

AUSGABE NR. 46 · MAI 2014

Skrumbacher

UND DRUM RUM

Luis Walter



FREIZEITTIPPS

Sonderausstellung
„200 Jahre Grimms Märchen“
Atelier Fleschutz Breitenbrunn
Mi.-So., 14–23 Uhr geöffnet

Sonderausstellung
„Josef, Bepperl, Sepp“
Hammerschmiedemuseum –
Stockerhof Naichen
So., 13–19 Uhr geöffnet

Konzertabend
„Junge Pianistinnen“
BFSM/Kammermusiksaal
Mo., 19. Mai, 19.30 Uhr

Konzertabend der
„Kammeltaler“ und Gastchor
aus Finningen, Kulturcafé
Original, Wettenhausen
Sa., 31. Mai, 20.00 Uhr

Kreisheimatstube Stoffenried
Do., 22. Mai, Musikerstammt.
Di., 2. Juni, Offenes Singen
jeweils 20.00 Uhr



Nähere Infos gerne auch unter
LuisWalter@aol.com

Online lesen unter:
www.luis-walter-skrumbacher.de

BUCH-TIPP DES MONATS

MORGEN KOMMT EIN NEUER HIMMEL

Von Lori Nelson Spielman

Können Träume glücklich machen? Eine Mutter zeigt ihrer Tochter den Weg, ihre wahren Träume zu verwirklichen. Ein berührender Roman über die eine Liebe, die uns ein Leben lang nicht verlässt.

Wer verscheucht die Monster aus unseren Alpträumen? Wer tröstet uns bei Liebeskummer? Und wer kennt uns besser, als wir uns selber kennen?

Als Brett 14 Jahre alt war, hatte sie noch große Pläne für ihr Leben, festgehalten auf einer Liste mit Lebenszielen. Heute, mit 34 Jahren, ist die Liste vergessen und Brett mit dem zufrieden, was sie hat: Einen Freund, einen Job, eine schicke Wohnung.

Doch als ihre Mutter Elizabeth stirbt, taucht die Liste wieder auf: Aus dem Müllimer gefischt, hat ihre Mutter die Liste aufgehoben, und deren Erfüllung zur Bedingung gemacht, damit Brett ihr Erbe erhält – und zwar innerhalb von 12 Monaten.

Aber Brett ist nicht mehr das Mädchen von damals. Ein Baby bekommen? Das hat sie schon lange ad acta gelegt. Ein Pferd kaufen? In ihrer Wohnung sind nicht mal Haustiere erlaubt. Eine gute Beziehung zu ihrem Vater aufbauen? Ha – der ist seit sieben Jahren tot. Sich verlieben? Die einzig wahre, große Liebe gibt es doch nur im Film.

Um sie bei der Erfüllung ihrer Ziele zu unterstützen, hat ihre Mutter Brett mehrere Briefe hinterlassen. Wütend, enttäuscht und verletzt liest Brett den ersten Brief – und ist überwältigt von der liebevollen und fürsorglichen Nachricht ihrer Mutter, die gespürt hat, dass Brett in ihrem Leben nicht glücklich ist. Die Briefe ihrer Mutter rufen Brett dazu auf, ihre Träume nicht aufzugeben und ihr Leben in die Hand zu nehmen – denn nur sie selbst kann es ändern ...

Ein wunderbares Buch für alle Mütter und Töchter auf dieser Erde.

Über Lori Nelson Spielman

Als Lori Nelson Spielman in einer kleinen, alten Zedernholzschatel aus ihrer Schulzeit eine längst in Vergessenheit geratene Liste mit ihren Lebenszielen fand, hielt sie die Idee für diesen wunderbaren Roman in den Händen. Wie anders ihr Leben wohl verlaufen wäre, wenn sie all diese (ehgeizigen, trivialen, ehrenhaften, unmöglichen oder auch peinlichen) Ziele erreicht hätte? Wäre es besser, schlechter oder nur anders geworden? Lori Nelson Spielman lebt mit ihrem Mann in East Lansing, Michigan. Sie liebt es zu reisen, zu lesen und zu schreiben – ihre wahre Leidenschaft. Derzeit arbeitet sie als Hauslehrerin – eines der Ziele ihrer Liste, das sie bisher erreicht hat...



ES GEIT FER ALL'S AN DAA

Es geit fer all'z em Jauhr an Daa
wo ma a „Dankschea“ muass mal saa.
Und nau des ganze Jauhr a Ruah,
gad nemme aufanander zua.

Fer jeden Daa, dau geit's em Jauhr,
isch traurig, isch aber au wauhr,
wo ma grad des au doa nau soll
was fer dean Daa besonders toll.

Dau geit es ja dean Mutterdaa,
ma muass dr Muatter Dankschea saa,
und dia, ja des isch au ja wauhr,
schafft fer uns doch des ganze Jauhr.

Beim Vaterdaa genauso isch,
ja bloß an deam Daa Vater bisch?
Dean Daa vom Lacha, dean geit's au,
derfsch denn lacha bloß no dau?

Vom Kuss, vom Tanza, von was no,
vielleicht braucht es dia Welt halt so,
weil ma dr'für hat sonscht koi Zeit,
weil's grad an deam so arg befreit.

Es geit so viel ja und no meah
des ka ma jeden Daa doch seah,
a Dankschea braucht net arg viel Zeit
und macht an jedem Daa a Freid.

Drum brauchad mir net grad dean Daa
wo ma halt ebbes muass grad saa,
ma zoigt es glei wenn ma es will,
wenn ma halt moimt, ma hat des G'fühl.

© by Luis Walter

Danke!

BÜCHER-THURN

DIE ALTSTADT-BUCHHANDLUNG



*Zauberhafte Geschenke
aus Ihrer Buchhandlung*

Karl-Mantel-Str. 3 · 86381 Krumbach

Tel.: 0 82 82/99 51 99 · Fax: 0 82 82/99 51 98

Mo.-Fr. 9-13 Uhr und 14-18 Uhr · Sa. 9-13 Uhr

www.buecher-thurn.com

IMPRESSUM

Herausgeber, Redaktion, Bilder:

Luis Walter, Kapellengasse 5, 86381 Krumbach, LuisWalter@aol.com

Layout/Gestaltung/Druck:

Deni Druck & Verlags GmbH, 86470 Thannhausen

PR Berichte:

Luis Walter

Anzeigenwerbung:

Luis Walter, Mobil 01 71 / 6 41 97 92, LuisWalter@aol.com

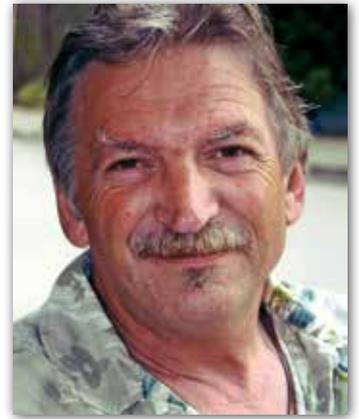
Die nächste Ausgabe, Juni 2014, erscheint ab
19. Juni 2014 in den Geschäften und Ihren Briefkästen.

Redaktionsschluß für diese Ausgabe ist der 10. Juni 2014!

*sKrumbacher online lesen unter:
www.luis-walter-skrumbacher.de*

LIEBE LESERINNEN UND LESER,

alles neu macht der Mai, ja und so haben inzwischen auch die neuen Kommunalpolitiker ihre Arbeit aufgenommen. Am 25. Mai, nach den Eisheiligen, geht es dann um Europa. Das Parlament in Brüssel gilt es zu wählen. Zwar weit weg, aber doch ganz nah, zumindest was die Gesetzesumsetzungen betrifft. Diese spüren wir immer wieder und nicht nur zum Vorteil. Einen Vorteil hat auch die in Krumbach zu sehende neue Schaufensterplakatierung. Sie soll anregen, doch als Krumbacher, in Krumbach seine Geschäfte zu erledigen, aber auch suchende Geschäftsleute darauf hinweisen „Hier ist ein Laden frei – miete mich“. Doch der Mai hat auch noch etwas anderes gebracht, nämlich eine Neuauflage von „Krumbach (Schwaben) in Stichworten“. Der Verfasser, Walter Gleich, hatte 1990 schon eine Chronik veröffentlicht. Die Neuauflage, mit den Schönheiten der Stadt als Titelbild, bezeugt, im Jahre 800 beginnend und im Jahr 2013 endend, welche historische und wertvolle Geschichte diese mittelschwäbische Idylle hat. Für viele war der 2. Mai ein Tag der Trauer. Mit knapp 82 Jahren wurde der weit über Bayerns Grenzen hinaus bekannte „Schwaben-Herzog“ Dr. Georg Simnacher zu Grabe getragen. Auch er schrieb Geschichte, machte als Landrat in 30 Jahren den Landkreis Günzburg, wie auch als Bezirkstagspräsident des Bezirks Schwaben, seine Heimat in vieler Hinsicht zu einer kulturellen Perle Bayerns. Noch viele Generationen werden davon profitieren, noch viele Historiker werden ihn in künftigen Geschichtsbüchern wieder finden. Auch Krumbach profitierte aus seiner Arbeit.



Luis Walter
Ihr Luis Walter

In diesem Sinne, noch einen schönen Mai, wünscht Ihnen

„JOSEF, BEPPERL, SEPP – GESCHICHTEN UM EINEN NAMEN“

Ausstellungseröffnung in der Hammerschmiede Naichen, 18. Mai bis 9. November 2014

Naichen (pm). Ab dem 18. Mai werden in der Hammerschmiede Naichen zahlreiche kulturgeschichtliche Zeugnisse religiösen, aber auch profanen Ursprungs „Josef-Geschichten“ erzählen: Bilder, Skulpturen, Geburts- und Todesanzeigen, Kalender, Straßenschilder, Biernamen, Kinderbücher und vieles mehr. In den ländlichen Regionen Bayerns spielen die Namen „Josef“, „Josefa“ oder „Josefine“ immer noch eine große Rolle. Bekannte Namensträger waren und sind etwa der Künstler Joseph Beuys, der Schauspieler Beppo Brem, Joseph Ratzinger, der emeritierte Papst Benedikt XVI., Fußballweltmeister Sepp Maier sowie die Schauspielerin Josephine Preuss.

Diese Beobachtungen gaben den Impuls zur Ausstellung „Josef, Bepperl, Sepp – Geschichten um einen Namen“. Sie ist in sieben Themenbereiche gegliedert, die folgende Aspekte beleuchten: Welche Spuren hat der Name in unserem Alltag hinterlassen? Welche Quellen stehen der Namenforschung zur Verfügung? Wo sind die Wurzeln dieses Namens? Vorgestellt werden Namensträger, biblische Personen und Dynasten wie Kaiser Joseph II. aus dem Hause Habsburg, die für die weite Verbreitung und die große Beliebtheit des Taufnamens „Josef“ wichtig waren.

Die Präsentation lenkt den Blick auf Literaten, unter ihnen Johann Wolfgang Goethe, Thomas Mann, Franz Kafka und Ludwig Thoma, die ihren „Helden und Träumern“ den Namen „Josef“ gaben. Gleiches gilt für Karikaturisten, die mit der Figur des „bayerischen Seppls“ sowie „Seppl-Hose“ und „Seppl-Hut“ unverzichtbare Motive haben. Zahlreiche Redensarten und Sprichwörter ergänzen dieses Thema.

Breiten Raum nimmt die Josefs-Verehrung ein, da der Nährvater Jesu für viele Katholiken einer der wichtigsten Heiligen war. Die Aufwertung des heiligen Josef durch namhafte Theologen wirkte sich nachhaltig auf die bildende Kunst aus. Schrittweise veränderte sich die Darstellung seiner Person „vom Greis zum jungen Mann“. Anhand von Bildbeispielen aus mehreren Jahrhunderten wird dies nachvollziehbar. War er auf mittelalterlichen Bildern ein alter gebrechlicher Mann, so beschrieb ihn der italienische Maler Raffael bereits als jungen, der heiligen Maria ebenbürtigen Bräutigam. Devotionalien, „Zeichen der Frömmigkeit“, Bücher und Objekte aus dem Bereich der Massengrafik veranschaulichen den Höhepunkt seiner Verehrung. Besonders im 18. und 19. Jahrhundert erhielt er als Tugendvorbild eine Sonderstellung. Er avancierte zum Patron unzähliger Sterbebräu-

derschaften, ebenso beriefen sich Handwerker- und Gesellenvereine auf ihn. In der Folgezeit entstanden deshalb Bruderschaftsbriefe, Kalender und Postkarten, die davon berichteten. 1870 ernannte ihn Papst Pius IX. zum Schutzpatron der gesamten katholischen Kirche. Im Volksmund gibt es noch heute Pflanzennamen, die auf die Keuschheit Josefs anspielen oder im Frühjahr um den Josefi-Tag erblühen. Kein Wunder also, dass der 19. März als Namenstag des Heiligen im Jahr 1621 zum Feiertag erhoben wurde.

Noch heute ist er vielen Menschen als Josefi-Tag im Gedächtnis, obwohl er in Bayern 1968 seinen Status als offizieller Feiertag verloren hat. Dies provozierte die Gründung der Königlich-Bayerischen Josefs-Partei, die um die Wiedereinsetzung des Feiertages am 19. März kämpft. Früher galt er manchen Dienstboten als Stichtag für den Stellenwechsel; Namenstagsfeiern, -gratulationen und -karten prägten diesen Tag. Noch heute organisieren Schützenvereine Josefi-Schießen. Auch Starkbierfeste und -anstiche gehören dazu, steht der 19. März doch am Anfang der „fünften Jahreszeit“. Findige Brauer nennen ihre Biere „Josefi-Bock“, „Josefi-Bier“ oder gar NullKomma-Josef, bei dem es sich um eine alkoholfreie Sorte handelt.

Es gibt auch musikalische Josef-Geschichten zu hören. Der Komponist Giovanni Battista Pergolesi (1710 – 1736) schuf ein Oratorium zu Ehren des „sterbenden Josef“. Richard Strauß' Ballettmusik zur „Josephs Legende“ zählt zu den meistaufgeführten des 20. Jahrhunderts. Darüber hinaus erzählen Andachts- und Volkslieder von „Josef“, „Bepperl“ oder „Sepp“.

Etwa 120 Objekte und Bilder veranschaulichen die Geschichten um den Namen Josef. Die Wanderausstellung ist in Kooperation der Freilichtmuseen Glentleiten und Massing sowie des Bauernhausmuseums Amerang entstanden und wird ergänzt durch Exponate aus der Sammlung des Schwäbischen Volkskundemuseums Oberschönenfeld.



GIRLS' DAY BEI LINGL AM 27.03.2014

Zum „Mädchen-Zukunftstag“ am 27. März 2014 meldeten sich neun technisch und naturwissenschaftlich interessierte Mädchen im Alter zwischen 12 und 15 Jahren aus umliegenden Schulen bei LINGL an, um einen Einblick in Industrierufe zu erhalten.

Der Tag begann mit einer Firmenpräsentation, in der die keramische Baustoffindustrie sowie die Produktpalette von LINGL näher erläutert wurden. Bei der anschließenden Betriebsführung sammelten die Schülerinnen erste Eindrücke in den einzelnen Abteilungen, wie zum Beispiel in der Fertigung, in der unsere Maschinen montiert werden.

Danach ging es zum praktischen Teil des Girls' Day in die Elektro-Lehrwerkstatt, wo die Mädchen unter der Leitung von drei unserer Auszubildenden beim Bau eines beleuchteten Schminkspiegels betreut wurden. Dabei durften sie unter Einhaltung der Sicherheitsvorschriften Löcher bohren und Bleche biegen. Besonders beim Anlöten der LED-Leuchten an den Spiegel konnten sie ihr handwerkliches Geschick zeigen. Gleichzeitig erhielten sie einen Einblick in die Ausbildungsberufe Mechatroniker/in und Elektroniker/in für Automatisierungstechnik.

Auch in 2015 werden wir zum Girls' Day gerne wieder technikinteressierte Mädchen begrüßen.



Das Bild zeigt die neun Teilnehmerinnen Krumbach zusammen mit Herrn Wolfgang Leopold, Ausbilder im Bereich der Elektrotechnik, sowie die betreuenden Auszubildenden.

SCHWÄBISCH GSCHWÄTZT!

RECHTS NEI UND LINKS RAUS ...

Ma sait ja all meah, dia Deutsche deand z'viel jammra. Andre gad es schlechter. Griecha und Schpanier gand auf d'Schtrauß, dr Deutsche jammrad bloß. Unsrä Politik macht uns scheane Verschprechunga und verschweigt des Kleing'schriebene. Dau hat ma a groaßes Plus von Schteuereinnahme, nau will ma aber no mal 100 Euro extra fer d'Schrauß. Aber isch dau dr'für net scho dia KFZ-Schteuer denkt g'wea? Aber ma hat ja fer alles a Geld, bei uns, bloß net fer uns. Weil uns gad es ja guat. Und wenn ma uns schea kloie hält, all meah a Leckerle geit, nau geit's au koine Unruha wie wo anderscht auf dr Welt oder en Europa. Und em Uli Hoeneß seine 30 Milliona Schteuernachzahlung send beschtemmt au scho wieder verbräuta. Au a Leckerle, dia Rente jetzt vielleicht nach 45 Jauhr Arbeitszeit. Dät ma dia schtändige Diätaerhöhunga von de Politiker drossla, dät ma dau a wenga hofale umgau dr'mit, nau wär dia Rente au g'sichrad. Aber bei deam Eigenverschleiß, wobei se eh überall koschtalos eing'lada werrad, Firma Geburtstagsfeira zahlad, eigentlich a naus g'worfenes Geld. Aber Brüssl und Europa hand ja jetzt die Klausel mit de Schplitterparteia abg'schafft und somit ka jeder a Partei gründa und ins Europaparlament ein ziah. Was natürlich auch wieder dean Nauchtoil hat, dass dau au dia extrem Rechte und Linke einziah könnad. Des Volk hat a Macht, bloß wed se nemme g'nutzt, bei uns. Lieaber bequem leaba und a wenga meah dr'für zahla, als sich aufmucka. Es roicht ja scho wenn man am Schtammtisch maulad und kritisiert ...

KUNSTAUSSTELLUNG PINSEL – NADEL – BLECH

Auch wir Menschlinge (Erdenbürger) sollten kreativ sein, denn wie heißt es so schön in der Natur: „Was nicht wächst, stribt!“

Mit Kreativität wächst man über sich hinaus! Und der liebe Gott ist sehr kreativ und hat allen seinen Kindern die Liebe für die Kreativität als großes Geschenk mit auf die Erde gegeben.

Jeder kann kreativ sein und das Schöne ist, jeder hat seinen individuellen Stil, wie unser Fingerabdruck ...

Jeder Mensch ist einzigartig! Und jeder Mensch darf sein, so wie er ist! Kreativität lässt uns wachsen, macht uns glücklich, kann heilen, lässt uns lieben, lässt uns glauben, lässt uns wieder uns selber spüren.

Und darum sind WIR gerne kreativ.

In der Kunstaustellung „Pinzel, Nadel, Blech“ zeigt Michaela Augart-Freissler ihre liebevoll, handgenähten farbenfrohen Stofftaschen für jeden Anlass!

Stefan Grathwohl stellt seine Blech-Kunst vor. Spektakuläre Drachen, Eisen-Schwerter, Stilvolle Tische und sogar einen Roboter.

Andrea Eckel präsentiert ihre neuen Powerbilder, Kraftsteine und bunte Vogelhäuschen zum Kraft tanken und Lebensfreude genießen.

**WIR laden herzlich ein am 17. und 18. Mai 2014
von 14.00-18.00 Uhr im Cafe Original in Wettenhausen**

Tipp: Verbinden Sie unsere Kunstaustellung gerne mit einem feinen Kuchen und einer Tasse BIO Schokolade im Cafe Original :-)



Kunstaustellung
mit Verkauf
Pinzel Nadel Blech
Jedem das Seine
*Andrea Eckel, Michaela Augart-Freissler
und Stefan Grathwohl*
Im Cafe Original in Wettenhausen
Am 17. und 18. Mai 2014
Von 14.00-18.00
Dossenberger Str. 47
89358 Wettenhausen

EINE KIRCHE DIE NICHT DIENT – DIENT ZU NICHTS!

Mit dem Zitat des französischen Bischofs Jacques Gaillot begann der Vortragsabend der katholischen Landvolkbewegung Krumbach. Nach dem Gottesdienst in der Pfarrkirche Maria Himmelfahrt in Thannhausen, musikalisch gestaltet von der Gruppe Arioso und zelebriert von Pfarrer Michael Mayr, ermutigte der bekannte und beliebte Referent und langjährige Klinikseelsorger im Zentralklinikum Augsburg seine zahlreichen Zuhörer im vollbesetzten Pfarrheim. Gerade in unseren unruhigen und schweren Zeiten der katholischen Kirche sollten wir nicht Mittelstandskirche bleiben, sondern die Sprache der Armen lernen und über Grenzen und soziale Unterschiede hinweg einladen zu einem Miteinander auf Augenhöhe. Wir sollten jenen Vorbildern nacheifern, die uns die dienende Kirche vorleben und vorgelebt haben.

Jesus Leben könne uns dabei Lebensgrundlage und Wertemodell sein. Im Mittelstand und mit guten Zukunftschancen geboren, habe dieser sich bereits als junger Mann, entschieden, Sicherheit und Wohlstand auf zu geben. Er wollte sich den Armen und Ausgestoßenen widmen, Ihnen und allen Menschen die frohe Botschaft bringen, weniger durch seine Worte, mehr noch durch seine Taten und war damit beispielgebend gerade für unsere Zeit. Papst Franziskus gehe heute in Richtung „Dienende Kirche“ seinem Kirchenvolk mit einem so starken Beispiel voraus, dass viele Mühe hätten, zu folgen. Schon seine Namenswahl zeige seinen unbedingten Willen zur Nachfolge Jesu und bringe damit vor allem Zeitzeugen des II. vatikanischen Konzils Hoffnung und Aufbruchsstimmung. Durch äußere Zeichen und seine glaubwürdige Lebensweise demonstrierte Papst Franziskus Liebe und Verbundenheit zu allen Menschen, vor allem jenen, die es schwer haben.

Kurzweilig erzählte Dr. Michael Mayr mit viel Hintergrundwissen und persönlichen Erfahrungen von beispielgebenden Vorbildern, die diese Werte gelebt haben. Bischof Gaillot, seines Amtes enthoben, weil seinen Mitbrüdern und dem Papst nicht gefiel, wie konkret und wörtlich der Bischof Jesu Liebe zu den Armen in die Tat umsetzte, ebenso wie Papst Johannes der XXIII und Alfred Delp hatten bereits den Wert einer dienenden Kirche verstanden. Eine dienende Kirche feiere Gott



**Wenn du nun gegessen hast und satt bist und schöne Häuser erbaust und darin wohnst, dann hüte dich, dass dein Herz sich nicht überhebt und du den HERRN, deinen Gott, vergisst.* 5. Mose 8,12.14*

Silvera Schmider

- Psychologische Beratung - Tel.: 08283-920680

www.seelsorgepraxis-schmider.de

für die Menschen und verkündige das Evangelium auch an den Rändern und überall dort, wo es gelte seelische Wunden zu heilen.

Papst Franziskus gelinge es immer wieder zu begeistern indem er die Sprache des Herzens verstehen und sprechen würde und die Menschen mitnehmen wolle. Dadurch erreiche er nicht nur die katholischen sondern alle Christen der Erde wie auch viele Andersgläubige.

„Wir dürfen ihn damit nicht alleine lassen, denn er ist nicht die Kirche, die Kirche sind wir alle, vielmehr sollten wir hingehen, zuhören, was Menschen bewegt auch wenn wir sie nicht verstehen und handeln wie es im Evangelium heißt: „richtet nicht, verurteilt nicht!“ so der Referent. Stimmungsvoll umrahmt wurde der interessante und diskussionsanregende Abend von Andrea Bücherl und Bettina Behn, die mit Geige und Zither einem überraschenden Ohrenschaus geliefert haben.



KLANGSCHALENMEDITATION

Auf Einladung der Katholischen Landvolk-Bewegung Krumbach hat sich eine Gruppe zusammen gefunden, um an drei Abenden in der Fastenzeit bei einer Klangschalenmeditation mit Planetenklangschalen zusammen auf die Reise, zur inneren Quelle, lebendigen Wassers zu gehen. Dieses lebendige Wasser, dass bereits der Frau am Jakobsbrunnen versprochen war. Referentin Lisa Konrad aus Wiesenbach ist es gelungen Gottes Schöpfungskraft durch harmonisch schwingende und klingende Klangschalen wirken zu lassen und die Teilnehmer mit ihrem Klangspiel und Geschichten zur Ruhe kommen und Gottes Geist spüren zu lassen. Begleitet durch Anfangsgebet und Meditation, konnten die Teilnehmerinnen den Weg zur inneren Ruhe und damit ihre Seele entdecken. Gottes Geist in unser Leben eintreten lassen, dass hat allen sichtlich gut getan und so konnten sich alle entspannt, beseelt und nach dem gemeinsamen Segensgebet beschützt, wieder hinein in ihren Alltag begeben.





BEINWELL (Symphytum officinale)

Eine Pflanze, die Heilwurz, Beinbrechwurz oder Soldatenwurz heißt, kann doch nur gut für die Beine sein. Es gab Zeiten, da war der Beinwell eine der wichtigsten Pflanzen der Militärärzte. Von Paracelsus ist ebenfalls bekannt, dass er durch Beinwellaufgaben verblüffende Heilerfolge bei Knochenbrüchen und offenen Wunden erzielte.

Heilwirkung

Beinwell ist – wie Arnika – eine der wirkungsvollsten Heilpflanzen bei Knochen-, Gelenk- und Muskelverletzungen. Er enthält Allantoin, das die Bildung von neuen Körperzellen anregt. Die Pflanze bringt dadurch selbst chronische Wunden zur Abheilung. Bei Krankheiten, bei denen die Zellteilung (z. B. Schuppenflechte) beeinträchtigt ist, ist Beinwell besonders hilfreich. Hunde und Katzen bekommen ein schönes Fell, wenn sie etwas Beinwell beigemischt bekommen.

In den Wurzeln finden sich Schleimstoffe, die die Wundheilung unterstützen, entzündetes Gewebe beruhigen. Vorsicht beim Ausgraben von Pflanzenwurzeln aller Art! Der Bestand soll geschont und erhalten werden. Im Zweifelsfall kaufen Sie die aufbereiteten Wurzeln in der Apotheke. Die Natur – ein Teil derer Sie sind – dankt es Ihnen mit reichhaltigen Geschenken.

Anwendung

Während der Blütezeit können die Blätter geerntet werden, frisch und zum Trocknen. Die Wurzeln dürfen ebenfalls frisch und getrocknet verwendet werden, die Blüten zieren jeden Salat.

Auflagen und Spüllösungen: Kaufen Sie sich in der Apotheke 100 Gramm Beinwellwurzeln, kochen Sie sie mit 250 ml Wasser auf, lassen Sie dies zugedeckt bei geringer Hitze 10 Minuten köcheln und gießen Sie die Flüssigkeit durch ein Sieb ab. Der entstandene Sud eignet sich zum Trinken von Mulltüchern zum Auflegen bei Schuppenflechte, auf offene Wunden, stumpfe Verletzungen, Verstauchungen, Quetschungen und Zerrungen. Als Gurgel- und Spüllösung hilft der Beinwellsud vorzüglich bei Ausschlägen aller Art im Mundraum.

Beinwellsalben: (gekauft oder selbst hergestellt) Sind wichtige Begleiter im Alltag für alle Befindlichkeiten unserer Beine, die wir ja gut pflegen sollen, wenn sie uns ein Leben lang beschwerdefrei tragen sollen.

In der Küche: Dürfen die Beinwellblätter in einem Smoothie nicht fehlen. Besonders die jungen Blätter ergeben ein gutes Gemüse, auch zusammen mit Brennesseln und Giersch. Mit Sojasahne, Zitronen und Gewürzen verfeinert erhalten Sie eine köstliche grüne Suppe. Die Blätter in Dinkel-Pfannkuchenteig eingetaucht und ausgebacken ergeben eine feine gesunde Nascherei zwischendurch.

Stellen wir uns auf einen warmen Juni ein. Der Göttin Juno als Beschützerin des Lichts und der Ehebündnisse dürfen Sie wertvolle Aspekte abschauen. Und noch etwas: Wenn Sie fliegen wollen, fliegen Sie!

Ihre Antonie R. Neumann, Heilpraktikerin
E-Mail: Antonie.Neumann.HP@t-online.de



Hinweis: Diese Information kann ggf. den Besuch beim Arzt oder Heilpraktiker nicht ersetzen, alle Anwendungen liegen in Ihrer alleinigen Verantwortung.

AKTIV & FIT DURCH NORDIC-WALKING



Mit Nordic-Walking-Trainerin Dagmar Rothermel erleben Sie Nordic Walking als ein umfassendes gelenkschonendes Training Ihres ganzen Körpers! Nordic Walking bietet umfangreiche Möglichkeiten, um mit der richtigen Technik den Trainingseffekt und die damit verbundene Entlastung der Gelenke durch eine gut ausgebildete Muskulatur zu steigern. Vernachlässigte und degenerierte Muskelgruppen (z.B. durch einseitige Haltung) können durch gezielte Übungen aufgebaut, gekräftigt und entspannt werden.

Ein Nordic-Walking Basiskurs, in dem die richtige und effektive Nordic-Walking-Technik erlernt werden kann, findet für Anfänger- und Wiedereinsteiger jeweils montags statt.

Kursbeginn: Mo., 26. Mai, von 9.00 – 10.00 Uhr / 4 x 60 Minuten

Nordic-Walking-Spezialkurse: Mai/Juni 2014

Kurs I: Nordic-Walking bei Knie- und Hüftproblemen

Absolut ideal bei Knie- und Hüftproblemen ist Nordic Walking – durch die rhythmischen und gleichmäßigen Bewegungen werden Koordination, Beweglichkeit und die Kraft der Gelenke gesteigert. Verbesserung der Leistungsfähigkeit der Muskeln, Bänder und Sehnen. Die Belastung auf das Gelenk wird verringert. Zudem wird die Produktion von Gelenkschmiere gefördert und sorgt so für eine Verbesserung der Bewegungsfreiheit.

Kursbeginn: Do., 5. Juni, von 9.30 – 11.00 Uhr und von 17.30 – 19.00 Uhr / 6 x 90 Minuten

Kurs II: Nordic-Walking für einen gesunden Rücken und entspannte Schultern

Mit der richtigen Technik ist Nordic Walking die ideale Sportart, um Rückenmuskulatur aufzubauen und die Schultern- und Nackenmuskulatur zu entspannen, sowie frühem Verschleiß der Bandscheiben entgegenzuwirken. Im Kurs enthalten ist zusätzlich ein Ergänzungstraining für einen gesunden Rücken, einen gelösten Nacken und entspannte Schultern in Form von Kräftigungs-, Mobilisations-, Dehn- und Entspannungsübungen.

Kursbeginn: Do., 22. Mai, von 9.30 – 11.00 Uhr / 6 x 90 Minuten

Kurs III: Gewichtsmanagement & Nordic-Walking statt Diät

Die Kombination von Nordic Walking zum gezielten und effektiven Fettabbau, speziellem Muskel-Workout – ein Programm zur Ernährungsumstellung, sowie die Vitalstoffanalyse und Übungen zur Stressbewältigung, bieten den optimalen Weg zum individuellen Wohlfühlgewicht, zu einem positiven Körpergefühl und zu mehr Selbstbewusstsein um dauerhaft schlank, gesund und fit zu bleiben.

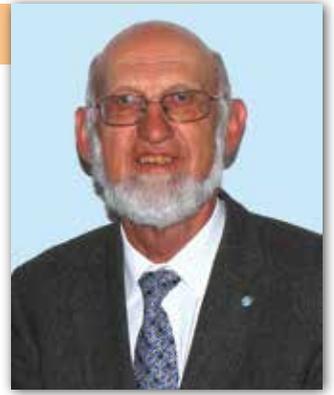
Kursbeginn: Do., den 5. Juni, von 19.00 – 20.30 Uhr

NEU: MEDITATION IN DER NATUR – NIMM DIR ZEIT

Meditation im Freien, gibt dir die Möglichkeit die Natur auf neue Weise zu erleben. Du kommst in Kontakt mit der Natur, die uns umgibt, mit Pflanzen, Bäumen und Gewässern. Meditation im „Grünen“ erweitert und vertieft unsere Wahrnehmung und schenkt uns neue Kraft und mehr Gelassenheit im Alltag. Entdecke, wie uns meditative Zeit draußen in einen Zustand tiefer Freude, inneren Frieden und Liebe führt und dich in Verbindung mit dir selbst bringt – du dich selbst intensiver spüren kannst.

Kursbeginn: Di., 4. Juni, von 19.00 – 20.00 Uhr / 4 x 60 Minuten

Nähere Informationen & Anmeldung unter Tel.: 0 82 82 / 88 13 74 oder Mobil: 0 16 26 / 7 61 55 13



DIE EISHEILIGEN ALS WETTERPROPHETEN

„Erst Mitte Mai ist der Winter vorbei“

Dieser Wetterspruch des Volksmundes geht auf die genauen Beobachtungen der Bauern über das Wettergeschehen im Jahreslauf zurück. Dabei bemerkten sie häufige Temperaturstürze und Kälte um diese Jahreszeit und setzten diese in Verbindung mit den Festtagen der Heiligen im Bauernkalender. So wurde die Frostgefahr Mitte Mai auf die Gedenktermine der Heiligen Pankratius, Servatius, Bonifatius und die kalte Sophie vom 12. bis 15. Mai festgelegt. In dem Wetterspruch kommt dies zum Ausdruck:

„Pankrazi, Servazi, Bonifazi sind drei frostige Bazi,
und zum Schluss fehlt nie die kalte Sophie“.

Durch das Datum ihrer Gedenktage sind diese Heiligen zu Eisheiligen geworden.

Was wissen wir überhaupt über die vier Heiligen?

Pankratius stammte aus einem reichen Elternhaus und übernahm in Rom den christlichen Glauben. Im Rahmen der Christenverfolgung, z. Zt. des Kaisers Diokletian wurde er im Alter von 14 Jahren enthauptet und in den Katakomben begraben.



Hl. Pankratius: Als Kind mit dem Schwert enthauptet. Filialkirche Mitterfischen bei Pähl, Landkreis Weilheim-Schongau (Kopie)



Hl. Servatius: Altarfigur in der Wallfahrtskirche Streichen, Lkrs. Traunstein, um 1400

Servatius stammt nach der Legende aus einem jüdischen Elternhaus in Armenien. Ein Engel soll ihn um das Jahr 350 von Jerusalem nach Tongern (heute Belgien) geführt haben und ihm Ring und Stab eines Bischofs übergeben haben. Die Darstellung mit dem Schlüssel weist auf eine Verbindung mit dem Hl. Petrus hin.

Bonifatius ist ebenfalls als Märtyrer in den Heiligenkalender eingegangen. Er ist nicht mit dem Missionar der „Deutschen“ zu verwechseln. Er war in Kleinasien auf der Suche nach Reliquien christlicher Märtyrer unterwegs und wurde dabei selbst als Christ gemartert und umgebracht.



Hl. Bonifatius: Er wurde als Christ im siedenden Pech gemartert, Weißenauer Passionale, um 1200

Der Temperaturanstieg des letzten Jahrhunderts und die Wetterentwicklung im Zuge des Klimawandels haben dafür gesorgt, dass die Eisheiligen heute ziemlich mild auftreten und damit ihren Schrecken für Obstbauern, Gärtner und Hausfrauen, die ihre Geranien auf den Balkon setzen wollen, verloren haben. Rein klimatisch sind die gefürchteten Eisheiligen fast verschwunden.

Quellen: Der Bayerische Kalender, hg. von Henric L. Wuermeling, Dachau 1996
Das bayerische Brauchtumsjahr, von Judith Kumpfmüller und Dorothea Steinbacher, München 2005



Hl. Sophie mit ihren Töchtern „Glaube, Hoffnung und Liebe“, Russische Ikone um 1600

WIEDEMANN'S
K R U M B A C H
KELLER
Willkommen bei Conny Wagner

Mindelheimer Straße 49 · 86381 Krumbach
Tel. 0 82 82 / 46 83 · E-Mail: co.wagner@gmx.de
Öffnungszeiten: Täglich ab 18.00 Uhr, außer Sonntag
Bei schönem Wetter ab 17.00 Uhr Biergartenbetrieb

KULT · KÜCHE · KEGELN

Hotel & Gasthof
Munding ***

DIE GESUND GESUNDHEIT FÜR KÖR

**Praxis für energetische Therapien
Belinda Schönwälder-Held**

HP Psychotherapie
Hormonselfthilfe
Bioenergetische
Massagen, Reiki
Matrix-2-Point
Entspannungscoaching
Wirbelsäulenaufrichtung
Ton(aku)punktur

Krumbacherstr. 59
89297 Roggenburg
Fon: 07300/922750
Info@schoenwaelder-held.de
www.schoenwaelder-held.de



**Praxis
"Zeit für die Seele"**




Pavia Kary
Heilpraktikerin
für Psychotherapie
Mittelstraße 1
88471 Laupheim
Fon: +49(0)7392-7000 617
http://www.hp-kary.de



inbalance
GESUNDHEITSBERATUNG

Elisabeth Miller
Gesundheitsberatung
Geprüfte Rutengängerin
Annastraße 10
89312 Günzburg-Denzlingen
Tel.: (08221) 204 35 76

www.miller-inbalance.de

Herzpunkt



Christiana Miesbauer
Hauptstraße 33 · 86742 Fremdingen
Telefon 090 86 / 9 20 08 62
oder 0 90 86 / 2 90
Telefax 0 90 86 / 9 20 1 60
christiana.miesbauer@herzpunkt.net
www.herzpunkt.net

**LESEN
VERZAUBERT**

Auf Ihr Kommen freut sich
Viola Scheitter-Wehn.

**abc-
Büchershop**

Karl-Mantel-Str. 32 · 86381 Krumbach
Telefon+Fax 0 82 82 - 995 39 03
Mail: abc-buechershop@t-online.de
Internet: www.abc-buechershop.de



RITA ZINSLER – HEILPRAKTIKERIN FÜR PSYCHOTHERAPIE NACH DEM HPG

Was tun wir für die Seele, um in stürmischen Zeiten nicht den Halt zu verlieren?

Jede Form von Unwohlsein oder Krankheit ist ein Signal für uns, nach innen zu schauen. Sind Körper, Geist und Seele im Gleichgewicht, fühlen wir uns wohl und zufrieden.

Wenn Menschen viel leisten, steigt die Gefahr, dass die Seele (Psyche) nachhaltig leidet und mit schwerer Erschöpfung reagiert. 79 % Mitarbeiterausfälle allein in den letzten Jahren, zeigen laut einer Studie der AOK einen dringenden Handlungsbedarf.

Balance/Lebensordnung

„Viele, die zu mir gekommen sind hatten keine Erfolge zu verzeichnen, erst nachdem man in ihre Seele Ordnung gebracht hat, wurden auch ihre körperlichen Leiden gebessert.“ (Sebastian Kneipp)

Sebastian Kneipp erkannte sehr früh die ursächlichen Zusammenhänge zwischen seelischen Problemen und körperlichen Erkrankungen und meinte damit die Art der Lebensgestaltung und des Lebensstils.

Beim Fitnessstraining für die Seele werden folgende Themen erarbeitet:

- Ziele erfolgreich definieren und richtig formulieren.
- Die Kraft der Gedanken positiv für sich nutzen.
- Rückschläge schneller verarbeiten und sich selbst stärken.
- Konstruktiver Umgang mit Herausforderungen.
- Ein hohes Energie-Niveau durch innere und äußere Balance aufrecht erhalten.
- Persönliche Zufriedenheit und ein starkes Selbstbewusstsein ausbauen.

Das Motto beim Fitnessstraining für die Seele lautet:

„Lernen durch Erfahren“

Um eine gezielte Übung durchzuführen, muss man nicht einmal das Haus verlassen. Oft fehlen nur die nötige Disziplin und das Fachwissen. Darum schließen sich Menschen gerne Gruppen an und nehmen sich regelmäßig Zeit für ein paar gemeinsame Trainingsstunden. Während des Trainings lernst du durch zielgerichtete Übungen und somit durch direkte praktische Erfahrungen.

Mehr über das Fitnessstraining für die Seele erfahren Sie bei meinem
Vortrag am 4. Juni 2014 um 19.00 Uhr
im abc büchershop Karl-Mantel-Str. 32, 86381 Krumbach
zu dem ich Sie herzlich einlade.



RITA ZINSLER
Heilpraktikerin für Psychotherapie
nach dem HPG

**MET® Therapeutin, Reikimeisterin &
Bewusstseinstrainerin**

Engishausen 52
87743 Egg a.d. Günz
Tel.: 0 83 33 / 9 46 44 44
info@met-zinsler.de
www.met-zinsler.de

Magnetschmuck
für Nacken, Rücken und Gelenke ...

Jetzt neu!



Manuelas Schatzkästle

Inh. Manuela Noder

Rathausgasse 1
89312 Günzburg
Tel. 08221/2065052
Fax. 08221/9169179
E-Mail: Manuela.Noder@t-online.de
Internetshop: www.manuelas-schatzkuestle.de

Praxis für Ursache und Wirkung
Wir gehen der Sache auf den Grund



Coaching und Heilarbeit
für Körper, Geist & Seele

Schamanische
Heilarbeiten

Hypnose

Coaching

Regina Schwarz
Wortwinstraße 3
89335 Ichenhausen
Telefon 08223 / 7 05 84 68

www.praxis-ursache-wirkung.de

HEITSSSEITE

PER, GEIST UND SEELE



LISA KONRAD – TOUCHLIFE

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Sie wissen sicher schon, dass TouchLife – berühre das Leben heißt und dass es sich hier um eine einfühlsame Entspannungsmassagemethode handelt und dass wir TouchLife Praktiker in rund 400 Stunden Grundausbildung über 100 Griffe und Lockerungstechniken erlernen. Auf meiner Internetseite haben Sie vielleicht auch gelesen, dass ich ständig bestrebt bin, jedes Jahr meine Fachkenntnisse auf Fortbildungen zu erweitern, aber was unterscheidet eigentlich eine TouchLife Massage von einer anderen Entspannungsmassage? Der Leitsatz des TL-Massage Netzwerks heißt: „Wir berühren Menschen“ und genau das ist es, „Berührung“ an Körper Geist und Seele.

In der AOK-Zeitschrift konnte man vor kurzem lesen:“ Berührungen sind so notwendig wie Lebensmittel, ohne sie fehlt es den Menschen an Substanz. Tatsächlich werden Berührungen in Alltag und Gesellschaft unterschätzt. Der wichtigste Sinn des Menschen, der Tastsinn, legt den Grundstein für das Vertrauen in uns und in die Welt. Bei angenehmen Berührungen wird das Glückshormon Oxytocin ausgeschüttet, das die Herzfrequenz verlangsamt, die Muskulatur entspannt und sogar antidepressive Wirkung hat.“ Liebe AOK, welche Heilungschance könnte die Wiederentdeckung der Berührung (Verordnung einer TL-Massage) für viele bedeuten, die unter Einsamkeit, Entfremdung und sozialer Kälte leiden und deshalb körperlich und seelisch krank sind!

Viele Massageerfahrungen von meinen Klienten haben mit Entspannung und Wohlbefinden wenig zu tun. TouchLife Praktiker lernen in den Seminaren die Verbindung zwischen professioneller Massagetechnik und den ganzheitlich-psychologischen Aspekten der körperlichen Berührung.

Wenn Massage ganzheitlich ausgerichtet ist, baut der Klient unmittelbar und spürbar Stress ab, ganz ohne negative Nebenwirkungen, in einer Welt, in der immer mehr Informationen auf uns einströmen und immer schnellere Anpassung erwartet wird.

Natur BETTENHAUS Ziegler
 Lange Straße 39
 Telefon: 07324/3991 · 89542 Herbrectingen
 www.naturbettenhaus.de · Parkplätze am Haus!

RICHTIG GUT SCHLAFEN!

- Massivholzbetten ohne Formaldehyd
- Bettmaterialien ohne krankmachende Chemikalien
- Matratzen orthopädisch optimal auf Sie abgestimmt
- Gute Klimaregulation durch Naturmaterialien
- Extra auf die Verträglichkeit von Allergikern abgestimmt
- Elektrostatisch neutral
- Wasseradern/Elektrosmog frei
- Auch für Baby-/Kinderbetten

Qualität zum fairen Preis.

Bettfedern-Reinigung – zufüllen/neues Inlet/umarbeiten

Sarah Weigand

Botschaften unserer Pflanzen

... bist Du bereit?

Gänsberg 50
 87727 Babenhausen
 Telefon: 083 33/9 46 78 97
 info@du-bist-bereit.de

www.du-bist-bereit.de

Monika Weigand
 Bewusstseins- und Heilarbeit

Gänsberg 50
 87727 Babenhausen
 Telefon: 0 83 33 / 9 46 78 98
 monika.weigand@weitblick.de

Privatpraxis
Herzklänge
 TouchLife-Massage
 Klangmassage
 Meditationskurse
 Quanten-Matrix-Methode

Lisa Konrad
 Ortsstraße 2A
 86519 Wiesenbach
 Telefon 08283/2790
 www.herzklänge.de

Berührung in Respekt und Achtsamkeit – in Verbindung mit einer fundierten Massageausbildung – Wo eigentlich kann noch mehr Heilung geschehen?

Kürzlich war eine Klientin nach einer schwierigen Operation bei mir, sie hatte sich mehrere Meinungen bei verschiedenen Ärzten eingeholt. Einer davon legte tröstend den Arm um sie und sagte: „Das kriegen wir hin Frau ...“ – Was glauben Sie, welchen Arzt die Frau gewählt hat?!

Was halten Sie in Ihren Händen?

SILKE KATZER
 STELLT PERSÖNLICHKEITEN INS PROFIL
 DIPL. PSYCHOLOGISCHE
 HANDANALYTIKERIN

Schäfflergasse 22a ☎ 08223 | 3377
 89367 Waldstetten ✉ silkekatzert@gmx.net

rubin

ULLA SEIDEL
 Oberdorfstraße 4
 88410 Seibranz
 Telefon 0 75 64 / 9 49 44 60
 u.seidel@rubinonline.de
 www.rubinonline.de

- Christliche spirituelle Lebensbegleitung
- Aura Soma®
- Geistiges Heilen

Antonie R. Neumann
 Heilpraktikerin

Sprechstunden nach Vereinbarung

Max-Schmid-Straße 37
 89358 Kammeltal-Behlingen
 Telefon: 08283/591
 antonie.neumann.hp@t-online.de
 www.neumannheilpraktikerin.de

Naturfriseur Haaratelier Marlene

Ganzheitlicher Naturfriseur
 Inhaberin Marlene Rösch
 Diplomierter Haar- und Hautpraktikerin
 Ärztlich geprüfte Gesundheitsberaterin GGB
 Brühlstraße 15 · 86381 Krumbach
 Telefon: 08282.5258
 E-Mail: mail@naturfriseur-marlene.de
 Internet: www.naturfriseur-marlene.de

Petra Beate Heckel
Mental Institut

Gesund durch die Kraft der Vorstellung

Bahnhofstr. 12
 87727 Babenhausen
 Tel.: 08022-8596285
 mobil: 0172-7249677

www.petra-heckel-mental-institut.de



SCHWÄBISCH KOCHEN – EINFACH, DEFTIG UND LECKER!

Die Rezepte sind jeweils für 4 Personen.

Albinsencreme auf Brot mit geräucherter Forelle

- 1 kleine Zwiebel
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 200 g braune Albsinsen
- 1 Schuss Beerenlikör
- 50 ml Rotwein
- 600 ml Gemüsebrühe (Instant)
- 50 g flüssige Butter
- 3 EL Walnussöl
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- geriebene Muskatnuss
- 2 geräucherte Forellenfilets
- ½ Bund Schnittlauch
- geschnittenes Walnussbrot



Zwiebel schälen und fein hacken.

Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin anschwitzen. Linsen zugeben, mit Beerenlikör und Rotwein ablöschen und einkochen bis der Alkohol verdunstet ist. Gemüsebrühe angießen.

Deckel aufsetzen und die Linsen in ca. 25-30 Min. weich kochen. Linsen abgießen – dabei die Brühe auffangen – und pürieren. Flüssige Butter und Walnussöl hinzufügen und mit dem Pürierstab durchmischen. Die Linsencreme gegebenenfalls mit etwas aufgefangener Brühe verdünnen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Muskatnuss würzen. Die Linsencreme bis zur Weiterverarbeitung auf die Seite stellen (nicht in den Kühlschrank).

Forellenfilets in mundgerechte Stücke schneiden. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Ringe schneiden.

Brotstücke großzügig mit Linsencreme bestreichen und je 1-2 Stücke vom Forellenfilet darauf legen. Mit Schnittlauchröllchen garnieren.

Kalbsvögele

- 1 Zwiebel
- 1 Bund Suppengrün
- 4 Kalbsrouladen
- 200 g Brät
- Salz
- Pfeffer
- 4 TL Senf
- 3 EL Öl
- 125 ml Weißwein (ersatzweise Brühe)
- 250 ml Brühe (Instant)
- 100 g Sahne



Zwiebel schälen und fein würfeln. Suppengrün waschen, putzen und fein würfeln.

1 EL Öl in einem Bräter erhitzen und die Hälfte des Suppengrüns

und der Zwiebel kurz andünsten. Brät mit dem angedünsten Gemüse vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fleisch waschen, trocken tupfen und von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Rouladen mit der Brätfüllung bestreichen, aufrollen und mit Küchengarn zusammenbinden.

Restliches Öl in einem Bräter erhitzen

und die Rouladen von allen Seiten anbraten. Rest der Zwiebel und des Suppengrüns dazugeben und mit anbraten. Mit Wein und Brühe ablöschen und das Fleisch ca. 45 Min. schmoren.

Fleisch aus dem Bräter nehmen und warm stellen. Sauce pürieren, Sahne einrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Dazu passen Spätzle und Gemüse.

Nonnenfürzle

- 250 ml Milch
- 1 Prise Salz
- 1 EL Zucker
- 50 g Butter
- 125 g Mehl
- 1 TL Backpulver
- 1 kg Frittierfett zum Ausbacken (z.B. Palmin)
- 3 Eier (Gr. M)
- Puderzucker



Milch, Salz, Zucker und Butter in einem kleinen Topf zum Kochen bringen. Mehl und Backpulver mischen. Den Topf mit der kochenden Flüssigkeit vom Herd nehmen, die Mehlmischung hineingeben und mit einem Kochlöffel rühren, bis ein zäher Kloß entstanden ist. Den Topf wieder auf den Herd stellen und bei mittlerer Hitze weiter rühren, bis sich am Topfboden eine weiße Haut bildet.

Den Teig in eine Schüssel geben und mit einem Kochlöffel oder Schneebesen nach und nach die Eier unterrühren, bis eine glatte, glänzende Masse entstanden ist.

In einem hohen Topf oder einer Fritteuse das Fett auf 180°C erhitzen. Wenn sich am Stiel eines Holzkochlöffels kleine Bläschen bilden, ist das Fett heiß.

Mit Hilfe von 2 Teelöffeln kleine Nocken vom Teig abstechen, portionsweise in das heiße Fett geben und jeweils ca. 2 Min. rundum goldgelb ausbacken. Mit dem Schaumlöffel herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Die Nonnenfürzle mit Puderzucker bestäuben und warm servieren.

Lassen Sie sich anregen in meinen Kochevents kulinarische Abenteuer zu erleben! Die neuen Kochevents bei Facebook unter „Kulinarische Abenteuer mit Sabine Schneider“ oder unter www.schneider-sabine.de

Noch mehr leckere Rezepte im Buch:

**Lecker Kochen –
Kulinarische Abenteuer erleben!**

BoD, ISBN 978-3-7322-4712-7,

Paperback, 72 Seiten

9,90 EURO *inkl. MwSt.



DIE LOURDES GROTTE ALETSHAUSEN



Im ausgehenden 19. Jahrhundert wurde die Marienerscheinung von Lourdes mehr und mehr bekannt. Tausende Pilger aus ganz Europa strömten nach Südfrankreich, um diesen Gnadenort zu besuchen und überall entstanden – teils sehr phantasievolle – Nachbildungen der Grotte von Massabelle, wo 1858 die Gottesmutter als die „unbefleckt empfangene“ der Müllerstochter Bernadette Soubirou erschienen war. Um 1890 waren auch einige Mitglieder der Armenseelenbruderschaft von Aletshausen nach Lourdes gepilgert und träumten seither von einer Lourdesgrotte in ihrem Heimatort. Lange sollte es ein Traum bleiben, galt die Gegend im mittleren Kammeltal ja schon immer als arm und auch der Ortspfarrer konnte sich mit einem solchen Vorhaben nicht anfreunden. Doch Träume entwickeln nicht selten eine ungeahnte Dynamik und so wuchs aus den Vorstellungen der Wallfahrer eine „Bürgerinitiative“, die nach Möglichkeiten und Gelegenheiten suchte, ihren Traum Wirklichkeit werden zu lassen. Mit Beginn des 20. Jahrhunderts war es dann soweit. Die Sandgrube südöstlich des Dorfes, an der „Schlucht“ in Richtung Wasserberg gelegen, war ausgebeutet und somit für die Gemeinde nutzlos geworden. Statt sie mit Schutt zu verfüllen, wurde sie als Bauplatz zur Verfügung gestellt. Das steil abfallende Gelände bot das ideale Landschaftsprofil für eine Felsengrotte, die nördliche Grundstücksgrenze bildet ein kleiner Wassergraben, der Hofer Bach, und in unmittelbarer Nähe befinden sich etliche Quellen. Mit dem Türkheimer Steinmetz Sixtus Müller wurde ein erfahrener Baumeister verpflichtet, der im weiten Umkreis schon viele Lourdesgrotten erbaut hatte. Die Aletshausener wurde sein letztes und wohl auch größtes Werk. Im Winter 1900/01 wurde mit Schlitten das Baumaterial angeliefert, Nagelfluhfelsen aus Winzer und Haupehlshofen, Tuffsteine aus Salgen. Gleichzeitig begann auch eine – sehr erfolgreiche – Spendensammlung in Aletshausen; das „Klinkenputzen“ der Bruderschaftsmitglieder erbrachte mit knapp 4000 Goldmark einen soliden finanziellen Grundstock. Und auch das tätige Engagement der Bürger war beachtlich: Der gesamte Bau konnte in Eigenregie erstellt werden. Das betraf ja nicht nur den eigentlichen Bau der Felsenhöhle; das gesamte öde Sandgelände musste planiert und mit Humus abgedeckt werden, eine eigene Wasserversorgung und befestigte Wege kamen noch im Vorfeld dazu. So entstand die für Lourdesgrotten untypische, aber sehr reizvolle kleine Parkanlage, zu der eine neue Lindenallee aus dem Ort heraus führte. Eher ungewöhnlich ist auch das Dach, das die Grotte vor den

ärgersten Witterungseinflüssen schützt. Vor 113 Jahren stand auf dem ganzen Gelände ja nur ein einziger Baum, der Schatten spenden konnte oder als Windschutz diente. Ein Schutzhaus um die Grotte, so wurde damals nicht zu Unrecht befürchtet, würde aber die Optik der ganzen Anlage zerstören. Für die heute noch bestehende, äußerst filigrane Lösung, sorgte dann der Aletshausener Zimmermeister Schantini: Nur von zwei – durch einen Eisen-



bogen verbundene – Ständersäulen getragen, „schwebt“ das das Dach ohne Bug oder Strebe über dem Naturbauwerk. Dieses Dach ermöglichte es auch, qualitätvolle Holzfiguren in der Grotte aufstellen zu können. Die Figuren der Gottesmutter, der hl. Bernadette und ihrer beiden Begleiterinnen lieferte der Bildhauer Bosch aus Krumbach. Am 14. Juli 1901 konnte schließlich das so geschaffene Kunstwerk den kirchlichen Segen erhalten. Den Zeitungsberichten von damals zufolge wurde die Weihe derart gut besucht, dass ein regelrechtes Volksfest entstand. Damit war der Bau aber bei weitem noch nicht vollendet: Es folgte 1902 die Aufstellung einer Figur der Heiligen Maria von Magdala und 1903 die Errichtung des großen Eingangskreuzes. Als schließlich 1914 in der Pfarrkirche der bisherige Kreuzweg im Nazarener-Stil durch einen barocken ersetzt wurde, stiftete der damalige Pfarrer Gebhardt 14 Bildstöcke (gefertigt von Steinmetz Wiedemann/Krumbach) und ließ die „alten“ Kreuzwegstationen bei der Grotte aufstellen. Das erst war der Schlusspunkt der großen Baumaßnahme. Heute befindet sich die Grotte in der Obhut der Gemeinde Aletshausen und wird vor allem im Monat Mai und zu den Marienfesten von einzelnen Betern und Andachtsgruppen aus der Umgebung gerne besucht. Seit einigen Jahren hat die Krieger- und Soldatenkameradschaft Aletshausen die Tradition der Lichterprozessionen am 15. August wieder aufgenommen – dann schmücken die Landfrauen die Grotte mit einem herrlichen Blumenteppeich, denn auch heute noch liegt den Bürgern von Aletshausen „ihre“ Grotte am Herzen.



*Wer aufhört zu werben, um Geld zu sparen,
kann ebenso seine Uhr anhalten,
um Zeit zu sparen.*

Henry Ford

WERBUNG BRINGT ERFOLG!

**BETTEN
BAUMGÄRTNER**

86381 Krumbach
Buchstraße 17

Tel. 08282 / 3978

- Betten-Reinigung
- Betten-Wäsche
- Betten-Pflege
- Betten-Neueinfüllung
- Betten-Beratung
- Betten-Service

Unsere neuen Öffnungszeiten nur in Krumbach:

Dienstag und Donnerstag

von 08.30 bis 12.30 Uhr
und 14.00 bis 18.00 Uhr

Mittwoch

von 08.30 bis 12.30 Uhr
oder nach telef. Vereinbarung

**Ihr Bettenfachgeschäft
für guten Schlaf**

VON ADDIATOR, HÜFTGÜRTEL UND GOGOMOBIL

Eine interessante Ausstellung im schwäbischen Naturkundemuseum Oberschönenfeld

Für die junge Generation ist es sicherlich nicht mehr vorstellbar wie die Menschheit ohne Handy, Computer und Digitalkamera überleben konnte. Als man noch ein Reifenflickzeug für Autoreifen mitführte, oder man für Ferngespräche eine Telefonistin brauchte die eine Verbindung herzustellen hatte. Ja schon die alten Tonbandkassetten oder gar Tonbandgeräte sind längst Nostalgie. Als noch das „Vervielfältigen“ Gang und Gebe war um von einer Matrize, zum Beispiel für den Schulunterricht, „Kopien“ zu verteilen.



Und die Menschheit hat überlebt, mit Queta-Malzkaffee, dem IMI-Waschmittel oder, falls die Strümpfe mal eine unerwartete Laufmasche hatten, mit einem Automaten für Seidenstrümpfe. Mit der Eingabe von 10 Pfennig in einen Automaten gab es eine kleine Erfrischungsdusche mit Kölnisch Wasser. Auch

die künstliche Körperbräunung war damals kein Fremdwort. Oder wie Frau sich mit dem „Hüftgürtel“ schlank aussehen ließ.

Eine Wanderung durch die Nostalgie, ein Eintauchen in Erinnerungen bei der etwas älteren Generation und eine Reise in die Vergangenheit für die junge Generation. Sehens- und Erlebenswert.



Dazu gibt es ein lohnendes Begleitprogramm zu dieser Sonderausstellung, sowie Schulklassen-Führungen mit kreativem Gestalten.

Nähere Auskunft darüber unter 0 82 38 / 20 01 - 0, svo@bezirk-schwaben.de oder <http://www.schwabisches-volkskundemuseum.de/>



SCHNÄPPCHENJAGD BEI HEIER!

- LIEFERUNG & MONTAGE
- EINBAUSERVICE
- REPARATUR
- FINANZIERUNG
- SAT-INSTALLATION

SERVICE-TELEFON
08282/2002

Auf alle Bareinkäufe
bis Samstag, 24.05.14

20% *

Miele
IMMER BESSER

jura
SWISS MADE

LIEBHERR

* Ausgenommen Telefonkarten, Handys, Serviceleistungen, Ersatzteile und Sonderbestellungen

Nur bei Heier
Stadtmitte beim
alten Rathaus
erhältlich



EURONICS Heier

86381 Krumbach | Mindelheimer Str. 5 | T 08282 2002 | F 08282 7312 | info@elektro-heier.de | www.elektro-heier.de

BIRKENRIED: KUNST, MUSIK, MARKT

Sonntags-Matinee, 18. Mai, 14.00-17.00 Uhr:
Vogelmayer „Unsere Welt – nicht die der Mächtigen“



Für den Kampf um eine „bissl bessere Welt“ kann man den Vogelmayer gewinnen. Er singt dabei mit schallender Inbrunst politische Lieder und klampft den Mächtigen den sozialkritischen Marsch. Es geht dem politischen Kabarettisten um die Missstände allerorten, nur dass der lokalpatriotische Liedermacher die Reihenfolge umkehrt: Besser werden soll's in Bayern, Deutschland und der Welt. Und zwar narrisch g'schwind. [Hallo München, 2012] Eintritt frei, es wird gesammelt. www.vogelmayer.de

Fr., 23. Mai, 20.00 Uhr: Amy Gallatin & Still Waters (USA) und das Kelley McRae Duo (USA)



Amy Gallatin & Stillwaters gehören zu den feinsten Bluegrass Bands der USA. Mit ihrer klaren Stimme fesselt Amy Gallatin ihre Zuhörer, Roger Williams an der Dobro Gitarre setzt musikalische Akzente der Extraklasse. Die Bühnenshow von Amy Gallatin & Stillwaters ist entsprechend geprägt von Bluegrass, Country, Folk und Western Swing. Amy selbst spielt die Gitarre. Starmusiker der Band ist der Dobro-Virtuose Roger Williams, der als Jugendlicher schon mit den Lilly Brothers und Don Stover in Boston gespielt hat, und später vielen Bluegrass Bands der Ostküste angehörte. <http://amygallatin.com> · www.facebook.com/Amy.Gallatin.and.Stillwaters

Special Guest Kelley McRae Duo: Der deutsche Regisseur Wim Wenders sagte: „Das jüngste Lied, das mich zu Tränen rührte, war von einer jungen Sängerin aus New York, Kelley McRae“. Begleitet wird die wunderbare Kelley McRae, die selbst akustische Gitarre spielt, von ihrem Ehemann Matt, ebenfalls akustische Gitarre. Beste Americana Music erwartet die



Zuhörer bei Kelley & Matt, die nicht nur im Bluebird Café in Nashville zum Publikumsliebling avancierten. (Friedrich Hog) Eintritt für beide Gruppen 12/14 Euro. <http://kelleymcrae.com> <http://www.sonicbids.com/band/kelley-mcrae-duo>

Sa., 24. Mai, 20.00 Uhr: Bluesnacht mit „Brenttown Blues Club“



2012 entstand im Heidenheimer Café Swing ein neuer kreativer und begeisterter Hort des Blues. Als „Stubenblues“ konnten Birkenriedgäste einige der Musiker bereits Anfang April zur Bluesnacht erleben. Im Kulturgewächshaus werden die Heidenheimer alle Register ziehen und auf der Bühne des Kulturgewächshaus ist auch für alle Musiker und Gastmusiker Platz. In dieser Bluesnacht erlebt man diese Musik in ihrer lebendigsten Form. Eintritt 10 Euro. <http://www.brenttown.de>

Sonntags-Matinee, 25. Mai, 14.00-17.00 Uhr:
Ann Farmer (vocals – flute – sax), Gitarre



„Wer sie einmal spielen und singen gehört hat, wird zwangsläufig von der Leidenschaft mitgerissen, mit der Ann Farmer ihre Musik lebt“, schreibt die Passauer Neue Presse begeistert. Ann Farmer verleiht Jazz-, Rock- und Popsongs eine neue Färbung, oft leidenschaftlicher als die Originale und ihre Stimme verzaubert von Anfang an. Alleine mit ihrem Timbre, ihrer Querflöte und ihrem Saxophon, sowie einem Gitarristen im Gepäck serviert diese Frau ein überraschend abwechslungsreiches Programm. Eintritt frei, es wird gesammelt. www.ann-farmer.de

27./28. Mai + 30. Mai – 1. Juni: Aquarell-Workshop mit Martin Lutz

Bei dem Workshop können begeisterte Aquarellmaler/innen ihre Aquarelltechnik verbessern und bisherige Kenntnisse perfektionieren. Die Workshops von Martin Lutz haben bereits vielen Künstlern und Amateuren geholfen, technische Schranken zu überwinden und sich konsequentes Vorgehen anzueignen. Der diesjährige Workshop findet wieder in der kreativen und angenehmen Atmosphäre von Birkenried statt, ein kleiner Mittagsimbiss ist für die Kursteilnehmer inklusive.

zweitägiger Kurs, 27./28. Mai, 9-17 Uhr, 190 Euro inkl. Mittagsimbiss
 dreitägiger Kurs, 29.-31. Mai, 9-17 Uhr, 270 Euro inkl. Mittagsimbiss
 Anmeldung vorab erforderlich: info@birkenried.de od. 0 82 21 / 2 42 08

DENI

Für den perfekten Eindruck.



DRUCK VON A BIS Z

Aufkleber, Bücher, Digitaldruck, Etiketten, Festschriften, Gutscheine, Hotelprospekte, Informationsbroschüren, Kataloge, Leporellos, Mappen, Notizblocks, Plakate, Quittungen, Rechnungen, Sterbebilder, Telefaxformulare, Urkunden, Visitenkarten, Weihnachtskarten, Zeitungen

... und vieles mehr!

DRUCK & VERLAG
 86470 Thannhausen · Telefon 0 82 81 / 30 69

Brasserie Valentino

Kennen Sie schon unsere
Steakvariationen?

Nein? – Dann kommen Sie einfach mal vorbei!

Beachten Sie auch unsere
 wechselnden

Mittagmenüs

Natürlich auch mit einer vegetarischen Variante!



Von 17 bis 18 Uhr
 alle Kaffeespezialitäten
 nur 1,50 Euro

Krumbach · Bahnhofstraße 5 · Tel. 08282/8900 10
 Mo. bis Fr. 9.30 bis 14 Uhr und ab 17 Uhr
 Sa. ab 18 Uhr geöffnet – So. Ruhetag

... immer wieder mit *Live-Musik!*



DIE GESCHICHTE KRUMBACH (SCHWABEN) IN 3013 STICHWÖRTER

Walter Gleich trug in 28 Monaten Kleinmaterial zusammen und schuf ein „Geschichtsbuch“ das man haben muss

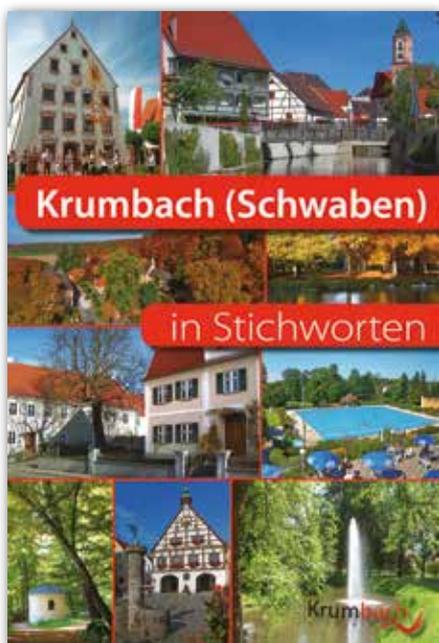
Es passiert immer wieder, man geht in der Stadt spazieren, Touristen kommen auf einen zu und stellen einem eine Frage zur Geschichte Krumbachs oder wollen über ein bestimmtes historisches Bauwerk Auskunft. Aber auch alleine schon am Stammtisch oder mit Freunden zusammensitzend, sucht man gemeinsam nach Jahreszahlen, die eine historische Bedeutung haben. Wer bisher schon das Erstlingswerk von Walter Gleich „Krumbach (Schwaben) in Stichworten 1105 bis 1990“ in Händen hielt, tat sich schon leichter, Auskunft zu geben. Doch die Geschichte hört nicht 1990 auf.



Als 2011 die KRU, bei der letzten Krumbacher Gewerbeschau, ihre Pforten schloss, saß Walter Gleich noch mit dem Ersten Bürgermeister Hubert Fischer und einigen Stadträten am Tisch. Fischer, der in seiner Amtszeit immer wieder, ob durch Fragen von Bürgern und Touristen oder aber durch das Schreiben von Reden, auf Gleich's Stichwortverzeichnis von 1990 zurückgreifen muss, brachte den Stein ins Rollen. Es wäre an der Zeit diese chronologische Geschichte Krumbachs mit einer Neuauflage fortzuführen. Der ehemalige Referatsleiter der Hauptverwaltung im Krumbacher Rathaus, der dort 1957 seine Lehrstelle antrat, 43 Jahre dort beschäftigt war und seine Heimatstadt über alles liebt, für ihn war dies ein gerne angenommener Auftrag. Ihm wird in seinem Rentnerdasein nie langweilig und er hatte über diese Idee auch schon mal nachgedacht. Walter Gleich, ein geborener Hübener, machte sich schon im Oktober ans Werk.

Es waren nicht nur 23 Jahre Stadtgeschichte der Neuzeit nachzuschreiben, sondern in mühseliger Kleinarbeit durchforstete er das Stadtarchiv, welches er Jahrzehnte selbst leitete, nochmals durch.

Nun fingen seine Recherchen schon im Jahre 800 an, wo wohl Krumbach „Sitz eines fränkischen Reichshofes (Zentene) ist, inmitten der damaligen Grafschaft Duria, die sich von der Größe her annähernd mit dem heutigen Landkreis Günzburg und Landkreis Mindelheim deckte“. Viel Kleinmaterial wurde noch nicht mit der Schreibmaschine erfasst, handschriftliche Dokumentationen galt es zu lesen, zu entziffern, sagt Gleich.



Aber auch andere Ergänzungen nahm er vor. Denn oftmals wurde nicht jede wichtige Begebenheit schriftlich erfasst. Und so ging er „hausieren“. Als einen wichtigen noch lebenden Zeitzeugen befragte Gleich unter anderem den Krumbacher Hans Müller – „Kupferschmied“. Dieser wusste wiederum sehr viel noch von seinem Vater. In den Weltkriegen wurde der Abschuss eigener Kampfflugzeuge geheim gehalten. Diese in der Region zu erkunden hatte sich Josef Egner zum Hobby gemacht und konnte diesbezüglich hier wichtige Details beitragen. Nicht alle Firmengeschichten lagen im Stadtarchiv, und so machte sich der Autor auf diese zu besuchen, recherchierte dort und wurde fündig.

28 Monate lang war Walter Gleich fast täglich auf Achse oder am Computer, im Rathaus oder mit noch lebenden Zeitzeugen am Werk, um ein umfangreiches und interessantes „Krumbacher Geschichtsbuch“ chronologisch so gut wie möglich zu verfassen. Nach deren Beendigung verfasste Gleich, wie schon bei seinem Erstlingswerk, ein umfassendes und übersichtliches Inhaltsverzeichnis. Sucht man beispielsweise nach der Krumbacher Schlorpergilde, findet man diese unter Stichpunkt 1071. Unter dem Begriff „Nachtwächter“ findet man unter den Stichpunkten 763 und 970 die dazugehörigen Details. Erwähnung findet auch immer wieder am Ende eines Jahres, wie viel Einwohner die Stadt Krumbach hatte. So heißt es unter Stichpunkt 1409, das Jahr 1945 betreffend: „31.12. hat die Stadt 6.284 Einwohner; die Zahl der Heimatvertriebenen und Evakuierten beträgt rd. 1000 Personen.“

„Krumbach (Schwaben) in Stichworten“ ist ein „MUSS“ für jeden Krumbacher und heimatverbundenen Interessierten. Das im DIN A4 Format herausgebrachte Werk mit 230 gut und übersichtlich gestalteten Seiten, aufgelockert mit wunderbaren Farbbildern von dem Krumbacher Fotografen Georg Drexel, ist im Krumbacher Rathaus, Bürgerbüro, sowie in der Krumbacher Stadtbibliothek zu einem Preis von 10 Euro erhältlich. Die Auflage ist im Moment auf 500 Exemplare limitiert. Daher gilt es schnell zu handeln.



Naturheilkunde, Kinesiologie und Osteopathie

Heilpraktikerin

Angela Hänseler
Riedweg 14 a
86513 Ursberg/Oberrohr
Tel.: 08281/418615

Termine nach Vereinbarung



CAROLINES GARTEN-(T)RÄUME: KOMMEN – SCHAUEN – GENIEßEN!



Caroline Seybold ist von Haus aus eine große Natur- und Tierliebhaberin, hatte dies wohl schon in die Wiege gelegt bekommen. Ihren Träumen über die Natur und dem Austausch mit anderen Menschen mehr Leben geben, das wollte sie im kleinen Stil praktizieren. Und so kam sie, nach einigen Impulsen, 2013 auf die Idee, ihren Garten in Höselhurst, der schon einen alten Baumbestand aufwies, ein wenig romantisch umzugestalten und der „kleinen“ Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Denn ihre Philosophie ist nicht die Masse, sondern im Kleinen und dabei auch im Gespräch, auf die Besucher eingehen zu können, ein Gefühl des Wohlfühlens zu bieten. Der Besucher darf sich hier diese „Auszeit“ nehmen.

Ihre kreative Ader bewegte Caroline Seybold dazu, Dekos für drinnen und draußen zu schaffen. Ihre inspirierende Art und die Liebe zur Natur verbindend, hat sie ein Auge für das Schöne. Und da die Natur für alle vier Jahreszeiten auch das besondere Material bietet,

setzt Caroline ihre Kreativität ein und verbindet diese Stücke zu ganz besonderen Deko-Werken, die sie auch zum Kauf anbietet.

Caroline Seybold möchte ihren idyllischen, wild-romantischen Energie-Garten all den Menschen zur Verfügung stellen, die diese darin enthaltene Energie wahr- und aufnehmen können. Als eine Art „Tankstelle“ gegen den gestressten Alltag. Auch als Fotokulisse z.B. für Hochzeiten, bietet der Garten wunderschöne Motive.

Die Garten-(T)räume sind von Mai bis September jeden 2. und 4. Sonntag von 13.00 bis 18.00 Uhr geöffnet.

Eine besondere Atmosphäre bietet auch ihr Wintergarten. Hier möchte sie Menschen zusammen führen, um sie auf ihrem Weg zurück zu ihrer Ursprünglichkeit ein Stück weit begleiten zu dürfen. Der Raum bietet Platz für ca. 12 Personen und kann für Seminare, Vorträge, Workshops, spirituelle Treffen, Meditationen und mehr gebucht werden.

Auch freut sie sich auf ihren Besuch beim „Offenen Abend“ – Dinge, die uns bewegen ... , der jeden 3. Mittwoch im Monat um 19.00 Uhr stattfindet.

Caroline Seybold

St.-Nikolaus-Ring 3
Höselhurst – 86476 Neuburg
Telefon: 0 82 83 / 20 96
www.gartentraeume-guenzburg.de



GEGEN ADS, ADHS, STRESSREDUKTION UND BURNOUT

Als die Schulmedizin noch nicht erfunden war, hatten unsere Vorfahren und die Naturvölker schon ihre natürliche Art Krankheiten ganzheitlich zu heilen. Selbst Pfarrer Kneipp, erst von der Schulmedizin belächelt, wandte für seine Therapien erfolgreich die Grundelemente der Erde an. Sicherlich kannte man damals die Namen ADS oder Burnout nicht, allerdings können diese Symptome heute auf natürliche Art behandelt werden.



Joachim Strobel hat die „KAHI LOA“-Elementen-Massage erlernt und praktiziert diese inzwischen erfolgreich in seiner Praxis in der Brühlstraße in Krumbach.

Diese Art der Massage, die kreativ, abwechslungsreich und vergnüglich zugleich ist, wird insbesondere bei Kindern mit ADS und ADHS bereits bewährt angewendet. Gleichzeitig bewährt hat sich diese „Elemente-Massage“, die im Dialog mit dem Körper steht, auch zur Bewältigung von Stressreduktionen und Burnout bei Erwachsenen.

Art of Wellness

Praxis für Körperenergiearbeit · Massagen · med. Fußpflege
Unterstützung bei physischen und psychischen Problemen

Nähere Info unter www.joachimstrobel.de

Joachim Strobel Brühlstraße 5 · 86381 Krumbach
Telefon: 08282/62764 oder 0171/2849270

GARTENTRÄUME
kommen - schauen - genießen

Caroline Seybold
St.-Nikolaus-Ring 3
86479 Neuburg/Ka
Höselhurst

Tel: 08283 / 2096
www.gartentraeume-guenzburg.de



Mit Freude an die Dachsanierung!

Jedes Dach, egal wie qualitativ hochwertig die Baustubstanz, muss früher oder später saniert werden. Erhalten Sie Ihre Werte und schaffen Sie sich ihr eigenes Schmuckstück!

Wir sind Ihr Partner in der kompletten Dachsanierung, die Profis vom Dach!

Es ist wichtig, dass Sie hier professionelle Hilfe in Anspruch nehmen. Die jahrzehntelange Erfahrung und die ganzheitliche Betreuung ist unsere Stärke. Wir erfassen bestehende Schäden zuverlässig und stellen Ihnen eine detaillierte Kostenkalkulation auf. Dabei möchten wir, dass die Wünsche eines jeden Kunden zur Zufriedenheit erfüllt werden und dass die Sanierung zügig und kostengünstig von statten geht.



Wir haben eigenes Fachpersonal für die Bereiche

- *Zimmerei und Holzbau*
- *Dachdeckerei und*
- *Spenglerei*

Der weitere Service wird unterstrichen durch

- *eigene Autokräne*
- *eigene Schutz- und Arbeitsgerüste und*
- *eigene Beratung und Eingabeplanung*

Im Rahmen dieses vielseitigen Dienstleistungsspektrums können wir alles aus einer Hand anbieten. Sowohl in der Beratung als auch bei der Ausführung der Aufträge legen wir großen Wert darauf, in puncto Technik und Fachwissen stets auf dem neuesten Stand zu sein.



An- und Umbauten, neue Dachgauben, Dachfenster, Stabilisierung von Dachstühlen, nachträgliche Dachdämmung oder fachgerechte Beseitigung von asbesthaltigen Materialien gehören weiter zu unseren Leistungen.

Lehnen Sie sich zurück und freuen Sie sich auf Ihr neues Dach!

Erfahren Sie mehr unter
www.kalchschmid.com

