Dienstag, 13. Dezember

02:30	**Nachtprogramm Interview des Tages, Wdh.** eine Wiederholung der gleichnamigen Sendung vom Vortag
04:00	**Nachtprogramm Impuls, Wdh.** eine Wiederholung der gleichnamigen Sendung vom Vortag
06:00	**Angelus - Rosenkranz** Susanne Wundrack
07:25	**Sondersendung - Adventsrätsel** Adventsrätsel
07:30	**Impuls** Gedanken für den Tag: Alles liegt am Kommen Gottes. Ref.: ev. Dekan in Ruhe Michael Wehrwein
08:00	**Kalenderblatt** Hl. Luzia. Ref.: P. Stefan Neugebauer
08:15	**Interview des Tages** Ein Haus der christlichen Nächstenliebe in Waghäusel. Ref.: Pater Robert-Maria Weinkötz, Wallfahrtsrektor und Hausoberer Kloster Waghäusel - HAUS DER CHRISTLICHEN NÄCHSTENLIEBE (kloster-waghaeusel.de) Startseite - Stiftung Häuser der christlichen Nächstenliebe (kommt-und-seht.com)
08:30	**Nachrichten** Nachrichten aus Kirche und Welt.
08:40	**Pfr. Kocher im Gespräch**

Lebenshilfe
Heilkraft aus der Küche. Teil 5. Gewürze, Kräuter und ätherische Öle - duftende Kostbarkeiten aus der Apotheke Gottes.
Ref.: Dr. Siegfried Schlett, Apotheker, Arzt und Autor
Das Buch zur Sendung:

Die 100 wichtigsten Lebensmittel: Mit der richtigen Ernährung vor Krankheit schützen
Dr. Siegfried Schlett
Zabert Sandmann

Das Buch ist zur Zeit nur antiquarisch erhältlich.

Kontakt zu Dr. Schlett:

Ärztliches Naturheilkundezentrum Aschaffenburg

Telefon: 06021 362857

Alle Sendungen der Reihe "Heilkraft aus der Küche" mit Dr. Siegfried Schlett:

15.02.2022: Carme vale! Wieviel Fleisch ist eigentlich gesund?

22.03.2022: Gemüse und Salate - unser Speisezettel im Rhythmus mit der Natur.

29.07.2022: Unser tägliches Brot... Getreide und Co.

10:00

11.10.2022: Fette und Öle - das flüssige Gold für eine gesunde Ernährung.

Rezepte Tipps von Dr. Schlett:

Hustensaft selber machen: Hauptbestandteile sind Spitzwegerichblätter und Thymianzweige, Wasser und Honig. Eine Handvoll Spitzwegerichblätter und Thymianzweige, 100ml Wasser und 150ml Honig. Die Blätter beziehungsweise Triebe von Spitzwegerich und Thymian möglichst fein hacken und jeweils drei Esslöffel in einen Topf geben. Die Kräuter mit dem Wasser übergießen und circa 30 Minuten einweichen lassen. Dann den Honig hinzugeben und das Ganze unter Rühren leicht erhitzen. Nun lässt man die Masse erkalten. Wiederholen Sie den Vorgang zweimal. Zum Schluss wird der dickflüssige Sirup durch ein Baumwolltuch abgeseiht und in ein sauberes Glasgefäß gefüllt. Dosis. 2-3 mal 1 Tl bis EL je nach Alter. Würzmischungen und Rezepte Glühweingewürzmischung I Für ein kleines Glas Gewürzmischung (reicht für zwei bis vier Liter Wein, je nach gewünschter Intensität) wird folgendes benötigt: eine Bio-Orange, 2 Ceylon Zimtstangen 1 TL Gewürznelken, 1 Echter Sternanis oder/und 1 TL Anis Glühweinwürzmischung II 2 EL Zimt, 1 EL Orangenschalen, getrocknet, 1 TL Nelken, 1 TL Piment, ½ TL Kardamom, ½ TL Ingwer, ½ TL Sternanis, 2 TL Rohrzucker Masala Würzmischung. Zwiebeln, Sellerie, Paprika, Koriander, Senfmehl, Kichererbsenmehl, Chilis, schw. Pfeffer, Bockshornkleesamen, Knoblauch, Zimt, Cumin. Baharat Würzmischung. Heißt nichts anderes wie „Gewürze“: Pfefferkörner, Koriandersamen, Zimtstange, Gewürznelken, gemahlener Piment, Kreuzkümmelsamen, Kardamomkapseln Muskatnuss für Fleischgerichte, Fisch und Eintöpfe. Gurkenjoghurt Gurken schälen und hauchdünn scheibeln. Schafsjogurth, Knoblauchzehe, 1 Prs. Cayennepfeffer, 1 EL getrocknete Minze, 2 EL gehackte frische Minze, Zitronensaft, Salz, weißer Pfeffer. Zu Fleisch, Falafel, Kartoffelpfannenkuchen, ideal bei Gartenfesten

11:15	**Erzählung** Der Traum - Eine Geschichte vom Himmel, die das Herz heilt. Folge 9 Autor: James Bryan Smith Lektor: Joseph Weber Der Traum (Buch - Klappenbroschur) - gerth.de Artikel-Nr.: 816493000 Verlag: Gerth Medien Originaltitel: Room of Marvels ISBN: 9783865914934 Auflage: 22. Gesamtauflage (1. Auflage: 26.02.2010) Seitenzahl: 224 S. 17,00.-€
11:45	**Sext - Mittagslob d. Kirche** Ref.: Annette Weichlein
12:00	**Angelus mit Mittagsansprache u. Segen** Ref.: Pfr. Richard Kocher
12:15	**Streiflicht Nachrichtenmagazin**
13:00	**Talk und Musiksendung** Lobpreismusiker Andreas Volz im Interview über den Weg den Gott mit ihm geht, auf deine Weise! https://www.scm-shop.de/auf-deine-weise.html
14:00	**Spiritualität** Die heilende Kraft der Psalmen, 12. Teil. Ref.: Sr. Maria Petra Grünert
15:00	**Wundenrosenkranz** mit Hörern.
15:15	**Hörergrüsse**
16:25	**Sondersendung - Adventsrätsel** Adventsrätsel

16:30	**Katechismus** Aktuelles, u. a. "Was niemals stirbt - Das Leben von Takashi und Midori Nagai". Ref.: Maria Groos, "Knotenpunkt - Begegnung verbindet e. V." Wir sprechen über die Wanderausstellung "Was niemals stirbt. Über das Leben von Takashi und Midori Nagai" , die 2023 in mehreren Städten in Deutschland gezeigt werden wird. Der Generalabt der Zisterzienser, Giuseppe Lepori OCist, wird in drei Wochen, am 8. Januar, die erste Station der Wanderausstellung in Bruchsal (Baden-Württemberg) eröffnen. Das im Zentrum stehende japanische Ehepaar Takashi und Midori Nagai, das vor rund 80 Jahren ein beeindruckendes Glaubenszeugnis gegeben hat und durch den Atombombenabwurf auf Nagasaki am 9. August 1945 einer besonderen Prüfung unterzogen wurde. Denn die Ehefrau Midori wurde dabei getötet, ihr Ehemann Takashi überlebte und wurde zum Hoffnungsträger für seine Nachbarn ebenso wie für Menschen aus aller Welt. Kontakt - Home (begegnungverbindet.de) Im zweiten Teil der Sendung hören Sie noch ein Zeugnis aus unserem radio horeb - Team Deutschland in Köthen in Sachsen-Anhalt. Dort waren in der vergangenen Woche Ehrenamtliche aus Berlin, Sachsen, Thüringen und Sachsen-Anhalt zu einem gemeinsamen Diaspora-Einsatz für radio horeb in der Johann-Sebastian-Bach-Stadt Köthen.
17:15	**Zum Nachdenken** Benedikt XVI. - "Jesus von Nazareth" - Band 3 Teil 6 Ref.: Pfr. Dr. Richard Kocher
18:00	**Bambambini Kindersendung** Bambambini- Adventskalender: Nie eine Extrawurst. Aus dem Heft "Kommt, laßt uns gehen und sehen! - Adventsgeschichten von Veronika Seifert, Bestellungen für 7,95 Euro ohne Rechnung über: zak.katharina@web.de, IBAN: DE72 7009 3200 0002 5078 54
18:30	**Hl. Messe** Beichtkapelle Kevelaer (Bistum Münster)
19:10	**Rosenkranz** Kinder beten Rosenkranz zum Fatimatag mit Adelheid.
19:45	**Anbetung** Geistliche Familie "Das Werk", Kloster Thalbach, Bregenz
20:30	**Credo** Die Herrschaft des messianischen Retters (Jes 9,1-6). Ref.: Pfr. Dietmar Bell
21:30	**Nachgehört** Was ist die Kirche?
21:40	**Komplet Nachtgebet d. Kirche** Ref.: Dekan Dr. Ignaz Steinwender

22:00	**Evangelium der Befreiung** Aufbruch zum Leben: Wachse in der Liebe. Teil 1 Ref.: Br. Jan Hermanns
00:15	**Nachtprogramm Rosenkranz** Rosenkranz, Aufzeichnung