

## RANDNOTIZ

---

### Gegen den Winterblues

VON YVONNE FITZENBERGER

Die langen und dunklen Tage haben uns erreicht. Auch die Temperaturen haben sich der Jahreszeit angepasst. Dazu kommt die Hektik, die uns alle zum Ende des Jahres im Griff hat – die Vorbereitung der Weihnachtstage, das Zurückblicken auf das Jahr. Wie zufrieden ist man? Hat man alle Ziele erreicht? Es ist auch eine Zeit, die melancholisch stimmt, bis hin zu Winterdepressionen. Umso wichtiger ist es, den Boden unter den Füßen zu spüren. Manchmal wortwörtlich, aber auch geistig. Daher ist es schön zu sehen, wie viele Veranstaltungen in unseren Gemeinden ihren Besuchern einen Moment geben, um sich wieder auf das Hier und Jetzt zu besinnen. Sei es der lebendige Adventskalender am Hans-Memling-Haus, eines der zahlreichen Konzerte in Hainburg und Mainhausen oder Spaziergänge über einen der weihnachtlichen Märkte. Aber nicht nur Veranstaltungen bieten einem Gelegenheit, kurz inne zu halten. Für mich gehören eine Tasse Tee und meine Lieblingsmusik zu den kleinen Momenten. Und: Welches ist Ihr Mittel gegen den winterlichen Trübsinn?

---

Offenbach Post  
1.12.2022

Offenbach Post  
5.12.2022

Donnerstag, 1. Dezember 2022

---

## ANGEMERKT

---

### Ein Moment Auszeit

VON YVONNE FITZENBERGER

Mit dem lebendigen Adventskalender wird ein Angebot geschaffen, das kostengünstig, vielseitig, bodenständig und mit vielen Emotionen verbunden ist.

Die Aktion ist ein Beispiel für Zusammenarbeit und Kommunikation, aus der etwas Kreatives und Schönes gewachsen ist. Ja, die selbst gebastelten Bilder der Paten können vielleicht nicht mit gewollt künstlerisch anspruchsvollen und entsprechenden Kosten verbundenen Fensterkalender anderer Städte mithalten – aber muss es immer viel und teuer sein? Die Paten und Freunde der HMS erschaffen aus kleinen, einfachen Bildern wertvolle und gemeinsame Erinnerungen, die ganz im Sinne des Fests der Liebe sind. Wie herzerwärmend kann es doch sein, bei Kerzenschein und bunten Lichtern gemeinsam mit den Liebsten und engen Freunden einen Moment Auszeit zu genießen?