



Nicole Schäufler

Schwanger im Advent

Ein Adventskalender für alle
werdenden Mütter





Inhalt



1. *Dezember*
2. *Dezember*
3. *Dezember*
4. *Dezember*



5. *Dezember*
6. *Dezember*
7. *Dezember*
8. *Dezember*



9. *Dezember*

10. *Dezember*

11. *Dezember*

12. *Dezember*



13. *Dezember*

14. *Dezember*

15. *Dezember*

16. *Dezember*



17. *Dezember*

18. *Dezember*

19. *Dezember*

20. *Dezember*



21. *Dezember*

22. *Dezember*

23. *Dezember*

24. *Dezember*





Für alle werdenden
Mamas





In der Weihnachtszeit schwanger zu sein ist etwas ganz Besonderes.

Du weißt, dass du das größte Geschenk der Welt in dir trägst. So bekommt das Wort „Vorfreude“ eine ganz andere Dimension.

Dieser Kalender begleitet dich durch den Advent.

Ab dem ersten Dezember kannst du jeden Tag eine Seite umschlagen, als würdest du ein Türchen öffnen. Dich erwarten Bilder, Lieder, Gedichte, Rezepte und viele interessante Geschichten rund um verschiedene Schwangerschaftssymbole in der Weihnachtszeit. Du wirst staunen, wie viele existieren, und am Ende feststellen:

Ohne schwangere Frauen gäbe es Weihnachten gar nicht.





1. Dezember

Das erste Türchen zu öffnen, ist immer ein magischer Moment.

Sicher fühlst du dich dabei in deine Kindheit zurückversetzt. Adventskalender gibt es schon seit dem 19. Jahrhundert. Damals hängte man 24 kleine Bilder auf. Oder man malte 24 Kreidestriche an den Türpfosten und die Kinder wischten jeden Tag einen aus. Oft war der Kalender Sache der Mütter. Sie wollten ihren Kindern die Wartezeit bis zum Fest verkürzen.

In den nächsten Jahren darfst auch du im Advent einen Kalender für dein Kind aufhängen.

Die strahlenden Augen, die dich dann am 1. Dezember anschauen werden, sind unvergleichlich.







Einfaches Rezept für 24 wunderbare Schokoladenplätzchen

Du brauchst:

170 g Zucker

260 g Mehl

40 g Kakao

200 g Butter

1 Eigelb

50 g Schokoladenglasur



Zucker, Mehl und Kakao mischen, dann mit Butter und Eigelb verkneten. Den Teig eine Stunde kühl stellen, anschließend ausrollen und ausstechen. Plätzchen bei 180 Grad Celsius 10 Minuten backen. Abkühlen lassen und mit Glasur überziehen.

In einem schönen Glas mit Schleife sind diese Plätzchen auch ein feines Mitbringsel.



Ihr Kinderlein kommet

Ihr Kinderlein kommet, o kommet doch all!
Zur Krippe her kommet in Betlehems Stall
und seht, was in dieser hochheiligen Nacht
der Vater im Himmel für Freude uns macht.

O seht in der Krippe im nächtlichen Stall,
seht hier bei des Lichtleins hellglänzendem Strahl
in reinlichen Windeln das himmlische Kind,
viel schöner und holder, als Engelein sind.

Text: Christoph von Schwind, 1798/1811

Melodie: Johann Abraham Peter Schulz, 1790





2. Dezember

Eine sehr bekannte Frauengestalt in der Winterzeit ist Frau Holle.

Du kennst sie aus dem Märchen der Gebrüder Grimm. Dort ist sie die Herrin über den Schnee.

Außerdem belohnt sie die fleißige Marie mit Gold und bestraft die faule Marie mit Pech. Die Sagengestalt der Frau Holle hat eine lange Tradition. In vielen Regionen, vor allem in Hessen und Thüringen, gilt sie als Schutzmächtige der Frauen und Mädchen.

Mancherorts wurde sie als Hüterin der ungeborenen Kinder verehrt oder wurde bei Unfruchtbarkeit von den Frauen um Hilfe gerufen.





Frau Holle



Endlich kam es zu einem kleinen Haus, daraus guckte eine alte Frau. Weil sie aber so große Zähne hatte, wurde ihm Angst, und es wollte fortlaufen.

Die alte Frau aber rief ihm nach: „Fürchte dich nicht, liebes Kind, bleib bei mir, wenn du alle Arbeit im Hause ordentlich tun willst, so soll es dir gutgehen. Du musst nur recht darauf achtgeben, dass du mein Bett gut machst und es fleißig aufschüttelst, dass die Federn fliegen, dann schneit es auf der Welt; ich bin die Frau Holle.“

Ausschnitt nach der Überlieferung der Brüder Grimm



Bestimmt hast auch du noch ein Märchenbuch im Schrank. Hol' es doch heute Abend heraus und forsche nach anderen sagenhaften Frauen.



Schneeflöckchen, Weißröckchen

Schneeflöckchen, Weißröckchen,
wann kommst du geschneit?
Du wohnst in den Wolken,
dein Weg ist so weit.



Komm setz dich ans Fenster,
du lieblicher Stern,
malst Blumen und Blätter,
wir haben dich gern.

Schneeflöckchen, Weißröckchen,
komm zu uns ins Tal.
Dann bau'n wir den Schneemann
und werfen den Ball.



Text: Hedwig Haberkorn, 1869