

SPERRFRIST
bis einschließlich
05. Oktober
2017

HEIKE ABIDI & ANJA KOESLING

Advent, Advent, der Christbaum brennt

24 neue Geschichten aus der chaotischen Weihnachtszeit



Ca. 288 Seiten

Taschenbuch

12,5 x 19 cm

€ 9,95 (D) / € 10,30 (A)

ISBN 978-3-95910-086-1

ET: 06. Oktober 2017

» Interessanterweise sind die Weihnachtsfeste, über die man in der Rückschau auch noch jahrelang herzlich lachend erzählt, diejenigen, bei denen etwas richtig schiefgeht. « SPIEGEL ONLINE

ÜBER DAS BUCH

Weihnachten – das Fest der Liebe. Oder wie war das? Die Tage im Jahr, an denen die ganze Familie zusammenkommt und beim leckeren Braten harmonisch beisammensitzt ... In der Realität sieht das Ganze oft eher anders aus. Wo man hinschaut, Geschenke, die man gleich beim ersten Blick für das nächste Schrottwichteln einplant, und unterm Weihnachtsbaum herrscht schon wieder Scherbensalat. Spätestens nach dem Abendessen hängt der Familiensegen so schief, wie die selbst gesungenen Weihnachtslieder klingen. Dann heißt es statt besinnlicher Weihnachtsstimmung und Winterromantik: Katastrophenalarm! In ihrem zweiten Weihnachtsschmöker versammeln Heike Abidi und Anja Koesling 24 Geschichten über das Chaos in der Adventszeit und an den Festtagen selbst – von Nervenzusammenbrüchen beim Plätzchenbacken und Eskalationen über der Weihnachtsgans – und zaubern dabei jedem Weihnachtsmuffel ein Lächeln ins Gesicht.



DIE HERAUSGEBERINNEN

Abidi & Koeseling

HEIKE ABIDI ist freiberufliche Werbetexterin und Autorin. Sie schreibt vor allem Unterhaltungsromane für Erwachsene sowie für Jugendliche und Kinder. Mit Mann und Sohn lebt sie in der Pfalz bei Kaiserslautern.

ANJA KOESLING war als Journalistin und Publizistin tätig, bevor sie 2008 die Literaturagentur Scriptzz mit Sitz in Berlin gründete. Heute schreibt sie Sachbücher.

In der Sachbuch-Humorreihe von Eden Books fungierten die beiden bereits als Herausgeberinnen der Anthologien » Oh Schreck, du fröhliche!«, »Vor-sicht Schwiegermutter!« und »Urlaubstraum(a)«. Dementsprechend können sie zu allerlei Themen Rede und Antwort stehen.



Heike Abidi, © Yvonne Ntatis



Anja Koeseling, © Tina Linster

DER VERLAG

Eden Books

DENN DAS LEBEN SCHREIBT DIE BESTEN GESCHICHTEN. Wir sind ein junger Verlag der Hamburger Edel AG. Als kleine Dependence sitzen wir in einem schönen Büro in Berlin-Mitte. Mit unserem Programm wollen wir unterhalten, bewegen und inspirieren. Unsere Bücher zeigen den Lesern neue Perspektiven, verrückte Lebensweisen und erfrischende Einstellungen. Die Memoirs und die persönlichen Ratgeber sind Mutmacher und Unterhaltung zugleich. Abgerundet wird unser Programm durch humorige Erzählreihen, schöne Bildbände sowie hochwertige Geschenk- und Liebhaberbücher für die verschiedensten Anlässe. Ab und an schrecken wir auch nicht vor dem Außergewöhnlichen zurück und freuen uns, dass unsere Leserschaft ein so offenes Publikum ist.

»Urkomische und herrlich absurde Geschichten, um sich auf die Adventszeit einzustimmen.«

MARION NIELSEN, PRESSE



Weihnachten ohne Stress: 7 ultimative Entspannungstipps zum Fest

Haben Sie sich als Kind auch immer so unbändig auf Weihnachten gefreut? Was waren wir doch alle naiv. Damals ahnten wir noch nichts von Vorweihnachtshektik und Geschenkestress... Wie schön wäre es doch, noch einmal so unschuldig und frei von Zwängen zu sein wie damals! Und wissen Sie was? Es ist möglich, genau das noch einmal zu erleben. Zwar können wir die Uhr nicht zurückdrehen, wohl aber die Stressfaktoren so klein wie möglich halten.

1. Deko-Downsizing: »Früher war mehr Lametta? Im Gegenteil!«

Mit dem vorweihnachtlichen Dekorieren könnten Sie locker zwei bis drei komplette Arbeitstage verbringen. Bis jeder Leuchstern am perfekten Platz erstrahlt, jedes Krippenfigürchen nach Feng Shui ausgerichtet und jedes Sprühschneefensterbild angebracht ist, braucht es seine Zeit. Wann hat das eigentlich angefangen, dass ein simpler Adventskranz und vielleicht noch eine Bodenvase mit strohsternbehängten Tannenzweigen nicht mehr ausreichen?

Unser Tipp: Reduzieren Sie den Weihnachtsschmuck auf ein Minimum. Am besten konzentrieren Sie sich auf die Stücke, die Ihnen so gut gefallen, dass Sie sich theoretisch auch das ganze Jahr über daran erfreuen könnten. Und dann tun Sie genau das!

Merke: Was man nicht wegräumt, muss man im nächsten Advent auch nicht wieder suchen ...

2. To-do-Cancelling: »Abhaken ist gut. Durchstreichen ist besser!«

Vielleicht hat man Ihnen geraten, Aufgaben zu verteilen, um den Stress zu reduzieren. Vergessen Sie das! Das macht am Ende sogar noch mehr Arbeit. Bekämpfen Sie das Übel lieber an der Wurzel und stutzen Sie die Aufgabenliste auf das absolut Not-

wendige zurecht! Ganz ehrlich: Glauben Sie wirklich, Ihre Verwandtschaft freut sich über die alljährlichen Hunde-und/oder-Kinder-mit-Nikolausmützen-Fotos? Sind Sie sicher, dass Sie die Feiertage ohne frische Strähnchen nicht überstehen? Und wer soll bloß all die Plätzchen essen, die Sie im Schweiß Ihres Angesichts backen?

Unser Tipp: Das sprichwörtliche »Was du heute kannst besorgen, das verschiebe nicht auf morgen« tritt an Weihnachten außer Kraft! Machen Sie sich nicht mehr Arbeit als nötig. Am besten gar keine.

Merke: Die Wohnung putzen, bevor die Gäste kommen, ist so sinnvoll, wie den Verdauungsschnaps vor dem Essen zu trinken!

3. Shopping-Minimalismus: »Eines für alle statt für alle irgendwas«

Was dem Großvater schenken, der doch eh alles hat? Was der Mutter, die überhaupt keine Hobbys pflegt? Was dem Onkel, der gar nicht so viele Socken durchlöchern kann, wie er Jahr für Jahr bekommt? Geschenke kaufen ist Stress pur! Zumindest wenn man auf Geldpräsente und Gutscheine verzichten und wirklich für jeden etwas ganz Individuelles aussuchen will. Tun Sie sich das gar nicht erst an – es klappt ja doch nicht.

Unser Tipp: Kaufen Sie einfach für alle dasselbe. Ein witziges Spiel, ein angesagtes Buch, eine brandneue CD – irgendwas, was Ihnen selbst so gut gefällt, dass Sie davon überzeugt sind: Das könnte allen gefallen. Und wenn nicht? Wer's nicht mag, kann es ja umtauschen ...

Merke: Das Motto »Keep it simple« macht aus Shopping-Stress einen gemütlichen Einkaufsbummel. Wer es noch reduzierter mag, kaufe einfach nur ein einziges Präsent und verlose das unter seinen Lieben. Das macht die Bescherung gleich noch viel spannender.

4. Party-Verweigerung: »Lieber blau machen als blau werden!«

Auf welche Weihnachtsfeiern freuen Sie sich wirklich? Und zu welchen gehen Sie nur anstandshalber? Weil es Ihr Chef, Ihr Partner, Ihre Kinder, Ihre Freunde, Ihre Clubkameraden, Ihre Kollegen, Ihre Nachbarn oder sonst wer erwarten? Und dann müssen Sie schon wieder etwas für die Tombola spenden, langweilige Reden ertragen, O Tannenbaum singen, schrottwichteln und so tun, als hätten Sie das peinliche Techtelmechtel am Nebentisch nicht bemerkt ...

Unser Tipp: Konzentrieren Sie sich auf die Veranstaltungen, auf die Sie sich wirklich freuen! Und sagen Sie alle anderen gnadenlos ab. Oder noch besser: Sagen Sie nicht ab, sonst wird man versuchen, Sie zu überreden. Machen Sie einfach blau. Nichts ist befreiender!

Merke: Entschuldigen Sie Ihr Fernbleiben nur, wenn jemand Sie vermisst hat und sich anschließend erkundigt, wo Sie gesteckt haben. Und auch dann genügt ein simples: »Hab's einfach nicht geschafft. Weihnachtsstress – Sie wissen ja ...«

5. Verpackungsboykott: »Schließlich geht's ums Auspacken – nicht ums Einpacken!«

Natürlich ist es ein bisschen unromantisch, das Schmuckstück, das Buch oder den Seidenschal einfach so zu überreichen. Wenn es keine Verpackung gäbe, wäre die Bescherung eine ziemlich nüchterne Veranstaltung. Aber müssen Sie sich deshalb gleich mit Glitzerpapier, Engelaufklebern, Geschenkband und Folienschleifen abquälen? Es geht doch nur darum, den Augenblick der Erkenntnis ein bisschen hinauszuzögern.

Unser Tipp: Verpacken Sie Ihre Geschenke in Kissenhüllen. Die gibt es in fast allen Formaten und meistens auch mit Reißverschluss. Das spart unfassbar viel Zeit, sieht gut aus und löst das Post-Bescherungs-Müllentsorgungsproblem gleich mit: Einfach Hüllen wieder zusammenfalten und zurück in den Schrank. Fertig!

Merke: Falls ein Präsent ein bisschen großformatiger ausfällt – das Ganze funktioniert natürlich auch mit Bettbezügen.

6. Menü bearbeiten: »Das ist doch bloß Nahrungsaufnahme! Eigentlich ...«

Karpfen. Gans. Raclette. Truthahn. Wild. Knödel. Rotkohl ... Da leidet man ja schon beim Lesen unter Völlegefühl! Haben Sie etwa, so wie das früher üblich war, in der Adventszeit gefastet? Nein? Nun, dann können Sie sich beruhigen: Sie werden über die Feiertage auf gar keinen Fall verhungern. Vermutlich müssten Sie vorher nicht einmal einkaufen gehen, um satt und satt zu werden, wetten?

Unser Tipp: Wie wäre es mit einem leckeren Resteessen? Einfach alles in eine Auflaufform, Käse drüber und ab in den Ofen. Und gleich haben Sie viele Stunden gewonnen, die Sie viel sinnvoller nutzen können (siehe Punkt 7).

Merke: Irgendwas ist immer in der Speisekammer. Oder im Tiefkühler. Oder in der Süßigkeiten-schublade ...

7. Extrem-Couching: »Feiertage sind zum Faulenzen da!«

Wie viele Pflichtbesuche haben Sie geplant? Und wie viele Gäste erwarten Sie? Vermutlich kommt da alles in allem eine stattliche Zahl zusammen. Oder aber Sie machen es wie bei den Weihnachtsfeiern und streiken einfach.

Unser Tipp: Treffen Sie sich nur mit den Menschen, die Sie wirklich gern um sich haben wollen. Je weniger Höflichkeitsbegegnungen der unerfreulichen Art Sie absolvieren, desto geringer das Konfliktpotenzial – und das ist an den Feiertagen bekanntlich besonders groß.

Merke: Man muss auch einfach mal nichts machen. Wenn nicht an Weihnachten, wann dann?