später wurde Lagerlöf auch zu einer nationalen Symbolfigur: Sie war die erste Frau, die auf einer schwedischen Banknote abgebildet wurde, und ihr Geburtshaus Mårbacka ist heute ein Museum, das Menschen aus aller Welt besuchen. Selma Lagerlöf war damit weit mehr als eine Schriftstellerin – sie war eine Pionierin, eine Humanistin und eine faszinierende Persönlichkeit, die bis heute die gesamte Weltliteratur geprägt hat.

Die kalte Jahreszeit hat ihren ganz eigenen Zauber – frische Winterluft, leuchtende Kerzen und gemütliche Nachmittage bei einer Tasse Tee. Doch gerade für ältere Menschen kann der Winter auch eine kleine Herausforderung sein: Kälte, Dunkelheit und trockene Heizungsluft setzen Körper und Stimmung manchmal zu. Mit ein paar einfachen Tipps lässt sich die kalte Jahreszeit jedoch gut genießen.

❄️ In Bewegung bleiben

Auch wenn es draußen ungemütlich ist – Bewegung tut gut und stärkt das Immunsystem. Ein kurzer Spaziergang an der frischen Luft, Gymnastikübungen in der Wohnung oder leichtes Dehnen am Morgen bringen den Kreislauf in Schwung. Wichtig: warme Kleidung, rutschfeste Schuhe und eventuell eine Begleitung bei Glätte.

❄️ Ausgewogen essen und trinken

Suppen, Eintöpfe und Ofengerichte wärmen von innen und liefern wichtige Vitamine. Besonders gut sind Wintergemüse wie Wirsing, Grünkohl, Karotten oder Kürbis. Auch im Winter ist Trinken wichtig: am besten Kräutertee oder warmes Wasser mit Zitrone.

❄️ Licht und gute Laune tanken

Die kurzen Tage können auf die Stimmung schlagen. Öffnen Sie tagsüber die Vorhänge weit, verbringen Sie Zeit im Tageslicht – und gönnen Sie sich schöne Momente: Musik hören, mit Freunden telefonieren oder gemütlich ein Buch lesen. Wer mag, kann auch mit einer Tageslichtlampe gegen den „Winterblues“ anleuchten.

❄️ Wärme und Sicherheit

Achten Sie darauf, dass Wohnung und Füße warm bleiben, aber nicht überhitzt werden. Eine Wärmflasche oder ein warmes Fußbad wirken Wunder. Und bitte: bei Schnee und Eis lieber auf Sicherheit achten – im Zweifel Hilfe annehmen, wenn Besorgungen oder Wege schwierig sind.

❄️ Kontakte pflegen

Gerade im Winter tut Gesellschaft besonders gut. Ein Telefonat, ein Besuch bei Nachbarn oder gemeinsame Spiele sorgen für Freude und stärken das Wohlbefinden. Lachen ist schließlich die beste Medizin!

♥️ **Tipp:** Schreiben Sie sich kleine „Wohlfühlziele“ auf – z. B. jeden Tag ein paar Schritte gehen, ein gesundes Rezept ausprobieren oder einen alten Freund anrufen. Kleine Dinge mit großer Wirkung!

Winterlust

Wohin man schaut, nur Schnee und Eis,
Der Himmel grau, die Erde weiß;
Hei, wie der Wind so lustig pfeift,
Hei, wie er in die Backen kneift,
Doch meint er's mit den Leuten gut,
Erfrischt und stärkt, macht frohen Mut.
Ihr Stubenhocker, schämet euch,
Kommt nur heraus, tut es uns gleich.
Bei Wind und Schnee auf glatter Bahn,
Da hebt erst recht der Jubel an!

Robert Reinick (1805-1852)

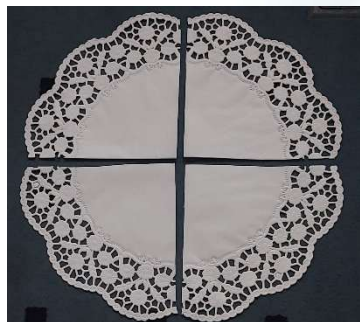
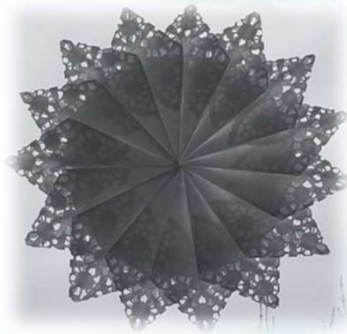




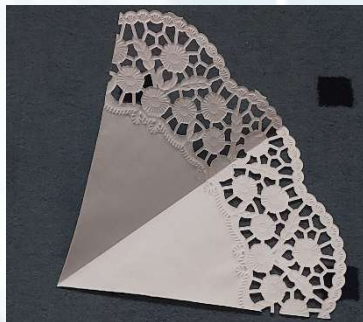
Tortenspitzensterne

Material:

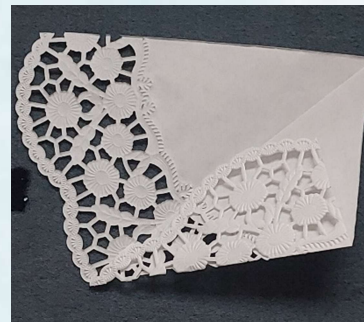
- Tortenspitzen (Papier-Doilies)
- Schere
- Klebestift



Die Tortenspitzen glatt auf den Tisch und akkurat vierteln.



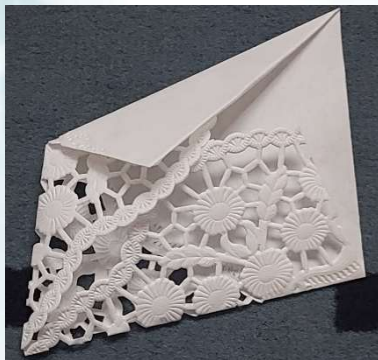
Jedes Viertel in der Mitte falten



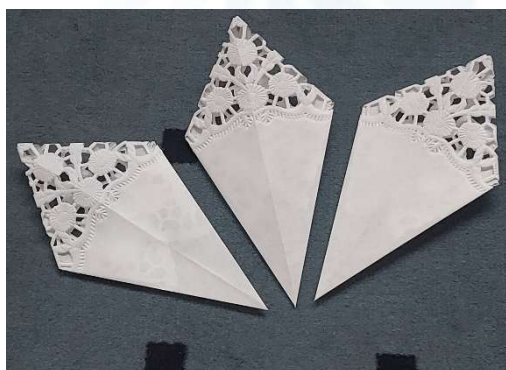
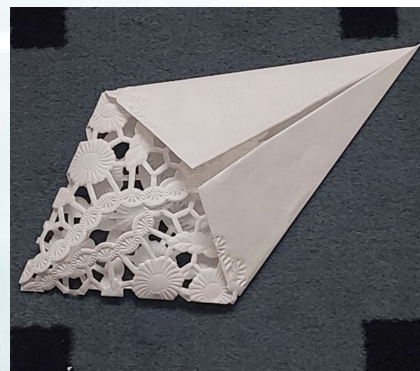
Die obere Rundkante zur Mittellinie falten.



Mit der anderen Seite genauso verfahren



Anschließend die beiden seitlichen oberen Kanten zur Mittellinie falten, sodass eine schmale, spitze Form entsteht. Wiederhole diesen Schritt, bis du 16 Zacken hast.



Lege die fertigen Zacken im Kreis aneinander. Klebe sie überlappend zusammen, sodass Mittellinie einer Zacke auf die Kante der nächsten Zacke trifft. Drücke jede Klebestelle gut fest.



Betriebsbesichtigung bei Hassia am 4. Dezember 2025

„Nach der gut besuchten Veranstaltung im Juli wollen wir am 4. Dezember 2025 um 14:00 Uhr wieder an einer Betriebsbesichtigung der Hassia teilnehmen, die ca. 90 Minuten dauern wird. Während des Rundgangs lernen wir sowohl die Historie des Familienunternehmens als auch alle Abfüllanlagen in der Produktion kennen“ so die stellvertretende Seniorenbeiratsvorsitzende Beate Giebel. Während der Führung besteht keine Sitzmöglichkeit und sie ist nicht für Rollatoren geeignet (Treppen).



Besucher in der Abfüllanlage, (c) Hassia Mineralquellen GmbH & Co. KG

Anschließend kann noch – wer möchte – mit ins Restaurant Alte Mühle kommen. Die Anreise per Bus bis zur Haltestelle Friedberger Straße ist möglich. Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen begrenzt. Treffpunkt ist um 13:45 Uhr vor dem Hassia Quellenmuseum in der Gießener Str. 18 – 30. Anmeldung bitte bis zum 30.11.2025 bei Beate Giebel unter 0151-12 84 26 10 oder E-Mail: info@seniorenbeirat-bv.de.

Besuch Kino Alte Mühle am 7. Dezember 2025

"No Hit Wonder"

Der Arbeitskreis "Wege aus der Einsamkeit" des Seniorenbeirats in Zusammenarbeit mit dem Seniorenbüro, der Arbeiterwohlfahrt, der Bürgeraktive, der Nachbarschaftshilfe und dem Haus der Begegnung möchte gemeinsam mit alleinstehenden SeniorInnen am Sonntag, den 07.12.2025, 17:15 Uhr ins Kino Alte Mühle gehen, um den Film "No Hit Wonder" anzusehen.

Inhalt:

Daniel hat danebengeschossen ... er wollte mit einem großen Knall abtreten, stattdessen liegt er nun auf der geschlossenen Abteilung der Psychiatrie! Er war mal ganz oben – Olympiastadion, tausende Feuerzeuge im Abendwind, alle haben sein Lied gesungen.

Heute will ihn nicht einmal mehr das „Dschungelcamp“.

Dr. Lissi Waldstett forscht über Glück. Allerdings nur, wenn sie nicht gerade Bettpfannen ausleeren muss. Denn mit ihrer Forschung wird man nicht reich – und Eins ist sicher: Glück ist keine Kassenleistung.

Als Daniel auf ihrer Station aufwacht, sieht Lissi ihre Chance und macht ihm ein Angebot: Sie hilft ihm, wenn er ihr hilft. Alles, was er tun muss, ist, mit ihr eine Gruppe einsamer Menschen durch Singen glücklich zu machen. Beide denken, sie haben den anderen in der Hand. Sie verhaken sich ineinander, erpressen sich gegenseitig, verlieren sich in der Gruppe liebenswürdiger Außenseiter und irgendwie singen sie alle um ihr Leben.



„Ich bin immer vorsichtig mit Botschaften“, erzählt uns Regisseur Dietrich, „aber natürlich ist unser Film ein Plädoyer dafür, als Gemeinschaft zusammen zu kommen und niemand versucht, seine Machtstellung zu vergrößern.“ Florian David Fitz ergänzt: „Ich glaube, wir haben eine starke Komödie, die eine emotionale Wucht besitzt. Und natürlich hoffe ich, dass die Leute am Ende singend aus dem Kino gehen, und wir ein Stück weit gegen die Vereinzelung innerhalb der Gesellschaft beitragen!“

Treffpunkt ist um 16:45 Uhr an der Kasse des Kinos. Nach dem Kinobesuch gehen wir zusammen ins Restaurant „Alte Mühle“. Die Teilnehmerzahl ist auf 20 Personen begrenzt.

Zwecks Platzreservierung wird um Anmeldung bis 05.12.2025 bei Beate Giebel, ☎ 0151 12 84 26 10 oder per E-Mail an info@seniorenbeirat-bv.de gebeten.

9. Dezember 2025, 15:00 Uhr, Haus der Begegnung (Marktplatz 2), Bistro Der Seniorenbeirat tagt öffentlich

Wie immer werden der Magistrat und der Seniorenbeirat eingangs berichten, was aktuell anliegt bzw. seit der letzten Sitzung passiert ist.

Der DRK-Rettungsdienst in Bad Vilbel:

Karlheinz Weinert, Vorsitzender, Deutsches Rotes Kreuz, Ortsverein Bad Vilbel e.V., ist zu Gast und stellt den Rettungsdienst vor und alles, was mit Rettungsdienst und Krankentransport etc. in Bad Vilbel zu tun hat. Er steht den Gästen für Fragen und Auskünfte zur Verfügung. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.



Unser Gast:

Vorsitzender Karlheinz Weinert

„Mit 18 begeisterte ich mich für das Jugendrotkreuz und wurde Gruppenleiter und JRK-Vertreter im Vorstand. Wissen und Erfahrung aus der Bereitschaftsleitung, als Zivildienstleistender im Rettungsdienst und als Rettungsassistent kann ich als Ausbilder weitergeben. Ich war stellv. Vorsitzender und bin seit 10 Jahren Vorsitzender unserer Ortsvereinigung. Ich stelle mich auch überörtlichen Aufgaben.“

Bildquelle: www.drk-badvilbel.de

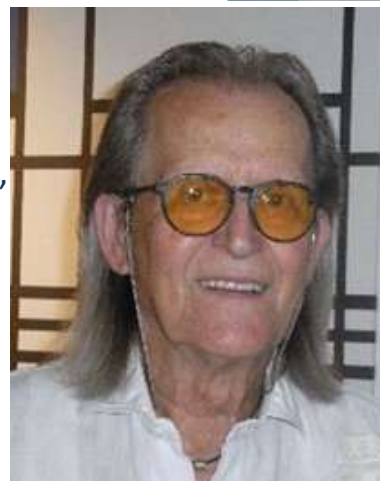




Sprechstunde im Haus der Begegnung mit Bernd Kämmerer am 18. Dezember 2025

Die nächste Sprechstunde des Seniorenbeirats findet am 18. Dezember 2025 von 15:30 Uhr bis 16:30 Uhr im Haus der Begegnung, Marktplatz 2, Bad Vilbel mit Bernd Kämmerer statt.

Herr Kämmerer kümmert sich unter anderem um die Sicherheit von Seniorinnen und Senioren im öffentlichen Raum. Zu diesem Thema sowie zur Barrierefreiheit möchte er sich gerne während der Sprechstunde mit möglichst vielen Seniorinnen und Senioren austauschen. Er wird Anregungen, Vorschläge und Kritik sammeln und an die zuständigen Stellen der Stadtverwaltung weiterleiten.



Bernd Kämmerer

Wir vom Seniorenbeirat freuen uns, wenn möglichst viele Seniorinnen und Senioren die Möglichkeit nutzen und uns berichten, wo der Schuh drückt. Herr Kämmerer ist unter 0172 6 14 57 auch während der Sprechstunde telefonisch zu erreichen. Alle Anliegen, ob direkt in der Sprechstunde oder am Telefon besprochen, werden natürlich vertraulich behandelt. Der Seniorenbeirat ist erreichbar über die E-Mail-Adresse: info@seniorenbeirat-bv.de, mehr Information auf www.seniorenbeirat-bv.de

Weihnachtliches Treffen für Alleinstehende und Senioren am 28. Dezember 2025



Der Arbeitskreis "Wege aus der Einsamkeit" des Seniorenbeirats veranstaltet für Alleinstehende und Senioren am 28.12.2025 von 14:00-16:00 im AWO-Treff in der Wiesengasse 2 ein weihnachtliches Kaffeetrinken. Bei Kerzenschein wollen wir gemeinsam Weihnachtslieder singen, Kaffee trinken, Geschichten hören und noch einiges Anderes.

Für die Vorbereitung ist eine Anmeldung bis 23.12.2024 erforderlich bei Beate Giebel, ☎ 0151 12 84 26 10 oder E-Mail info@seniorenbeirat-bv.de

Zum Jahreswechsel wünscht der Seniorenbeirat Bad Vilbel frohe Festtage im Kreise von Familie und Freunden, Zeit der Besinnung und Zeit der Erholung sowie Glück und Gesundheit im neuen Jahr und allen Menschen eine Zukunft in Sicherheit, Frieden und Freiheit



HEINRICH HEINE, geboren am **13. Dezember 1797** in Düsseldorf und gestorben am 17. Februar 1856 in Paris, gehört zu den bedeutendsten deutschen Dichtern des 19. Jahrhunderts. Er gilt als letzter großer Vertreter der Romantik, obwohl er gleichzeitig einer ihrer schärfsten Kritiker war. Seine Werke verbinden poetische Sprache mit feiner Ironie, politischem Scharfsinn und einem modernen, weltoffenen Blick auf die Welt. Heine stammte aus einer jüdischen Familie und ließ sich später – vor allem aus beruflichen Gründen – protestantisch taufen, was in jener Zeit häufig für eine akademische oder politische Karriere nötig war. Nach einem Jurastudium in Bonn, Göttingen und Berlin führte ihn seine eigentliche Leidenschaft jedoch zur Literatur.

Berühmt wurde Heine vor allem durch sein *Buch der Lieder* (1827), eine Sammlung von Gedichten, die zu den meistgelesenen und am häufigsten vertonten der deutschen Literatur gehören. Komponisten wie Schubert, Schumann und Mendelssohn setzten seine Texte in Musik um und machten sie einem breiten Publikum zugänglich. Auch seine *Reisebilder* und seine politischen Schriften fanden große Beachtung, wurden aber durch die strengen Zensurmaßnahmen des Deutschen Bundes immer wieder behindert. Heine nahm kein Blatt vor den Mund, kritisierte Missstände und prangerte Autoritarismus und Engstirnigkeit an – eine Haltung, die ihm in Deutschland viele Feinde einbrachte.

1831 ließ sich Heine in Paris nieder, wo er bis zu seinem Tod blieb. Die französische Hauptstadt wurde zu seiner geistigen Heimat, in der er engen Kontakt zu den führenden Intellektuellen seiner Zeit pflegte, darunter auch Karl Marx. Als Korrespondent berichtete er für deutsche Zeitungen über die politische und kulturelle Entwicklung Frankreichs und prägte so maßgeblich das deutsche Verständnis der französischen Gesellschaft. In Deutschland wurden viele seiner Werke wegen ihrer politischen Schärfe verboten, was seine Bekanntheit jedoch eher steigerte.

Die letzten Jahre seines Lebens verbrachte Heine schwer krank in seiner Pariser Wohnung, die er selbstironisch seine „Matratzengruft“ nannte. Trotz großer körperlicher Leiden schuf er in dieser Zeit einige seiner tiefsten und nachdenklichsten Werke. Heine war nicht nur ein sensibler Lyriker, sondern auch ein klarsichtiger Denker. Sein berühmtes warnendes Wort – „*Dort, wo man Bücher verbrennt, verbrennt man am Ende auch Menschen*“ – zeigt seine Weitsicht und seinen Mut, gegen jede Form von Unterdrückung aufzutreten.

Bis heute gilt Heinrich Heine als einer der modernsten Autoren seiner Zeit. Seine Texte wirken frisch und zeitlos, weil sie Gefühl mit Intelligenz verbinden, persönliche Erfahrung mit gesellschaftlicher Kritik und Humor mit scharfer Analyse. Heine steht für literarische Freiheit, kritisches Denken und eine europäische Perspektive, die über nationale Grenzen hinausschaut. Sein Grab auf dem Pariser Friedhof Montmartre ist bis heute ein Ort, der viele Leser und Bewunderer anzieht.

„Wir wollen auf Erden glücklich sein,
Und wollen nicht mehr darben;
Verschlemmen soll nicht der faule Bauch,
Was fleißige Hände erwarben.“

(aus: Deutschland. Ein Wintermärchen)



Bratapfel-Muffins

In der Adventszeit duftet es in vielen Küchen nach Äpfeln, Zimt und warmem Gebäck. Für diese gemütlichen Stunden haben wir ein Rezept ausgewählt, das besonders leicht zuzubereiten ist und zugleich wunderbar weich und aromatisch schmeckt – ideal für die winterliche Kaffeerunde.



Zutaten (für ca. 12 Stück)

- 2 Äpfel, fein gewürfelt
- 200 g Mehl
- 100 g gemahlene Mandeln
- 120 g Zucker
- 1 TL Zimt
- ½ TL Vanille oder Vanillezucker
- 1 TL Backpulver
- 1 Prise Salz
- 2 Eier
- 120 ml Milch
- 100 ml Öl (z. B. Rapsöl)
- Optional: Rosinen oder weiche Datteln
- Optional: Puderzucker zum Bestäuben



Zubereitung

1. Backofen auf **180 °C** (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
2. Äpfel schälen, fein würfeln und nach Wunsch kurz in der Pfanne mit etwas Zimt anschwitzen – das macht sie besonders weich.
3. In einer Schüssel Mehl, Mandeln, Zucker, Zimt, Vanille, Backpulver und Salz mischen.
4. In einer zweiten Schüssel Eier, Milch und Öl verrühren.
5. Flüssige Zutaten zum Mehl geben, kurz vermengen. Apfelwürfel (und optional Rosinen/Datteln) unterheben.
6. Teig in Muffinförmchen füllen und **20–25 Minuten** goldgelb backen.
7. Abkühlen lassen und bei Bedarf mit etwas Puderzucker bestäuben.

Tipp

Diese Muffins bleiben mehrere Tage schön weich und eignen sich auch gut zum Einfrieren.



Seite 5, Aufgabe 1:



S	H	O	F	B	M	J	F	U	P	H	Z	F	F	R	M	M	M	L	G	E	G	S	I	R
H	E	U	S	N	O	V	K	H	U	A	M	H	O	L	U	N	D	E	R	W	Y	J	Y	M
L	V	E	O	I	K	X	A	V	X	N	Q	X	H	X	X	S	G	Z	E	N	L	G	F	A
N	U	O	N	O	T	M	R	P	J	S	J	K	R	Q	P	J	L	G	E	N	D	K	L	R
L	N	O	N	L	O	P	T	K	I	V	C	S	U	B	D	S	U	D	R	J	N	A	M	T
R	Q	I	E	H	B	C	O	M	O	I	I	B	P	N	U	A	I	W	N	A	Y	S	L	I
W	G	W	N	A	E	U	F	R	S	S	A	G	F	B	P	F	K	H	T	L	B	T	N	N
X	J	Y	B	L	R	I	F	K	T	I	Q	Q	Q	D	C	U	T	S	E	L	N	A	V	S
S	C	T	L	K	F	K	E	R	Q	F	A	A	R	F	B	F	K	T	D	E	X	N	J	F
P	C	R	U	K	E	W	L	P	K	L	L	U	W	F	A	K	Z	E	A	R	U	I	S	E
G	L	B	M	V	S	B	E	W	U	S	T	X	O	T	H	E	X	I	N	H	F	E	X	U
V	S	P	E	Q	T	A	R	M	D	Z	W	T	A	S	A	B	G	N	K	E	M	N	Q	E
O	I	M	W	R	D	L	N	V	S	L	E	W	V	L	S	L	R	P	F	I	T	B	U	R
V	F	I	W	Q	K	K	T	L	N	V	I	B	L	T	E	G	X	I	E	L	J	U	L	V
U	W	S	J	Y	R	C	E	M	O	O	B	S	W	G	L	O	C	L	S	I	I	S	F	N
J	X	P	L	Y	A	P	W	T	V	D	E	H	E	H	N	I	R	Z	T	G	H	P	Q	M
J	U	L	A	W	N	I	O	G	E	G	R	P	I	X	Ü	C	D	E	S	E	D	Ä	M	O
Q	V	H	H	R	I	P	R	C	M	S	S	P	N	X	S	P	Q	D	X	N	W	T	C	F
W	F	M	X	W	C	J	X	S	B	O	O	I	L	Z	S	B	T	O	X	S	N	H	H	B
F	U	X	N	Q	H	D	G	X	E	T	M	M	E	V	E	E	M	J	U	K	T	E	V	Z
O	E	E	H	F	E	N	D	L	R	Q	M	M	S	S	W	I	L	H	N	H	F	R	E	U
K	Z	R	Y	E	K	W	V	D	T	I	E	Z	E	N	Q	U	K	V	L	B	B	B	P	Q
F	R	T	A	D	W	G	Z	C	A	V	R	O	E	D	Z	I	I	V	U	V	A	S	R	K
X	G	F	E	R	B	X	W	B	G	E	L	F	X	X	X	R	K	H	U	P	K	T	C	H
G	S	Y	U	R	U	Q	V	H	P	H	D	C	F	T	F	Q	K	C	J	E	L	R	T	H

Seite 5, Aufgabe 2:

Es ist alles in Butter // Nu mal Butter bei die Fische! // Er lässt sich nicht die Butter vom Brot nehmen// Sie schmolz dahin wie Butter in der Sonne// Das Butterbrot fällt immer auf die Butterseite



Woher kommt die Redewendung „alles in Butter“? Sie geht zurück bis ins Mittelalter. Wenn man damals Dinge wie Porzellan, Spiegel oder Gläser transportieren wollte, musste man aufpassen, dass die wertvolle Fracht auf den holprigen Wegen nicht in die Brüche ging. Aus diesem Grunde verstaute die Lieferanten die zerbrechlichen Waren in Fässern mit geschmolzener Butter. Danach ließen sie die Butter wieder abkühlen, bis das Fett einen festen Rundumschutz für Töpfe, Spiegel und Gläser bildete.

04.12.// 15:00 – 16:00 Uhr - GEDÄCHTNISTRaining im Haus der Begegnung (nähere Informationen im Seniorenbüro)

08.12.// 15:00 – 17:00 Uhr - SPIELNACHMITTAG in der Stadtbibliothek (Anmeldung im Seniorenbüro)

09.12.// 10:00 – 11:30 Uhr - SENIORENBÜRO UNTERWEGS - mobile Beratungsstunde im Haus der Begegnung (Beratung für älteren Menschen und deren Angehörige rund um das Thema „älter werden“)

11.12.// 09:00 – 11:00 Uhr - BINGOFRÜHSTÜCK im Familienzentrum Quellenpark, Johannes Gutenberg – Straße 13a (Anmeldung im Seniorenbüro)

12.12.// 14:30 – 16:30 Uhr - SENIORENTREFF HEILSBURG in der Seniorenresidenz Domicil (Anmeldung im Seniorenbüro). **Zu Gast: Sabine Büttner mit einer weihnachtlichen Lesung**

18.12.// 15:00 – 16:00 Uhr - GEDÄCHTNISTRaining im Haus der Begegnung (nähere Informationen im Seniorenbüro)

Jeden Mittwoch// 09:30 – 10:30 Uhr – FITNESS - SPAZIERGÄNGE im Kurpark. Einstieg jederzeit möglich// in Kooperation mit dem Kneipp Verein e.V.// nähere Informationen im Seniorenbüro. Treffpunkt: vor dem Kartenbüro, gegenüber der Burg (nicht in den hessischen Ferien)

Das Seniorenbüro Bad Vilbel betreut seit vielen Jahren mehrere **Seniorenwerkstätten**, die durch interessierte Senioren entstanden sind. In den folgenden Werkstätten widmen sich Senioren ihrem Hobby, haben viel Freude dabei und freuen sich auf neue Mitglieder:

Seniorenfotokreis, Kegelclub, Oldtimer – Freunde, Aquarellwerkstatt 50+, ZumbaGold, Tanzen mal anders, Modellbahnfreunde.



Liebe Leserinnen und Leser,

in dieser besonderen Zeit des Jahres wünschen wir Ihnen Momente der Ruhe, in denen Sie sich von Erinnerungen wärmen und von Hoffnung begleiten lassen können. Möge das Leuchten der Kerzen Ihr Zuhause erhellen und Ihr Herz mit Zuversicht und Dankbarkeit füllen.

Wir wünschen Ihnen ein Weihnachtsfest, das reich ist an kleinen Freuden – an liebevollen Worten, freundlichen Gesten, herzlichem Lachen und stillen Augenblicken, die lange nachklingen. Möge Sie die Geborgenheit Ihrer Lieben umgeben, ob ganz nah oder im Herzen verbunden, und möge das neue Jahr Ihnen Gesundheit, Kraft und viele glückliche Stunden schenken.

Frohe und gesegnete Weihnachten sowie einen hoffnungsvollen Start in ein neues Jahr voller Wärme und Licht!

Herzlichst

Ihr Seniorenbüro Bad Vilbel