



KUR - NATUR - KULTUR

Bad Pyrmonter

KUR JOURNAL

DIE ÄLTESTE KURZEITUNG DER WELT – SEIT 1746

Dezember
2023



**KLEINES
FEST 2024
an 2
Abenden!**



**TOM GAEBEL
mit der
Lumberjack-Bigband**

Sommerhighlights 2024 zu Weihnachten verschenken!



**Die erfolgreiche
QUEEN-Show
THE QUEEN-KINGS**



**Bauchredner-
und Bauchge-
sangskunst mit
MURZARELLA**

Vorschau Kultur-Highlights 2024	2
Weihnachtsmarkt in Bad Pyrmont	6
Bad Pyrmont unter den 10 schönsten Kleinstädten in Niedersachsen	19



Pyrmontener Sommer wird ein Fest: Von Tom Gaebel bis Murzarella, vom Irischen Abend, The Queen Kings bis zu zwei Abenden „Kleines Fest“

Kulturelle Höhepunkte 2024 jetzt zu Weihnachten verschenken

Das Fest der Liebe steht vor der Tür – und was gibt es Schöneres als gemeinsame Zeit zu verschenken? Das Staatsbad Pyrmont bietet perfekte Weihnachtsgeschenke, damit die Beschenkten vor Freude unter dem Christbaum strahlen, denn die Veranstaltungsabteilung unter der Leitung von Silke Schauer hat für 2024 wieder einige wunderbare, besondere Events gebucht, die hervorragend geeignet sind für Ihre persönlichen Geschenkideen. Verschenken Sie doch magische kulturelle Momente vom Staatsbad Pyrmont zum Fest der Liebe.

und hochbegabte Sänger Tom Gaebel kommt nach Bad Pyrmont. Als grandioser Big-Band-Leader bringt er keine geringere als die Lumberjack-Big-Band mit. Und so wird der Samstag, 8. Juni 2024 ein ganz besonderer Swing Abend im einmaligen Ambiente des Schlosshofes.

Nach dem großen Erfolg des ersten irischen Abends im Schlosshof, geht es am Freitag, 12. Juli 2024, weiter mit einem irisch-französischen Abend. Extravaganter Raggle-Taggle-Folk spielt die Gruppe „Dre-am Catcher“ aus Luxemburg mit



Die Tribute Band „The Queen Kings“ – eine der erfolgreichsten Queen Shows in Europa – kommt nach Bad Pyrmont.



Dr. Swing, der begnadete Entertainer und hochbegabte Sänger Tom Gaebel kommt nach Bad Pyrmont. Als grandioser Big-Band-Leader bringt er keine geringere als die Lumberjack-Big-Band mit.

Neben den vielen Künstlern, die in der Reihe „Gesund&Glücklich“ im nächsten Jahr auftreten, stechen natürlich die Highlights im Pyrmontener Sommer heraus. Bereits im Juni kommt ein ganz besonderes Event in den großen Schlosshof. Dr. Swing, der begnadete Entertainer

irischen Gassenhauern und französischen Chansons.

Das „Kleine Fest im großen Kurpark“ wird es 2024 an ZWEI Abenden geben. Am Freitag, 26. Juli, und am Samstag, 27. Juli 2024, verwandelt sich dann der Kurpark in eine große Bühne der Kleinkunst, Akrobatik, Walkacts und Zauberei. Und das Beste in Bad Pyrmont gibt es das Original-Programm, zusammengestellt von Harald Böhlmann, dem „Mann mit dem Zylinder“.

Alle LiebhaberInnen der Bauchrednerkunst müssen sich unbedingt den Samstag, 17. August 2024 vormerken, denn dann kommt die Ausnahmekünstlerin Murzarella in den Schlosshof, die in ihrer Musik-Puppet-Show ihren Puppen Leben einhaucht und singt.

Das Beste kommt zum Schluss mit der Tribute Band „The Queen Kings“

am Samstag, 24. August 2024, in den großen Schlosshof. Eine der erfolgreichsten Queen Shows in Europa. Hier werden die Fans wieder nach Bad Pyrmont strömen.

Wenn Sie jetzt keine Geschenkidee für Weihnachten gefunden haben, dann lesen Sie am besten noch einmal von Anfang an. Bei diesem Programm ist doch bestimmt für jeden etwas dabei.

Oder Sie verschenken die Pyrmont-Card 365. Damit hat der oder die Beschenkte die Möglichkeit, das ganze Jahr am Programm „Gesund&Glücklich“ teilzunehmen: dazu gehört der tägliche kostenfreie Eintritt zu Kulturveranstaltungen und Gesundheitsvorträgen im Erlebnis-

programm, das eine Bandbreite von Kleinkunst, Comedy, Konzerten bis hin zu Ernährungsvorträgen, Achtsamkeitstrainings und vielem mehr bietet. Und die PyrmontCard 365 bietet ein ganzes Jahr kostenfreien Zutritt in den Kurpark, ermäßigte Eintritte in die Hufeland Therme, Rabatte bei Kulturveranstaltungen und noch vieles mehr. Eine kleine Karte, die ganz viel zu bieten hat und das perfekte Geschenk ist – für die Menschen, die Ihnen am Herzen liegen.

Tickets für alle Veranstaltungen und auch die PyrmontCard 365 gibt es direkt in der Touristinformation Bad Pyrmont am Europa Platz oder online unter www.staatsbad-pyrmont.de



Bauchredner- bzw Bauchgesangskunst liefert die wunderbare Ausnahmekünstlerin Murzarella im Schlosshof ab. Sie haucht nicht nur ihren Puppen Leben ein, sondern lässt sie auch grandios singen.



Das Original vom „Mann mit dem Zylinder“: In diesem Jahr findet das „Kleine Fest“ gleich an zwei Abenden statt. Hier Art Tremondo mit ihren tollen Kostümen.



Liebe Leserinnen und Leser, liebe Kinder!

Der Kurpark von Bad Pyrmont erstrahlt in diesem Winter in den schönsten Farben und verzaubert die BesucherInnen mit einer wundervollen Welt voller leuchtender Illuminationen unter dem Motto „Die Elemente des Lichts“.

Wir bedanken uns ganz besonders bei den heimischen Sponsoren, die gemeinsam mit dem Veranstalter SPACE und der technischen Ausführung durch Lumagica, dieses besondere Event ermöglicht haben:

Das Lichterfest bringt Glanz in die dunkle Jahreszeit und ist noch bis zum 20. Januar jeden Donnerstag bis Sonntag von 17 bis 22 Uhr für das spektakuläre Lichterfestival geöffnet.

Weihnachten ist ein gutes Stichwort. Haben Sie schon die Geschenke für das Fest zusammen? Wenn nicht, habe ich einen Tipp für Sie: Das Staatsbad Pyrmont bietet ganz besondere Geschenke für Ihre Lieben: Verschenken Sie magische kulturelle Momente – und verbringen somit Zeit mit Ihren liebsten Menschen.

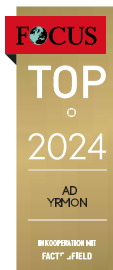
Ich wünsche Ihnen und Ihren Familien eine friedvolle und besinnliche Advents- und Weihnachtszeit sowie einen guten Start in das Jahr 2024.

Ihr Dr. Maik Fischer

Maik Fischer (handwritten signature)

Bad Pyrmont KUR JOURNAL

Table listing sections: KULTUR & FREIZEIT, KUR & LEBENSFREUDE, GESICHTER & GESCHICHTEN, INNOVATION & QUALITÄT, RATGEBER & SERVICE with corresponding page numbers.



Advertisement for Café Schneidewind GmbH, featuring a photo of the building and text: überdachte Terrasse, täglich wechselnde Mittagskarte, haus eigene Konditorei, 13 wunderschöne Ferienwohnungen durchgehend geöffnet.

Veranstaltungen Dezember 2023

Kultur-Tipps – Events – Vorträge – Stadtführungen – Touren – Wanderungen u.v.m.



Vom 16.11.2023 bis 20.01.2024 Lichterfest im Kurpark
Das spektakuläre Lichterfestival im Kurpark. Jeden Donnerstag bis Sonntag von 17:00 bis 22:00 Uhr



Vom 27.11.2023 bis 30.12.2024 Weihnachtsmarkt
Brunnenplatz

Schloss & Museum

Jeden Dienstag und Donnerstag 15:00 Uhr
Jeden Samstag 11:00 Uhr
Schloss- & Museumsführung
Treff: Museumskasse im Schloss

Bis 18. Februar 2024
Tägl. außer Montag
10:00 bis 17:00 Uhr
Christo und Jeanne-Claude | Suzanne Levesque
Sonderausstellung

Salz & Solegrotte Wandelhalle

Jeden Dienstag 17:00 Uhr
Autogenes Training
mit Stephanie Göbel-Gruhn

Jeden Mittwoch 16:00 Uhr
Salzmeditation Leichte
Atemübungen mit H. Henseleit

Jeden Donnerstag 16:00 Uhr und 17:15 Uhr
Klangschalenkonzert
mit D. Ebmeyer

Bitte anmelden:
05281 / 62 15 100

Jeden Dienstag

15:00 Uhr **Gästebegrüßung**

Begrüßung der neuen angereisten Gäste mit Tipps & Infos für den Aufenthalt.
Treff: KÖNIGIN-LUISE-BAD

Jeden Donnerstag

17:00 – 22:00 Uhr
Lichterfest im Kurpark

Jeden Freitag

15:30–17:00 Uhr
Kurstadtführung*
Treff: Touristinfo, Europa-Platz

17:00 – 22:00 Uhr
Lichterfest im Kurpark

Jeden Samstag

Ganzjährig
09:00 Uhr „parkrun“
Gemeinschaftlicher Lauf für Jung & Alt (5 km).
Treff: Reisemobilhafen hinter der Touristinfo, Europa-Platz

17:00 – 22:00 Uhr
Lichterfest im Kurpark



Jeden Sonntag

17:00 – 22:00 Uhr
Lichterfest im Kurpark



Montag, 27.11.2023

11:00 Uhr **Die Hütten des Weihnachtsmarktes öffnen zum ersten Mal**

18:30 Uhr **Offizielle Eröffnung** des Weihnachtsmarktes mit Kurdirektor Dr. Maik Fischer, dem Bürgermeister Klaus Blome und dem Vorstand der Werbegemeinschaft auf dem Brunnenplatz.
Öffnungszeiten:
27.11. bis 30.12. täglich
11:00–20:00 Uhr
Freitag und Samstag bis 21:00 Uhr

Dienstag, 28.11.2023

15:00 Uhr **Gästebegrüßung**
Treff: KÖNIGIN-LUISE-BAD

19:30 Uhr **Oh Mond, du göttliches Wunder!**
Musikalisch-literarischer Abend
Pyrmont Theater Companie
Beletage im Schloss Bad Pyrmont

Freitag, 01.12.2023

„Pyrmonters Weihnachtsengel“
Werde ein Weihnachtsengel!
Bürger erfüllen Weihnachtswünsche von Senioren.
Infos: www.stadt-badpyrmont.de

15:30–17:00 Uhr
Kurstadtführung**
Treff: Touristinfo, Europa-Platz

Samstag, 02.12.2023

09:00 Uhr „parkrun“
Gemeinschaftlicher Lauf für Jung & Alt (5 km).
Treff: Reisemobilhafen hinter der Touristinfo, Europa-Platz

10:00 Uhr **Führung Palmen im Winterquartier**
Treff: Palmenhaus Zimmermannstraße 2c
Erwachsene 8,00 Euro
Mit PyrmontCard 5,00 Euro

11:00 Uhr **Jazzy Pyrmont***
Jazz Standards

Sonntag, 03.12.2023

11:00 Uhr **Pyrmont Pops***
Songs forever

16:30 Uhr **Weihnachtskonzert des Musikstudios Sonnenschein***

18:00–19:00 Uhr
Shine A Light – modern choir
Brunnenplatz

Dienstag, 05.12.2023

15:00 Uhr **Gästebegrüßung**
Treff: KÖNIGIN-LUISE-BAD

16:30 Uhr **Brain-Fitness im Alter***
Wie halte ich mein Gehirn fit?*Mit Theo Fußgänger

Mittwoch, 06.12.2023

16:30 Uhr **Offenes Singen***
Mit Beatrice Cirkel

18:30–19:30 Uhr **Offenes Singen**
bekannter Weihnachtslieder
Perfektion ist nicht angestrebt.
Spaß und Singen fürs Herz.
Der Frauenchor Singfonie sowie Susanne Varga am Piano & Stefan Kerek mit der Viola unterstützen die Aktion. Texte werden verteilt.
Brunnenplatz

19:00 Uhr **Pyrmont Pops***
Christmas-Special

Donnerstag, 07.12.2023

16:30 Uhr **Pyrmont Melange***
Walzer und Polka II

Freitag, 08.12.2023

15:30–17:00 Uhr
Kurstadtführung**
Treff: Touristinfo, Europa-Platz

HÜTTENZAUBER auf dem Brunnenplatz
17:00–21:00 Uhr Andreas Melzer
Musikproduzent & Saxophonist

18:30 Uhr **VAMOS**
Die Gentlemen-Brüder des deutschen Schlagers

19:30 Uhr **Graham Bonney**
der ewig fröhliche Schlager-Rock'n'Roller

Samstag, 09.12.2023

09:00 Uhr „parkrun“
Gemeinschaftlicher Lauf für Jung & Alt (5 km).
Treff: Reisemobilhafen hinter der Touristinfo, Europa-Platz

10:00 Uhr **Führung Palmen im Winterquartier**
Treff: Palmenhaus Zimmermannstraße 2c
Erwachsene 8,00 Euro
Mit PyrmontCard 5,00 Euro

11:00 Uhr **Jazzy Pyrmont***
Jazz Standards

HÜTTENZAUBER auf dem Brunnenplatz
17:00–21:00 Uhr Andreas Melzer
Musikproduzent & Saxophonist

18:00 Uhr **Bernhard Brink**
Vorstellung seines neuen Weihnachtsalbums mit anschließender Autogrammstunde.

19:00 Uhr **Helga Hilpert**
3-fache SMAGO-Gewinnerin

19:30 Uhr **Kurt Kokus Show**
mit seiner Trompete

20:00 Uhr **VAMOS**
Die Gentlemen-Brüder des deutschen Schlagers

21:00 Uhr **Musikalisches Finale**

Sonntag, 10.12.2023

16:30 Uhr **Pyrmont Pops***
Adventskonzert der Pyrmonter Musikschule Bad Pyrmont

18:00 Uhr **Die Weihnachtsgeschichte von Charles Dickens.**
Gelesen von Ensemblemitgliedern der Pyrmonter Theater Company Klosterkeller Lügde

Dienstag, 12.12.2023

15:00 Uhr **Gästebegrüßung**
Treff: KÖNIGIN-LUISE-BAD

16:30 Uhr **Was ist Osteopathie und wie wirkt sie***
Vortrag von Wolfgang Bennefeld

Mittwoch, 13.12.2023

19:00 Uhr **Pyrmont Pops***
Christmas-Special

Donnerstag, 14.12.2023

16:30 Uhr **Pyrmont Melange***
Walzer und Polka III

Freitag, 15.12.2023

15:30–17:00 Uhr
Kurstadtführung**
Treff: Touristinfo, Europa-Platz

16:30 Uhr **Rondo Pyrmont***
Weihnachtsklassik

Ab 17:00 Uhr
ADELIGES WINTERVERGNÜGEN

Samstag, 16.12.2023

ADELIGES WINTERVERGNÜGEN

09:00 Uhr „parkrun“
Gemeinschaftlicher Lauf für Jung & Alt (5 km).
Treff: Reisemobilhafen hinter der Touristinfo, Europa-Platz

10:00 Uhr **Führung Palmen im Winterquartier**
Treff: Palmenhaus
Zimmermannstraße 2c
Erwachsene 8,00 Euro
Mit PyrmontCard 5,00 Euro

13:00 Uhr **Jazzy Pyrmont***
Jazz Standards
Brunnenplatz

Sonntag, 17.12.2023

ADELIGES WINTERVERGNÜGEN
mit verkaufsoffenem Sonntag
von 13:00–18:00 Uhr

16:30 Uhr **Pyrmont Pops***
Welcome to Musical I

18:00 Uhr
Früher war mehr Lametta
Weihnachtsprogramm mit Gedichten und Texten mit Jörg Schade
Pyrmonter Theater Company
Park Residenz, Dr. Harnier Straße 2

Dienstag, 19.12.2023

15:00 Uhr **Gästebegrüßung**
Treff: KÖNIGIN-LUISE-BAD

Mittwoch, 20.12.2023

16:30 Uhr **Offenes Singen***
Mit Beatrice Cirkel



19:00 Uhr **Pyrmont Pops***
Christmas-Special

Donnerstag, 21.12.2023

16:30 Uhr **Pyrmont Melange***
Walzer und Polka I

Freitag, 22.12.2023

15:30–17:00 Uhr
Kurstadtführung**
Treff: Touristinfo, Europa-Platz

16:30 Uhr **Rondo Pyrmont***
Weihnachtsklassik

Samstag, 23.12.2023

09:00 Uhr „parkrun“
Gemeinschaftlicher Lauf für Jung & Alt (5 km)
Treff: Reisemobilhafen hinter der Touristinfo, Europa-Platz

11:00 Uhr **Jazzy Pyrmont***
Jazz Standards

Montag, 25.12.2023

1. Weihnachtstag
16:30 Uhr **Jazzy Pyrmont***
Christmas-Jazz

Dienstag, 26.12.2023

2. Weihnachtstag
16:30 Uhr **Rondo Pyrmont***
Weihnachtsklassik

Mittwoch, 27.12.2023

19:00 Uhr **Pyrmont Pops***
Christmas-Special

Donnerstag, 28.12.2023

16:30 Uhr **Pyrmont Melange***
Walzer und Polka II

Freitag, 29.12.2023

15:30–17:00 Uhr
Kurstadtführung**
Treff: Touristinfo, Europa-Platz

Samstag, 30.12.2023

09:00 Uhr „parkrun“
Gemeinschaftlicher Lauf für Jung & Alt (5 km).
Treff: Reisemobilhafen hinter der Touristinfo, Europa-Platz

11:00 Uhr **Jazzy Pyrmont***
Jazz Standards

Sonntag, 31.12.2023

15:30 Uhr **Pyrmont Melange***
Silvesterkonzert Offenbachade

18:00 Uhr **Pyrmont Melange***
Silvesterkonzert Offenbachade

Montag, 01.01.2024

15:30 Uhr **Pyrmont Melange***
Neujahrskonzert–Sehnsucht Süden
„Eine Nacht in Venedig“

18:00 Uhr **Pyrmont Melange***
Neujahrskonzert–Sehnsucht Süden
„Eine Nacht in Venedig“



Zum Veranstaltungskalender Staatsbad Pyrmont



Veranstaltungen Staatsbad Pyrmont



Staatsbad Pyrmont

Niedersächsisches Staatsbad Pyrmont, Heiligenangerstraße 6
31812 Bad Pyrmont
Tel.: 05281 / 956 95 00
Fax: 05281 / 956 95 06

Web: www.staatsbad-pyrmont.de

Öffnungszeiten Bad Pyrmont Tourismus GmbH

November bis März:

Montag bis Freitag:
09:00–13:00 Uhr
14:00–17:00 Uhr

Samstag:
10:00–13:00 Uhr

Legende

- Für Kinder
- Natur erleben
- Aufführungen/Theater
- Musik
- Führung
- Gesundheit
- Ausstellung
- Mit Ticketverkauf

* Gesund & Glücklich

Veranstaltungen im Rahmen des Erlebnisprogramms „Gesund & Glücklich“ in der in der Wandelhalle.

Eintritt 6,00 Euro, mit **PyrmontCard** Eintritt frei.



PyrmontCard 365



PyrmontCard Basic



PyrmontCard Plus

** PyrmontCard Plus Inklusivleistung im Rahmen der PyrmontCard Plus



PyrmontCard Plus

Veranstaltungskarten-Verkauf
Bad Pyrmont Tourismus GmbH
Europa-Platz 1
31812 Bad Pyrmont

Tel.: 05281/940 511
E-Mail: info@badpyrmont.de
Web: www.badpyrmont.de



27. November – 30. Dezember 2023 – Brunnenplatz Weihnachtsmarkt in Bad Pyrmont

Stimmungsvoll beleuchtet und weihnachtlich geschmückt – so präsentiert sich der kleine, aber feine Weihnachtsmarkt in Bad Pyrmont, im Herzen der Stadt, auf dem Brunnenplatz.

Der Duft von gebrannten Mandeln, süßem Lebkuchen, herzhaften Bratwürstchen und leckerem Glühwein, sowie ein umfangreiches Programm an Veranstaltungen und Konzerten stimmen die Marktbesucher auf die Weihnachtszeit ein. Das vielfältige Programm bietet für jede und jeden etwas, natürlich gibt es auch wieder das beliebte Kinderkarussell.

Absolute Programm-Highlights sind u.a. der **Hüttenzauber** am 08.12.2023 und 09.12.2023 mit **Bernhard Brink, Graham Bonney, VAMOS, Helga Hilpert, Kurt Kokus & Andreas Melzer**, sowie das **Adelige Wochenende vom 15. bis 17.12.2023** mit lebendigem Schaufenster, Märchenstunde, Konzerten, historischem Festumzug,

verkaufsoffenem Sonntag, Damenwalzer, u.v.m. Offiziell eröffnet wird der Weihnachtsmarkt am 27. November 2023 um 18:30 Uhr durch den Kurdirektor Dr. Maik Fischer, dem Bürgermeister Klaus Blome, und dem Vorstand der Werbegemeinschaft, begleitet durch den DJ und Sänger Thomas Klenke. Der Bad Pyrmontener Weihnachtsmarkt öffnet am Montag, den 27. November erstmalig um 11:00 Uhr seine Pforten und dauert bis einschließlich Samstag, 30. Dezember. Am 24.12.2023 und 25.12.2023 bleibt das Weihnachtsdorf geschlossen.

Ein großes Dankeschön an alle Sponsoren die unseren Weihnachtsmarkt unterstützt haben! Ohne die Unterstützung der **BEGA Gruppe, der Stadt Bad Pyrmont, dem Staatsbad Pyrmont, den Stadtwerken Bad Pyrmont, der DMV GROUP, der der Firma Meinberg und der Stadtparkasse** wäre vor allen das umfangreiche Programm und das Kinderkarussell nicht möglich gewesen, vielen herzlichen Dank!

Der Bad Pyrmontener Weihnachtsmarkt öffnet am Montag, 27. 11.2023 erstmalig um 11:00 Uhr seine Pforten und dauert bis einschließlich Sa., 30.12.2023

Öffnungszeiten:

Täglich von 11:00 bis 20:00 Uhr
freitags und samstags bis 21:00 Uhr

Kostenlose Park- und Busparkplätze an der Südstraße.
Samstags und sonntags ist das Parken auch auf den öffentlichen Innenstadtparkplätzen kostenlos!



Fotos: P. Fischer



Programm Weihnachtsmarkt 2023

Montag, 27.11.2023

11:00 Uhr Die Hütten des Weihnachtsmarktes öffnen zum ersten Mal
17:00–20 Uhr DJ Thomas Klenke
18:30 Uhr **Offizielle Eröffnung des Weihnachtsmarktes**

mit Kurdirektor Dr. Maik Fischer, Bürgermeister Klaus Blome und dem Vorstand der Werbegemeinschaft.

Donnerstag, 30.11.2023

16:00–22:00 Uhr DJ VibeMaxx – Daniel Formann

Freitag, 01.12.2023

17:00–21:00 Uhr Partyband Solaris

Samstag, 02.12.2023,

11:00–15:00 Uhr Traditioneller Kekverkauf des Lions Club Bad Pyrmont, zwecks Unterstützung des geplanten Kinderrechtespielplatzes.

17:00–21:00 Uhr Johannes Schaumburg legt Platten auf und singt.

Sonntag, 03.12.2023

18:00–19:00 Uhr Shine A Light - modern choir

Dienstag, 05.12.2023

18:00–19:00 Uhr Posaunenchor der St. Petri-Kirche Oesdorf

Mittwoch, 06.12.2023

18:30–19:30 Uhr Offenes Singen bekannter Weihnachtslieder: Perfektion ist nicht angestrebt. Spaß und Singen für das Herz. Der Frauenchor Singfonie sowie Susanne Varga am Piano und Stefan Kerek mit der Viola unterstützen die Aktion. Texte werden verteilt.

Donnerstag, 07.12.2023,

16:00–20:00 Uhr DJ Thomas Klenke

HÜTTENZAUBER

Freitag, 08.12.2023,

17:00–21:00 Uhr Andreas Melzer, Musik-Produzent und Saxophonist.
18:30 Uhr VAMOS, die Gentlemanbrüder des deutschen Schlagers.
19:30 Uhr Graham Bonney – der ewig fröhliche Schlager-Rock 'n' Roller

HÜTTENZAUBER

Samstag, 09.12.2023

17:00–21:00 Uhr Andreas Melzer
18:00 Uhr Vorstellung seines neuen Weihnachtsalbums von und mit **Bernhard Brink** und anschließender Autogrammstunde

19:00 Uhr Helga Hilpert, die dreifache SMAGO-Gewinnerin
19:30 Uhr Kurt Kokus Show mit seiner Trompete
20:00 Uhr VAMOS
21:00 Uhr Musikalisches Final

Sonntag, 10.12.2023

17:30–18:30 Uhr Blasorchester Lügde

Donnerstag, 14.12.2023

16:00–20:00 Uhr DJ VibeMaxx – Daniel Formann

Freitag, 15.12.2023

Adeliges Wochenende

17:00 Uhr Einzug des Adels mit Fackeln und Musik

Samstag, 16.12.2023

Adeliges Wochenende

13:00 Uhr Konzert „Jazzy Christmas“, 14:00 Uhr Lebendiges Schaufenster im Modehaus Schwager.
15:30 Uhr Märchenstunde in der Wandelhalle mit kleinen Geschenken für die Kinder. 17:00 Uhr Gemeinsames Singen auf dem Brunnenplatz. 18:30–19:00 Uhr Bad Pyrmontener Chorgemeinschaft

Sonntag, 17.12.2023

Adeliges Wochenende

13:30 Uhr Lebendiges Schaufenster im Modehaus Schwager. 14:30 Uhr Großer historischer Festumzug. Ca. 16:00 Uhr Damenwalzer und Konzert des Dorfmusikanten Lippe auf dem Brunnenplatz.

Donnerstag, 21.12.2023,

16:00–20:00 Uhr DJ Thomas Klenke

Freitag, 22.12.2023, 17:00–21:00 Uhr „Big Tasty“ Alternativ Rock Cover Unplugged Show

Samstag, 23.12.2023

Traditionelles Abtrinken! Das Kulttreffen auf dem Brunnenplatz: Sehen und gesehen werden, Freunde treffen.

Sonntag, 24.12. u. Montag, 25.12.2023
Weihnachtsmarkt geschlossen

Mittwoch, 27.12.2023

16:00–20:00 Uhr DJ Fabi

Donnerstag, 28.12.2023

16:00–20:00 Uhr DJ Cerano – Friedrich Pfennig

Freitag, 29.12.2023

16:00–20:00 Uhr DJ Cerano – Friedrich Pfennig

Früchtenzauber

Bad Pyrmont

Weihnachtsmarkt
am Hylligen Born
08. & 09.12.23

Bernhard Brink
Vorstellung neues Weihnachtsalbum
mit anschließender Autogrammsunde

Graham Bonney
Der ewig fröhliche Schlager-Rock'n'Roller

Kurt Kokus
Moderation, Gesang und Trompete

VAMOS
Die Gentleman-Brüder
des deutschen Schlagers

Helga Hilpert
3-fache **STAGE!** Gewinnerin

Andreas Melzer
Musikalische Umrahmung mit Saxophon

Gute-Laune-Zeit
für die ganze Familie!

08.12. Graham Bonney
09.12. Kurt Kokus
09.12. Helga Hilpert
09.12. Bernhard Brink

Beginn
17:00 Uhr

Wir haben ein Musikfest, dass während der gesamten Veranstaltung
frei, ohne und ohne Vorkaufspreise angeboten werden.

STEIGENBERGER
HOTEL & SPA
BAD PYRMONT

BEGA
GRUPPE

Sonntag, 03. Dezember 2023 – 16:30 Uhr –
Wandelhalle

Weihnachtskonzert des renommierten Musikstudios Sonnenschein

Im Rahmen des Erlebnisprogramms „Gesund&Glücklich“ treten am Sonntag, den 03. Dezember 2023, um 16:30 Uhr Schülerinnen und Schüler des renommierten Musikstudios Sonnenschein in der Wandelhalle auf.

Lassen Sie sich verzaubern von ihren jungen Talenten mit zwei- und vierhändigen Stücken verschiedener Genres zum Advent.

Eintritt: 6,00 Euro
Mit PyrmontCard frei



Dienstag, 05. Dezember 2023 – 16:30 Uhr – Wandelhalle

Entspannung verstehen und erlernen Brain-Fitness im Alter

Wie halte ich mein Gehirn fit? – Das Orchester der Sinne stimmen. Mit Theo Fußgänger



Im Rahmen des Erlebnisprogramms Gesund&Glücklich beschäftigt sich am Dienstag, 05. Dezember 2023 um 16:30 Uhr in der Wandelhalle Theo Fußgänger, in seinem interaktiven Vortrag mit dem Thema „Brain-Fitness im Alter – Wie halte ich mein Gehirn fit? Das Orchester der Sinne stimmen.“

Unserem Körper tun wir gerne etwas Gutes, es scheint der Trend dieses Jahrhunderts zu sein. Wir achten auf ausgewogene Ernährung, gehen ins Fitnessstudio, sorgen für einen gesunden Schlaf und vieles mehr. Jedoch wie verhält es sich mit unserem Kopf, wird er genauso gesundheitsbewusst umsorgt? In unserem Kopf befindet sich das komplexeste Gebilde unseres Universums.

Im Vortrag geht es um neurobiologische Selbststeuerung, mit der wir unsere Gehirnleistung wirksam beeinflussen können. Im Vortrag werden wir auf die Bereiche näher eingehen, die wenige Zen-

timeter unter den Haaren sitzen. Durch wohlwollendes, praktisches Zuwenden uns selbst gegenüber, können wir unseren „Bio-Computer“ kognitiv, strukturell und emotional steuern. Die Möglichkeit auch in belastenden Situationen, zunehmendem Alter wach und aufmerksam handeln zu können, statt automatisch zu funktionieren, eröffnet neue Perspektiven.

Auch ein älteres Gehirn liebt es zu lernen. Ein interaktiver Vortrag, der zum eigenverantwortlichen Selbstmanagement einlädt. Voraussetzung für ein gutes Selbstmanagement trägt jeder in sich.

Eintritt: 6,00 Euro
mit PyrmontCard frei

Cult & Co
Alles was Frauen lieben!

Bad Pyrmont - Hauptallee
Tel. 05281 620656

Söckchen
von LIEBLINGSSTÜCK

9,90
bis
11,95
Euro

Öffnungszeiten:
M.–Fr. 10–13 Uhr und 14:30–18 Uhr
Sa. 10–14 Uhr
So. 14–17 Uhr



Die Veranstaltungen
im Dezember 2023:



Sonntag, 10. Dezember 2023 – 18:00 Uhr –
Klosterkeller in Lügde (unter dem Klostersaal)

Die Weihnachtsgeschichte von Charles Dickens

als Kino für die Ohren



Gelesen von Ensemblemitgliedern der Pyrmont Theater Company mit Thilo Prothmann, Carl-Herbert Braun, und Jörg Schade. Die berühmte Weihnachtsgeschichte um den geizigen Ebenezer Scrooge, 1843 er-

schienen, zählt zu den beliebtesten Werken von Charles Dickens. Der boshafte alte Geizhals wird am Weihnachtsabend vom Geist seines früheren Geschäftspartners Marley heimgesucht, der ihn vor einem schlimmen Schicksal warnt und drei weitere Geister für diese Nacht ankündigt. Die anfängliche Skepsis Scrooges wandelt sich im Laufe der Besuche durch die Geister zu tiefer Betroffenheit und Verachtung seines bisherigen Lebens. So wird aus einem Ekel schließlich der liebste Großvater aller Kinder. Karten zu dieser Veranstaltung gibt es im Vorverkauf über die Bad Pyrmont Touristinformation unter Tel. 05281 940511 oder an der Abendkasse.

Sonntag, 17. Dezember 2023 – 15:00 Uhr –
Park Residenz Bad Pyrmont

„Früher war mehr Lametta“

Ein Weihnachtsprogramm in Gedichten u. Texten

Die Weihnachtsvorfreude bekommt auf der Zielgeraden noch einmal ordentlich literarisches Futter. Von absurd – komisch bis heiter besinnlich. Geklärt wird auf jeden Fall die Frage, was der Weihnachtsmann eigentlich im Sommer macht, warum das Jesuskind lächelte und wie viele Weihnachtsmärkte man in einer Großstadt an einem Tag besuchen kann. Mit Geschichten unter anderem von Erich Kästner, Horst Evers und Heinz Erhard. Dargeboten und unter den Tannenbaum gelegt von Jörg Schade.

Karten für 21,00 Euro im Vorverkauf über die Bad Pyrmont Touristinformation im Infozentrum unter 05281 940511 oder unter www.theatercompany.de

Sonntag, 10. Dezember 2023 – 16:30 Uhr –
Wandelhalle

Pyrmont Pops

Adventskonzert der Musikschule Bad Pyrmont

Erleben Sie das traditionelle Weihnachtskonzert der Musikschule Bad Pyrmont im Rahmen des Erlebnisprogramms „Gesund&Glücklich“ am Sonntag, 10. Dezember 2023, um 16:30 Uhr in der Wandelhalle.

Traditionelle Weihnachtsmusik, aber auch Klassik und Pop, gespielt von dem musikalischen

Nachwuchs aus der Kurstadt sind zu hören. Ob Flöte, Violine, Violoncello, Klavier, Gitarre oder Schlagzeug: die jungen Musikerinnen und Musiker freuen sich auf zahlreiche Besucherinnen und Besucher.

Eintritt: 6,00 Euro
Mit PyrmontCard frei

Donnerstag, 28.12.2023 – 18:00 Uhr –
Christuskirche

Weihnachtsoratorium

Jauchzeit, frohlocket!

Nachdem unsere Kantorei im letzten Jahr das Weihnachtsoratorium von Johann Christoph Friedrich Bach auführte, probt sie seit August diesen Jahres unter der Leitung von Kantor Dirk Brödling an der bekanntesten Weihnachtsmusik der Musikgeschichte, dem Weihnachtsoratorium des Vaters Johann Sebastian Bach, der dieses Werk im letzten Quartal des Jahres 1734 komponierte.

Dieses Werk ist in sechs Kantaten unterteilt, von denen die ersten drei die eigentliche Weihnachtsgeschichte in großen Chören, Chorälen, Arien und Rezitativen erzählt. Diese ersten drei Kantaten stehen in diesem Jahr einmal

wieder auf dem Programm. Neben der Kantorei wirken die Gesangssolisten Christina Hilbert (Sopran), Bianca Daniela Gierok (Alt), David Heimbucher (Tenor), Andreas Elias Post (Bass) mit. Das Detmolder Orchester „La réjouissance“ ist mit Flöten, Oboen, Trompeten, Pauken und Streichern festlich besetzt.

Die Aufführung findet am 28.12.2023 um 18:00 Uhr statt in der Christuskirche statt. Ab Ende November können im Vorverkauf bei der Fürstenbuchhandlung Karten für 20,00 Euro (ermäßigt 15,00 Euro). An der Abendkasse kosten die Karten dann 25,00 Euro (ermäßigt 20,00 Euro).

Aktuelle Info Ticketshop

Der Ticketshop befindet sich in der
Touristinformation, Europa-Platz 1
Tel. 05281 151543, tickets@staatsbad-pyrmont.de

Aktuelle Öffnungszeiten
unter staatsbad-pyrmont.de

Nds. Staatsbad Pyrmont Betriebsges. mbH
Heiligenangerstr. 6, 31812 Bad Pyrmont



Dienstag, 12. Dezember 2023 – 16:30 Uhr – Wandelhalle

Was ist Osteopathie und wie wirkt sie

Vortrag von Wolfgang Bennefeld



Im Rahmen des Erlebnisprogramm Gesund & Glücklich beschäftigt sich am Dienstag, 12. Dezember 2023 um 16:30 Uhr in der Wandelhalle Wolfgang Bennefeld, in seinem Vortrag mit dem Thema „Was ist Osteopathie und wie wirkt sie“.

Osteopathie ist eine ganzheitliche Therapie, durch die Funktionsstörungen gelöst werden können. Hauptziel ist es, von den Symptomen zu den Ursachen der

Beschwerden vorzudringen. Bei einer osteopathischen Behandlung werden Bewegungszusammenhänge des gesamten Organismus reguliert, die natürlichen Gelenk- und Organfunktionen. In der Osteopathie wird nur mit den Händen gearbeitet. Durch Ertasten löst der Osteopath Funktionsstörungen und dringt dabei von den Symptomen zu den Ursachen der Beschwerden vor. Die Bewegungszusammenhänge des gesamten Organismus werden reguliert. Es ist eine ganzheitliche Therapie, bei der nicht eine Schmerzsituation lokal beseitigt wird, sondern die Ursache soll gefunden werden, die zu den Schmerzen geführt hat.

Wie läuft die Erstbehandlung ab? Nach einem ausführlichen Erfragen der Krankheitsgeschichte (Anamnese) der PatientInnen erfolgt eine gründliche manuelle und optische Untersuchung.

Dabei wird immer der gesamte Körper mit einbezogen und nicht nur die schmerzenden Körperregionen. Die Stellung und Funktion der einzelnen Muskeln und Gelenke werden bei der osteopathischen Untersuchung mit speziellen Techniken ebenso genau überprüft, wie die Beschaffenheit der übrigen Gewebe. Nach der Untersuchung stellt der Osteopath eine Diagnose, die dem ganzheitlichen Anspruch gemäß die Ergebnisse der Untersuchung sowie die einzelnen Symptome in einen Zusammenhang bringt.

Das schließt jedoch nicht aus, dass die Diagnose im Verlauf der anschließenden Behandlung weiter präzisiert werden kann. Denn auch während der gesamten Therapie verliert der kontinuierliche Untersuchungsaspekt nicht an Bedeutung.

Eintritt: 6,00 Euro
Mit PyrmontCard frei

Ab 18.11.23 jeweils wieder samstags, um 10:00 Uhr

Grüne Riesen in warmer Höhle

Führungen zu den Palmen im Winterquartier



Die großen, grünen Wahrzeichen von Bad Pyrmont bekommen bei den Temperaturen im November kalte Füße, deshalb sind sie Mitte Oktober in die historischen Palmenhäuser umgezogen. Wer die großen, grünen Riesen in

ihrer warmen Höhle besuchen möchte, der kann das ab dem 18.11.23 bis Ende März 2024 wieder jeden Samstag um 10:00 Uhr tun. Mit Ausnahme 23.12.23 und 30.12.23. Die Führungen zu den rund 250 Palmen finden in

den zwei größten und ältesten Palmenhäusern von Bad Pyrmont statt.

Unter der fachkundigen Leitung der GärtnerInnen erfahren die BesucherInnen wie die wertvollen Pflanzen des Staatsbades gepflegt werden, woher sie kommen, wie alt sie sind und vieles mehr.

Die Teilnahme kostet 8,00 Euro.
Mit PyrmontCard 5,00 Euro.

Tickets können online unter www.staatsbad-pyrmont.de/ Veranstaltungskalender erworben werden oder vor Ort in der Touristinformation.

Kronen-Lichtspiele

24.+25.+31.12. geschlossen. Wir wünschen frohe Festtage!

www.kronenlichtspiele.de

Dezember 2023

Fr+Mi, 01.+06.12.: 19.30 Uhr
So, 03.12.: 17.00 Uhr

WEISST DU NOCH
Sa, 02.12.: 17.00+Di, 05.12.: 19.30 Uhr

DIE UNSCHÄRFERELATION DER LIEBE
Sa, 02.12.: 19.30+Di, 05.12.: 17.00 Uhr

DAS NONNENRENNEN
So, 03.12.: 11.00 Uhr Matinée

MAMA AFRICA
So, 03.12.: 19.30 Uhr

DIE UNWAHRSCHEINLICHE PILGERREISE DES HAROLD FRY
Mo, 04.12.: 19.30 Uhr

DAS ZEN TAGEBUCH
Do, 07.12.: 15.00 Uhr

DREI MÄNNER IM SCHNEE
Do, 07.12.: 19.30+Sa, 09.12.: 17.00 Uhr

THE LOST KING
Fr+Di, 08.+12.12.: 19.30 Uhr

ANATOMIE EINES FALLS
Sa, 09.12.: 19.30+Di, 12.12.: 17.00 Uhr

INGEBORG BACHMANN
So, 10.12.: 11.00 Uhr Künstlermatinée

VERMEER Reise ins Licht
So, 10.12.: 17.00+Mi, 13.12.: 19.30 Uhr

IM TAXI MIT MADELEINE
So, 10.12.: 19.30 Uhr

DER GESANG DER FLUSSKREBSE
Mo, 11.12.: 19.30 Uhr

BARBIE
Do, 14.12.: 19.30 Uhr

MY BIG FAT GREEK WEDDING 3
Fr, 15.12.: 19.30 Uhr

EIN GANZES LEBEN
Sa, 16.12.: 17.00+Mo, 18.12.: 19.30 Uhr

DIE EINFACHEN DINGE
Sa, 16.12.: 19.30 Uhr

OPPENHEIMER
So, 17.12.: 11.00 Uhr Matinée

CHRISTO Walking on water
So, 17.12.: 17.00+Di, 19.12.: 19.30 Uhr

PAST LIVES
So, 17.12.: 19.30 Uhr

DER NAME DER ROSE
Di, 19.12.: 17.00+Mi, 20.12.: 19.30 Uhr

DIE RUMBA THERAPIE
Do+Mi, 21.+27.12.: 19.30 Uhr

ONE FOR THE ROAD
Fr+Do, 22.+28.12.: 19.30 Uhr
Sa, 30.12.: 17.00 Uhr

ENKEL FÜR FORTGESCHRITTENE
Sa+Do, 23.+28.12.: 17.00 Uhr
Sa, 30.12.: 19.30 Uhr

DAS NONNENRENNEN
Sa, 23.12.: 19.30+Mi, 27.12.: 17.00 Uhr

WOCHESENDREBELLEN
Di, 26.12.: 17.00+Fr, 29.12.: 19.30 Uhr

WEISST DU NOCH
Di, 26.12.: 19.30+Fr, 29.12.: 17.00 Uhr

BARBIE

KINDERKINO

Sa+So, 02.+03.12.: 15.00+Sa+So, 09.+10.12.: 15.00 Uhr

CHECKER TOBI und die Reise zu den fliegenden Flüssen
Sa+So, 16.+17.12.: 15.00+Di+Mi, 26.+27.12.: 15.00 Uhr
Sa, 30.12.: 15.00 Uhr

PAW PATROL
Sa, 23.12.: 14.30 Uhr+Do+Fr, 28.+29.12.: 14.30 Uhr

DAS FLIEGENDE KLASSENZIMMER

Kurzfilm: I FOLLOW YOU

- Schul- und Sondervorstellungen jederzeit möglich
- Kino zu mieten - Infos: 0178/2181852
- Geschenkgutscheine an der Kinokasse
- Kurzfilme jeden Tag vor dem Hauptfilm (spenden Sie 50 freiwillige Kurzfilmcent)



Kurgastehung des Staatsbad Pyrmont



In der Woche vom 28.10.2023-04.11.2023 waren Elfie und Joachim Buschmann aus Bedburg bei uns in Bad Pyrmont zum 10. Mal zu Gast. Die Buschmanns pflegen eine lange und innige Beziehung zu Bad Pyrmont. Sie fühlen sich im Kur- und Pflegehotel Senator sehr wohl und wünschen sich für die Zukunft, dass viele Gäste im Rahmen von Urlauben und besonders Rehabilitationen den Weg nach Bad Pyrmont finden. Denn nicht nur unser Bad Pyrmontener Quellwasser trage zu einem guten Gesundheitszustand bei, sondern auch die freundlichen Menschen, der Ort an sich und die hier entstandenen Freundschaften.

Sanitätshaus Bahmann
Ihr Ansprechpartner für Gesundheit
in Bad Pyrmont

**Wir wünschen Ihnen
eine frohe und besinnliche
Weihnachtszeit und einen
guten Rutsch ins neue Jahr!**



Zentrale Verwaltung, Werkstatt und Lager:
31812 Bad Pyrmont, Bahnhofstr. 62, Tel. 05281-607644
Ladengeschäfte: 31812 Bad Pyrmont, Brunnenstr. 15, Tel. 05281-160110,
32676 Lügde, Mittlere Str. 16, Tel. 05281-168623

DIE SPIELBANK.
BAD PYRMONT



Automatenspielbank Bad Pyrmont
Heiligenangerstraße 32, 31812 Bad Pyrmont
Tel. 05281/9349-0 Fax 05281/9349-51

Ab 21 Jahren • Ausweispflicht • Suchtrisiko – Beratung unter
www.bzga.de • www.spielbanken-niedersachsen.de



Elithera[®]
Gesundheitszentrum
Bad Pyrmont

**Termine nach
Vereinbarung**

- + Krankengymnastik
- + Manuelle Therapie
- + Haus- und Heimbesuche
- + Krankengymnastik
an Geräten
- + Arzt vor Ort



**05281
1659000**

Therapiezentrum Bad Pyrmont GmbH - Altenastraße 10a - 31812 Bad Pyrmont
www.elithera.de/badpyrmont

*Wir freuen uns
auf Ihren Besuch!*



NEU IN DER WANDELHALLE!

ENJOY
MASSIVHOLZMÖBEL
— MANUFAKTUR —

www.massivholzmoebel-hoexter.de

Salz & SoleGrotte
TerraPol

„Wie ein Tag am Meer...
in der Wandelhalle“

Info: 05281 6215100

Trinkkur mit den Bad Pyrmont
Heilquellen in der Wandelhalle

Helenenquelle
Der Hyllige Born
Friedrichsquelle

Trampel'sche Quelle
Wolfgangquelle
Hufelandquelle

Heilwasserausschank
Montag - Freitag
9-13 Uhr und 13:30-16 Uhr
Samstag, Sonntag, Feiertag:
10-13 Uhr und 13:30-17:30 Uhr

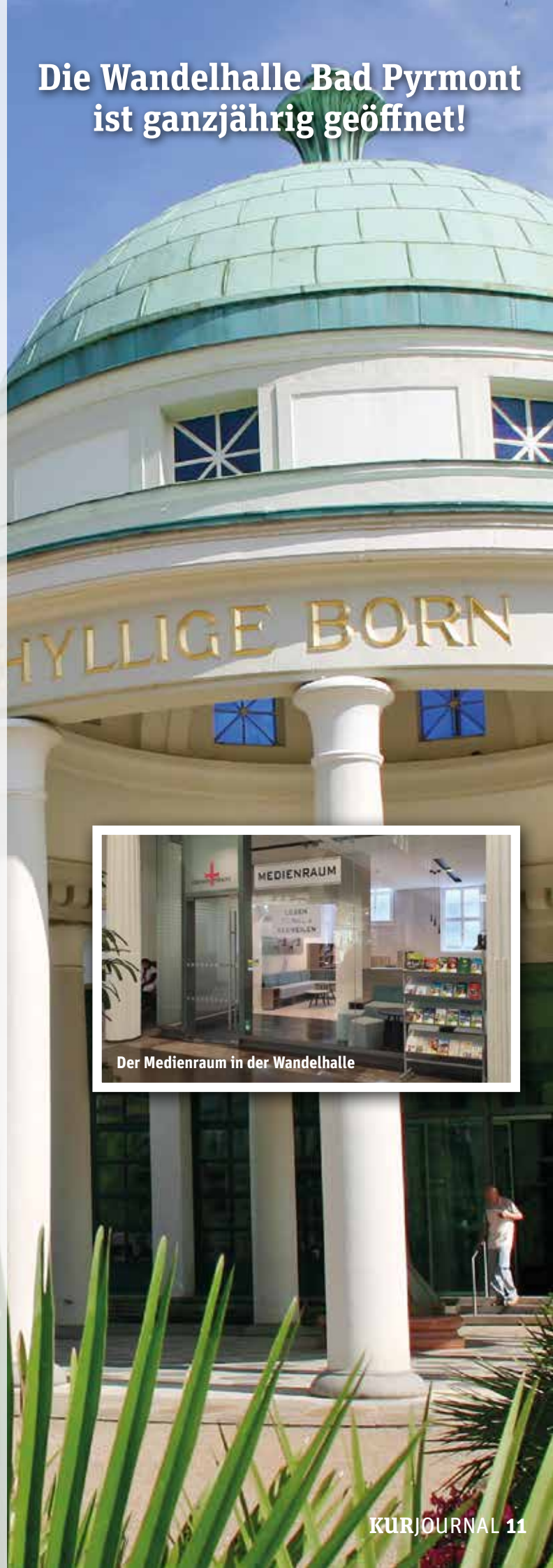
STAATSBAD PYRMONT
Gesundheit und Lebensfreude

Skarabäus
0171-2328194

Frohe Weihnachten und ein gesundes 2024

Skarabäus Art store & much more • Wandelhalle /Brunnenplatz 4 • 31812 Bad Pyrmont
www.skarabaeus-artstore.de - Open: Do - So 10.30 - 17 Uhr

**Die Wandelhalle Bad Pyrmont
ist ganzjährig geöffnet!**



Genießen Sie die Weihnachtszeit in Bad Pyrmont

RESTAURANT
PANORAMA
GRIECHISCHE SPEZIALITÄTEN IM HERZEN BAD PYRMONTS

Hauptallee 3 • Bad Pyrmont
Wir freuen uns auf
Ihren Besuch.
Familie Paschalis Kapialis

Öffnungszeiten:
Mo. - So. von 17:30-22:00 Uhr
Di., Fr. von 11:30-14:00 Uhr
und 17:30-22:00 Uhr
Sa., So. von 11:30-22:00 Uhr
Reservierung bitte unter
Telefon 05281 1684999

www.panorama-badpyrmont.de

**Argentinisches
Steakhaus**
seit über 33 Jahren
in Bad Pyrmont

SANTA ROSA
steak, fisch & mehr

vom Holzkohlen Grill

Innen-
& Außen-
Location!

Altenaustraße 4
Tel. (0 52 81) 60 77 26

Qualität pur!

Mit großer
Panorama-
Terrasse

BAR • LOUNGE
**CLUBHOUSE
RESTAURANT**
Est. 2001
TERRASSE

Öffnungszeiten
auf unserer Webseite

CLUBHOUSE RESTAURANT
Am Golfplatz 2
32676 Lügde
☎ 05281 9892794
✉ info@gc-clubhouse.de
www.gc-clubhouse.de




Weihnachtlich Shoppen & Genießen
unter den Arkaden

MARKKESLER
Photography & Film

Kosmetik-Institut
Dagmar Fosse

Reisebüro
Fröhlich

Arkade20
Architektur &
Stadtentwicklung

ACM
Agentur für Creative Marketing GmbH



Heiligenangerstr.
28-20

Brandenburger Tor
(Haupteingang Kurpark)

Heiligenangerstr.
18-8

Roberts
Café • Restaurant

Zur Winterzeit
auch im Januar & Februar in
gemütlichem Hüttenambiente
vor der Wandelhalle.

**Robert's
Hütte**



Eierpunsch

Teepunsch

Roibusch mit Gewürzen, alkoholfrei

Kakao

Mit Rum, Baileys oder Amaretto
Kaffeespezialitäten

Bier vom Fass
und vieles mehr...

**Wir freuen uns
auf Ihren Besuch!**

31812 Bad Pyrmont
Tel. 05281 160 88 66
www.roberts-cafe.de

RESTAURANT
EN CASA
SPANISCHE KÜCHE



SPANISCHE SPEZIALITÄTEN
& DEKOARTIKEL

Winter-Öffnungszeiten:
Di.-Fr. 17-22 Uhr, Sa. + So. 11:30-14:30 u. 17-22 Uhr
Hauptallee | Bad Pyrmont | Tel. 05281 1659007
www.restaurant-encasa.de

GASTHOF
Schellental

Jetzt von unserer
Winter-Speisekarte
genießen:

- Grünkohl mit lippischer
Kohlwurst (auch in vegan)
- Freilandgans mit Rotkohl
& Semmelknödeln
- Flammkuchen mit Ziegenkäse
- Burger mit Biorind

Winter-Öffnungszeiten

Fr. & Sa. ab 17 Uhr
So. ab 12 Uhr

**Bitte online
reservieren!**

www.schellental.de
Tel. (05281) 2369

Hotel Restaurant Cafe
an der Hauptallee

Inh. Achim Meyer



Kaiserplatz 1 • 31812 Bad Pyrmont
Tel: 05281 9420 • Fax: 05281 942199
info@hotel-an-der-hauptallee.de
www.hotel-an-der-hauptallee.de

Unser Restaurant ist das ganze Jahr
über für Sie geöffnet.
Auch an Sonntagen und Feiertagen.

Schlafen in historischem Ambiente:
Einzelzimmer ab 45,00 Euro inkl. Frühstück
Doppelzimmer ab 76,00 Euro inkl. Frühstück

Wir
wünschen unseren
Gästen ein frohes
Weihnachtsfest
und ein gutes
Neues Jahr!

STEIGENBERGER
HOTEL & SPA
BAD PYRMONT



WEIHNACHTS-BRUNCHBUFFET

IM STEIGENBERGER HOTEL & SPA

25.12.2023 12.00-14.00 UHR

inklusive Säften, Mineralwasser,
Heißgetränken und Sekt vom Buffet

Reservierungen nehmen wir gerne an unserer Hotelrezeption entgegen:
05281 1502 oder per mail empfang@bad-pyrmont.steigenberger.de

Steigenberger Hotel & Spa Bad Pyrmont - Heiligenangerstraße 2-4 - 31812 Bad Pyrmont

55€
pro Person



Samstag, den 09. Dezember
von 11.00 bis 18.00 Uhr

Nikolausmarkt

Stimmen Sie sich auf die Weihnachtszeit ein und besuchen Sie unseren Nikolausmarkt. Es erwartet Sie ein winterliches Programm mit zahlreichen Ausstellungsständen und weihnachtlichen Köstlichkeiten.

DANA Seniorenresidenz Brunnenkolonnaden
Brunnenstraße 15, 31812 Bad Pyrmont



Auch in diesem Jahr die
Festtagsmenüs zum
Mitnehmen und
zu Hause genießen.

Bestellungen nehmen wir
ab sofort gerne für Sie an!

Telefon: 0 52 81 - 60 87 30



www.dana-gmbh.de

www.werbegemeinschaft-bad-pyrmont.de präsentiert:

15. - 17.12.2023: Adeliges Wintervergnügen
- Großer Festumzug am 17.12. ab 14.30 Uhr -

Weihnachts MARKT

Bad Pyrmont · Brunnenplatz



VERKAUFSOFFENER SONNTAG 17.12. 13 - 18 UHR

27. November - 30. Dezember 2023

Schinkenkrug

RESTAURANT · BIERHAUS · CAFÉ

Moderner, wetterunabhängiger, beheizbarer Biergarten mit Lounge im Außenbereich auf der historischen Hauptallee.

Schinkenkrug Bad Pyrmont GmbH & Co. KG
- Auf der Hauptallee -
Heiligenangerstraße 5 · Bad Pyrmont
Telefon: 05281 6212925

Wir verwöhnen Sie
tägl. von 11:30-21:00 Uhr
mit Leckereien aus
unserer durchgehend
warmen Küche.

Saftige Angus-Steaks
in vielen Variationen

Große Schnitzelkarte

Selbstgemachte Kuchen

Vom Faß: Veltins Pils,
Original Budweiser,
König Ludwig dunkel,
Zwick'l Kellerbier

Wir freuen uns
auf Ihren Besuch!



www.schinkenkrug-pyrmont.de
Facebook: Schinkenkrug



Gesundheitszentrum KÖNIGIN-LUISE-BAD

Ein Betriebsteil der Niedersächsisches Staatsbad Pyrmont Betriebsgesellschaft mbH · Heiligenangerstraße 6 · 31812 Bad Pyrmont

Funktionstraining wegen muskulärer Haltungsschwäche

Wir sitzen zu viel, bewegen uns zu wenig, legen selbst geringe Entfernungen mit dem Auto zurück. Einseitige Belastung im Alltag oder arbeitsbedingte Fehlhaltung ziehen unsere Wirbelsäule besonders in Mitleidschaft. In dieser Therapieform helfen Ihnen kompetente Übungsleiter, falsche Bewegungsmuster des täglichen Lebens zu erkennen und zu beseitigen. Der Hausarzt kann dieses Trainingsprogramm verordnen, so dass die Kosten von Ihrer Krankenkasse übernommen werden.

Das Training wird vom Staatsbad Pyrmont in Kooperation mit der Rheuma-Liga Niedersachsen e.V. angeboten.

Yoga für Kurgäste

Termin: Dienstags ab 19:30 Uhr
Kursleitung: Frau Liss
Gebühr: 10,00 Euro
Anmeldung Tel.: 05281/620868

Osteopathie: Die sanfte Behandlungstechnik

Termine nach Vereinbarung

Das Prinzip dieser sanften Behandlungstechnik basiert auf der Aktivierung der Selbstheilungskräfte. Nach einer ausführlichen Befunderhebung erfolgt eine gründliche manuelle und optische Untersuchung. Dabei wird immer über die schmerzende Körperregion hinaus der gesamte Körper einbezogen. Ausschließlich mit manuellen Techniken löst

der Osteopath Funktionsstörungen und dringt dabei von den Symptomen zu den Ursachen der Beschwerden vor. Funktionszusammenhänge des gesamten Organismus werden reguliert und normalisiert.

Preis: 36,00 Euro (20 Minuten)
70,00 Euro (45 Minuten)
95,00 Euro (70 Minuten)
zzgl. 7 % MwSt.
sofern kein Privatzept vorliegt

Kursanmeldung

Gerne können Sie sich direkt vor Ort im Gesundheitszentrum KÖNIGIN-LUISE-BAD anmelden. Bombergallee 1
Telefon 05281/151703

Sie können sich auch über die Website anmelden:
www.gesundheitszentrum-klb.de

Kursanmeldung

für Versicherte AOK Niedersachsen
Wenn Sie einen Gutschein der AOK Niedersachsen für die Teilnahme an einem Präventionskurs haben, so melden Sie sich bitte direkt im Gesundheitszentrum KÖNIGIN-LUISE-BAD an. Die Anmeldung über das elektronische Reservierungstool ist hier nicht möglich.

Befreiend & erfrischend Sole-Inhalationen

Das Naturheilmittel Sole wird als Wannenbad, in der Bewegungstherapie und auch 0,6–2 %ig zum Inhalieren an modernen Einzelapparaten eingesetzt.

Besonders bei:

- Erkrankungen der Atemwege
- Erkältungskrankheiten
- allergisch bedingtem Bronchialasthma, chronischem Bronchialkatarrh finden Menschen Linderung ihrer Beschwerden.

Gerne können Sie sich direkt im Gesundheitszentrum KÖNIGIN-LUISE-BAD anmelden.

Bombergallee 1,
Telefon 05281/151703

Die Kursgebühr

ist mit der Anmeldung zu entrichten. Für alle Kurse gilt: bei Stornierung seitens des Teilnehmenden ist eine Gebühr von 10,00 Euro zu entrichten.



Das Gesundheitszentrum KÖNIGIN-LUISE-BAD

wurde benannt nach Königin Luise von Preußen, die mehrmals in Bad Pyrmont kurte. Es ist das zentrale Gesundheitszentrum des Staatsbades Pyrmont. Hier finden alle Therapien für Kurgäste und Patienten der Region statt.

Ein kompetentes Therapeutenteam bietet Ihnen Bewegungstherapien, Krankengymnastik, Solebewegungsbäder, Massagen, Lymphdrainagen, Entspannungstherapien, Inhalationen, Naturmoorpackungen und -bäder, Solewannenbäder, CO₂-Quellgasbäder, Ernährungsberatung sowie Gesprächskreise zur Gesundheitsbildung.

Heilpraktiker und Fachärzte für Innere Medizin, Psychotherapeutische Medizin, Orthopädie, und Physikalische Medizin sowie vier Badeärzte stehen Ihnen im KÖNIGIN-LUISE-BAD zur Verfügung. Außerdem haben Sie im KÖNIGIN-LUISE-BAD Ihre Ansprechpartnerin für Ihren Aufenthalt bei uns in Bad Pyrmont. Die Gästemanagerin steht Ihnen gerne unter 05281/151515 oder info@staatsbad-pyrmont.de zur Verfügung. Das Besondere an der Bad Pyrmont Kur ist der Dreiklang von Bewegung, Entspannung und der Freude an der Natur. Muße und Ruhe stehen im Vordergrund Ihres Aufenthaltes. Erfahrene Ärzte, Therapeuten und Psychologen stehen Ihnen während Ihrer Kur beratend zur Seite.

Therapieangebote KÖNIGIN-LUISE-BAD

Indikationen

- Chronisch degenerative Wirbelsäulen- und Gelenkerkrankungen
- Rheumatische Erkrankungen
- Orthopädische Erkrankungen
- Herz-/Kreislaufkrankungen
- Hauterkrankungen
- Psychosomatische Erkrankungen
- Allgemeine Erschöpfungszustände

Naturheilmittel

- Naturmoorpackungen
- Naturmoorbreibäder
- Solewannenbäder
- Kohlensäure-Eisenbäder
- Stangerbäder
- Kneipp'sche Güsse
- CO₂-Quellgasbäder
- Sole-Photo-Therapie

Therapieangebote

- Osteopathie
- Manuelle Therapie
- Bobath-Therapie (für Erwachsene)
- PNF (Proprioceptive Neuro-muskuläre Faszilitation)
- Craniomandibuläre Therapie (CMD)
- Skoliosetherapie
- Krankengymnastik
- Krankengymnastik mit Extension

- Krankengymnastik im Solebad einzeln und Gruppe
- Beckenbodengymnastik
- Craniosakraltherapie
- Atemtherapie
- Autogenes Training und PMR
- Funktionstraining
- Pilates-Kurse
- QiGong-Kurse
- Eltern-/Kind-Schwimmen im Solebad
- Aqua-Fitness-Kurse
- Klassische Massage
- Bindegewebsmassage
- Reflexzonenmassage
- Unterwasser-Druckstrahlmassage
- Honigmassage
- Kräuteröl-Fußmassage
- Lymphdrainage
- Apparate-Inhalation
- Akupunkturmassage nach Penzel

Niedersächsisches Staatsbad Pyrmont
Betriebsgesellschaft mbH

**Gesundheitszentrum
KÖNIGIN-LUISE-BAD
Bombergallee 1
31812 Bad Pyrmont**

Tel. 05281 15-1703

**Tel. Beratung Kuren:
05281 15-1515**

info@staatsbad-pyrmont.de

Selbsthilfegruppe „Knochengesundheit & Osteoporose“ geht mit neuen Kursen ins neue Jahr

Beckenbodentraining und weitere Kurse ab Januar.

Jetzt anmelden!

Die Selbsthilfegruppe (SHG) „Knochengesundheit & Osteoporose e.V.“ hat ab Januar 2024 wieder einiges zu bieten, um die Gesundheit ihrer Mitglieder zu fördern und die Fitness zu steigern. Und so starten dann wieder neue Kurse, zu denen sich die Interessierten jetzt anmelden sollten.

Beckenbodentraining

- Der Kurs 1 findet an 8 Terminen vom 31.01.2024 bis 20.03.2024 statt. Diese Termine sind jeweils mittwochs um 17:00 Uhr in der Klinik DER FÜRSTENHOF.
- Die Teilnahmegebühr beträgt 40,00 Euro, (Kurs wird nicht von den Krankenkassen erstattet).
- Eine rechtzeitige Anmeldung ist erforderlich, und man kann sich bis zum 14.01.2024 bei Alexandra Rieken anmelden unter der Telefonnummer 05155-2798895 oder shg-knochengesundheit-badpyrmont@mailbox.org
- alls jemand den ersten Kurs verpassen sollten, ist bereits ein zweiter Kurs für den Herbst geplant.

Wer an Wasser- oder Trockengymnastik teilnehmen möchte, ohne sich langfristig an einen Verein binden zu müssen, der kann ab 2024 mit einer neuen Mitgliedschaft mit verkürzten Laufzeiten von 3 und 6 Monaten starten. Diese Mitgliedschaften bieten ultimative Flexibilität.

- Die verkürzten Mitgliedschaften enden automatisch, sodass sich niemand Gedanken über Verlängerungen machen muss.
- Die Mitglieder zahlen den Mitgliedsbeitrag entsprechend ihrer Laufzeit, zuzüglich eines Selbstzahlerbeitrags von 5,00 Euro pro aktiver Teilnahme an der Gymnastik. Bei einer Laufzeit von 3 Monaten beträgt der Mitgliedsbeitrag 15,00Euro, und bei einer Laufzeit von 6 Monaten sind es 24,00 Euro.

Mehr Informationen zum Verein und den aktuellen Terminen gibt es unter <https://shgosteoporosebp.clubdesk.com/> Dort gibt es auch noch weitere Infos über weitere Aktivitäten.



Beckenbodentraining sowie Wasser- und Trockengymnastik bietet die Selbsthilfegruppe ab Januar wieder an.



Öffnungszeiten HUFELAND Therme

Mo. 13:00–21:00 Uhr
 Di., Mi., Do. 09:00–21:00 Uhr
 Fr., Sa. 09:00–22:00 Uhr
 So. 09:00–21:00 Uhr

Heiligabend geschlossen

25.12. und 26.12.2023: 14:00–20:00 Uhr

Silvester geschlossen

01.01.2024: 14:00–20:00 Uhr



Bad Pyrmont · Forstweg 17 · **HUFELAND Therme** Tel. 05281 151750 · www.hufeland-therme.de

Ein Betriebsteil der Niedersächsisches Staatsbad Pyrmont Betriebsgesellschaft mbH, Heiligenangerstraße 6 · 31812 Bad Pyrmont

Meersalzgrotte

Für die heilende Wirkung salzhaltiger Luft ist es möglich, an die Küste oder in einen Salzstollen zu reisen, oder Sie kommen einfach zu uns. In der ersten Salzgrotte Deutschlands herrscht ganzjährig ein äußerst gesundes, angenehmes, warmes Klima, in dem wertvolle Mikroelemente wie Jod, Magnesium, Eisen, Kalium und Kalzium in extrem hoher Konzentration freigesetzt werden. Das lindert in kürzester Zeit verschiedene Beschwerden wie Allergien oder Atemwegsbeschwerden, und schützt auch vor Infekten. Es entspannt durch ein faszinierendes Ambiente aus Salzpapfen, Farbspielen und angenehmer Musik. Das Meersalz auf dem Boden und an der Decke sowie das Steinsalz an den Wänden verbinden vollkommen die natürlichen Eigenschaften des typischen Seeklimas mit den spezifischen Bedingungen in den natürlichen Salzkammern, die in Bergwerken herrschen. Die gesunde Ausstrahlung des Salzes haben Wissenschaftler von der Krim entdeckt. Die



ersten Salzgrotten wurden dort errichtet. Zu den krim'schen Grotten kamen auch die ersten Kosmonauten, um dort ihren Organismus nach anstrengendem Weltraumflug zu regenerieren.

Anmeldung: Tel. 05281/151750

Nutzen Sie für aktuelle Informationen auch gerne unsere Internetseite www.hufeland-therme.de

HUFELAND Therme

Schwimmen in der Solewelt

Erwachsene 2,5 Std 15,00 €
 bis 4 Std 17,00 €
 ganztägig 19,00 €

Kinder 2,5 Std 5,50 €
 4-16 Jahre bis 4 Std 7,00 €
 ganztägig 8,00 €

Kombi Sole- und Saunawelt

Erwachsene 2,5 Std 22,00 €
 bis 4 Std 24,00 €
 ganztägig 26,00 €

Kinder 2,5 Std 9,00 €
 4-16 Jahre bis 4 Std 11,00 €
 ganztägig 12,00 €

Familien 2,5 Std 44,00 €
 bis 4 Std 48,00 €
 ganztägig 52,00 €

Ermäßigung mit der PyrmontCard Basic

1,50 € auf den Kombitarif Sole- und Saunawelt

Ermäßigung mit der PyrmontCard Plus

Täglich einmalig kostenfreier Eintritt für 1,5 Std.

Ermäßigung mit der PyrmontCard 365

1,50 € auf den Eintritt in die Solewelt (nur Schwimmen) und 3,00 € auf den Kombitarif Sole- und Saunawelt; exklusiv täglich 1,5 Std. Sole- und Saunawelt für 16,00 € (Einzeleintrittspreis) oder 32,00 € (Familieneintrittspreis)

Winterzauber
 ab November
 Die Gastronomie in der Hufeland-Therme
Schröders.

Genießen Sie unsere gemütliche Alm-Atmosphäre

Tischreservierung erbeten unter 0151 20126150 oder per E-Mail an oesdorf@t-online.de



ACM Agentur für
Creatives Marketing

*Frohe Weihnachten und ein gutes
Neues Jahr 2024*

*wünscht Ihnen Joachim Konarek
und das ganze Kurjournal-Team*

 **Lokalquelle.de**
Online-Nachrichten-Portal & Marktplatz

Lokaler Anbieter für
Bad Pyrmont, Lügde und
Umgebung. Täglich aktuell.



VERSCHENKEN SIE LEBENSFREUDE

Unsere Geschenkidee: Buchen Sie Ihren Gutschein
für die HUFELAND Therme, für Veranstaltungen oder
das Gesundheitszentrum KÖNIGIN-LUISE-BAD
online mit den abgebildeten QR-Codes



Gutschein
HUFELAND Therme



Gutschein
Gesundheitszentrum
KÖNIGIN-LUISE-BAD



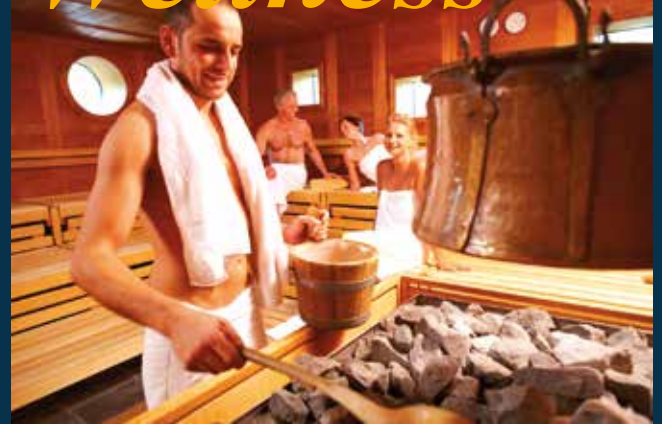
Gutschein
Veranstaltungen

Informationen unter
www.staatsbad-pyrmont.de

Nds. Staatsbad Pyrmont Betriebsges. mbH
Heiligenangerstr. 6, 31812 Bad Pyrmont


STAATSBAD PYRMONT
Gesundheit und Lebensfreude

Hufeland Therme Sauna & Wellness



*Drei finnische Saunen, eine davon
ausschließlich für Frauen, ein Sanarium,
ein Blütendampfbad und ein einzigartiges
Schneeparadies im Innenbereich.
Außerdem unser märchenhaft schöner
Saunagarten mit finnischer Sauna,
sibirischer Banja, Erdsauna und
Kelosauna, großem Kaltschwimmbecken,
Schweigehaus und Duschmonolith -
traumhaft gelegen in der freien Natur
mit Blick über Bad Pyrmont.*

HUFELAND Therme
Forstweg 17 – 31812 Bad Pyrmont
Telefon 05281/151750
info@hufeland-therme.de
www.hufeland-therme.de

Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen der HUFELAND Therme.
Die HUFELAND Therme ist ein Betriebsteil der Niedersächsisches Staatsbad
Betriebsgesellschaft mbH

LANDGRAFEN-Klinik vom Staatsbad Pyrmont in Bad Nenndorf:

Gesundheit, Leistungsfähigkeit, Vitalität und Lebensfreude – Landtagsabgeordneter Beck zu Besuch



Foto (v.l.n.r.): Verwaltungsleiterin Inna Beck und Geschäftsführer Dr. Maik Fischer zeigen MdL Jan-Philipp Beck bei einem Rundgang die LANDGRAFEN-Klinik.

Medizinische Rehabilitations-einrichtungen spielen eine immer wichtigere Rolle in unserem Gesundheitssystem. Jährlich erhalten ca. 1,6 Millionen Patientinnen und Patienten in über 1000 Vorsorge- und Rehaeinrichtungen in ganz Deutschland Hilfe nach verschiedensten (Vor-) Erkrankungen, um nach entsprechenden Rehabilitationsmaßnahmen wieder am gesellschaftlichen und beruflichen Leben teilnehmen zu können.

Bei einem Besuch der LANDGRAFEN-Klinik in Bad Nenndorf konnte sich der heimische SPD-Landtagsabgeordnete Jan-

Philipp Beck vor Ort über die vielfältigen Therapie- und Behandlungsangebote informieren. Das besondere an Bad Nenndorf als Heilbad ist, dass es durch die geologische Vielfalt in der näheren Umgebung sowohl Thermal- und Heilwasserquellen, Mineral- und Solequellen als auch Moore aufweist, die im Zuge von hochmodernen Therapieformen bei den unterschiedlichsten Gesundheitsfragen Anwendung finden. Dabei hat sich die LANDGRAFEN-Klinik in der Indikation „Orthopädie“ mit einem breiten Behandlungsangebot spezialisiert, betrachtet jedoch den Menschen ganzheitlich und erstellt

für jeden ein individualisiertes Therapieangebot. Die Patientinnen und Patienten verbringen dabei in der Regel 18–25 Tage in der Klinik, die 187 Betten umfasst, und werden durch qualifizierte Fachkräfte behandelt und betreut.

„Ich freue mich, dass wir mit der LANDGRAFEN-Klinik eine hochspezialisierte Rehabilitationsklinik im Bereich der Orthopädie in Bad Nenndorf haben. Vor den Toren Hannovers wird somit ein breites Spektrum an ambulanten und stationären Vorsorge- und Rehabilitationsleistungen angeboten, von dem nicht nur die Patientinnen und Patienten profitieren, sondern sicherlich auch die gesamte Region,“ betont Beck.

In einem fachlichen Austausch mit dem Geschäftsführer Dr. Maik Fischer, der die beiden Niedersächsischen Staatsbäder Pyrmont und Nenndorf leitet, und Klinik-Verwaltungsleiterin Inna Beck wurden nicht nur nicht die klassischen Anschlussrehabilitationsmaßnahmen nach orthopädischen und unfallchirurgischen Operationen thematisiert, sondern insbesondere auch die zukunftsorientierte medizinische Rehabilitation in der Gesundheit- und Arbeitspolitik.

„Leider sind die Ausgaben für eine Rehabilitationsmaßnahme durch den sogenannten „Reha-Deckel“ begrenzt. Das Reha-Budget ist somit oft nicht auskömmlich, um den wesentlich höheren Bedarf zu decken.“

Die Budgets orientieren sich immer noch an den Entwicklungen der Bruttolöhne und -gehälter der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer anstatt am tatsäch-

lichen Bedarf des Patienten,“ so Fischer. Es sei demnach dringend erforderlich, das Budget an die Notwendigkeit von Maßnahmen zu koppeln. In diesem Zusammenhang gelte auch die Devise „Prävention vor Rehabilitation, Rehabilitation vor Rente und Pflege“.

„Angesichts der steigenden Lebensarbeitszeit und eines späteren Renteneintrittsalters wird es zunehmend wichtiger, verstärkt Maßnahmen zur kontinuierlichen Aufrechterhaltung der Gesundheit zu ergreifen,“ meint Beck. „Insbesondere muss aber auch die aktive Teilhabe am gesellschaftlichen Leben gewährleistet werden.“

Es wird in Zukunft darauf ankommen, dass sich alle Verantwortlichen, wie beispielsweise Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber, Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer sowie die Träger der Sozialversicherungen frühzeitig um die Vorsorge und Prävention für ein gesundheitsorientiertes und beschwerdefreies Leben bemühen. So soll die „Beeinträchtigung der Erwerbsfähigkeit“ beseitigt und das „vorzeitige Ausscheiden aus dem Erwerbsleben“ verhindert werden.

Abschließend bedankte sich Jan-Philipp Beck für den konstruktiven Austausch und den informativen Einblick in den Klinikalltag: „In Zeiten eines veränderten Gesundheitsbewusstseins versteht es die LANDGRAFEN-Klinik, auf die individuellen Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten einzugehen und mit einem umfassenden Therapieangebot zu versorgen. Gern nehme ich die gewonnenen Eindrücke für meine weitere Arbeit mit nach Hannover.“

Bad Pyrmont unter den 10 schönsten Kleinstädten in Niedersachsen

Die Reisereporter empfehlen die Kurstadt an 5. Stelle

„Niedersachsen ist nach Bayern das flächenmäßig zweitgrößte deutsche Bundesland und erstreckt sich von der Nordseeküste bis zu den nördlichen Ausläufern der deutschen Mittelgebirge im Süden. Kein Wunder also, dass das Bundesland so viel zu bieten hat: Küste, Flüsse, Heide, Seen, Wälder und Berge – und natürlich jede Menge schöner Städte“. So beschreiben es die Reisereporter und empfehlen ihren LeserInnen doch einmal die Kleinstädte abseits der Großstädte zwischen Harz, Heide und Nordseeküste zu besuchen: „Es gibt allerlei spannende und schöne Orte. Von maritim bis märchenhaft – in diesen Kleinstädten lohnt sich ein Besuch“, schreibt die Verfasserin Luisa Ziegler. Und: „Bekannte Orte wie Hannover, Braunschweig oder Oldenburg kommen einem da wahrscheinlich zuerst in den Sinn.“

Doch abseits der Großstädte gibt es in Niedersachsen auch viele kleine Perlen, die mindestens genauso schön sind. Wenn du auf der Suche nach den besten Fachwerkhäuser-Fotospots bist oder auf den Spuren von Märchen, Mittelalter oder Mühlen wandeln willst, solltest du diese schönen Kleinstädte in Niedersachsen unbedingt besuchen.“

An erster Stelle steht die Nordseeinsel Norderney, die natürlich als Insel-Stadt mit dem Meer und den schönen Stränden, Dünen punkten kann. Im Ortskern mit vielen Geschäften, Restaurants, Cafés und Kneipen findet der Großteil des

Insellebens statt. Auch der Hafen befindet sich hier, ebenso wie das bei vielen Gästen beliebte Thalasso-Zentrum mit Meerwasserbad und einem großen Sauna- und Spa-Bereich.

Platz zwei belegt dann die Stadt Bückeburg. Hauptattraktion in der malerischen Kleinstadt ist sicherlich das Schloss Bückeburg. Seit rund 700 Jahren ist das Anwesen der Wohnsitz des Fürstenhauses zu Schaumburg-Lippe. Umgeben von einem Landschaftspark im englischen Stil, liegt das Märchenschloss auf einer Insel nahe dem Zentrum. Zum Fürstenschloss gehört außerdem die einzige Fürst-



liche Hofreitschule in Deutschland. An dritter Stelle stellen die Reisereporter Borkum vor. Sie ist die größte der Ostfriesischen Inseln und bekannt unter anderem für das wohltuende Klima: Neben Helgoland kann sie als einzige deutsche Insel mit Hochseeklima und pollenarmer, jodhaltiger Luft punkten und bietet damit beste Bedingungen für Allergikerinnen und Allergiker. Doch gesunde Luft ist aber längst



Fotos: Der Kurpark wird als „Ruheoase mitten in der Kleinstadt“ angepriesen. Und auch die Quellen und die Trinkkur werden von den Reisereportern erwähnt.

nicht das einzige Argument für einen Besuch in der Insel-Kleinstadt. Platz vier belegt die Stadt Braunlage. Sie ist das „Herz im Harz“, liegt mitten im Naturpark Harz. Das einst abgelegene Berg- und Hüttendorf

einer Ruheoase mitten in der Kleinstadt“, schreiben die Reisereporter. Und weiter: „Erholung finden Besucherinnen und Besucher auch in den heilenden Quellen, für die der traditionsreiche Kurort am Rande des Weserberglands seit jeher bekannt ist. 19 Quellen sprudeln im Pyrmontener Tal und speisen Innen- und Außenbecken in der Hufeland-Therme. In der Wandelhalle werden die Heilwässer außerdem als Trinkkur ausgeschrieben. Einzigartig in Europa ist die sagenumwobene Dunsthöhle auf einem alten Steinbruchgelände mitten in Bad Pyrmont. In einer Tiefe von rund 4000 Metern befindet sich ein erkaltender Magmaherd, der unaufhörlich Kohlendioxid ausstößt. Besucherinnen und Besuchern wird anhand von Versuchen gezeigt, dass das Naturphänomen noch heute sprudelt. Auch das Schloss in Bad Pyrmont ist natürlich einen Besuch wert. Der Renaissance-Bau aus dem frühen 18. Jahrhundert wird heute als Museum mit Dauerausstellung zur Stadt- und Badegeschichte genutzt. In den beiden Innenhöfen finden Feste, Theater- und Musikveranstaltungen im Rahmen des „Pyrmontener Sommers“ statt.“ Eine schöne Werbung für die Kurstadt Bad Pyrmont. Und ein wunderschönes Foto vom Kurpark runden die Empfehlung ab.

ist heute ein staatlich anerkannter Luftkurort, beliebter Wintersportplatz und einer der lebhaftesten Ferienorte im Oberharz. Ein Höhepunkt ist der 971 Meter hohe Wurmberg, der nördlich der Stadt emporragt. Im Winter herrschen beste Bedingungen fürs Skifahren, Snowboarden und Rodeln.

Bad Pyrmont belegt bei dem Ranking der schönsten Kleinstädte in Niedersachsen bei den Reisereportern den fünften Platz: „Palmen in Niedersachsen? Die gibt es in Bad Pyrmont, und zwar in großer Menge. 300 Palmen und über 200 subtropische Kübelpflanzen sorgen im Palmengarten des Bad Pyrmontener Kurparks für mediterranes Urlaubsfeeling.“

Ein barockes Alleensystem und ein englischer Landschaftsgarten machen die große Grünanlage zu

Auf den Plätzen 6 bis 10 folgen die Städte Esens, Bad Bentheim, Diepholz, Schneverdingen und Bad Iburg.

Adventsmeditation

Donnerstag, 7.12. 18.30 - 19.30



Mit Edith Mertensmeier
im Vortragsraum der
Paritäten, Tagespflege,
Bad Pyrmont,
Schillerstraße 15



„Ayurveda meets Ewilpa“ – ein Rundgang in und mit der Natur von Bad Pyrmont

Sylke Bukowski und Silke Schauer führen durch den Wildpflanzenpark



Ewilpa
Stiftung
EssbareWildpflanzenParks



Fotos: Eindrücke vom Rundgang

Zweimal im Jahr sind die beiden gemeinsam auf dem Ewilpa-Rundweg unterwegs, führen Interessierte und erzählen viel Wissenswertes über die essbaren Wildpflanzen. Sie erklären, wie die indische Heillehre des Ayurveda mit den heimischen

dem Spaziergang gezeigt. Sylke Bukowski ist ausgebildete Fachberaterin für die Selbstversorgung mit essbaren Wildpflanzen und Silke Schauer ist ausgebildete Ayurveda Ernährungs- und Gesundheitsberaterin. Gemeinsamen führten die beiden unterhaltsam und informativ durch die faszinierende Welt der heimischen, essbaren Wildkräuter. Dabei zeigte sich nicht nur, wie die Natur uns passend zur Jahreszeit die besten Heilkräuter sozusagen direkt vor die Nase setzt, sondern es wurde auch dargestellt, dass die ayurvedischen Prinzipien ebenfalls hier in Mitteleuropa zu finden sind und hier auch mit regionalen Mitteln angewendet werden können.

Für viele ist der Ayurveda eine Heilkunde, die nur mit indischen Gewürzen und Zutaten durchgeführt werden kann. Dass das auch regional und lokal funktioniert, hat Silke Schauer den TeilnehmerInnen anschaulich dargestellt. Unter dem Titel „Ayurveda meets Ewilpa“ ging es vor allen Dingen darum, den Menschen begreifbar zu machen, dass alles bei uns ayurvedisch betrachtet und genutzt werden kann. Dass Ayurveda keine rein indische Ernährung ist, sondern dass jedes Kraut ayurvedisch nach den Prinzipien Vata, Pitta und Kapha eingesetzt werden kann. Sozusagen Ayurveda regional, lokal und saisonal.

Wie lecker Ayurveda mit Ewilpa-Zutaten ist, bewies Silke Schauer, die aus geernteten Kornellkirschen vom Pyrmontener Ewilpa ein Chutney einen Tag zuvor hergestellt hatte und nun zur Verkostung anbot. „Mir war bewusst, wie sauer die Kornellkirschen schmecken, mir ist bewusst, wie gesund die Kornellkirsche als Vorbereitung für den Winter ist - was mir definitiv nicht bewusst war: wie wenig Fruchtfleisch ich aus einer kleinen Kirsche kriege und wie schwer der Kern sich ent-



fernen lässt“, lacht Silke Schauer bei der Verkostung. Und so hatte sie das Chutney noch mit Datteln gestreckt, was eine wunderbare süßliche Note dem Ganzen zufügte. „Eine gute Handvoll Medjoul Datteln dazu, eine Handvoll Kornellkirschen zusammen mit Zwiebeln und Gewürzen verkocht, haben eine vorzügliche Mischung ergeben“. Und die TeilnehmerInnen waren begeistert – sehr lecker.

Den nächsten Kräuterspaziergang „Ayurveda meets Ewilpa“ gibt es wieder am 25.05.2024 und am 23.08.2024.



Wildpflanzen im Pyrmontener Park zusammenpassen. Sie, das sind die beiden Expertinnen Sylke Bukowski und Silke Schauer vom Staatsbad Pyrmont. Und so war es auch wieder in diesem Herbst.

Der Spätsommer zauberte wieder die besten Wild- und Heilkräuter direkt vor die Haustür, damit sie uns jetzt fit und gesund durch den Winter begleiten. Wie das geht und welche Kräuter das sind, das haben die beiden bei



„Gesundheitsstipps für den Alltag“

Wie gesund ein Mensch ist und wie alt er wird, liegt auch an der Ernährung und an vielen weiteren Faktoren wie Bewegung, Job, Stress und vielen Themen mehr. In unserer Reihe „Gesundheitsstipps für den Alltag“ möchte das Staatsbad Pyrmont den LeserInnen des Kur-Journals Tipps für zuhause geben, damit Sie gesund und fit bleiben oder werden. Heute geht es bei der Ernährungsberaterin Maya Tessarz um das Thema:

Neujahrsvorsätze? So gelingt's!

„Gut ist der Vorsatz, aber die Erfüllung ist schwer.“ Das wusste bereits Goethe. Aber wie schaffen wir es, unsere Vorsätze einzuhalten? Zum Jahreswechsel zeigen Vorsätze den Willen vieler Menschen, sich selbst oder ihre Lebensqualität zu verbessern. Die meisten werden es jedoch kennen: die Vorsätze werden zu Vorhaben, die doch nicht umgesetzt werden. Dafür gibt es verschiedenste Gründe. Damit es in diesem Jahr endlich funktioniert, stelle ich Ih-

nen hier die SMART-Methode vor. SMART steht für Spezifisch, Messbar, Attraktiv, Realistisch und Terminiert – und genau so sollten wir unsere Ziele formulieren.

Zuerst spezifizieren wir unseren Vorsatz, indem wir ihn so konkret wie möglich ausformulieren. Hierbei fällt es leichter, die Dinge umzusetzen, wenn wir sie positiv formulieren. So wird aus „Ich möchte weniger Fleisch essen“ zum Beispiel „Ich möchte häufiger Gemüse essen“. Ein konkretes Ziel könnte dann sein: „Ich möchte zweimal in der Woche einen vegetarischen Tag einführen“. Am besten legen wir direkt fest, an welchen Tagen das der Fall sein soll, zum Beispiel freitags und sonntags. Wichtig ist hierbei, sich realistische Ziele zu setzen und sich nicht zu viel vorzunehmen. Weil die eigenen Ansprüche von Zeit zu Zeit nicht erfüllt werden können, hilft es, sich eine gewisse Toleranz zu setzen. Eine Möglichkeit wäre: „Der Vorsatz soll in 80 Prozent der Wochen umgesetzt werden.“ Um den Erfolg im Blick zu behalten, eignet sich zum Beispiel eine Checkliste,

in der wir erfolgreiche Wochen abhaken können. Auch Apps können hierbei unterstützen.

In jedem Fall sollten wir uns fragen, warum wir uns etwas vornehmen möchten. Kommt die Motivation tatsächlich aus mir selbst oder haben mir soziale Medien oder mein Umfeld Erwartungen vermittelt? Das Ziel sollte mir wichtig und für mich lohnenswert sein und in Motivationstiefs zum Durchhalten anspornen.

Ist die Entscheidung für einen Vorsatz gefallen, ist es wichtig, die Dinge zeitnah in Angriff zu nehmen, damit sie nicht in Vergessenheit geraten. Erzählen wir anderen, was wir uns vorgenommen haben, empfinden wir es meist als mehr bindend und setzen die Vorsätze eher um. Hilfreich kann es auch sein, den Vorsatz mit Freunden oder Familienmitgliedern gemeinsam anzugehen. Feste Vereinbarungen machen nämlich nicht nur Spaß, sondern bringen auch

eine gewisse Verpflichtung mit sich. Darüber hinaus dürfen wir uns für erzielte Erfolge gerne auch belohnen. Aber eines bleibt: Damit aus einem guten Vorsatz eine neue Gewohnheit wird, braucht es Geduld und Durchhaltevermögen.

Wenn wir unsere Neujahrsvorsätze positiv und konkret formulieren, Hindernisse einplanen und uns etwas Spielraum einräumen, kann es dieses Jahr funktionieren. Es gilt: Lieber eine Sache erfolgreich umsetzen, als von vielen Dingen keine.

Sollten wir unterwegs feststellen, dass wir unsere Vorsätze nicht in die Tat umsetzen können, können wir die Ziele im Nachhinein noch anpassen, damit sie erreichbar bleiben.



DER GESUNDHEITS NEWSLETTER DES STAATSBADES PYRMONT



Hier geht's
direkt zur
Anmeldung!

Niedersächsisches Staatsbad
Pyrmont Betriebsgesellschaft mbH
Heiligenangerstr. 6
31812 Bad Pyrmont

STAATSBAD PYRMONT
Gesundheit und Lebensfreude

Genießen Sie die Vorweihnachtszeit und kommen Sie gut ins neue Jahr. Probieren Sie doch einmal diese Plätzchen in Ihrer Weihnachtsbäckerei aus. Guten Appetit!

Lockere Kokoskekse (ca. 20 Stück)

200 g Kokosraspeln
80 g Rohrohrzucker
1 Pck. Vanillezucker
1 Prise Salz
50 g Dinkelvollkornmehl
2 TL Backpulver
50 g weiche Butter
2 Eier

Backblech legen und etwas festdrücken.

5. Für 10-12 Minuten backen. Vorsicht, beim Abkühlen werden die Plätzchen noch etwas fester.
6. Genießen!

1. Den Ofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
2. Die trockenen Zutaten in einer Schüssel vermengen.
3. Anschließend Butter und Eier hinzugeben und alles kurz verrühren.
4. Kleine Teigkugeln rollen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes

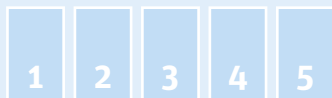




Raten & Gewinnen

Kurort in Graubünden (Schweiz)	ungereinigter fossiler Brennstoff	Großvater	Badeort auf Rügen	Temperaturbezeichnung	ein wenig, ein bisschen	ital.: ja	dt. Hafenstadt an der Ostsee	lateinisch: im Jahre
1				Buch der Bibel				
chirurg. Eingriff								
Grasstängel				erblicken		Zeichen für Zinn (Stannum)		
ernsthaft, anständig		vorschlagen		Luftrolle (Sport)				
						Teil der Scheune	5	angenehmer Sohn
				nordischer Gott des Donners		Traktionskontrolle (engl. Abk.)		
Vorhaben, Absicht	augenblickl. Vorrat		schadhaft, fehlerhaft					
Baustoff						sinnliche Liebe	bayer.: junges Mädchen	
Abk.: Eigenname			Niederschlag	Schluss				
Speisefisch		Frostablage			4			
2				Gewässer		Abk.: Relaisstelle		
Wasser Vogelprodukt		Zeichen für Titan		Kurzschrift (Kurzwort)				
		3				Abk.: das heißt		
Industriemaß für Normgrößen				Abscheu empfinden				

Die Buchstaben in den Feldern 1 bis 5 ergeben die Lösung:



Senden Sie eine Postkarte mit der richtigen Lösung und Ihrer Adresse bis zum 15. Dezember an:

Bad Pyrmont KURJOURNAL
Redaktion
Postfach 1151
31793 Bad Pyrmont
oder
E-Mail: info@acm-marketing.de

Rätseln und schreiben Sie weiter. Wir freuen uns über jede Zuschrift! Rechtsweg ist ausgeschlossen!

In diesem Monat verlosen wir unter allen richtigen Einsendungen:

3 Bildkalender
Natürlich Bad Pyrmont 2024



Die Lösung aus dem November-Journal lautet: TASSE

Der Gewinn gehen an: G. Pieper, Bartrup

Herzlichen Glückwunsch!

NEU-ERÖFFNUNG Humboldtstr. 12, Bad Pyrmont

ABRAM EDELSTEINE

Klangschalen • Ätherische Öle
Räucherwerk • Edelstein-Schmuck
Geschenkideen • Salzlampen • u.v.m.

www.Edelsteine-Abram.de
Instagram abram_edelsteine

Stadtwerke Bad Pyrmont

Gehen Sie mit uns online!

Unser Kundenportal
Registrieren Sie sich jetzt!

www.stadtwerke-bad-pyrmont.de

Stadtwerke Bad Pyrmont GmbH | Südstraße 3 | 31812 Bad Pyrmont

Bad Pyrmont KUR JOURNAL

Nächster Anzeigen- und Redaktionsschluss
ist der 15. Dezember 2023

Impressum
Herausgeber:
Niedersächsisches Staatsbad Pyrmont, Betriebsgesellschaft mbH, 31812 Bad Pyrmont, Heiligenangerstr. 6 (Kurverwaltung), Tel. 05281 15-01, Fax 15-19 10, www.staatsbad-pyrmont.de

Redaktion: Marketing Niedersächsisches Staatsbad Pyrmont Betriebsgesellschaft mbH, Joachim Konarek
Redaktionsanschrift: Bad Pyrmont KURJOURNAL, Heiligenangerstr. 16, 31812 Bad Pyrmont, Tel. 05281 9809-0, Email: info@acm-marketing.de
Anzeige: ACM GmbH, Geschäftsf. J. Konarek, Bad Pyrmont, Tel. 05281 9809-0

E-Mail: info@acm-marketing.de
Gültig ist die Anzeigen-Preisliste 8/20; Für unaufgefordert eingesandte Manuskripte, Bilder und Bücher wird keine Haftung übernommen. Von uns gestaltete Anzeigen sowie im Kur Journal veröffentlichte Texte dürfen nicht zur gewerblichen Verwendung durch Dritte übernommen werden.

Konzeption, Organisation & Vertrieb:
ACM Agentur für Creatives Marketing GmbH, 31812 Bad Pyrmont, Heiligenangerstr. 16 (Unter den Arkaden).
Mo. bis Fr. 9:00 bis 13:00 Uhr und 15:00 bis 17:00 Uhr
Tel. 05281 9809-0, Fax 05281 980920

Das KURJOURNAL ist online lesbar unter www.acm-marketing.de und www.staatsbad-pyrmont.de

Wir drucken unser KUR-JOURNAL CO₂ neutral auf IGEPA-Papier. ProfGloss h'f BD glänzend mit Novaboard Protect. Bio-Farbe, basierend auf nachwachsenden Rohstoffen.

Spektakuläres Lichterfestival lässt den Pyrmonter Kurpark glänzen.

Über 300 handgefertigte Installationen verzaubern die Besucher



Fotos: N. Lödige



Starke Partner in Bad Pyrmont – wir sorgen im Hintergrund dafür, dass es rund läuft!

Handwerker
und Dienstleister
im Dienst für
Ihr Wohlbefinden

Georg-Viktor-Str. 35
31812 Bad Pyrmont
Fon: 0 52 81 / 86 97

KRACHT
DACHTECHNIK

Dach-, Wand- und
Abdichtungstechnik
Bauklempnerei
SPS - Dachgauben

*einfach besser
durchdacht!*

www.kracht-dachtechnik.de

Sie finden uns auch unter
www.lokalquelle.de

**Bad Pyrmont
Geschenkgutschein**
...einfach überraschend



Erhältlich in Bad Pyrmont in der Stadtsparkasse, der Volksbank, der Tankstelle Huddelbusch, im Infozentrum der Bad Pyrmont Tourismus GmbH und bei ACM

*Ihr privates Paradies
- bei uns in besten Händen*

Gördes GmbH
Gärten mit Charme



Am Blumenkamp 5 · 32676 Lügde
Tel. 05281 1609220 · Mobil 0160 8809224



FULF WESTERBERGLAND

Nachhilfe und Betreuung

im Landkreis Hameln Pyrmont

☎ 05151 - 7909460 und 0162 - 4725641

Modernes und effizientes Lernen zu Hause, online und per Social Media

inh. Jennifer Wieneke
Tankstelle Huddelbusch



TANKSTELLE UND
SB-WASCHANLAGE



KFZ-AUFBEREITUNG
REINIGUNG UND POLITUR



KFZ-WERKSTATT
UND KFZ-SERVICE



SHOP UND BISTRO
REGIONALE PRODUKTE

32

RADSERVICE
REPARATUR · VERLEIH

32

**CNC & LASER-
GRAVUREN**

Bahnhofstraße 64 · 31812 Bad Pyrmont · Tel.: 05281 2150
info@autohaus-huddelbusch.de · www.autohaus-huddelbusch.de

