

PASSAU
VILSHOFEN
POCKING
BÄDERDREIECK
BRAUNAU
WALDKIRCHEN
BAYERISCHER WALD
SCHÄRDING/OÖ
SIMBACH
ROTTAL/INN
OSTERHOFEN
PFARRKIRCHEN

PAPARAZZI
AUSGABE 208
JANUAR 2026

PARAZZI

PEOPLE & LIFESTYLEMAGAZIN IN OSTBAYERN

gesund

EIGENER SAFT

wie man morsche Gelenke wieder fit bekommt

schwer

BESSER MENSCH

Warum manche guten Absichten gar nicht so toll sind

spenden

GUTE TATEN

Wer noch nach einer guten Idee für etwas Gutes sucht, der findet sie hier

genießen

SOUL FOOD

lecker und herhaft schmeckt der Winter am besten - mit Genusstipps von uns!

special

PLANUNG FÜR'S NEUE JA

Der Januar ist der Monat für gute Vorsätze und große Pläne - und manche stehen in diesem Jahr vielleicht vor dem ganz, ganz großen Lebensplan. Unser Hochzeits-Spezial 2026 bietet die perfekte Grundlage für die große Feier in der Region.

SPA+

ADULTS ONLY



Silvia Schneider

Schauspielerin, Moderation, Designerin
und SPAplus Ambassador

SPA+

UPGRADE YOUR DAY: Genießen Sie im SPAplus Wellbeing Next Level auf 2.500 m² mit Erlebnisaufgüssen, Schaumdampfbad, Ruhebereichen mit Designer-Daybeds und Salz-Lounge.
Information & Buchung: www.spaplus.at

Ein Resort der

VAMED
VITALITY
WORLD

the
relaxing
way
of life



Mal unter uns...

Der Januar hat den Ruf, ein äußerst ehrlicher Monat zu sein. Er ist kein Motivationscoach. Er klatscht nicht, er umarmt nicht, er fragt nicht nach Befindlichkeiten. Er räumt auf. Mit den Erwartungen, mit den Ausreden, mit dem, was wir uns zwölf Monate lang schöngereden versucht haben. Er steht einfach da und sagt: Hier ist es, dein neues Jahr. Mach was draus.

2026 beginnt ohne Zuckerguss. Die Wirtschaft ruckelt, die Politik stolpert – und wer noch von „Aufbruchsstimmung“ spricht, meint meistens die nächste Talkshow. Das ist ernüchternd. Gott sei Dank. Denn nüchtern denkt sich's besser.

Wenn die großen Erzählungen an Glaubwürdigkeit verlieren, gewinnen die kleinen an Gewicht. Die Region zum Beispiel. Orte, an denen Entscheidungen nicht zerredet, sondern getroffen werden. Während sich die Weltpolitik im Kreis dreht, dreht hier jemand den Schlüssel zu einem neuen Laden um. Während Prognosen nach unten korrigiert werden, wird vor Ort investiert – Zeit, Geld, Mut. Die Region ist der Gegenentwurf zur Krise. Sie ist der Ort, an dem Realität nicht diskutiert, sondern gemacht wird.

Lifestyle hat in diesem Jahr nichts mit Eskapismus zu tun. Es geht nicht um Flucht, sondern um Statement. Um die Frage, wie wir leben wollen, wenn es kompliziert bleibt. Weniger „höher, schneller, weiter“, mehr „Warum eigentlich?“. Weniger Blendwerk, mehr Substanz. Um die Qualität dessen, womit wir uns umgeben – und den Entscheidungen, die wir treffen. Wie wir wohnen, was wir essen, wen wir unterstützen, wem wir zuhören. Das alles ist kein Rückzug ins Private, sondern ein stiller Kommentar zur Weltlage. Wer bewusst lebt, ist nicht weltfremd, sondern wach.

Und Humor hilft. Vor allem der trockene. Wer über das Absurde lachen kann, bleibt handlungsfähig. Und

davon brauchen wir 2026 mehr als wohlmeinende Parolen. Dieses Magazin will keine Wohlfühldecke über die Wirklichkeit ziehen. Es will zeigen, was trägt: gute Gestaltung, ehrliche Produkte, kluge Köpfe, die nicht alles besser wissen, aber vieles besser machen. Zwischen Mode, Kultur, Genuss und Gesprächen mit Menschen aus der Region geht es um Substanz statt Show. Um Gestaltung statt Getöse. Um Menschen, die nicht alles kommentieren, sondern manches einfach machen. Tiefgang darf dabei gut aussehen – alles andere wäre inkonsistent.

Natürlich wird dieses Jahr kein einfaches. Lösungen bleiben komplex, Gewissheiten rar. Aber vielleicht ist es genau deshalb ein Jahr der Klarheit. Eines, in dem wir wieder lernen, zwischen Relevanz und Lautstärke zu unterscheiden. In dem Tempo nicht mit Fortschritt verwechselt wird. In dem Rückgrat mehr zählt als Mainstream.

Der Januar fragt nicht, ob wir bereit sind.

Er fragt nur, ob wir es anpacken. Wir tun es. Unser guter Vorsatz ist nicht blumig, dafür belastbar: Jetzt hinschauen. Jetzt mitdenken. Jetzt Verantwortung übernehmen – für den eigenen Radius, die eigene Region, den eigenen Stil. Ein gutes Jahr entsteht nicht durch bessere Nachrichten, sondern durch bessere Entscheidungen. Still, konsequent und mit der starken Zuversicht, dass man selbst mehr Einfluss hat, als man glaubt. Jeden Tag.



Mit gut gerutschten Grüßen,
Ihr Matthias Müller
Redaktion PAParazzi

PARAZZI
PA
PEOPLE & LIFESTYLEMAGAZIN IN OSTBAYERN

PAParazzi ist das People- & Lifestylenmagazin für Ostbayern und Oberösterreich. **PAParazzi** ist eine geschützte Marke. Alle Texte und Bilder sind urheberrechtlich geschützt. Abdruck, auch auszugsweise, kann nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages erfolgen.

Herausgeber:
custommedia Verlags GmbH
Bahnhofstraße 33 | 94032 Passau
ISSN 1868-8772
Verlagsleitung: Bettina Müller
Redaktionsleitung: Matthias Müller

Hinweis der Redaktion:
Beiträge und Artikel mit werblichem Charakter sind durch den Informationsverweis auf die Kontaktadresse des jeweiligen Gewerbetreibenden eindeutig gekennzeichnet und geben nicht zwingend die Meinung der Redaktion wieder.

Anzeigenvertrieb:
Müller & Partner
Agentur für Vertriebsmanagement
Matthias Müller
email: anzeigen@pa-parazzi.de

Kontakt:
Paparazzi Redaktion & Verlag
Bahnhofstraße 33 | 94032 Passau
email: info@pa-parazzi.de
web: http://pa-parazzi.de
Tel.: 0851-20968187
Fax.: 0851-96058215

Alle vom Verlag gestalteten Anzeigen und erstellten Fotografien sind durch den Verlag urheberrechtlich geschützt. Ihre Verwendung in anderen Medien kann nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages erfolgen. Wir bitten alle Anzeigenkunden den Urheberrecht und damit den Schutz des geistigen Eigentums zu respektieren und danken für die gute Zusammenarbeit.



PAPARAZZI 208 | Januar 2026

INHALT

„Wir hören nicht auf zu spielen, weil wir alt werden; wir werden alt, weil wir aufhören zu spielen.“

George Bernard Shaw (1856 - 1950)

Dauerbrenner...

8 Schwere Kost

› Weltverbesserer

32 Foodmonitor

› persisches Winterwunder

40 PApparäzzl

› Harte Nüsse für helle Köpfe

16

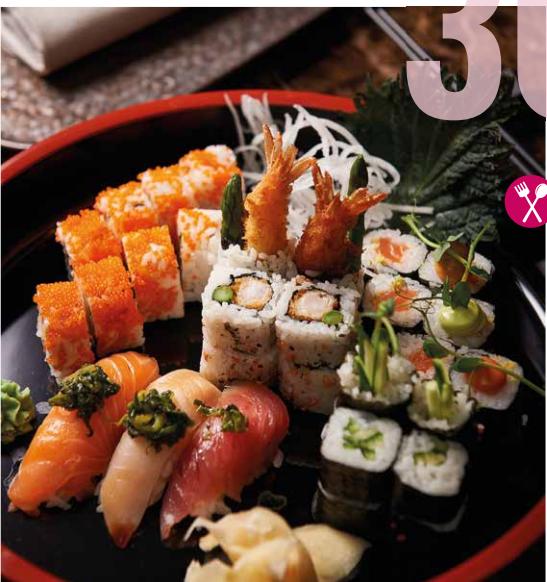


Hochzeit-Spezial



Unser Hochzeit-Special 2026 feiert die Liebe in all ihren Facetten. Authentische Gefühle, gelebte Traditionen und kreative Ideen verbinden sich zu unvergesslichen Momenten. Von Dekoration über Styling bis zu kulinarischen Highlights – hier wird jeder Augenblick zum Erlebnis, das Herz, Verstand und Sinne gleichermaßen berührt.

Sushi Place-to-be



30 Food



Im Mühlbach Sushi Club in Bad Füssing wird Sushi zur Philosophie. Le Bang verbindet höchste Produktqualität mit puristischer Eleganz und Kreativität. Neben erstklassigem Sushi erwarten die Gäste ausgewählte asiatische Spezialitäten, köstliche Vorspeisen und verführerische Desserts – in gemütlicher Atmosphäre, die zum Wohlfühlen und Genießen einlädt.

36 sicheres Investment

› Pflichtbaustein jeder Anlagestrategie

DAS DEPOT der Zukunft setzt auf physische Sachwerte. Gold, klassische Edelmetalle und seltenen Industriemetalle sichern Vermögen, bieten Unabhängigkeit vom Finanzsystem und eröffnen Zugang zu den Rohstoffen, die unsere technologische Zukunft prägen – flexibel verwaltet über App.



für Gelenke

33 Smart Repair

› Aus dem eigenen Saft

DIE ACP-PLASMA-THERAPIE bei Dr. Saam in Passau nutzt körpereigenes Plasma, um Knie, Sehnen und Muskeln gezielt zu regenerieren. Risikoarm, ambulant und effektiv für mehr Beweglichkeit, weniger Schmerzen und schnelle Rückkehr in den Alltag.

27

Das Licht des Nordens

› Eindrucksvoll – eine Reise zum Nordkap

DAS NORDKAP – ein Ort voller Weite, Stille und Naturgewalt. Auf der Reise von Schweden über Finnland bis zur ikonischen Klippe erleben Gäste beeindruckende Landschaften, historische Städte, symbolische Polarkreistaufen und die Magie des hohen Nordens – entspannt und komfortabel mit Fürst Reisen.

29 Bäder ohne Grenzen

› besondere Anforderungen

SELBSTBESTIMMTES WOHNEN im Alter. Michaela Baumgartner von Haustechnik Baumgartner aus Künzing plant und realisiert individuell zugeschnittene Badezimmer und berät zu Fördermöglichkeiten, damit Sicherheit, Komfort und finanzielle Vorteile optimal genutzt werden.

barrierefrei

29



Das große Paparazzi

Jahreshoroskop 2026



WIDDER (21. März - 19. April)

Im Jahr 2026 spüren Sie eine neue Art von Verantwortung. Es reicht Ihnen nicht mehr, nur der Erste zu sein; Sie wollen wissen, wofür Sie eigentlich kämpfen. Die Sterne fordern Sie auf: „Bring deine wilden Ideen endlich auf den Boden.“ Es ist ein Jahr, in dem Sie lernen, dass echte Stärke darin liegt, eine Sache auch dann durchzuziehen, wenn der erste Rausch verflogen ist.



KREBS (21. Juni - 22. Juli)

2026 dreht sich bei Ihnen alles um das Thema „Heilung“. Alte Familiengeschichten oder Verletzungen aus der Vergangenheit dürfen endlich zur Ruhe kommen. Sie spüren eine tiefe Sehnsucht danach, sich in sich selbst zu Hause zu fühlen. Nehmen Sie sich die Zeit für Rückzug. Wenn Sie Frieden mit Ihrer Vergangenheit schließen, wird Ihre Ausstrahlung im Außen strahlender denn je.



WAAGE (23. Sep. - 22. Okt.)

2026 wird Ihr Jahr der Ehrlichkeit. Sie haben lange genug versucht, es allen recht zu machen. Jetzt spüren Sie: Ein ehrliches „Nein“ zu anderen ist ein liebevolles „Ja“ zu sich selbst. Das wird Ihre Beziehungen verändern – sie werden echter und tiefer. Haben Sie keine Angst vor Konflikten; sie sind der Dünger für ein authentisches Leben.



STEINBOCK (22. Dez. - 19. Jan.)

Nach Jahren der harten Arbeit dürfen Sie 2026 endlich die Früchte ernten – und zwar auf emotionaler Ebene. Sie müssen sich nicht mehr beweisen. Die Sterne schenken Ihnen eine neue Weichheit. Sie werden merken, dass Sie am meisten erreichen, wenn Sie nicht gegen Widerstände ankämpfen, sondern sich mit dem Strom bewegen. Genießen Sie Ihren Erfolg, statt schon den nächsten Berg zu planen.



STIER (20. April - 20. Mai)

2026 wird Ihr Sicherheitsbedürfnis auf die Probe gestellt – aber auf eine gute Weise. Sie merken, dass Sie viel weniger brauchen, um glücklich zu sein, als Sie dachten. Die Energie des Jahres lädt Sie ein, innerlich „auszumisten“. Wer loslässt, hat die Hände frei für Neues. Vertrauen Sie darauf, dass das Leben Sie trägt, auch wenn Sie mal nicht alles im Griff haben.



LÖWE (23. Juli - 22. August)

Das Jahr 2026 stellt Ihnen eine wichtige Frage: „Leuchtest du für die Bewunderung anderer oder aus echter Lebensfreude?“ Sie werden feststellen, dass es viel erfüllender ist, andere zu inspirieren, statt sie nur zu beeindrucken. Ein Jahr der Demut, das Sie paradoxalement noch viel charismatischer macht. Wahre Größe zeigt sich jetzt in Ihrer Herzlichkeit, nicht in Ihrem Status.



SKORPION (23. Okt. - 21. Nov.)

Sie spüren 2026 eine enorme Kraft in sich aufsteigen. Es ist, als würden Sie alte Haut abstreifen. Alles, was nicht mehr zu Ihnen passt, fällt jetzt ab. Das kann sich intensiv anfühlen, aber Sie gehen daraus gestärkt hervor. Nutzen Sie diese Energie, um etwas zu bewegen, das über Sie selbst hinausgeht. Sie haben jetzt die Macht, in Ihrem Umfeld echte Veränderungen zu bewirken.



WASSERMANN (20. Jan. - 18. Feb.)

Sie sind der Vorreiter des neuen Jahres. 2026 spüren Sie einen Drang zur Freiheit, der fast körperlich greifbar ist. Es ist Zeit, Ihre originellen Ideen wirklich umzusetzen. Aber achten Sie darauf, Ihre Mitmenschen mitzunehmen. Ihre Aufgabe ist es, Brücken zwischen Ihrer Vision und der Realität zu bauen. Sie werden staunen, wie viele Menschen bereit sind, Ihnen zu folgen.



ZWILLINGE (21. Mai - 20. Juni)

Für Sie wird 2026 ein Jahr der Geistesblitze. Sie fühlen sich wacher und lebendiger als seit langem. Doch Vorsicht vor der Reizüberflutung! Die Sterne raten Ihnen: Suchen Sie die Qualität im Gespräch, nicht die Quantität. Es geht darum, nicht nur Informationen zu sammeln, sondern endlich die Wahrheit hinter den Dingen zu verstehen. Hören Sie öfter mal auf Ihr Bauchgefühl statt nur auf den Kopf.



JUNGFRAU (23. Aug. - 22. Sep.)

Sie dürfen 2026 lernen, die Kontrolle ein Stück weit abzugeben. Die Sterne schicken Ihnen Momente, in denen Planung nicht weiterhilft – und das ist Ihr Glück! Es ist ein Jahr des Vertrauens. Wenn Sie akzeptieren, dass das Leben auch in der Unordnung perfekt sein kann, verschwindet der Druck von Ihren Schultern. Atmen Sie durch und lassen Sie das Wunderbare einfach mal passieren.



SCHÜTZE (22. Nov. - 21. Dez.)

Normalerweise zieht es Sie in die Ferne, doch 2026 entdecken Sie die Weite in Ihrem Inneren. Sie hinterfragen Ihre Lebensphilosophie: „Was gibt meinem Leben wirklich Sinn?“ Sie finden Antworten nicht im nächsten Urlaub, sondern in der Stille oder in tiefen Gesprächen. Ein Jahr, in dem aus Optimismus echte Weisheit wird.



FISCHE (19. Februar - 20. März)

2026 bringt Ihnen die nötige Bodenhaftung. Ihre Träume und Ihre Intuition sind Ihre größten Gaben, aber dieses Jahr hilft Ihnen der Kosmos dabei, diese Gaben auch im Alltag zu nutzen. Sie werden „praktisch spirituell“. Es geht darum, Ihre Liebe und Ihr Mitgefühl in konkrete Taten umzusetzen. Ein sehr erfüllendes Jahr, in dem Sie endlich ankommen.



Hoffnung für Puma

BILDUNG IST LEBEN

WEIHNACHTEN STEHT VOR DER TÜRE - UND MIT DEM FEST DER LIEBE KOMMEN AUCH DIE APELLE AN DIE MENSCHEN, EIN KLEINES BISSCHEN VON DEM, WAS SIE HABEN, DENEN ZU GEBEN, DENEN ES SEHR, SEHR VIEL SCHLECHTER GEHT, ALS UNS. EHERENWERT SIND DIE PROJEKTE SICHERLICH (FAST) ALLE - **ABER NUR WENIGE SIND SO DIREKT, SO UNMITTELBAR UND SO SICHTBAR WIE DER VEREIN „HOFFNUNG FÜR PUMA“.** ER IST EINE AMBITIONIERTE INITIATIVE AUS DEM HIESIGEN ROTTAL.

HIER BRINGEN SPENDEN TATSÄCHLICH SICHTBAREN ERFOLG. ES LOHNT SICH.



Der Kilimandscharo in Tansania ist der höchste Berg Afrikas und ein Touristenmagnet. Zu seinen Füßen leben die Menschen jedoch in bitterer Armut.



Oben: Auf dem Bild sind die ersten beiden Klassenzimmer der Schule im Ort Islanda zu sehen, die seit 2023 fertiggestellt sind. Der Bau hatte 2007 begonnen, musste aber aus Geldmangel unterbrochen werden. Dank „Hoffnung für Puma e.V.“ konnte die Schule nun fertiggestellt werden. Auch ein Hochbehälter für die Wasserversorgung konnte gebaut werden (unten).



In Puma, einem kleinen Dorf mit großen Träumen, passiert gerade etwas Außergewöhnliches. Kinder bekommen endlich moderne Klassenzimmer, die ihnen das Lernen erleichtern. Und die Dorfgemeinschaft darf sich über sauberes Trinkwasser freuen – ein Projekt, das zeigt, wie viel bewegt werden kann, wenn Menschen zusammenhalten.

Seit 2023 sind die ersten beiden Klassenzimmer fertig. Bei der feierlichen Übergabe waren strahlende Kinderaugen zu sehen – und stolze Gesichter bei Bürgermeister, Gemeinderat und den Initiatoren des Projekts. Franz Schönmoser, der das Projekt gemeinsam mit Pater Antonius begleitet, betont: „Es geht nicht nur um Mauern und Dächer, sondern um Bildung, Chancen und ein sicheres Umfeld für die Kinder.“

Die Wasserversorgung war lange ein Problem: Die Dorfbewohner mussten weite Wege zurücklegen, um an Trinkwasser aus einem Tümpel zu gelangen. Ein neuer Brunnen, 120 Meter tief, sorgt nun dafür, dass frisches Wasser direkt ins Dorf kommt. Auf einem Felsen thront ein Hochbehälter mit 50.000 Litern, der von Solarpanels betrieben wird – nachhaltig, clever und lebensrettend. Und auch der Schulbau selbst ist ein Gemeinschaftswerk. Die Fundamente für die nächsten Klassenzimmer wurden von Hand gegraben, Granitsteine zerkleinert und alles sorgfältig vorbereitet. Frauen, Männer und Kinder packen mit an – ein Bild, das zeigt, wie eng die Dorfgemeinschaft in das Projekt eingebunden ist.

Besonders das Mädcheninternat der Mütter vom Heiligen Kreuz profitiert: Ein fertiggestellter Speisesaal bietet den Schülerinnen nun einen sicheren Ort für Mahlzeiten und Zusammenkünfte. Pater Antonius und die Ordensschwestern begleiten die Kinder täglich und sorgen dafür, dass sie in einer warmherzigen Umgebung aufwachsen können. Die Finanzierung läuft über Spenden und Eigenmittel. Bei der Unter-

zeichnung des Bauvertrags wurden 4 Millionen Tsh (etwa 1.300 €) als Anzahlung übergeben – ein weiterer Schritt Richtung kompletter Schulkomplex, von Fundament bis Dach und Ausstattung.

Die Bilder aus Puma erzählen Geschichten von Hoffnung, Freude und Zusammenhalt: Kinder, die Luftballons in die Luft steigen lassen, Dorfbewohner beim gemeinsamen Arbeiten und Momente voller Herzlichkeit, die zeigen, dass jedes Projekt, das von Herzen kommt, Früchte trägt.

Dieses Benefizprojekt macht deutlich: Hilfe vor Ort wirkt am stärksten, wenn sie von Menschen getragen wird, die mit Herz, Hand und Verstand anpacken. Und jeder, der die



Vereinsvorstand Franz Schönmoser

Initiative unterstützt, wird Teil einer Geschichte, die Kinderträume wahr werden lässt.

Die Projekte des Vereins kann man am besten auf der Website www.hoffnung-fuer-puma.de verfolgen. Das Spendenkonto lautet: DE50 7406 7000 0000 0611 82 (BIC: GENODEF1POC).

Projekte, wo man sieht, wie aus den eigenen Spenden innerhalb weniger Monate greifbare Erfolge entstehen, sind sehr selten. Hier ist jeder Euro gut investiert.

REPORT 012026-208

NAME: WELTVERBESSERER

EDITOR: MATTHIAS MUELLER / EDITOR-IN-CHIEF

LESESTOFF DER NICHT
LEICHT ZU VERDAUEN IST

TOPIC / TOO LONG TO READ

DIE EUGENIK IST EINE DER WENSCHENVERAUSCH-
TENDSTEN DENKSCHULEN IN DER UNSELIGEN
GESCHICHTE DER SELBSTERNANNTEN ELITEN. SIE
IST NICHTS ANDERES ALS DER VERSUCH RASSISMUS
WISSENSCHAFTLICH ZU RECHTFERTIGEN. DIESES
GEDANKENGÜT IST LEBENDIGER ALS ES UNS LIEB
IST.

SCHWERE KOST

CLASSIFIED

WELTVERBESSERER

Welcher Geist hinter den vermeintlich wohlmeinendsten Organisationen des Planeten steckt.

[Matthias Müller]

Eugenik. Schon mal gehört? Nein? Als Eugenik bezeichnetet man die Ideologie, dass die menschliche Spezies durch gezielte Eingriffe „vervollkommen“ oder zumindest ihre „Degeneration verhindert“ werden sollte. Früher versuchte man dies durch die Identifikation vermeintlich

„guter“ und „minderwertiger“ „Erbanlagen“ zu erreichen, deren Fortpflanzung dann entweder gefördert oder unterdrückt werden sollte. Die Anwendung der Lehre von vermeintlich guten Erbanlagen auf die Bevölkerungs- und Gesundheitspolitik war nicht nur im Nazi-Reich, sondern

auch in den USA und England weit verbreitet. Sie ist mit der Vernichtung der Nazi-Variante aus dem Denken einflussreicher Kreise des Westens keineswegs verschwunden, sondern wurde nur ein in neues, moderneres Gewand gekleidet. Ihr Ziel: „eine geistig gesunde Welt-Gesell-

schaft herzustellen, die von ihrem Verhaftetsein an Christentum, Glauben an Wahrhaftigkeit, nationalen Patriotismus oder Familie gesäubert ist“. Auch wenn es Unmut oder gar Magenschmerzen bereiten mag, über den Einfluss der Eugenik in unserem heutigen beunruhigen-

SCHWERE KOST

den Zeitalter nachzudenken, so glaube ich doch, dass es auf lange Sicht niemandem helfen wird ein solches Thema zu ignorieren. Dies umso mehr, da führende Welt-Denker wie der Star-Zukunftsprophet des Weltwirtschaftsforums, Yuval Noah Harari, sich mit Gedankenspielen zum Umgang mit der „neuen globalen nutzlosen Klasse“ hervortun, die durch künstliche Intelligenz, Gentechnik, Automatisierung und die vierte industrielle Revolution scheinbar unweigerlich entsteht und den Planeten angeblich mit überflüssigem Humanmaterial belastet. Andere Vordenker der Davoser WEF-Clique fordern offen (ja, genau, ganz unverblümt) eine mit implantierten Mikrochips versehene Weltbevölkerung, die in der Lage ist, sich mit einem einzigen Gedanken in ein globales Netz einzuklinken, während Elon Musk und Mark Zuckerberg für „Neuralinks“ werben, um die Menschheit durch die Verschmelzung mit Computern in einer neuen Epoche der Evolutionsbiologie „relevant zu halten“. Erst vor Kurzem ist es Elon Musk's Unternehmen gelungen, dem ersten Menschen einen Gehirnchip einzupflanzen.

Führende darwinistische Genetiker wie Sir James Watson und Sir Richard Dawkins verteidigen offen die Eugenik, während sich gleichzeitig eine Technokratie in diversen regierungsähnlichen Organisationen einrichtet um die Schaffung des gentechnisch und/oder technologisch „verbesserten“ Menschen politisch voranzutreiben. Die Vision, Gottes schöpferischen Dilettantismus durch die Brillianz des menschlichen Verstandes endlich auszubessern ist nicht tot – sie ist vitaler denn je, allerdings hat

man in Sachen Marketing dazu gelernt.

Wenn hinter diesen Prozessen etwas grundsätzlich Böses lauert, das in irgendeiner Weise mit dem angloamerikanischen Aufstieg des Faschismus und der Eugenik vor beinahe hundert Jahren zusammenhängt, dann sollten wir wenigstens den Mut aufbringen, dies unter die Lupe zu nehmen. Denn letztendlich war es auch nur den Patrioten vor 80 Jahren – um das Jahr 1933 – und nochmals während des Zweiten Weltkriegs – durch das Ins-Auge-Sehen der damals geschehenen Unmenschlichkeiten möglich, Maßnahmen zu ergreifen, um eine Welt-Diktatur zu verhindern. Es ist also vielleicht auch heute der Mühe wert, die Anstrengung auf sich zu nehmen, und es zu wagen, das Udenkbare zu denken.

Vor fast 80 Jahren, als die Alliierten ihren Sieg über die Nazi-Maschinerie besiegelten und die Nürnberger Prozesse eilig einrichteten, wurde – als Wunderlösung für das wirtschaftliche Chaos, das sich nach dem Ersten Weltkrieg, in Europa und den USA ausgebreitet hatte – eine Strategie des Wiederaufbaus in die Wege geleitet. Leider aber von denselben Kräften, die immense Energie, Geld und Ressourcen in den Aufstieg des Faschismus investiert hatten. Es gehört zu den größten Skandalen unserer Zeit, dass die Wall-Street-/ City-of-London-Maschinerie, die Hitler und Mussolini als Rammbocke für eine neue Weltordnung finanzierte, nie wirklich vor Gericht gestellt wurde.

Während es Franklin D. Roosevelt gelang, die Wall Street zwischen 1933 und 1945 in die Schran-

ken zu weisen und gleichzeitig die Weltbühne für eine schöne Nachkriegsvision einer Win-Win-Cooperation zu bereiten, entgingen die finsternen Kräfte der Finanz-Oligarchie, die nur danach trachteten, ein globales unipolares Regierungssystem zu errichten, nicht nur einer Bestrafung, sondern verschwendeten auch keine Zeit um – noch bevor der Krieg ganz zu Ende war – ihre verlorene Vorherrschaft zurückzugewinnen.

DIE ROLLE DES SIR JULIAN HUXLEY

Einer der konzeptionellen Strategen dieses Prozesses war ein Mann namens Julian Sorrel Huxley (1887-1975). Der als Biologe und Sozialreformer gefeierte Julian war lebenslang ein treues Mitglied der «British Eugenics Society» und diente neben John Maynard Keynes als Sekretär und später als Präsident dieser Gesellschaft.

Julian war ein geschäftiger Mann, der zusammen mit seinem Bruder Aldous unermüdlich bemüht war, die großen Fußstapfen des Großvaters Thomas (auch bekannt als Darwins Bulldogge) auszufüllen. Während Julian sich nach dem Zweiten Weltkrieg um die Eugenik-Bewegung kümmerte, wurde er gleichzeitig – als Gründer der «Internationale Union zur Bewahrung der Natur» in 1948 – zum Ausgangspunkt für die neue Umwelt-Bewegung, war Mitbegründer des «World Wildlife Fund» (WWF) in 1961, prägte den Begriff «Transhumanismus» und gründete 1946 eine äußerst einflussreiche Einrichtung der Vereinten Nationen namens UNESCO (die Abkürzung steht für Organisation der Vereinten Nationen für Bildung, Wissenschaft

und Kultur), die er von 1946 bis 1948 als dessen Generaldirektor leitete. Der Auftrag dieser neuen Organisation wurde 1946 in Huxleys «UNESCO12: Its Purpose and Its Philosophy» unmissverständlich formuliert:

»Die Werte der UNESCO sind klar. Die ihr gestellte Aufgabe, Frieden und Sicherheit zu fördern, kann sie jedoch mit den ihr zugewiesenen Ressorts allein – Bildung, Wissenschaft und Kultur – niemals vollständig erfüllen. Sie muss – als einziges sicheres Mittel zur Vermeidung von Krieg – irgendeine Form von weltpolitischer Einheit anstreben, sei es durch eine alleinige Weltregierung oder auf andere Weise. In ihrem Bildungsprogramm kann sie die letztendliche Notwendigkeit einer weltpolitischen Einheit betonen und dadurch alle Völker an den Gedanken der Notwendigkeit gewöhnen, einer Weltorganisation die Souveränität der einzelnen Nationen restlos zu übertragen.«

Damit ist das langfristige strategische Ziel der UNESCO bereits explizit in seinen Gründungsschriften formuliert: die Weltherrschaft. Welches Ziel sollte mit dieser „weltpolitischen Einheit“ verfolgt werden? Einige Seiten später wird Huxleys Vision mit all ihren üblen Details dargelegt:

»Es ist davon auszugehen, dass die indirekte Folge der heutigen Zivilisation eher dysgenetisch als eugenisch ist und sehr wahrscheinlich, dass das tote Gewicht



Bilder: Marc Bärk, undatiert
Foto: Martin Saha



Highlights

- 100% der Pisten beschneit
- **NEU: 6er und 4er Sessellift**
- Chipkartenystem an allen Liften
- Junior-Ski-Zirkus für Kids und Einsteiger
- Rodelbahn mit überdachtem Förderband und Rodelverleih
- Wärmeraum für Selbstversorger im Junior-Ski-Zirkus
- Flutlichtfahren: Freitag 18.00 - 21.00 Uhr
- Ideal für Skifahren mit Handicap
- 23 km Loipen, Ski- und Winterwanderwege



Vergünstigte Online-Tickets!



AB SOMMER 2026:

2000m Fly-Line

– aktuell längste Flyline Europas!
Natur-Erlebniswanderwege
Abenteuerspielplatz
Sesselbahnbetrieb

der genetischen Dummheit, der körperlichen Schwäche, der geistigen Instabilität und der Krankheitsanfälligkeit, die bereits in der menschlichen Spezies vorhanden ist, sich als zu große Last erweisen wird, um einen wirklichen Fortschritt zu erreichen. Obwohl es stimmt, dass eine radikale eugenische Politik in naher Zukunft politisch und psychologisch unmöglich sein wird, ist es wichtig, dass die UNESCO dafür sorgt, dass die eugenische Problematik mit größter Sorgfalt untersucht wird und dass die Öffentlichkeit über die auf dem Spiel stehenden Fragen informiert wird, damit vieles, was heute undenkbar ist, zumindest denkbar wird.«

Nachdem die Welt die Gelegenheit hatte, zu sehen, wie ein Eugenik-Programm mit der vollen Unterstützung eines faschistischen Sozialingenieurs aussah, wäre es nicht übertrieben zu sagen, dass Eugenik – in den Augen einer Weltbevölkerung, die immer noch sehr stark mit traditionellen kulturellen Werten wie Glaube, Patriotismus und der Achtung vor der Heiligkeit des Lebens verbunden ist, – gänzlich unpopulär geworden war. Und obwohl dreißig US-Bundesstaaten und zwei kanadische Provinzen zwischen 1907 und 1945 eugenische Maßnahmen (einschließlich Zwangsterilisation der Schwachen) legalisiert hatten, wurde die statistische Wissenschaft – und Anwendung – der Eugenik am Ende des 2. Weltkriegs zum Stillstand gebracht, und wie Huxley in seinem Manifest betonte, musste nun etwas Neues

her. Hitler, der Idiot, hatte den Eugenikern ziemliche Probleme bereitet. Durch seine Vision, die menschliche „Herrenrasse“ mit der Brechstange herbeizuführen, hat er die Lehren der Eugeniker in Misskredit gebracht. Huxley und seine Unterstützer waren nach wie vor von der Idee des „Zukunftsmenschen“ überzeugt, aber Hitler hatte ihnen ein ziemlich kniffliges Marketingproblem eingebrockt.

TAVISTOCK

Huxley arbeitete auch sehr eng mit der Londoner Tavistock-Klinik zusammen, die in den 1930er bis 1950er Jahren von der Rockefeller- und der Macy-Stiftung finanziert wurde. Erst 2022 geriet diese Klinik in die Medien, nachdem dort Kinder und Jugendliche zu Tausenden ohne Aufklärung und ausreichende Beratung zu so genannten „geschlechtsangleichenden medizinischen Maßnahmen und Operationen“ gedrängt worden waren. Zahlreiche Mitarbeiter äußerten öffentlich ihre Bedenken, dass junge Menschen sich ohne hinreichende Prüfung einem unumkehrbaren Prozess unterzogen. Wer intern oder von außen Zweifel am skrupellosen Vorgehen der Klinik anmeldete, wurde jedoch als „transphob“ gebrandmarkt und der Hetze durch aggressive Aktivisten ausgesetzt. Endlich war es dann aber trotzdem soweit, dass man der berüchtigten Frankenstein-Klinik des Planeten nach über einem Jahrhundert das Handwerk legen und diesen Ort des Schreckens schließen konnte. Hoffentlich für immer. Die Tavistock-Klinik, 1921 gegründet und von dem Psychiater und Brigadegeneral John Rawlings

SCHWERE KOST

Rees geleitet, entwickelte psychiatische Techniken, bei denen eine Mischung aus Pavlovschem Behaviorismus und Freud'schen Theorien zur Beeinflussung von Gruppenverhalten auf vielfältige Weise eingesetzt wurde. Sie kann am ehesten als „psychiatrischer Zweig des britischen Imperiums“ angesehen werden.

Schon in den Anfangszeiten untersuchte die Klinik die extremen psychischen Zustände von Menschen, die während der Schrecken des Grabenkriegs Granateneinschläge erlebt hatten, wodurch die Betroffenen unter psychischer Dekonstruktion litten und erkannte den hohen Grad an Formbarkeit dieser Personen. Wie in einem brillanten Bericht von L. Wolfe aus dem Jahr 1996 dargelegt, war Tavistock stets von dem Ziel geleitet, herauszufinden, wie die Psyche eines Menschen „destrukturiert“ und „dekonstruiert“ werden könnte, um wie ein unbeschriebenes Blatt neu erschaffen werden zu können – in der Hoffnung, dass sich diese Erkenntnisse über Einzelpersonen später auf breitere Massen und sogar ganze Nationen übertragen ließen. Bei der Wahl der Mittel war man keineswegs zimperlich, Folter galt als völlig legitimes medizinisches Mittel zur „psychischen Dekonstruktion“ Viele dieser Forschungsergebnisse wurden in Form von MK-ULTRA in den USA angewandt. MK-ULTRA war ein umfangreiches geheimes Forschungsprogramm der CIA über Möglichkeiten der Bewusstseinskontrolle. Dabei wurden die wissenschaftlichen Untersuchungen von Foltermethoden der Nationalsozialisten weiterentwickelt. Es lief von 1953 bis in die 1970er Jahre im Kon-

text des Kalten Kriegs. Ziel des Projekts war, ein perfektes Wahrheitsserum für die Verwendung im Verhör zu entwickeln sowie die Möglichkeiten der individuellen wie auch kollektiven Gedankenkontrolle zu erforschen.

Das Programm umfasste unter anderem tausende von Menschenversuchen, bei denen ahnunglose Testpersonen, oft willkürlich unter Krankenhauspatienten und Gefängnisinsassen ausgewählt, ohne ihr Wissen unter hochpotente halluzinogene Drogen wie LSD und Mescalin gesetzt wurden. Zahlreiche Versuchspersonen trugen bei den Experimenten schwerste körperliche und psychische Schäden davon, teilweise bis hin zum Tod.

Mitte der 1970er Jahre befassten sich mehrere Untersuchungskommissionen des US-Kongresses mit der Aufarbeitung des Programms. Dies geschah im Rahmen eines breiter angelegten Versuchs, illegales Handeln mehrerer US-Geheimdienste und des FBI im In- und Ausland parlamentarisch zu untersuchen. Besonders bekannt wurde ein als Church Committee bezeichneter Untersuchungsausschuss. Die Aufklärung wurde durch die illegale systematische Vernichtung fast aller CIA-internen Akten zu MK-ULTRA auf Weisung von CIA-Direktor Richard Helms im Jahr 1973 stark erschwert, gottlob aber nicht vollständig verhindert.

Ein prominenter Psychiater, der jahrelang mit Rees in Tavistock tätig war, war der Kanadier G. Brock Chrisholm. 1948 gründete Chrisholm eine der UNO angegliederte Organisation namens Weltgesundheitsorganisation (WHO) mit dem Ziel, die geistige

und körperliche Gesundheit der Welt zu fördern. Ein nobles Unterfangen, das viel Verantwortung und Macht mit sich bringt und eine Führungspersönlichkeit mit außergewöhnlichen Kenntnissen über das Wesen von Krankheit und Gesundheit erfordert. Leider war Chrisholm aufgrund seiner eigenen kranken Ansichten von Natur, Menschheit und Gesellschaft zweifelsohne der falsche Mann für diese Aufgabe.

Zu den Hauptursachen für Krieg und psychische Krankheit zählte Chrisholm nicht Imperialismus, Machtstreben oder wirtschaftliche Ungerechtigkeit, sondern den Glauben der Gesellschaft an richtig und falsch. In einem Schreiben aus dem Jahr 1946 legte Chrisholm das Ziel einer «guten» Psychotherapie und Erziehung dar:

»Die Umdeutung und letztendlich Abschaffung des Konzepts davon, was richtig und was falsch ist, das bisher Grundlage der Kindeserziehung gewesen ist, die Ersetzung des Glaubens an die Lebensweisheit der alten Menschen durch intelligentes und rationales Denken – das sind die Ziele praktisch aller wirksamen Psychotherapie.«

Aber nicht nur das «Konzept von Richtig und Falsch» oder der «Glaube an die Lebensweisheit der Alten» sollte ausgerottet werden, sondern auch monotheistische Religion, Familie und Patriotismus. In einer Rede acht Jahre später sagte Chrisholm:

»Um eine Weltregierung zu er-

reichen, ist es notwendig, den Individualismus, die Treue zur Familientradition, den nationalen Patriotismus und die religiösen Dogmen aus dem Bewusstsein der Menschen zu löschen«

Das darf man sich auf der Zunge zergehen lassen. Hier postuliert ein Mann, dass er eine Welt-herrschaft errichten möchte, indem er den Menschen jeglichen natürlichen Moralinstinkt für Richtig und Falsch, jegliche familiäre Bindungen und auch jede sonstige kollektive Identität „aus dem Bewusstsein löschen“ möchte. Chrisholm propagiert die Erschaffung des werte- und identitätslosen Neu-Menschen und weist sich damit als extremistischer, gefährlicher Psychopath aus. Als Gründer der WHO könnte man sich wahrhaft keinen geeigneteren Menschen wünschen, nicht wahr?

Nachdem die UNESCO und die WHO fest etabliert waren, wurde eine dritte Organisation gegründet, um die Finanzierung und die Praktizierung der Agenda der „psychischen Gesundheit“ auf globaler Ebene voranzutreiben. Wie der Historiker Anton Chaitkin darlegt, wurde 1948 die «World Federation of Mental Health» (WFMH) gegründet, die hauptsächlich von der «Macy-Foundation» finanziert wurde. Die «Macy-Foundation» selbst wurde 1930 unter der Leitung von General Marlborough Churchill (Cousin von Winston Churchill) gegründet, der im Sinne des «Black Chamber», von 1919 bis 1929 für den verdeckten militärischen Nachrichtendienst zuständig war. Seine neue Stiftung war Teil der Rockefeller-Maschinerie und

BESSER IN BEWEGUNG

AUSDAUERND MIT DEN BANDAGEN VON SPORLASTIC

GENU-HiT®

**Kniebandage mit
ringförmiger
Silikonfrikitionspelotte
und seitlicher
Verstärkung.**

Indikationen:

- Bandverletzungen
- Gonarthrose
- Meniskusschäden
- Posttraumatische Reizzustände
- Rheumatische Erkrankungen Knie

Wirkung:

- faltenfreier Sitz
- besserer Blut- und Lymphabfluss
- sehr dünn
- hoher Tragekomfort
- Druckentlastung der Patella
- Stabilisierung
- Massagewirkung

 **SPORLASTIC**

PASSAU . POCKING . FREYUNG . VILSHOFEN . OSTERHOFEN . WALDKIRCHEN



0851/988280

Sanitätshaus
Ma is | 

Sani • Homecare • Orthopädie • Rehatechnik

SCHWERE KOST 208 | JANUAR 2026 | ...

diente als Kanal, um Geld in die «Gesundheitswissenschaften», mit dem Schwerpunkt Eugenik, zu leiten. Der US-amerikanische technische Koordinator der Konferenz, auf der die «World Federation for Mental Health» (WFMH) gegründet wurde, gab den Ursprung der neuen Organisation unmissverständlich bekannt:

»Die World Federation for Mental Health (...) wurde auf Empfehlung der Weltgesundheitsorganisation der Vereinten Nationen und der UNESCO gegründet, weil diese eine nicht-staatliche Organisation für psychische Gesundheit brauchten, mit der sie zusammenarbeiten konnten.«

Und wer sollte wohl der erste Generaldirektor der WFMH werden? Noch als Leiter der Londoner Tavistock-Klinik wurde Brigadegeneral John Rawlings Rees von keinem Geringeren als dem Erz-Rassisten Montagu Norman (Chef der Bank of England) mit der Leitung der neuen Einrichtung betraut, die er aus seiner «National Association for Mental Health» heraus gegründet hatte und die von seinem Londoner Thorpe Lodge Wohnsitz aus geleitet wurde. Diesen strategischen Schlachtplänen zur Reform der Gesellschaft beschreibend, sagte Rees:

»Wenn wir uns darauf vorbereiten, in der Öffentlichkeit aufzutreten und die sozialen und nationalen Probleme unserer Zeit anzugehen, dann brauchen

wir Stoßtrupps, und diese können nicht auf einer ausschließlich institutionellen Psychiatrie basieren. Wir brauchen mobile Teams von Psychiatern, die sich frei bewegen und Kontakte mit dem lokalen Umfeld knüpfen können.«

Die Idee mobiler Teams psychischer Stoßtrupps geht auf den führenden Groß-Strategen Lord Bertrand Russell zurück, der 1952 in seinem Buch «Impact of Science on Society» schrieb:

»Ich denke, dass das Thema, das politisch am wichtigsten sein wird, die Massenpsychose ist (...) Ihre Bedeutung hat durch die Entwicklung moderner Propagandamethoden enorm zugenommen. Die einflussreichste davon ist das was man «Erziehung» nennt. Die Religion spielt eine Rolle, wenn auch eine abnehmende; die Presse, das Kino und das Radio spielen eine zunehmende Rolle (...) Es ist zu hoffen, dass mit der Zeit jeder jeden von allem überzeugen kann, wenn er den Patienten nur jung genug unter die Finger kriegt und vom Staat mit ausreichend Geld und Ausrüstung versorgt wird.«

DER BIPOLARE KALTE KRIEG UND EIN NEUES GLOBALES PARADIGMA

In den darauffolgenden Jahren arbeiteten die UNESCO, die WHO und die WFMH als Dreieckschluss zusammen, um Hunderte von einflussreichen Unterorganisationen, Universitäten,

SCHWERE KOST

Forschungslabors und «covert science» (verdeckte Wissenschaft), einschließlich CIA's MK-ULTRA, zu koordinieren, um die gewünschte «geistig gesunde» Gesellschaft herzustellen, die von ihrem Verhaftetsein an Christentum, Glauben an Wahrhaftigkeit, nationalen Patriotismus oder Familie «gesäubert» ist.

Im Jahr 1971 war die Welt dann schließlich reif für eine große Veränderung. Die Babyboomer – Zielscheibe dieses riesigen SocialEngineering-Experiments – wurden mit einem riesigen Arsenal an kultureller Kriegsführung auf allen Ebenen überflutet. Als der «Council on Foreign Relations» (CFR) und die «Trilaterale Kommission» den US-Dollar aus der Goldbindung lösten, wurde ein neues Zeitalter der Deregulierung, des Konsumismus und des radikalen Materialismus eingeläutet, was dazu führte, dass sich die Generation der Babyboomer schnell in die hyper-materiellistische «Ich»-Generation der 1980er Jahre und danach verwandelte.

Auf ökologischer Ebene hatte eine neue Ethik des «Naturschutzes» begonnen, sich vom Rand in den Mainstream zu bewegen und die pro-industrielle Ethik der Produzenten-Hersteller-Gesellschaft zu ersetzen, die historisch gesehen den besten Teil der westlichen Zivilisation beherrscht hatte. Führend unter den Schöpfern dieser neuen Naturschutsethik – die die Idee des «Schutzes der Menschheit vor dem Imperium» durch den «Schutz der Natur vor der Menschheit» ersetzte – war kein Geringerer als Julian Huxley selbst. In demselben Jahr, in dem er die «World Wildlife Foundation» (WWF) mit-

begründete, verfasste Huxley das «Morges Manifest» (1961), das den Grundstein für die moderne Ökologiebewegung legte und die menschliche Zivilisation in krassem Gegensatz zu dem vermeintlich geschlossenen, mathematischen Gleichgewicht der Natur setzte. Huxley gründete den WWF gemeinsam mit den Erz-Malthusianern: Prinz Philip «Ich möchte als tödlicher Virus reinkarniert werden», Mountbatten und Prinz Bernhard der Niederlande. Das erklärte Ziel war es, der Menschheit die Idee einzuhämmern, sich selbst als „Krankheit für den Planeten Erde“ zu sehen. Aus propagandistischer Sicht ein genialer Schachzug, denn fortan konnte jegliches noch so totalitäre Beherrschungsszenario laut gedacht werden, ohne einen Aufschrei in der Gesellschaft auszulösen, denn das Dogma war vollkommen unangreifbar: „Wenn der Planet nicht untergehen soll, muss die Menschheit kontrolliert werden!“ Dies war einer der genialsten Marketing-Schachzüge aller Zeiten und ist bis heute die Basis der westlichen politischen Ideologie: die totale Kontrolle der Menschheit zu ihrem eigenen Schutz ist das in Endlosschleife wiederholte Muster.

HOLDRENS PLANETARISCHES REGIME

Mitte der 1970er Jahre betreute einer der führenden Neo-Malthusianer jener Zeit – Paul Ehrlich – einen jungen Schützling namens John Holdren, gemeinsam verfassten sie 1977 ein verstörendes Handbuch mit dem Titel „Ecoscience“, in dem sie schrieben:

»Vielleicht könnten diese

Agenturen zusammen mit dem Umweltprogramm der Vereinten Nationen (UNEP) und den Bevölkerungsfonds der Vereinten Nationen schließlich zu einem Planetarischen Regime ausgebaut werden – einer Art internationaler Superagentur für Bevölkerung, Ressourcen und Umwelt. Ein solches umfassendes Planetarisches Regime könnte die Entwicklung, die Verwaltung, die Erhaltung und die Verteilung aller natürlichen Ressourcen, erneuerbare und nicht erneuerbare, steuern, zumindest auf internationaler Ebene. So könnte das Regime die Macht haben, Verschmutzung nicht nur in der Atmosphäre und den Ozeanen zu kontrollieren, sondern auch in Süßwassereinheiten wie Flüssen und Seen, die internationale Grenzen überschreiten oder in die Ozeane münden.

Das Regime könnte auch eine Zentral-Agentur für die Regulierung des gesamten internationalen Handels sein, vielleicht einschließlich der Hilfe von den entwickelten Ländern zu den Entwicklungsländern sowie alle Lebensmittel des internationalen Marktes betreffend. Dem Planetarischen Regime könnte die Verantwortung übertragen werden für die Festlegung der optimalen Bevölkerungsmenge für die Welt und für die einzelnen Regionen, sowie für die Festlegung der Anteile in den einzelnen Ländern innerhalb ihrer Grenzen. Die Kontrolle der Bevölkerungsgröße an sich könnte in der Verantwortung der einzelnen Regierungen verbleiben, aber das Regime hätte eine gewisse Macht, wenn nötig

die vereinbarten Begrenzungen durchzusetzen.«

Wenn man bedenkt, dass diese Worte nur drei Jahre nach Henry Kissingers «National Security Study Memorandum-200» (NSSM-200)-Bericht geschrieben wurde, der die außenpolitische Doktrin der USA von einer entwicklungsfreundlichen zu einer bevölkerungsreduzierenden Politik veränderte, sollten Holdrens Worte von 1977 nicht auf die leichte Schulter genommen werden.

DAS HUMANGENOMPROJEKT WECKT SCHLAFENDE UNGEHEUER

In den folgenden Jahrzehnten schloss Holdren eine enge Freundschaft mit dem in Harvard ansässigen Rhodes-Stipendiaten und Mathematiker Eric Lander, der von 1995 bis 2002 das Humanenomprojekt leitete. Lander verkündete die gelungene Entschlüsselung des vollständig sequenzierten menschlichen Genoms im Jahr 2003 mit den Worten:

»Das Humanenomprojekt ist eine der bemerkenswertesten Errungenschaften in der Geschichte der Wissenschaft. Sein Abschluss in diesem Monat signalisiert den Beginn einer neuen Ära in der biomedizinischen Forschung. Die Biologie verwandelt sich in eine Informationswissenschaft.«

Sir Richard Dawkins schrieb im Jahr 2006 über das Potenzial zur Steuerung der menschlichen Evolution, welches durch Landers Humanenomprojekt und die

SCHWERE KOST

derzeitigen neuen Entwicklungen der mRNA-CRISPR-Technologie möglich geworden ist:

»In den 1920er und 1930er Jahren hätten Wissenschaftler sowohl der politischen Linken wie der Rechten die Idee der Designer-Babys nicht für besonders bedrohlich gehalten – obwohl sie diesen Ausdruck natürlich nicht verwendet hätten. Heute scheint die Idee vermutlich zu bedrohlich, um sie in Ruhe auch nur anschauen zu können, und ich denke, dass Adolf Hitler schuld an diesem Wandel ist. Ich frage mich, ob wir es 60 Jahre nach Hitlers Tod nicht allmählich wagen sollten, uns zu fragen, worin der moralische Unterschied zwischen der Züchtung auf musikalische Fähigkeiten und dem Zwang eines Kindes zum Musikunterricht besteht. Oder warum es akzeptabel ist, Schnellläufer und Hochspringer zu trainieren, aber nicht, sie zu züchten. Ich kann

mir einige gute Einwände denken, die mich wahrscheinlich überzeugen würden. Aber ist nicht jetzt die Zeit gekommen, wo wir nicht mehr davor zurückschrecken sollten, diese Fragen wenigstens zu bewegen?«

Holdren versuchte die roten Linien, die nach dem Holocaust unter anderem durch den Nürnberger Kodex gesetzt wurden, mit Tippex zu behandeln. Es sollte der „Wissenschaft“ ermöglicht werden, an der Spezies Mensch herumzupfuschen. Die Möglichkeiten waren jetzt, da man den vermeintlichen „Code der Schöpfung“ entschlüsselt hatte, einfach zu unwiderstehlich. Kurz darauf genoss Holdren, als Wissenschaftszar und Architekt von Obamas «evidenzbasiertem» Regierungsprogramm – welches die Maximierung der Mittel für grüne Technologien zur Dekarbonisierung der Menschheit im Rahmen neuer globaler Regierungssysteme vorsah, – mehr Macht, als er sich je hätte vorstellen können. Lander arbeitete als Co-Vorsitzender von Obamas Wissenschaftsrat eng mit Holdren zusammen sowie auch mit dem Präsidenten des «Whitehead-Institute», David Baltimore, bei der Gründung des «Broad Institute» von «Massachusetts Institute of Technology» (MIT) und Harvard.

Gemeinsam leiteten Lander und Baltimore 2015 eine große Konferenz über die «neue Ära der biomedizinischen Forschung», auf der eine neue Genveränderungs-Technologie namens CRISPR vorgestellt wurde, bei der Enzyme und RNA aus Bakterien zum Einsatz kommen, die nachweislich in der Lage sind, DNA-Sequenzen gezielt zu verändern und verschiedene Mutationen hervorzurufen. Es mag sein, dass diese leistungsstarke Technologie der Menschheit als Instrument zur Beseitigung von Erbkrankheiten beim Menschen und bei Nutzpflanzen potenziell Gutes bringen könnte, aber die unglaubliche Macht von CRISPR, die menschliche DNA für immer grundlegend zu verändern, kann unvorstellbaren Schaden anrichten, wenn sie in die falschen Hände kommt.

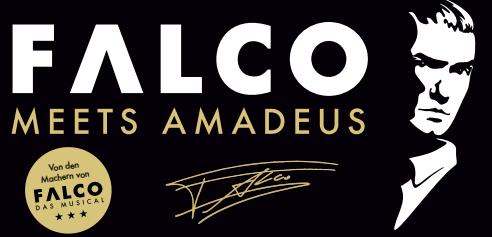
Auf dem «historischen» internationalen Gipfel

zum Thema Gen-Editierung beim Menschen im Dezember 2015 knüpfte der Konferenzvorsitzende David Baltimore in seiner Grundsatzrede an die skurrilen Worte von Julian Huxley an:

»Im Laufe der Jahre ist das Undenkbare denkbar geworden. Wir stehen an der Schwelle zu einer neuen Ära in der Menschheitsgeschichte.«

Im Januar 2021 beglückwünschte John Holdren seinen Kollegen und Weggefährten Erik Lander zu seiner Ernennung zum Wissenschaftszar (Direktor für Wissenschafts- und Technologiepolitik im Weißen Haus) von Joe Biden – dem Posten, den zuvor Holdren selbst innehatte. In dieser Position hat Lander die Reaktivierung der gesamten Wissenschaftspolitik der Obama-Ära als Teil einer technokratischen Erneuerung der US-Regierung im Einklang mit der Great Reset-Agenda des Weltwirtschaftsforums beaufsichtigt. Unter Ausnutzung der weitreichenden Befugnisse des «Emergency Authorization Act» zur Umgehung der FDA, um Gentherapie-Technologien einzuführen, hat ein neues soziales Experiment begonnen. Die CRISPR-Technologie wird bereits als Lösung gegen die neuen mutierenden Stämme von Erkältungskrankheiten angepriesen und als «Impfstoff» gegen bestimmte tropische Krankheiten eingesetzt.

Die offensichtliche Verbindung, die zwischen den Eugenik-Organisationen von gestern und dem Aufstieg der extrem gefährlichen, modernen mRNA-Technologie im Zusammenhang mit bestimmten Pharmakonzernen bestehen, die von der investigativen Journalistin Whitney Webb Ende 2020 aufgedeckt wurde, sollte man sich ernsthaft bewusst machen. Dieser Artikel, durch den Sie sich hiermit dankenswerterweise bis zum Schluss gekämpft haben, hat versucht zu beleuchten, wie eine lückenlose Linie fanatischer Ideologie von den frühen Förderern der Nationalsozialisten bis in die Pharmaindustrie und die globale Gesundheitsadministration von heute gezogen werden kann.



14.01.26 | Passau - Dreiländerhalle



06.02.26 | Passau - Dreiländerhalle



24.02.26 | Passau - Dreiländerhalle

Training und Probetraining:
Samstag 10.00 - 11.30 Uhr

Ort:
„Tai Chi Halle“
Sporthalle an der Mittelschule Pocking
gleich hinter der Polizeidienststelle Pocking
Indlinger Straße 14b | 94060 Pocking

Training und Probetraining:
Donnerstag 18.00 - 19.30 Uhr

Ort:
Sporthalle der Grundschule Hartkirchen
Obere Inntalstraße 24 | Hartkirchen
94060 Pocking

Kampfkunst & Selbstverteidigung

für Männer & Frauen

Wing Tsun | Tai Chi Chuan | Escrima
in Pocking

Neuer Anfängerzyklus -
Probetraining kostenlos, jetzt anmelden!

Wing Tsun Kung Fu

Wing Tsun gilt als eines der effektivsten und gleichzeitig elegantesten chinesischen Kampf- und Selbstverteidigungssysteme.

Wing Tsun trainiert Körper und Geist gleichermaßen und entwickelt vor allem Körperspannung, Rumpfstabilität, muskuläre Tiefensensibilität, Schnellkraft, sowie die Fähigkeit sich entspannt, präzise und flexibel zu bewegen. Für die Selbstverteidigung ist das Wing Tsun vor allem deswegen geeignet, weil es den Übenden schult, sich auch mit weniger Körperkraft gegen die Angriffe eines deutlich stärkeren Gegners zu behaupten.

Tai Chi Chuan

Tai Chi Chuan ist eine der drei „inneren Kampfkünste“ und ist im Westen vor allem aufgrund seiner positiven Wirkungen auf die Gesundheit bekannt. Entspannung, die Einheit von Körper und Geist sowie das Erzielen von Balance und Harmonie gelten als Ziele im Tai Chi.

Gleichzeitig ist Tai Chi Chuan aber auch eine der effektivsten Kampfkünste überhaupt, indem es im Körper eine innere, ganzheitlich verbundene Kraft erzeugt, durch die selbst mit kleinsten Bewegungen erstaunliche Wirkungen erzielt werden können.

Wing Tsun - effektive Selbstverteidigung für jedermann

Sport & Entspannung - Innerer Ausgleich und Fitness

Escríma

Escríma stammt ursprünglich von den Philippinen und ist ein Kampf- und Selbstverteidigungssystem, das mit kurzen Rattan-Stöcken trainiert wird.

Der hauptsächliche Zweck des Stockkampf-Trainings ist die Ausbildung von schnellen Reflexen, besserer Ganzkörper-Koordination, Beweglichkeit, ausgeprägter kognitiver Fähigkeiten und schneller Schrittarbeit - und zudem macht Escríma unglaublich viel Spaß!



Kontakt und weitere Informationen:

Matthias Müller, Tel +49 (0)171 / 85 66 079



Special

BRAUT & BRÄUTIGAM

Wir trauen uns wieder

HOCHZEIT 2026

HOCHZEIT

Liebe ist kein Trend, kein Hashtag, kein Bild, das sich teilen lässt. Sie ist ein Moment, der still bleibt, während die Welt sich dreht. Zwei Menschen, die einander in die Augen sehen, ein leises „Ja“ zwischen ihnen, und plötzlich ist alles anders: Die Zeit wird langsamer, die Welt kleiner, die Herzen größer.

Unser Hochzeit-Special 2026 widmet sich dieser Einzigartigkeit – der Liebe, die Menschen verbindet, die Traditionen ehrt und dennoch den Puls der heutigen Welt spürt. Denn Hochzeiten sind mehr als ein Tag. Sie sind ein Versprechen, das leise im Raum schwebt, ein Licht, das in den Augen derer brennt, die zuschauen, und ein Gefühl, das für immer bleibt.

TRADITION MIT HERZ

Es sind die kleinen Dinge, die eine Hochzeit unvergesslich machen: die zarten Blüten, die einander den Weg weisen, das handgeschriebene Wort, das zwischen Papier und Herz wandert, die Rituale, die seit Generationen gelebt werden – und die dennoch frisch, lebendig und eigen wirken. Wir zeigen, wie man Traditionen bewahrt,

ohne sie in Staub zu hüllen, wie man altes Wissen mit neuen Ideen vereint und Momente schafft, die man nie vergessen wird.

ECHTE GEFÜHLE STATT FILTER

In einer Welt voller Bildschirme und Vergleiche ist es ein Mut, Gefühle nicht zu verstecken. Das Lachen, das Weinen, das Zittern vor Glück – all das gehört zu einer Hochzeit. Unser Special feiert genau diese Echtheit. Es geht nicht darum, perfekt zu inszenieren, sondern den Augenblick zu fühlen, zu leben und zu erinnern. Social Media kann begleiten, inspirieren und verbinden – aber wahre Liebe bleibt immer offline spürbar.

INSPIRATION FÜR DEN GROSSEN TAG

Von der Dekoration über die kulinarischen Highlights bis hin zu Frisuren und Styling: Wir präsentieren Partner, die mit Herz und Können jeden Moment unvergesslich machen. Kreative Ideen treffen auf gelebte Traditionen, sodass Ihre Hochzeit modern, außergewöhnlich und trotzdem persönlich wird.



PAparazzi-Spezial

Hochzeit '26

die Trends im
neuen Jahr!

DER RICHTIGE DIENSTLEISTER

Eure Hochzeit ist so einzigartig wie ihr selbst – deshalb ist es wichtig, Dienstleister zu wählen, die eure Vision wirklich teilen. Ob Florist, Fotograf, Stylist oder Location: Sie setzen eure Ideen mit Herz und Kreativität um, damit euer großer Tag authentisch, stimmig und unvergesslich wird.

Achtet auf Erfahrung, Kreativität und persönliche Chemie – so könnt ihr euch rundum wohlfühlen und jeden Moment eures besonderen Tages in vollen Zügen genießen.



EIN MOMENT VOLLER MAGIE – Ein liebevoll gebundener Brautstrauß und die Vorfreude auf den großen Augenblick spiegeln die Intimität und Schönheit jeder Hochzeit wider.



Warum heiraten?

Weil Liebe mehr ist als Worte. Sie ist ein Versprechen, ein gemeinsamer Atemzug, ein Anker in stürmischen Zeiten. Sie ist Stabilität, Vertrauen und die Freude, das Leben zu zweit zu teilen. Eine Hochzeit ist die Bühne, auf der diese Gefühle sichtbar werden – und zugleich der Beginn eines Abenteuers, das jeden Tag neu geschrieben wird.

Heiraten bedeutet, sich bewusst für den anderen zu entscheiden – in den leisen Momenten des Alltags ebenso wie in den großen Wendepunkten des Lebens. Es ist das Wissen, dass da jemand ist, der dich sieht, versteht und hält, wenn die Welt einmal zu schwer wird. Es ist das gemeinsame Lachen über kleine Alltagsgeschichten, das Schulter-an-Schulter-Sein bei Herausforderungen und das Teilen von

Träumen, Hoffnungen und Zielen.

Die Ehe schafft einen sicheren Raum, in dem Liebe wachsen darf. Sie gibt Stabilität, nicht als starres Konstrukt, sondern als Fundament, auf dem zwei Menschen sich entfalten und weiterentwickeln können. Sie ist ein sichtbares Zeichen der Verbundenheit – für sich selbst, für die Familie, für Freunde – und ein Versprechen, das weit über den Hochzeitstag hinaus Wirkung zeigt.

Und ja: Die Hochzeit selbst ist ein Fest, das Erinnerungen schafft, Momente einfängt und die Liebe in ihrer schönsten Form feiert. Aber sie ist nicht nur ein Tag, sie ist der Auftakt zu einer gemeinsamen Reise. Einer Reise, die voller Abenteuer, tiefer Gespräche, stiller Momente und unvergesslicher Augenblicke ist. Heiraten heißt, bewusst „Wir“ zu sagen – und jeden Tag aufs Neue zu leben.

Die Braut - Checkliste

<input type="checkbox"/> Brautstrauß <input type="checkbox"/> Taschentücher <input type="checkbox"/> Flache Schuhe <input type="checkbox"/> Deo & Parfum <input type="checkbox"/> Schminke <input type="checkbox"/> Puder & Pinsel <input type="checkbox"/> Schleier <input type="checkbox"/> Klarer Nagellack <input type="checkbox"/> Sicherheitsnadeln <input type="checkbox"/> Sicherheitsnadeln <input type="checkbox"/> Lippenstift <input type="checkbox"/> Jäckchen <input type="checkbox"/> Bürste / Kamm <input type="checkbox"/> kleiner Spiegel <input type="checkbox"/> Schmuck	<input type="checkbox"/> Blasenpflaster <input type="checkbox"/> Pflaster <input type="checkbox"/> Tampons / Binden <input type="checkbox"/> Handcreme <input type="checkbox"/> Fusselrolle <input type="checkbox"/> Schere <input type="checkbox"/> Fleckenstift <input type="checkbox"/> Haarspray <input type="checkbox"/> Traubenzucker <input type="checkbox"/> Minzbonbons <input type="checkbox"/> Ersatzstrumpfhose <input type="checkbox"/> Ersatz-Kontaktlinsen <input type="checkbox"/> Ausweis <input type="checkbox"/> Sonnencreme <input type="checkbox"/> Fächer
--	---

Müller 
...besser sehen - besser aussehen

AUGENOPTIK
UHREN - SCHMUCK
POCKING - STADTPLATZ 1B

 **rubin**



Die schönsten Symbole der Liebe

www.mueller-pocking.de

Tel. 08531 / 4966

info@mueller-pocking.de



› berührt vom zauber
der Liebe

MITTEN IN EINER TRAUMHAFTEN KULISSE VOLLER HERZLICHKEIT BEGINNT DER SCHÖNSTE TAG DES LEBENS. DIE FAMILIE WALDBAUER UND IHR TEAM BEGLEITEN BRAUTPAARE UND GÄSTE MIT VIEL LIEBE UND SCHAFFEN MOMENTE, DIE IN ERINNERUNG BLEIBEN. OB IM STILVOLLEN SAAL, IM CHARMANTEN STADL ODER IM IDYLLISCHEN INNENHOF – HIER WERDEN TRÄUME WIRKLICHKEIT. LASSEN SIE SICH VERZAUBERN!

Im Gasthof Waldbauer beginnt der Hochzeitstag mit einem Gefühl von Ankommen. Umgeben von der Natur, getragen von jahrzehntelanger Erfahrung und begleitet von echter Herzlichkeit, bietet die Familie Waldbauer Brautpaaren und ihren Gästen einen Ort, an dem man sich sofort gut aufgehoben fühlt.

Der elegante Saal bietet Platz für bis zu 140 Personen und überzeugt mit festlichem, modernem Ambiente. Wer es lieber locker und gleichzeitig stilvoll mag, findet im großzügigen Stadl den idealen Rahmen für bis zu 200 Gäste – ein Ort, der Tradition und Gemütlichkeit harmonisch verbindet. Für freie Trauungen

steht den Brautpaaren ein ganz besonderer Platz zur Verfügung: der romantisch-grüne Obstgarten, der mit seinem ganz eigenen Charme verzaubert.

Besonders hervorzuheben ist, dass es keine starren Pauschalen gibt – abgerechnet wird nach Verzehr. So entsteht Freiheit für individuelle Hochzeitskonzepte, die genau auf die Wünsche des Paares abgestimmt sind. Ganz gleich, ob Allergiker oder Veganer, die Küche kocht mit viel Liebe und stellt ein Menü zusammen, das perfekt auf die Wünsche der Gäste abgestimmt ist.

Ein großzügiger Parkplatz direkt vor der Tür sorgt dafür, dass alle



ZUHAUSE

Ein Ort zum Ankommen, Wohlfühlen & Feiern – im Gasthof Waldbauer versprüht jeder Moment Herzlichkeit, Geborgenheit und einen ganz besonderen Zauber.

Geborgen. Liebenvoll. & Unvergesslich.



Bereits in vierter Generation geführt, heißt die Familie Waldbauer ihre Gäste – gemeinsam mit ihren Kindern – herzlich Willkommen und schafft eine Atmosphäre voller Wärme und Freude.

Information von:
Gasthof Waldbauer
Kirchhofweg 1 | 94051 Hauzenberg
Tel.: +49 (0) 8586 / 25 70
www.gasthof-waldbauer.de



› füssl happy day bietet die trends für braut & bräutigam

Verzaubere deinen Moment

Sie sind auf der Suche nach dem perfekten Brautkleid? Mit der neuen Kollektion 2026 und einer großen Auswahl an Modellen führender Brautmarken wie Tres Chic, Ladybird, Modeca, Sincerity, Diane Legrand und viele mehr bietet der Brautsalon Füssl Happy Day alles, was das Brautherz begehrts.

Die Trends sind vielfältig: Spitze zeigt sich in immer neuen, aufregenden Varianten. Daneben ist der Clean Chic mit seinen klaren Linien und glatten Stoffen ein großer Trend. Oft werden auch beide Stilrichtungen kombiniert. Für standesamtliche Hochzeiten oder kleinere Hochzeitsfeiern sind auch Mix-and-Match-Programme beliebt, bei denen Tops oder Bodys mit verschiedenen

Röcken oder Hosen zu schicken Outfits mit lässiger Note gestylt werden.

Das Wichtigste: Im Brautsalon Füssl Happy Day stehen Braut & Bräutigam mit ihren Wünschen im Mittelpunkt und dazu gehört natürlich eine ehrliche und fachkundige Beratung.

Tipp: Termine von Montag bis Donnerstag sind auch kurzfristiger verfügbar und werden bei Füssl Happy Day mit einem kleinen Goodie belohnt.

Information von:

FÜSSL Happy Day

Füsslplatz 26-32 | Ort i. Innkreis (direkt an der A3)

Braut: +43-7751-8902-20

Bräutigam: +43-7751-8902-15

happyday@fussl.at | www.fussl-happyday.at



Die Kollektionen 2026 begeistern mit wunderschönen Designs & viel Liebe zum Detail – von Spitzenroben bis zum modernen Clean Chic. Das Team von Füssl Happy Day freut sich auf Ihren Besuch.

DER BRAUTSALON FÜR

Braut & Bräutigam

Entdecken Sie unsere große Auswahl
an Hochzeitsmode & Accessoires
für Sie und alle Hochzeitsgäste.

Füssl Festtagshaus
Füsslplatz 26-32
A-4974 Ort im Innkreis
www.fussl-happyday.at

Terminvereinbarung:
Braut +43 7751 8902-20
Bräutigam +43 7751 8902-15

FÜSSL

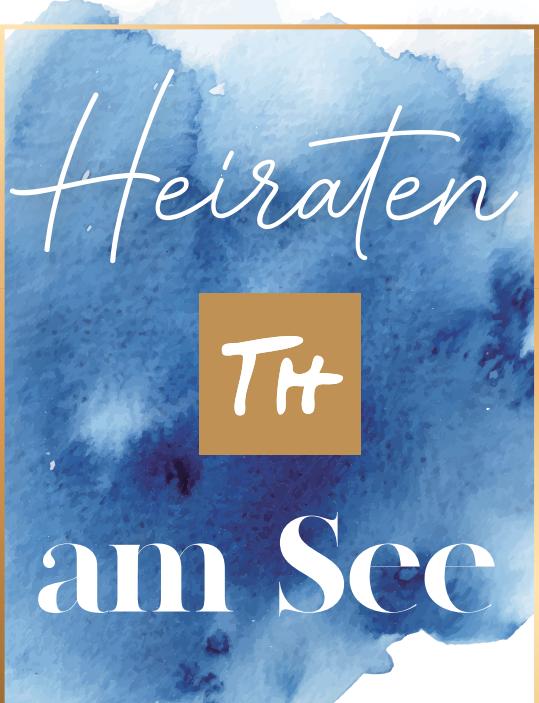
Happy Day



unvergessliche
MOMENTE



Foto: Jakob Lehner Photography



Fotos: Stefan Wolfsberger

EIN MAGISCHER ORT FÜR IHRE LIEBESGESCHICHTE

Seeblick in alle Richtungen, ein gemütliches Ambiente, köstliche Speisen, ein professioneller Service und ausreichend Parkplätze schaffen den perfekten Rahmen für Ihr Fest. Ihre Trauung kann auf unserer überdachten Seeterrasse oder direkt am schwimmenden Steg stattfinden. Bei Schönwetter öffnet sich unser Restaurant vollständig – und Sie feiern unmittelbar über dem Wasser. Am Abend sorgen unsere Bar und die atemberaubende Sonnenuntergangsstimmung für eine unvergleichliche Atmosphäre, um Ihre Liebe zu feiern.

Ihr Kontakt für Ihre gelungene Hochzeit: event@thalhammers.at

Restaurant · Bar · Cafe · Beach

THALHAMMER'S

Badeseestraße 2, 4101 Feldkirchen / Donau



Romantik,
AMBIENTE UND GENUSS

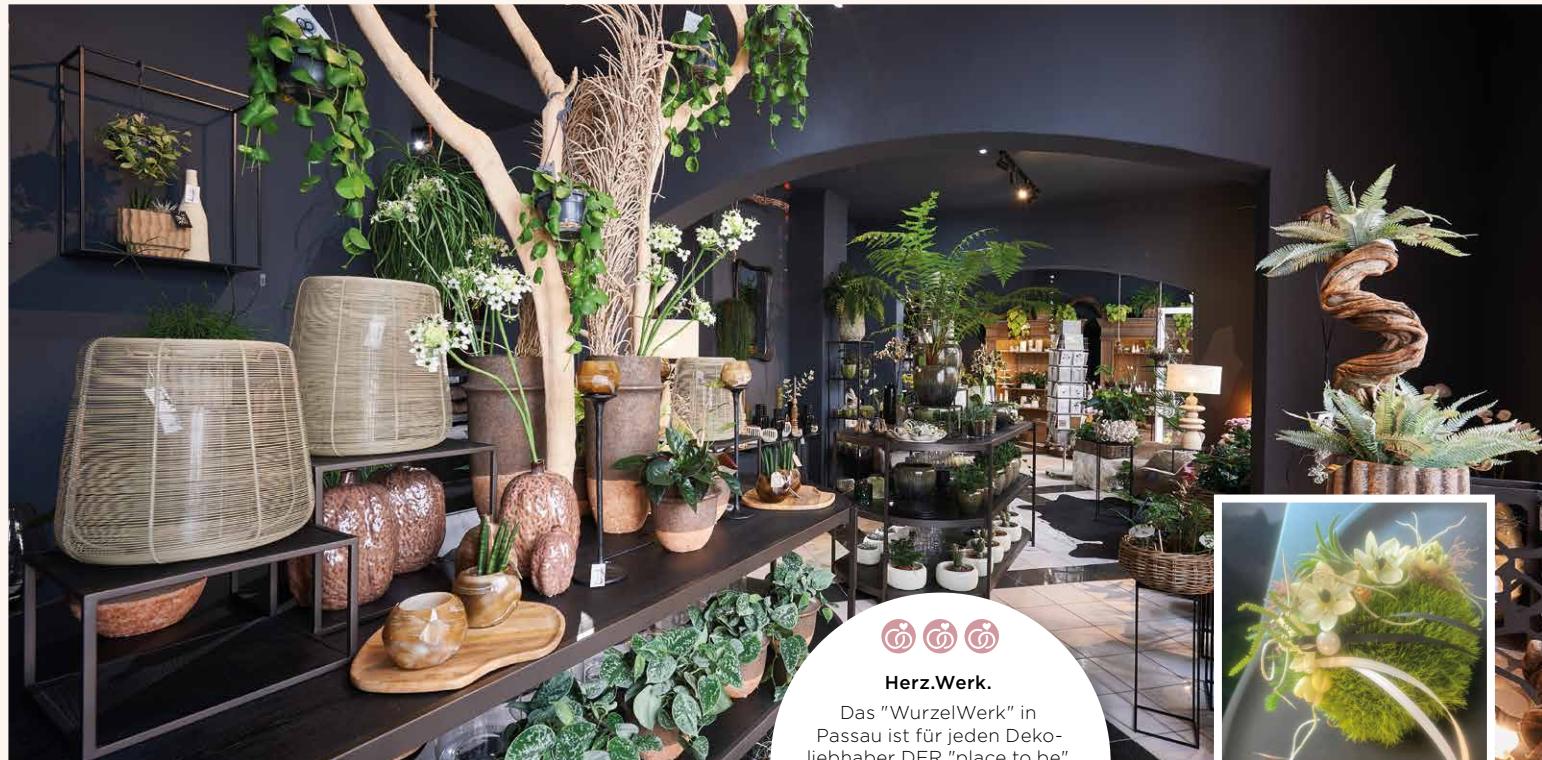
Trachten aus der *Wichtlstube* EDT bei Lambach



Bei einer Vielfalt an Farben und Schnitten bietet die Trachten Wichtlstube für die ganze Familie das perfekte Outfit. Lassen Sie sich von unserem Fachpersonal beraten und genießen Sie ein besonderes Einkaufserlebnis. Wir freuen uns auf Sie.

Trachten
Wichtlstube
EDT bei Lambach
Linzerstr. 20

www.wichtlstube.at



› [wurzelwerk](#)

Blühende Liebe

WENN ES UM BLUMEN UND FLORALE DEKORATION FÜR DEN SCHÖNSTEN TAG IM LEBEN GEHT, **SOLLTE MAN NICHTS DEM ZUFALL ÜBERLASSEN**. MIT KEINEM ANDEREN DETAIL LÄSST SICH EIN SO BEZAUBERNDES AMBIENTE ERSCHAFFEN, WIE MIT DER BLÜHENDE PRACHT.

W as wäre eine Hochzeitsfeier ohne florale Begleitung?

Die Sprache der Blumen gilt als die schönste der Welt – und wenn es einen Moment gibt, in dem die schönste Sprache gerade gut genug ist, um dem Moment den richtigen Rahmen zu geben, dann ist es wohl der Tag, der als der Schönste überhaupt im gemeinsamen Lebensbuch eines jungen Paares niedergeschrieben werden soll.

Blumenzauber der ganz anderen Art gibt es vor allem im "WurzelWerk" in der Passauer

Brunngasse. Mit viel Einfühlungsvermögen und grenzenloser Kreativität setzt Inhaber Patrick Dvořák hier die Ideen von Brautpaaren in einzigartiger Art und Weise um: phantasievoll, erhebend, prachtvoll – mit Ausrufezeichen.

Für Paare die in Sachen floraler Ausgestaltung nicht nur "08-15" möchten, sondern denen ein rundes, stimmiges Gesamtbild vom Kleid bis zur Platzkarte wichtig ist, ist Patrick der richtige Ansprechpartner. Bis ins Detail greift er die Ideen seiner Paare auf und realisiert florale Meisterwerke.



EINFACH MAL ANDERS

Mit viel Liebe zum Detail setzt das "WurzelWerk" in Passau Hochzeiten floral in Szene.

Information von:
WurzelWerk
Brunngasse 8 | 94032 Passau
Tel.: +49 (0) 851 / 96 65 18 93
Insta: [@wurzelwerk_floraldesign](#)

› heiraten wie die royals

Königliche Location

DIE SUCHE NACH DER PERFEKten LOCATION IST MIT SICHERHEIT EINE DER SPANNENDSTEN AUFGABEN BEI DER PLANUNG DER TRAUMHOCHZEIT.

WER FÜR SEINEN SCHÖNSTEN TAG DES LEBENS EIN GANZ BESONDERS EDLES UND FESTLICHES AMBIENTE SUCHT, FÜR DEN HABEN WIR BEI PLATTLING EIN ECHTES SCHMUCKSTÜCK GEFUNDEN. DAS GUT ALTHOLZ ÜBERTRIFFT ALLE ERWARTUNGEN - AND IT'S SO INSTA, BABY!



Fotografie: [instagram.com/lia.fotoricordi](https://www.instagram.com/lia.fotoricordi)

Jede Hochzeitsfeier braucht die passende Location. Je größer und anspruchsvoller jedoch die Planung wird, desto kleiner wird der Kreis der möglichen Orte. Gerade wenn man etwas sucht, das sowohl die Räumlichkeiten, als auch die Freiflächen bietet, um den Gästen möglichst viel Abwechslung und ein wirklich tolles Erlebnis zu bieten, wird die Auswahl tatsächlich eng.

Einer der Orte, die all diese

Wünsche perfekt erfüllen, ist das wunderschöne und ausgesprochen beeindruckende Gut Altholz bei Plattling. Die Räumlichkeiten versprühen den royalen Charme und das edle Ambiente eines romantischen Landgutes, der parkähnliche Garten ist nicht nur feinstens angelegt und gepflegt, sondern auch weitläufig genug, dass man hier nicht nur Champagnerempfang und Gartenparty veranstalten kann, sondern auch viele verträumte Plätzchen findet, die sich für



GUT ALTHOLZ – hier darf sich jede Braut gerne wie eine echte Prinzessin feiern lassen.

außergewöhnliche Fotoshootings und traumhafte Reels eignen.

Dazu bietet das erfahrene Gastroteam des Gut Altholz den vollen Rundum-Sorglos-Service, den man sich als Brautpaar wünscht. Egal ob klein, groß oder riesengroß – alle Ideen können umgesetzt werden, Gesellschaften von 20-500 Gästen können kulinarisch und musikalisch beglückt werden. Jetzt anfragen!

ROYALE FETE ODER LÄSSIGE GARTENPARTY - WARUM NICHT BEIDES?

Das Gut Altholz bei Plattling ist ein echter Geheimtipp für Brautpaare.

Nicht nur die hochherrschaftlichen Räumlichkeiten sorgen für ein entsprechend feierliches und edles Ambiente, auch der weitläufige Park lädt zum Feiern und Fotografieren ein.

Hier können sich auch die ganz kleinen Gäste vergnügen und Spaß haben, während das Gastroteam des Restaurants für das kulinarische Verwöhnprogramm sorgt.



Information von:
Gut Altholz Landhotel & Restaurant
 Altholz 6 | 94447 Plattling
 Tel.: +49 (0) 991 / 73 20
reservierung@gut-altholz.de
www.gut-altholz.de



good **Q** karma
beads with benefits



www.goodkarma-schmuck.de

Elevation

Armband

Pietersit | Sonnenstein | Roter Jaspis
handgefertigt aus echten Heilsteinen

140 €

› glücksmomente für's leben

Für den schönsten Tag

HOCHZEITEN, WIE MAN SIE IN BAYERN UND ÖSTERREICH SCHON IMMER GERN GEFEIERT HAT, BRAUCHEN EIN BISSCHEN MEHR PLATZ – UND DEN GIBT ES BEIM KIRCHENWIRT IN SCHARDENBERG

Feiern und Tanzen, schlennen und genießen – damit der schönste Tag im Leben gemeinsam mit Familie und Freunden unvergesslich wird, braucht es eine besondere Location. Eine rechtzeitige Hochzeitsplanung ist dabei das A und O.

Der Kirchenwirt in Schardenberg bietet für eine ausgelassene Hochzeitsfeier Möglichkeiten, die nur wenige Locations in der Region vereinen. Herzstück ist der großzügige Festsaal mit Platz für bis zu 200 Gäste. Ergänzt wird das Angebot durch die neue Kirchenwirt Alm – ideal zum traditionellen Brautstehlen, für Hochzeitsfeiern in gemütlicher Atmosphäre sowie für zahlreiche weitere Feierlichkeiten. Hier werden außerdem die vielfältigen Buffetvariationen angeboten. Auch freie Trauungen lassen sich in diesem besonderen Ambiente perfekt umsetzen.

Eine Bühne sowie die technischen Voraussetzungen für Livemusik und eine stimmungsvolle Tanzfläche sind selbstverständlich vorhanden. Für auswärtige Gäste stehen 15 frisch renovierte Zimmer zur Verfügung – als besonderes Extra kann das Brautpaar die Hochzeitssuite kostenlos nutzen.



DIE GEMÜTLICHEN ZIMMER des Kirchenwirts laden Hochzeitsgäste zum entspannten Übernachten ein, während die neue Kirchenwirt Alm den perfekten Rahmen für's Brautstehlen, Feiern und freie Trauungen in einem besonderen Ambiente bietet.



Information von:
Gasthof Zum Kirchenwirt
 Kirchenplatz 1 | Schardenberg
 Tel.: +43 (0) 7712 / 60 22
www.kirchenwirt-schardenberg.at



› im herzen der stadt

"Ja" zum Bock

ES IST IN DER REGION EINE DER FEINSTEN ADRESSEN FÜR DIE GEHOBENE BAYERISCHE TRADITIONSKÜCHE UND BEZAUBERT MIT EINER ROMANTISCHEN, GEMÜTLICHEN ATMOSPHÄRE: DER BLAUE BOCK AM PASSAUER DONAUKAI BIETET FÜR HOCHZEITEN IM FAMILIEN- UND FREUNDENKREIS DEN PERFEKTEN RAHMEN.

W er für seine geplante Hochzeit noch auf der Suche nach einer Location ist, die vor allem erstklassige Kulinarik mit bezauberndem Ambiente und bockstarkem Service zu bieten hat, der darf seinen Blick auf eine der schönsten Lagen im Herzen von Passau richten: der "Blaue Bock" ist die perfekte Wahl, um diese Wünsche zu verwirklichen.

In allen Fragen der Planung und Organisation steht das Team von Anfang an mit Rat und Tat zur Verfügung. Egal ob es sich um Dekoration, Floristik, kulinarische Gestaltung mit Menüs, Kuchen oder Buffet, Entertainment oder Musik handelt - für jedes noch so kleine Detail oder jede besondere Idee finden die Profis im Blauen Bock passende Konzepte und haben aus dem umfangreichen Netzwerk des Hauses den passenden Lieferanten, Partner oder Dienstleister parat.



STARTBEREIT FÜR JEDEN FEIER

Personell und technisch ist das Team des Blauen Bocks in der Lage, praktisch jeden Menüwunsch auf absolutem Topniveau zu erfüllen und damit auch die anspruchsvollsten Hochzeitsgäste rundherum glücklich zu machen.



Information von:

Blauer Bock Hotel & Restaurant
Höllgasse 20 | 94032 Passau
Tel.: +49 (0) 851 / 756 66 50
www.hotel-blauerbock.de



NORDKAP

ZUM SUPERPREIS

11.08. - 20.08.2026



Michael Rücker

- Fahrt im modernen FÜRST Reisebus
- 6 x Übernachtung / Frühstücksbuffet in guten Hotels der Mittelklasse
- 6 x 3-Gang-Abendmenü bzw. Buffet
- Schiffahrten Kiel-Göteborg-Kiel und Stockholm-Turku in 2-Bettkabine innen DU/WC incl. Frühstücksbuffet
- Polarkreistaufe
- Stadtführung Rauma und Göteborg

ab € 1.999,- p.P.

fürst
reisen

 **TUI ReiseCenter**

Reisebüro Hütthurm

Marktstr. 17 / 94116 / Hütthurm / 08505 90090 / service@fuerstreisen.de

TUI ReiseCenter

Stadtgalerie / Bahnhofstr. 1 / 94032 / Passau / 0851 931310 / passau@fuerstreisen.de

› zum nordkap...

Eine Reise ins Licht des Nordens

DIE REISE ZUM NORDKAP ZÄHLT ZU DEN EINDRUCKSVOLLEN ERLEBNISSEN NORDEUROPAS. WEITE LANDSCHAFTEN, KLARE SOMMERLUFT UND BESONDERE ROUTENHÖHEPUNKTE MACHEN DIESE TOUR UNVERGESSLICH.

Kum ein Reiseziel vereint Weite, Stille und Naturgewalt so eindrucksvoll wie das Nordkap. Hier, wo Europa scheinbar endet und der Blick ungehindert über das endlose Nordmeer schweift, entfaltet der hohe Norden seine ganz eigene Magie. Im Sommer, wenn lange Tage und glasklare Luft die Landschaft zum Leuchten bringen, zieht die Region jeden Besucher in ihren Bann – rau, majestatisch und voller faszinierender Eindrücke.

Schon die Anreise mit dem Schiff von Kiel nach Göteborg und weiter von Stockholm nach Turku ist ein Erlebnis für sich. Während das Schiff nordwärts fährt, ziehen Schären und Küstenlinien vorüber – ein erster Vorgeschmack auf die grandiose Natur, die Reisende hier erwartet. Unterwegs sorgen ausgewählte Stopps für abwechslungsreiche Einblicke, etwa bei einer Stadtführung im finnischen Rauma, dessen liebevoll restaurierte Altstadt zum UNESCO-Weltkulturerbe zählt.

Auch Göteborg begeistert mit maritimem Flair, gemütlicher Gelassenheit und charmanten Vierteln. Zwischen historischen Kais, hübschen Cafés und moderner Architektur zeigt sich Schweden

von seiner vielseitigen Seite – lebendig, freundlich und typisch skandinavisch.

Ein besonderes Highlight der Reise ist die Polarkreistaufe – ein kleiner, symbolischer Moment, der den Übergang in die Welt der Mitternachtssonne und arktischen Weiten markiert. Für viele Reisende ist dieses Ritual ein unvergesslicher Augenblick, der den Weg zum Nordkap noch bedeutungsvoller macht.

Schließlich führt die Route bis zur berühmten Klippe des Nordkaps, wo die ikonische Weltkugel über dem Meer wacht. Der Wind trägt die kühle Luft des Nordens heran, das Licht wirkt weicher, klarer und die Zeit scheint für einen Moment stillzustehen. Wer hier oben steht, spürt die Erhabenheit dieses Ortes und die besondere Faszination, die er seit Generationen ausübt.

Mit Fürst Reisen erleben Sie diese beeindruckende Reise in entspannter Atmosphäre und bester Begleitung. Sorgfältig zusammengestellte Programm-punkte, komfortable Unterkünfte und eine persönliche Betreuung sorgen dafür, dass jeder Moment einzigartig bleibt – von der ersten Seemeile bis zum letzten Blick über das weite, stille Nordmeer.



**DEIN
PROFI
FÜR BESTEN
KAFFEEGENUSS!**



GAGGIA
MILANO



la marzocco



Service & Vertriebspartner mit Showroom | Vollautomaten & Siebträger

info@irotta.de | Tel. 08562 / 1249 | www.tonibohni.de



›jetzt geht's rund

Fast vergessene Klassiker

FÜR DIE MEISTEN HIESIGEN GENUSSMENSCHEN IST DER KNÖDEL EIN WAHRZEICHEN DER GUTEN BAYERISCHEN TISCHKULTUR UND GEHÖRT ZUR TRADITIONELLEN KÜCHE EINFACH DAZU. ALLERDINGS HAT SICH DER KNÖDEL WEITGEHEND ZUR NICHTSSAGENDEN CONVENIENCE-BEILAGE ZURÜCK ENTWICKELT - TATSÄCHLICH IST ER ABER WEITAUß MEHR ALS DAS.

Der Knödel. In der bayerischen Wirtshauskultur ist er ein nicht wegzudenkender Begleiter jedes herzhaften Bratens und jedes Schmorgerichtes.

Tatsächlich hat der Knödel jedoch eine weitaus größere Bedeutung in der traditionellen bayerischen Küche, als dass er nur Sättigungsbeilage und Saucenaufnehmer wäre. In vielen altüberlieferten Rezeptbüchern spielt der Knödel nicht die stumme Nebenrolle, sondern ist der Dreh- und Angelpunkt des gesamten Gerichtes.

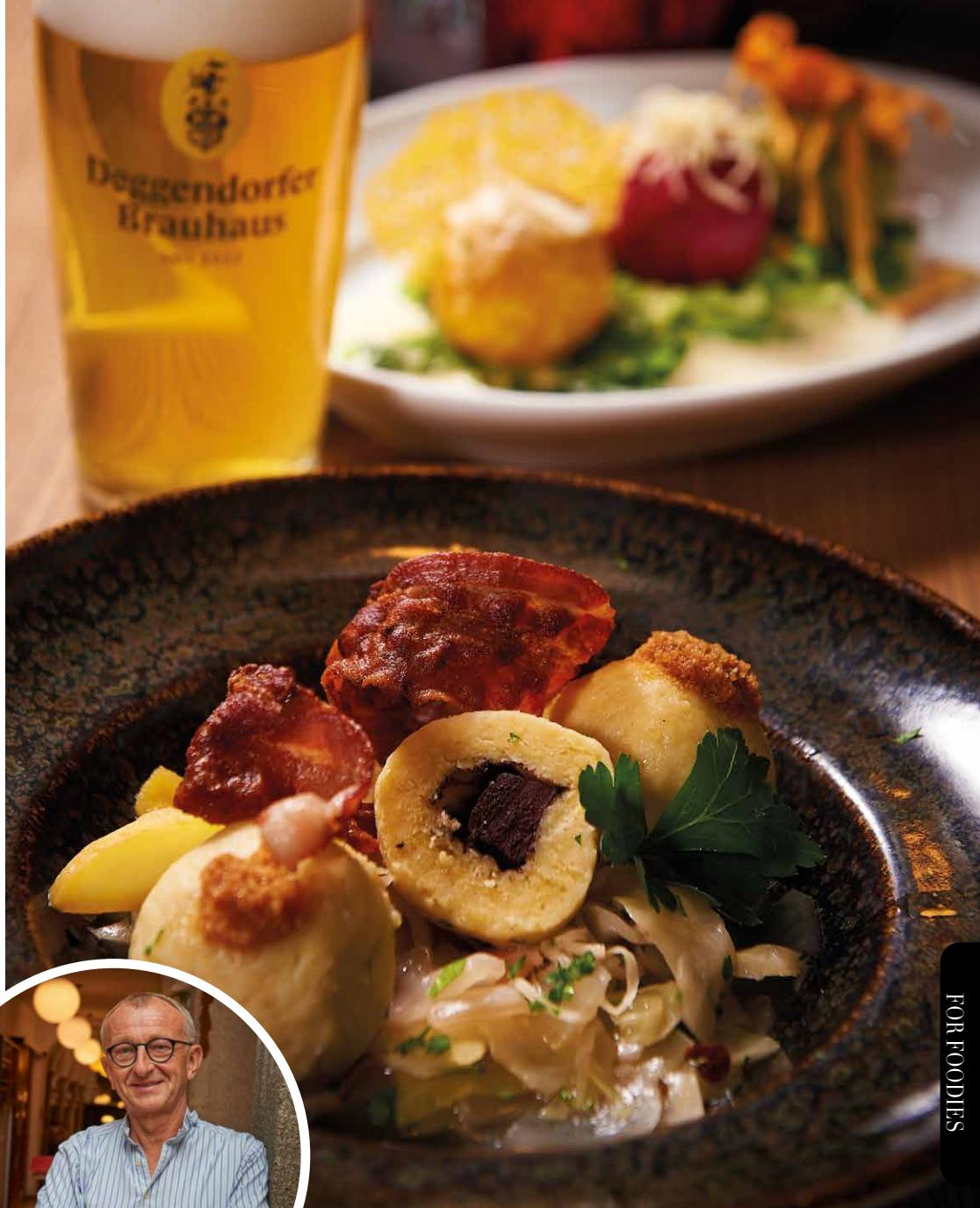
Im Wirtshaus "Zur Knödelwerferin" in Deggendorf hat sich Gastgeber Helmut Kurz diesen alten, fast vergessenen Gerichten verschrieben. In wohl keinem Wirtshaus weit und breit findet man eine so reichhaltige und kreative Vielfalt von traditionellen Knödelspezialitäten wie hier und in der Knödelwerferin werden diese Knödel auch noch so zubereitet, wie es in der alten Zeit üblich war: von Hand. Jeder Knödel ein hausgemachtes Original,



Helmut Kurz

SPEZIALIST FÜR URTYPISCHES

Helmut Kurz liebt es, traditionelle Gerichte, Zutaten und Kochmethoden zu erforschen und zu hinterfragen. In der "Knödelwerferin", DEM bayerischen Gasthaus in Deggendorf, findet der Genießer bisweilen Gerichte, die andernorts längst vergessen wurden, oder er interpretiert alte Rezepte völlig neu.



kein Convenienceprodukt, keine Packerlsaucen, keine Fertigmischungen.

Jetzt, zum Beginn des neuen Jahres, überrascht uns Helmut Kurz mit zwei ganz besonders herzhaften Knödelgerichten. Zum Einen der sagenhafte Blunz'nknödel, herhaft gefüllt mit Blutwurst, auf saftigem Bayerisch Kraut und knusprigem Speck und zum Anderen die vegetarische Variante: das Knödeltrio, aus Kürbis, Grünkohl und Roter Bete, auf herzhaftem Rahmwirsing. Beide

Gerichte machen den Weg nach Deggendorf zu einem lohnenswerten Ausflug - für manche von uns werden hier Kindheitserinnerungen wieder lebendig.



Information von:
Gasthaus Zur Knödelwerferin
 Schlachthausgasse 1 | Deggendorf
 Tel.: +49 (0) 991 / 47 67
info@knoedelwerferin-deggendorf.de



Ganzer Genuss. Keine halben Sachen.

› **BAD FÜSSING** hat einen neuen Sushi-Place-to-be

WER ECHTES, AUTHENTISCHES SUSHI LIEBT, DER MUSSTE BISWEILEN EINE LÄNGERE AUTOFAHRT NACH MÜNCHEN ODER NOCH WEITER IN KAUF NEHMEN, **DENN SUSHI AUF WIRKLICH HÖCHSTEM NIVEAU** GIBT ES NICHT AN JEDER STRASSENECKE.

DOCH AB SOFORT REICHT EIN KLEINER ABSTECHEM NACH BAD FÜSSING - ZUM NEUEN MÜHLBACH SUSHI CLUB IM WELLNESSHOTEL "DAS MÜHLBACH".

Sushi. Das ist weit- aus mehr als kalter Reis mit rohem Fisch. Es ist auch kein Gericht, im eigent- lichen Sinne. Es ist vielmehr eine Philosophie, ein Fenster in die

kulinarische Seele Japans, ein Stück Kultur zum Essen. Echt authentisches Sushi ist extrem produktorientiert. Man legt Wert auf höchste Qualität bei Fisch und Reis - alleine seine Zubereitung ist eine Wissenschaft für

sich. Gutes Sushi braucht nicht viel TamTam. Und genau hier liegt auch die Kunst: das richtige Maß zwischen Modernität und Tradition, zwischen puristischer Eleganz und verspielter Ästhetik, zwischen dem unverfälschten Rohprodukt und der grenzenlosen Wunderwelt der asiatischen Aromen. Crossover im besten Sinne ist nicht, jedes Sushi unter Mayonnaise und bergeweise Toppings zu begraben, sondern dezent aber treffsicher unsere Sinne

zu reizen. Und genau das kann Le Bang, Sushi Chef im brandneuen Mühlbach Sushi Club in Bad Füssing, wie kaum ein anderer.

Seit Ende letzten Jahres ist der Mühlbach Sushi Club eröffnet, wir waren als eines der ersten Teams vor Ort um uns – und vor allem Ihnen, liebe Leser – ein Bild zu machen.

Natürlich fühlt man sich unmittelbar von der einzigartigen Gemütlichkeit und herzlichen





**JEDES
DETAIL ZÄHLT**

Sushi Chef Le Bang ist ein wahrer Meister der modernen Japan Cuisine. Sein Sushi ist traditionell produkt-orientiert, mit höchstem Augenmerk auf Reis- und Fischqualität – mit einem leichten Crossover-Twist.

Atmosphäre im Mühlbach warm umarmt und willkommen. Wohlfühlen und Entspannen ist hier garantiert. Den Alltag los- und ein bisschen Luxusfeeling hereinlassen. Blutdruck runter, Stimmung hoch – man kommt an und möchte bleiben.

Natürlich steht der Mühlbach Sushi Club ganz im Zeichen erstklassigen Sushis, aber nicht ausschließlich. Eine kleine aber extrem feine Auswahl weiterer asiatischer Spezialitäten wartet darauf entdeckt und ausprobiert zu werden. Sushi Rolls, Tempura und japanische Gerichte vom Grill, köstliche Vorspeisen und vor allem die verführerischen Desserts sollte man sich nicht entgehen lassen. Kennen Sie Mochi? Wenn ja, dann finden Sie hier die wahrscheinlich besten Mochi seit langer, langer Zeit. Und wenn nicht, dann machen Sie sich auf ein besonderes Erlebnis gefasst. Mochi kann man nicht beschreiben. Das Gefühl im Mund weckt Kindheits-erinnerungen. Versuchen Sie es!

Information von:

MÜHLBACH SUSHI CLUB
DAS MÜHLBACH e.K. | Fam. Freudenstein
Bachstraße 15 | 94072 Bad Füssing
Tel.: +49 (0) 8531 / 278-0
www.muehlbach.de



ZUM REINLEGEN Feinste Sushi-Varianten, kreativ angerichtet – zusammen mit spannenden Salaten, Vorspeisen, heißen Gerichten und sensationellen Desserts. So geht Genuss auf asiatisch.





Food Monitor

Feines und Seltsames aus aller Welt



› fesenjan – süß, herb und deftig

Persisches Winterwunder

Fesenjan – das persische Granatapfel-Walnuss-Huhn ist in Deutschland kaum bekannt, in Persien jedoch ein fester Bestandteil der festlichen Küche: Fesenjan, ein reichhaltiger, aromatischer Eintopf aus Huhn oder Ente, der in einer samtigen Sauce aus gemahlenen Walnüssen und konzentriertem Granatapfelsirup langsam geschnitten wird. Die Kombination aus süß und herb, nussig und deftig wirkt auf den ersten Blick ungewöhnlich – doch genau diese komplexe Balance macht Fesenjan zu einem außergewöhnlichen Geschmackserlebnis, das sowohl die Sinne als auch das Herz wärmt.

Traditionell wird Fesenjan zu besonderen Anlässen serviert: bei Hochzeiten, großen Familienfesten oder zum Nowruz, dem persischen Neujahrsfest, das den Beginn des Frühlings feiert. Jede Familie hat dabei ihre eigene, geheime Rezeptvariation, von der Auswahl der Walnüsse bis hin zur genauen Dosierung des Granatapfelsirups. Über Generationen hinweg werden diese Rezepte sorgfältig weitergegeben, sodass jeder Topf Fesenjan nicht nur

Aromen, sondern auch Geschichten und Erinnerungen in sich trägt.

Die Walnüsse verleihen der Sauce eine cremige Tiefe, der Granatapfelsirup sorgt für eine feine, fruchtige Säure, die perfekt mit dem langsam geschnittenen Fleisch harmoniert. Gewürze wie Zimt, Kurkuma oder Safran runden das Gericht ab und verleihen ihm eine unverwechselbare orientalische Note. Das Zusammenspiel der Zutaten ist subtil und raffiniert – jede Gabel bietet eine kleine Geschmacksexplosion, die süße, herbe und würzige Nuancen miteinander verbindet.

Fesenjan ist mehr als nur ein Gericht; es ist ein Ausdruck persischer Kultur, eine kulinarische Tradition, die Geschichten von Gemeinschaft, Feierlichkeiten und Familie erzählt. Die Zubereitung selbst ist ein Ritual: Das langsame Schmoren, das vorsichtige Rühren, das Probieren und Abschmecken – alles geschieht mit Geduld und Liebe. Wer Fesenjan serviert, schenkt seinen Gästen nicht nur banales Essen, sondern auch ein Stück Geschichte und ein Gefühl von Zusammengehörigkeit.

Fesenjan ist ein sinnliches Fest für die Sinne – cremig, nussig, fruchtig und tiefwürzig zugleich. Ursprünglich aus den Küchen Persiens stammend, galt es dort als Festtagsgericht für besondere Anlässe. Heute fasziniert es durch seine ungewöhnliche Kombination aus Granatapfel und Walnuss, die es zu

einem kleinen Erlebnis macht. Hinter der samtigen, dunkelroten Sauce steckt ein Gericht, das mehr erzählt, als es zunächst zeigt: Kultur, Tradition und jahrhundertealte Handwerkskunst auf einem Teller. Ein Gericht, das Herz und Gaumen gleichermaßen berührt – überraschend, unvergesslich.

Für Menschen, die Fesenjan noch nicht kennen, öffnet das Gericht die Tür zu einer neuen Dimension der Winterküche. Es ist wärmend, reichhaltig und gleichzeitig überraschend leicht in seiner Fruchtigkeit. Es zeigt, wie elegant orientalische Aromen miteinander harmonieren können: die Nüsse geben Struktur, der Granatapfel sorgt für Lebendigkeit, das Fleisch bringt Fülle, und die Gewürze schaffen Tiefe.

Ein Teller Fesenjan ist ein kleines Fest: ein Gericht, das Gaumen, Sinne und Seele gleichermaßen berührt. In der kalten Winterzeit, wenn Schnee und Frost die Welt draußen etwas stiller werden lassen, wärmt es von innen, verbindet Tradition mit Geschmack und überrascht mit einer Exotik, die hierzulande noch selten auf den Tellern landet. Wer einmal den Geschmack der samtigen Sauce schmeckt, die Gewürze einatmet und das harmonische Spiel der Aromen erlebt, entdeckt ein Wintergericht, das in Erinnerung bleibt – herhaft, elegant, komplex und voller Geschichte.



» smart repair für gelenke

Aus dem eigenen Saft

von allen Gelenken des Körpers sind neben Hüfte und Schulter vor allem **die Knie besonders häufig von Schmerzen und Verschleiss betroffen. Doch es gibt Möglichkeiten diese Probleme auch ohne Operation in den Griff zu bekommen.**

Das Knie ist in der Orthopädie immer noch eines der schwierigsten Gelenke. Es ist anatomisch nicht eines der kompliziertesten Gelenke, steht unter hoher Belastung und ist dementsprechend oft das Thema vieler Patienten: Schmerzen, Verschleiß und Verletzungen sind häufig. In der modernen Orthopädie versucht man jedoch, aufwändige Operationen nach Möglichkeit zu vermeiden und setzt verstärkt auf die regenerative Medizin.

Die ACP-Plasma-Therapie (Autologes Conditioniertes Plasma) gilt als eine der viel-versprechendsten modernen Behandlungsformen zur Linderung degenerativer und entzündlicher Beschwerden des Bewegungsapparats. Ihr Grundprinzip nutzt die körpereigenen Heilkräfte: Aus einer kleinen Menge Blut, die dem Patienten entnommen wird, wird in einer

speziellen Zentrifuge hochkonzentriertes Blutplasma gewonnen. Dieses Plasma enthält Wachstumsfaktoren und regenerative Botenstoffe, die entzündungshemmend wirken und geschädigtes Gewebe beim Wiederaufbau unterstützen.

Die Methode ist erstaunlich unkompliziert. Nach der Blutentnahme erfolgt die Aufbereitung direkt in der Praxis. Das so gewonnene Plasma wird anschließend präzise in die betroffene Struktur injiziert – etwa in Sehnen, Muskeln oder besonders häufig in das geschädigte Kniegelenk. Die gesamte Behandlung dauert nur wenige Minuten und kommt ohne Fremdstoffe oder Medikamente aus. Genau darin liegt ein entscheidender Vorteil: Da ausschließlich körpereigenes



DIE KRAFT IM BLUT



Die moderne Medizin hat erst vor relativ kurzer Zeit die enormen Heilkräfte entdeckt, die im Blutplasma enthalten sind. Kaum ein modernes Medikament erreicht die Ergebnisse, die der Körper durch die ca. 3000 im Blutplasma enthaltenen Botenstoffe und Heilfaktoren vollbringt.

In der ACP-Therapie wird aus Eigenblut mittels modernster Zentrifugen-Technologie ein hochpotentes Konzentrat hergestellt, aus dem die wirkaktiven Faktoren und Botenstoffe extrahiert und gezielt in schmerzende und degenerierte Gelenke injiziert wird. Dort wird dann ein natürlicher Heil- und Reparaturprozess in Gang gesetzt, der die moderne Medizin immer noch in Erstaunen versetzt.

Selbst für Gelenke, die bis vor wenigen Jahren noch als irreparabel aufgegeben wurden, gibt es durch die PRP-Therapie wieder Hoffnung.



Material verwendet wird, ist die Therapie sehr risikoarm, nahezu frei von allergischen Reaktionen und bestens verträglich.

Besonders am Knie – bei Arthrose, Reizungen der Gelenkschleimhaut oder Sportverletzungen des Bandapparates – zeigen Studien sowie die Erfahrung aus der Praxis von Dr. Saam in Passau, dass ACP deutliche Verbesserungen bewirken kann. Viele Patienten berichten über eine spürbare Schmerzreduktion, größere Beweglichkeit und schnellere Rückkehr in den Alltag. Die Wirkung entsteht dabei nicht sofort, sondern entfaltet sich über mehrere Wochen, während das Plasma die körpereigene Regeneration nachhaltig anstößt.

Die ACP-Plasma-Therapie verbindet somit wissenschaftlich fundierte regenerative Medizin mit hoher Sicherheit und minimalem Aufwand. Gerade für Kniegelenksprobleme stellt sie eine effektive, ambulante und gut verträgliche Alternative zu klassischen Spritzen oder operativen Eingriffen dar – ein Ansatz, den Dr. Saam seit Jahren mit großem Erfolg einsetzt. Zudem wurde diese Behandlung mittlerweile in die aktuellen Leitlinien zur Therapie der Kniearthrose als „empfohlen“ aufgenommen, was ihre medizinische Relevanz und Wirksamkeit zusätzlich unterstreicht.

Information von:

Dr. Saam
Orthopädie | Schmerztherapie | Chiropraktik
Schießstattweg 60A | 94036 Passau
Tel.: +49 (0) 851 / 96 69 5124
E-Mail: praxis@orthopaedie-passau.de



ORTHOPÄDE Dr. Stephanus Saam erklärt die ACP-Eigenplasma-Therapie für geschädigte Gelenke



Clean Eating 2.0

➤ **MYTHOS** oder gesundheitlicher Fortschritt?

CLEAN EATING 2.0 IST DER ERNÄHRUNGSTREND, DER DAS NEUE JAHR DOMINIERT: BEWUSSTE LEBENSMITTEL, DETOX-KUREN UND SUPERFOODS SOLLEN KÖRPER UND GEIST OPTIMIEREN. FÜR VIELE KLINGT DAS NACH FORTSCHRITT UND GESUNDHEIT - DOCH DIE STRIKTEN REGELN BRINGEN AUCH RISIKEN UND WIDERSPRÜCHE MIT SICH. ZEIT, GENAUER HINZU-SEHEN.

Das neue Jahr beginnt wie jedes andere: Mit guten Vorsätzen und dem festen Entschluss, „richtig“ in den Tag, in die Woche und vor allem in die Ernährung zu starten. Doch während Smoothies, Superfoods und Detox-Kuren in den sozialen Medien die Runde machen, steht hinter dem Begriff Clean Eating 2.0 weit mehr als „bloß“ gesunde Ernährung. Es ist ein kulturelles Phänomen – ein Trend, der Ernährung zu einer Moralfrage erhebt und über Wohlbefinden und Identität entscheidet, noch bevor der erste Bissen überhaupt im Mund landet.

Clean Eating, so die verbreitete Vorstellung, bedeutet den radika-

len Verzicht auf alle verarbeiteten Lebensmittel, Zucker, Weißmehl und Zusatzstoffe; im Zentrum stehen naturbelassene, möglichst frische Zutaten. Diese Idee klingt auf den ersten Blick vernünftig und basiert auf Empfehlungen, die Ernährungswissenschaftler schon seit Jahrzehnten geben: Mehr Vollwertkost, weniger verarbeitete Produkte. Doch der Trend geht weit darüber hinaus und verspricht mehr, als er leisten kann. In Fachkreisen wird er zunehmend kritisch betrachtet, weil er nicht nur vereinfachend ist, sondern auch Risiken birgt, die bislang zu wenig diskutiert werden.

Ein Blick auf die Forschung zeigt,



wie ambivalent dieses Ernährungsphänomen tatsächlich ist: Clean Eating wird von vielen Menschen als Weg zu mehr Gesundheit wahrgenommen – doch Studien legen nahe, dass diese Einstellung nicht immer gesund ist. So fanden Forscher bei jungen Erwachsenen heraus, dass „sauberes“ Essen oft mit restriktiven Essmustern und emotionalem Stress einhergeht; die Verknüpfung von Ernährung mit Moral und persönlichem Wert kann in manchen Fällen zu Essstörungen wie Orthorexie führen – einer krankhaften Fixierung auf gesunde Ernährung.

Und hier greift der Kern der Kontroverse: Es gibt keine belastbaren Studien, die belegen, dass Clean Eating per se zu besseren gesundheitlichen Ergebnissen führt als andere ausgewogene Ernährungsformen. Zwar klingt es logisch, dass unverarbeitete Lebensmittel viele Vorteile bieten – doch die strikten Regeln, die viele Trends setzen, sind

wissenschaftlich nicht haltbar. Harvard Health betont, dass extreme Interpretationen von Clean Eating, die ganze Lebensmittelgruppen ausschließen, zu Nährstoffmängeln und einem gestörten Essverhalten führen können. Zumal Ernährung nicht im luftleeren Raum stattfindet: Viele Menschen greifen gerade unter Zeitdruck oder aufgrund finanzieller Einschränkungen zu hochverarbeiteten Lebensmitteln, die allerdings mit zahlreichen gesundheitlichen Risiken verbunden sind. Große Übersichtsanalysen zeigen, dass der Konsum von ultra-verarbeiteten Nahrungsmitteln mit einem deutlich erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Stoffwechselstörungen und sogar einer Verkürzung der Lebenserwartung im Zusammenhang steht.

Doch auch hier gibt es Gegenstimmen. Einige Ernährungsexperten warnen davor, alle verarbeiteten Lebensmittel pauschal zu verteufeln. Sie be-

tonen, dass „Ultra-Processed“ ein breites Spektrum abdeckt und nicht jeder industriell hergestellte Snack automatisch schlecht ist – insbesondere, wenn Nahrungssicherheit oder Zugänglichkeit für bestimmte Bevölkerungsgruppen im Vordergrund steht.

WAS BEDEUTET DAS FÜR 2026?

In einer Zeit, in der Ernährungsempfehlungen omnipräsent sind, laufen wir Gefahr, Ernährung zur Moralfrage zu machen. Clean Eating 2.0 wird oft als neuer Standard angepriesen, doch ohne Kontext, ohne wissenschaftliche Grundlage und ohne Berücksichtigung der individuellen Lebensrealität. Ernährung sollte nicht zu einer Quelle von Scham, Stress oder sozialem Druck werden, sondern zu einem Aspekt des Lebens, der Genuss, Gesundheit und Lebensfreude verbinden kann. Der wahre Aha-Moment kommt, wenn wir verstehen: Gesundes Essen ist kein Verbotsystem und

keine moralische Leistung, sondern eine Frage der Balance – zwischen Genuss und Nährstoffversorgung, zwischen Lebensstil und Alltagsrealität. Statt strikter Dogmen braucht es flexible, evidenzbasierte Ansätze, die Menschen befähigen, informierte Entscheidungen zu treffen, ohne Angst vor jedem Bissen zu haben.

2026 sollte nicht vom Glauben an „die perfekte Ernährung“ geprägt sein, sondern von einem neuen Bewusstsein: Ernährung ist komplex, individuell und mehrdimensional. Sie hängt nicht nur von Nährwerten ab, sondern auch von Lebensstil, Kultur und persönlichen Vorlieben. Statt starrer Regeln lohnt es sich, einen Ansatz zu wählen, der Flexibilität, Genuss und informierte Entscheidungen verbindet. Wer diese Balance findet, entdeckt, dass man gesund leben und gleichzeitig genießen kann – ohne moralischen Druck oder ständiger Verbote. Der Aha-Moment liegt darin, zu erkennen, dass Perfektion ein Mythos ist, der von Trends und der Industrie propagiert wird. Ernährung sollte befähigen, motivieren und Freude bereiten. Wer bewusst auswählt, experimentiert und auf sich achtet, entwickelt eine Beziehung zu Lebensmitteln, die Gesundheit, Genuss und Wohlbefinden vereint – der perfekte Vorsatz für das neue Jahr.

CLEAN EATING

Ein saftiges Steak mit frisch gegrilltem Gemüse – so kann bewusstes, ausgewogenes Essen aussehen. Einfach, lecker und voller Energie. Gesunde Ernährung muss also nicht kompliziert oder langweilig sein, sondern kann auch richtig Spaß machen.



GENUSS MIT VERANTWORTUNG Das Bild erinnert daran: Ernährung ist mehr als Regeln und Verbote. Wer bewusst genießt, kann Geschmack, Freude und Balance miteinander verbinden – ganz ohne Perfektionsdruck und Bierbauch. (Achtung: nicht persönlich nehmen)



› gold, industriemetalle und seltene erden:

Investieren in die Welt von morgen

WARUM SACHWERTE JETZT ZUM PFlichtbaustein JEDER ANLAGESTRATEGIE WERDEN.

In einer Zeit, in der wirtschaftliche Stabilität zunehmend zur Illusion wird, stehen Anleger vor der Frage: Wie lässt sich Vermögen heute noch werthaltig sichern? Inflation, Niedrigzinsumfeld, steigende Staatsverschuldung und geopolitische Unsicherheiten wirken wie ein permanenter Stresstest für klassische Finanzprodukte. Genau hier setzen moderne, physisch hinterlegte Rohstoffdepots an – insbesondere solche, die Gold und die wachstumsstarken Industriemetalle sowie seltene Erden bündeln.

GOLD BLEIBT DER FELS IN DER BRANDUNG – ABER NICHT MEHR ALLEIN

Gold gilt seit Jahrtausenden als ultimatives Krisenmetall. Seine positive Wertentwicklung in Inflationsphasen, seine globale Akzeptanz und die Möglichkeit, es mehrwertsteuerfrei zu erwerben, machen das Edelmetall zu einem Grundpfeiler solider Vermögenssicherung. Physisches Eigentum und Unabhängigkeit vom Finanzsystem sind in unsicheren Zeiten stärker gefragt denn je, doch dies ist nicht nur auf Gold beschränkt. Die Wachstumsmotoren technologischer Zukunft sind vor allem die seltenen und extrem begehrten Industriemetalle und Seltene Erden. Der weltweite Bedarf an produktionskritischen Rohstoffen wie Neodymoxid, Iridium, Ruthenium oder Terbiumoxid wächst rasant – getrieben durch Digitalisierung, Elektromobilität, Medizintechnik und Energiewende. Diese Stoffe sind selten, praktisch nicht substituierbar und werden nicht an der Börse gehandelt. Damit sind sie weitgehend frei von

Spekulationen und Korrelationen zu Finanzmärkten. Ihre Knappheit – die weltweiten Studien zeigen eindrucksvoll die extrem geringen Vorkommen in der Erdkruste – bildet ein stabiles Fundament für langfristige Wertentwicklung. Gerade in Zukunftstechnologien wie Solarenergie, Halbleitern, Hochleistungsmagneten und Luftfahrt sind sie unverzichtbar.

DAS DEPOT DER ZUKUNFT: SACHWERTE INTELLIGENT KOMBINIEREN

Das Edelmetall- und Technologiemetallddepot, wie es der Huttnermer Finanzexperte Günter Baier empfiehlt, vereint Gold, klassische Edelmetalle und Hightech-Materialien zu einem breit diversifizierten Rohstoff-Warenkorb. Die physische Lagerung erfolgt in Hochsicherheits-Zollfreilagern in Deutschland, der Schweiz oder Dubai – ein Vorteil, der Anlegern bis zu 19 % mehr Invest ermöglicht, da keine Mehrwertsteuer anfällt. Nach zwölf Monaten Haltedauer sind Gewinne übrigens steuerfrei – ein weiterer strategischer Punkt, der Sachwertdepots zu einer hochattraktiven Ergänzung klassischer Anlagen macht.

SACHWERT BEQUEM GEMANAGED: DIE **HUSL** APP

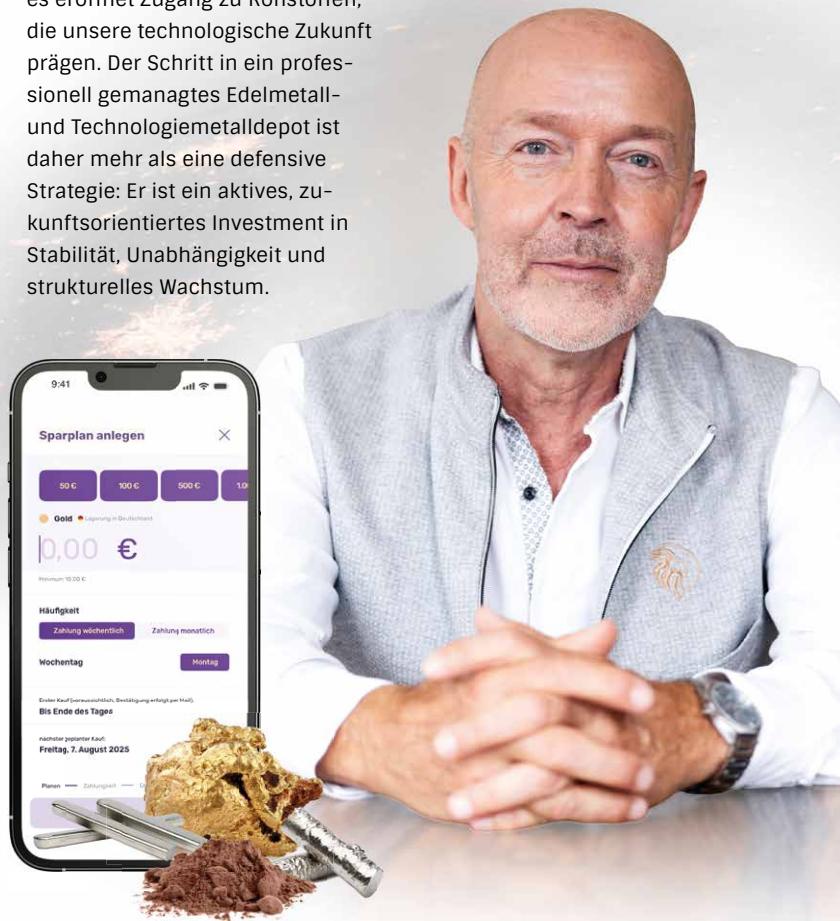
Der moderne Anleger erwartet Transparenz, Flexibilität und digitale Kontrolle. Genau hier setzt die Verwaltung über die App von Husl an, mit der Spezialisten wie Günter Baier enge Kooperationen pflegen: Käufe, Verkäufe, Depotentwicklung und Marktupdates können mobil gemanagt werden – ohne Bindung an Laufzeiten, mit jederzeitigen Zuzahlungen und Entnahmen.

Damit werden physische Sachwerte so flexibel wie ein Bankprodukt, behalten aber ihre Unabhängigkeit vom Finanzsystem. Funktionen wie Branchenupdates, Monatskäufe, Tauschmöglichkeiten und individuelle Strategien sind hier intuitiv und bequem verfügbar.

Fazit: In unsicheren Zeiten führt kein Weg an Sachwerten vorbei. Wem die Risiken des Fiatgeldsystems bewusst sind, erkennt auch die Notwendigkeit, Vermögen stärker in Knappheit, physische Werte und reale Nachfrage zu investieren. Das Depot der Zukunft vereint Gold, klassische Edelmetalle wie Silber sowie Hightech-Materialien und ermöglicht so nicht nur Schutz vor Inflation und Krisen – es eröffnet Zugang zu Rohstoffen, die unsere technologische Zukunft prägen. Der Schritt in ein professionell gemanagtes Edelmetall- und Technologiemetallddepot ist daher mehr als eine defensive Strategie: Er ist ein aktives, zukunftsorientiertes Investment in Stabilität, Unabhängigkeit und strukturelles Wachstum.

Information von:
Dein Finanzkonzept GmbH & Co. KG
www.dein-finanzkonzept.de
Günter Baier
Büchlberger Straße 2 | Hutturm
Tel.: +49 (0) 8505 / 936 27

Günter Baier, Geschäftsführender Gesellschafter der Dein Finanzkonzept GmbH & Co. KG, zeigt, wie moderne Finanzstrategien am Puls der Zeit funktionieren. Neue Ideen bringen Bewegung in eine Welt, die lange auf klassische Sparprodukte gesetzt hat.



MEISTERN SIE DEN WINTER.



**Leistungsstark, präzise
und zuverlässig, für jede
Winterherausforderung.**

Jetzt selbst in der Filiale oder online sehen!

Markmüller Maschinen GmbH
Gewerbepark Garham 10
94544 Hofkirchen
T. +49 (0) 8545 / 4069999
info@holztechnik-markmueller.de
www.holztechnik-markmueller.de



› entspannt durch den winter

Mit einer Schneefräse

WENN DIE ERSTEN SCHNEEFLOCKEN FALLEN, HEISST ES: **RAUS MIT DER SCHNEEFRÄSE!** MIT LEISTUNGSSTARKEN GE-RÄTEN VON HOLZTECHNIK MARKMÜLLER WIRD DAS RÄUMEN VON EINFAHRTEN UND GEHWEGEN SCHNELL, SICHER UND DEUTLICH WENIGER MÜHSAM – SELBST BEI DICHTER SCHNEE-DECKE.

Wenn der Winter kommt, wird aus idyllischem Schneefall schnell eine echte Herausforderung für Hausbesitzer und Mieter. Gehwege, Einfahrten und Zufahrten müssen frei bleiben – doch Schnee schaufeln ist mühsam, zeitaufwendig und körperlich anstrengend. Hier setzt Holz- & Maschinentechnik Markmüller mit seiner Eigenmarke BAMATO an: leistungsstarke Schneefräsen, die den Winterdienst erheblich erleichtern.

Sie überzeugen durch starke Motorleistung, robuste Verarbeitung und durchdachte Technik. Ob für kleine Einfahrten oder große Grundstücke – die Geräte von Holztechnik Markmüller räumen Schnee zuverlässig, schnell und rücksenschonend. Viele Modelle sind mit zwei Stufen, hydraulischer Richtungssteuerung und robusten Rädern ausgestattet, die auch bei Eis und Glätte sicheren Halt bieten. Das spart nicht nur Zeit, sondern schützt auch vor Unfällen.

Markmüller versteht sich nicht als anonymer Händler, sondern als starker Partner. Dazu gehört persönliche Beratung, passendes Zubehör, Ersatzteile auf Lager und ein schneller Service. So ist sichergestellt, dass die Schneefräse auch in stürmischen Wintern zuverlässig funktioniert – und die Räumarbeiten stressfrei erledigt werden können.

Markmüller bietet Schneefräsen für den privaten und gewerblichen Einsatz. Vom kompakten Einsteigergerät bis zur Profi-Maschine mit leistungsstarkem Zweistufen-Antrieb: Für jede Schneemenge und jedes Gelände gibt es das passende Modell. Vielfältiges Zubehör wie zusätzliche Gummiräder, Beleuchtung oder Anbaugeräte macht die Geräte flexibel einsetzbar.

Mit einer Schneefräse von Markmüller wird der Winterdienst zur Routine. Statt mühsam zu schaufeln, können Hausbesitzer und Mieter schnell und sicher Gehwege und Zufahrten freihalten. Die Maschinen verbinden Kraft, Komfort und Zuverlässigkeit – genau das, was der Winter von einem guten Werkzeug verlangt.

FAZIT

Mit den Schneefräsen zeigt Holz- & Maschinentechnik Markmüller einmal mehr, wie Technik den Alltag erleichtert: effizient, robust und sicher. Wer sich frühzeitig mit der richtigen Maschine ausstattet, ist bestens für Schnee und Eis gewappnet und startet entspannt in die kalte Jahreszeit.

Information von:
Markmüller Maschinen GmbH
Gewerbepark Garham 10 | Hofkirchen
Tel.: +49 (0) 8545 / 406 99 99
www.holztechnik-markmueller.de



› küchentrends 2026

Der Wert liegt im Detail

DIE NEUTESTEN KÜCHENTRENDS KONZENTRIEREN SICH NICHT NUR AUF FRISCHE FARBEN UND NATÜRLICH ELEGANT, SONDERN VOR ALLEM AUF QUALITÄT IM DETAIL: OPTIK UND HAPTIK VON OBERFLÄCHEN STEHEN IM FOKUS.

Matte Oberflächen sind der neueste Trend im Küchenbereich. Bosch verspricht für sein Induktionsfeld in matt eine 10fache bessere Widerstandskraft gegen Kratzer.



In Schärding startet man frisch und voller Schwung ins neue Jahr. Gleich in den ersten Tagen dieses jungen Jahres begeistert das renommierte Einrichtungshaus Gupfinger mit den traditionellen „Küchentagen“ am 02., 03. und 05. Januar. Vorgestellt werden die neuesten Trends in Sachen Design, die Farbwelten der kommenden Jahre und vor allem die allerheißensten Techniktrends.

Wir trafen Philipp Kastinger, Juniorchef des Familienbetriebes Gupfinger zum Ausblick auf die kommende Saison. Er sieht das

strenge Farbschema „Schwarz-Weiß“ weiter auf dem Rückzug, stattdessen dominieren warme, natürliche Farben. Erdtöne, sanftes Grün und Blau halten mit mit nordischer Eleganz Einzug in die Küchen der kommenden Jahre.

Die wichtigsten Entwicklungen betreffen aber vor allem die optische und haptische Qualität der aktuellen Küchenprojekte. Man legt Wert auf die entscheidenden Details und hier vor allem auf die neueste Innovation im Bereich der Technik: matte Oberflächen auch und vor allem

beim Kochfeld. Neue Materialtechnologien machen es möglich: Hightech-Induktionsfelder z.B. von BOSCH sind extrem widerstandsfähig und behalten ihre edle Optik auch bei härtester Beanspruchung.

Im Hause Gupfinger hat man darüber hinaus die letzten Monate des alten Jahres genutzt, neue Ideen zu präsentieren. Das Obergeschoss wurde umgebaut und man hat spannende neue Wohnwelten erschaffen, die man sich unbedingt ansehen sollte.



Save the Date:
Küchentage bei Gupfinger
02., 03. und 05. Januar 2026!

Ausgezeichnet!

Die Firma Gupfinger konnte im vergangenen Jahr gleich mehrere Preise und Auszeichnungen für sich verbuchen. Unter 140 Fachhändlern, die inkognito getestet wurden erreichte man den ersten Platz beim „Service Star“, darüber hinaus wurde das Familienunternehmen Sieger bei der „Top Handels Trophy“ in der Kategorie Wohnen.



Familie Kastinger – Firma Gupfinger:
v. li.: Hubert, Karin und Philipp

Information von:

Gupfinger Einrichtungsstudio GmbH
Linzer Straße 37 | A-4780 Schärding, 00
Tel.: +43 (0) 7712 / 32 61
office@gupfinger.at | www.gupfinger.at

› barrierefreies bad

Bäder ohne Grenzen

NICHT NUR, ABER GANZ BESONDERS IM ALTER KÖNNEN SICH DIE **ANFORDERUNGEN AN DAS EIGENE BADEZIMMER** SEHR DRAMATISCH VERÄNDERN. DOCH UM EIN BARRIEREFREIES BAD FACHGERECHT ZU REALISIEREN – UND DAFÜR AUCH EVENTUELLE FÖRDERMITTEL AUSZUSCHÖPFEN – BRAUCHT ES FACHKUNDIGE BERATUNG.



Anforderungen an die eigene Wohnsituation ändern sich. Spätestens mit dem Alter sind nicht mehr alle Menschen in der Lage, ihre täglichen Routinen wie gewohnt zu meistern. Ganz besonders im Badezimmer zeigen sich diese Veränderungen besonders dramatisch.

Normale Badezimmer stellen für Menschen mit körperlichen Einschränkungen wie Gebrech-

lichkeit oder gar Behinderungen unüberwindliche Hindernisse dar. Daher ist der Umbau des eigenen Bades zur Barrierefreiheit unumgänglich, wenn man trotz der gegebenen Einschränkungen weiterhin Zuhause wohnen bleiben möchte.

Ein derartiges Umbau- und Sanierungsvorhaben hat es jedoch in sich. Es geht selbstverständlich neben den technischen Fragen vor allem um die Finanzierbar-

keit, denn ein solches Bauprojekt erreicht regelmäßig fünfstellige Summen. Michaela Baumgartner, Juniorchefin der Firma Haustechnik Baumgartner aus Künzing ist auf die Planung und Realisierung von barrierefreien Bädern spezialisiert und weiß Rat: „*Es gibt unterschiedliche Förderprogramme für diese Fälle. Es gibt Geld von den Krankenkassen und es gibt einen Fördertopf von den Landratsämtern, zusammen können im Maximalfall über 14.000 Euro als Zuschüsse gewährt werden. Allerdings muss man bestimmte Anforderungen erfüllen. Neben den persönlichen Voraussetzungen wie Pflegegrad und Bedürftigkeit geht es hier vor allem um die technischen Daten: Maße und Abstände, Höhen und Bewegungsflächen müssen zwingend eingehalten werden, da ansonsten viele Förderungen nicht möglich sind. Bestimmte Hilfsmittel werden darüber hinaus von den Krankenkassen übernommen, aber nur, wenn diese Produkte entsprechend zertifiziert sind. Wir raten, sich bei derartigen Plänen unbedingt fachkundig beraten zu lassen, ansonsten verliert man unter Umständen Tausende von Euro.“*



Der erste Weg zur Realisierung eines barrierefreien Bades ist eine fachgerechte Planung. Nur wenn alle gesetzlichen Normen, Flächen und Maße eingehalten werden und alle eingebauten Sanitärelemente entsprechend zertifiziert sind, ist es möglich öffentliche Fördermittel zu erhalten. Daher kommt dieser Phase eine besondere Wichtigkeit zu.



HAUSTECHNIK BAUMGARTNER aus Künzing bei Vilshofen ist spezialisiert auf die energetische Optimierung für Neubau und Sanierung. **Auch der Umbau von Bädern zur Barrierefreiheit ist eine Spezialität von Michaela Baumgartner (Foto), die für ihre Planungs- und Beratungskompetenz bereits mehrfach ausgezeichnet wurde.**

Eine neutrale Beratung schafft Klarheit und zeigt alle Handlungsoptionen einschließlich der noch verfügbaren öffentlichen Fördermittel auf. Vor einem Renovierungs- und Sanierungsvorhaben sollte man daher unbedingt das Gespräch mit erfahrenen Fachleuten suchen.

Information von:
Haustechnik Baumgartner
 Kellerstraße 8
 94550 Forsthart b. Künzing
 Tel.: +49 (0) 8547 / 16 93
www.haustechnik-baumgartner.de

MEISTERWERKE *Fehler-Suchrätsel*

Eberesche und Dohle - Elena Polishchukuk



FINDEN SIE DIE 6 FEHLER IM UNTEREN BILD?



Wussten Sie,
dass...

spannende Kunst-Fakten, die Sie bestimmt noch nicht kannten – oder doch?

Vincent van Gogh nur ein einziges Gemälde zu Lebzeiten verkauft hat?

Trotz seines heute riesigen Ruhms galt er damals als exzentrisch und schwer vermittelbar. Der große Durchbruch kam erst nach seinem Tod.

Michelangelos „David“ aus einem Steinblock gemeißelt wurde, den andere Bildhauer weggeworfen hatten?

Der Marmor galt als „unbrauchbar“. Michelangelo verwandelte ihn jedoch in eines der berühmtesten Kunstwerke der Welt.

Kunstwerke manchmal winzige, absichtlich versteckte Botschaften enthalten?

Im „Schrei“ von Edvard Munch fand man mikroskopisch kleine Textreste, die vermutlich vom Künstler selbst stammen: „Kann nur von einem Verrückten gemalt worden sein.“

Kathedralen im Mittelalter so langsam gebaut wurden, dass manche Meister sie nie fertig sahen?

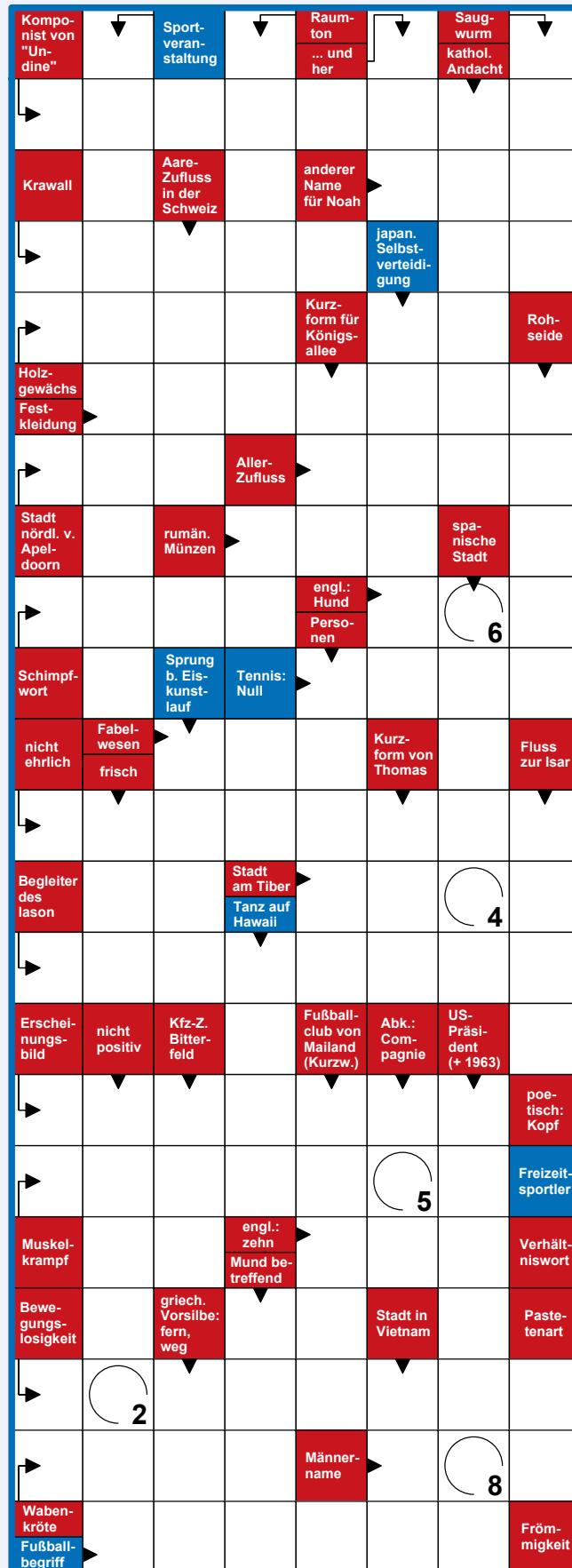
Viele Skulpturen und Fenster wurden erst Jahrzehnte später von ganz anderen Künstlern ergänzt – trotzdem wirken die Gebäude wie aus einem Guss.

Der berühmte „Tiffany“-Glasstil hauptsächlich von Frauen entwickelt wurde?

Die talentierte Designerin Clara Driscoll leitete ein Team von Künstlerinnen („The Tiffany Girls“) – lange verschwiegen, heute endlich anerkannt.

DAS GROSSE COFO-SUPER-PAPARÄZZL

TICKETS ZU GEWINNEN



DER KÖNIG DER LÖWEN

David Koblauer aus Bad Griesbach hat zwei Tickets für "DER KÖNIG DER LÖWEN - The Music Live in Concert" am 24.02. gewonnen. Gemeinsam mit seiner Begleitung freut er sich darauf, die preisgekrönte Musik von Elton John und Hans Zimmer live zu erleben - ein magisches Konzert, das Gänsehaut garantiert!

„Der König der Löwen – The Music Live in Concert“ bringt die Musik von Sir Elton John und Hans Zimmer mit Orchester, Chor, Solisten und eindrucksvollen Animationen auf die Bühne. Der Oscar-prämierte Soundtrack und Hits wie „Hakuna Matata“ entfalten live ihre ganze emotionale Kraft.



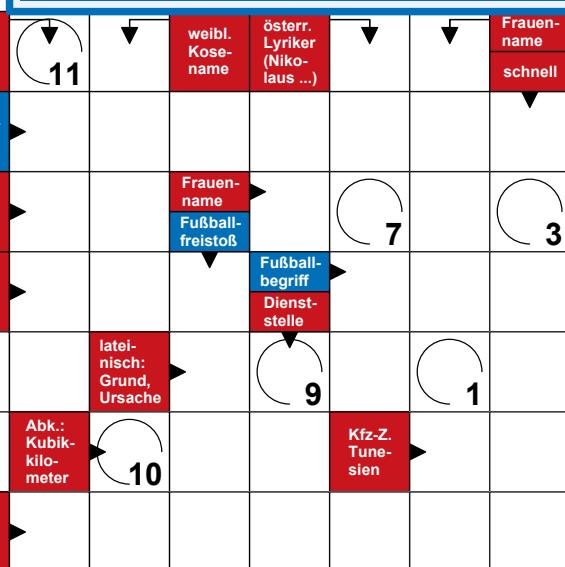
Die Cinema Festival Symphonics unter Stephen Ellery machen Simbas Welt mit ihrem originalgetreuen, bewegenden Sound unvergesslich.

Details zu diesem Konzert finden Sie unter: www.cofo.de

Die Einsender der richtigen Lösung nehmen an der Verlosung zweier Eintrittskarten für **DER KÖNIG DER LÖWEN** am **24.02.2026** in **der Dreiländerhalle Passau**, gestiftet von **CoFo Entertainment** teil. Senden Sie eine ausreichend frankierte Postkarte mit der richtigen Lösung unter Angabe Ihrer Telefonnummer an:

CUSTOMMEDIA VERLAG
BAHNHOFSTRASSE 33 • 94032 PASSAU
EINSENDESCHLUSS IST DER 31.01.2026

Es gilt das Datum des Poststempels.
Nicht teilnahmeberechtigt sind Mitarbeiter des Verlags und deren
Angehörige.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Lösung:



Ein schöner Start ins neue Jahr!

Simone Miedl aus Untergriesbach ist die glückliche Gewinnerin der Dezember-Ausgabe und darf sich über ein exklusives Raumduft-Set von Maison Berger freuen. So beginnt der Januar mit feinen Düften und jeder Menge Wohlfühlmomente.

Herzlichen Glückwunsch und viel Freude beim Entspannen und Genießen!

Waren-vorrat	Figur in Carmen	↓	italie-nisches Kaffe-e-ge-tränk	↓	Kleider-besatz	Trichter im Karst	↓
►	8						
►					Männer-name		
Hut-schlan-ge			afghan. Münze				
kurz: um das			eins der Mainzel-männchen				
►			IATA-Wort: London				
►			Sonn-wen-feier	Fecht-aus-druck			
Stadt mit schiefem Turm			Erklim-mung			Urvater im A.T.	
Bild-teppich	Kaphol-länder frz.: besiegt	1					
►	7					6	
ital.: Stadt	Feldherr in "Wal- lenstein"		Bühnen-aufzug				
►	10			Nacht- raub-vogel			
Meeres-säuge-tier	9			3	unver- blüm-t	afrikan. Wüste	↓
geist-reich	norddt. Höhen-zug				ind. Held	verwe- sender Tier-körper	↓
►			Erb- feind-schaft				5
blaue Farbe			Augs- burger Märty- rerin			Vorname von Capone	
Gegen-stand	Noten-zeichen im Mittel- alter			4	italien. Rund- funk-anstalt		
►			Barbar			2	

Lösung: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

SUDOKU

ZUM LERNEN

		4	5			7		
9	2			7				
5								
4	7		3	9		2		
3		8	2	6		5		
8		1				3		
		6	1	3				
2						1		
5	6							

Die Einsender des richtigen Lösungswortes nehmen an der Verlosung eines LAMPE BERGER KOMPLETT-SET - gesponsert von Fa. Stephani, Bahnhofstraße 17, teil. Senden Sie eine ausreichend frankierte Postkarte mit der richtigen Lösung unter Angabe Ihrer Telefonnummer an:

CUSTOMMEDIA VERLAG

BAHNHOFSTRASSE 33 • 94032 PASSAU

EINSENDGESCHLUSS IST DER 31.01.2026

Es gilt das Datum des Poststempels. Nicht teilnahmeberechtigt sind Mitarbeiter des Verlags und deren Angehörige. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



ZUM ÜBEN

		4						
7	8		2					
6	9							
3	8	6	7	4				
8	9					5		
		1						
5			2					
9	3							
		3	1					

ZUM VERZWEIFELN

1		9						
2								
		6						
5			1					
		7	8					
6								
		9						
7			1					
4	3							



KORBINIAN PHYSIOTHERAPIE RESCH

www.resch-physio.de



Bad Füssing



Hartkirchen



GELDANLAGE



KREDITVERMITTLUNG



VERSICHERUNGEN



HAUSVERWALTUNG



GOLDANKAUF & -VERKAUF