

AUSGABE NR. 48 · JULI 2014

# Skrubbacher

## UND DRUM RUM

*Luis Walter*



### FREIZEITTIPPS

Historisches Fest anno 1490  
Kirchheim/Schw., 18.-20.7.  
Fr., ab 18.00, Sa., ab 9.30 Uhr  
So., ab 8.45 Uhr

Nacht & Träume  
Klassisches Gitarrenkonzert  
mit Stefan Barcsay in der  
Klosterkirche Oberschönen-  
feld, So., 20. Juli, 16.00 Uhr

William Shakespeare's  
„Sommernachtstraum“  
mit Ensembles der BFSM  
im Kloster Wettenhausen  
17., 19., 20., 22. und 30. Juli  
jeweils 20.00 Uhr

Collegium Vocale Ursberg  
„Liebesfreud und Liebeleid“  
Chorkonzert im Innenhof  
des Klosters Ursberg  
So., 29. Juli, 18.00 Uhr



Nähere Infos gerne auch unter  
[LuisWalter@aol.com](mailto:LuisWalter@aol.com)  
Online lesen unter:  
[www.luis-walter-skrumbacher.de](http://www.luis-walter-skrumbacher.de)

## BUCH-TIPP DES MONATS

### DIE UNGLAUBLICHE REISE DES FAKIRS, DER IN EINEM IKEA-SCHRANK FESTSTECKTE

Von Romain Puértolas

Ein irrsinniger Lesetrip – einmal um die halbe Welt und zurück: Die Geschichte eines Fakirs, der sich in einem Ikea-Schrank auf eine wundersame Reise begibt.

Ayarajmushee Dikku Pradash, ein charmanter Hochstapler mit Turban und einem Schnurrbart in beträchtlicher Größe, fliegt eines Tages aus einem kleinen indischen Dorf nach Paris. Dort möchte er sich bei Ikea ein brandneues Nagelbett zulegen: Modell Likstupiksta, schwedische Kiefer, 15000 rostfreie Nägel, Farbe: Puma-rot.

Kaum am Flughafen angekommen, handelt sich der Fakir Ärger mit einem Taxifahrer ein, verliebt sich im Ikea-Bistro in die schöne Französin Marie, nistet sich über Nacht im Möbellager ein und versteckt sich in einem Schrank. Prompt gerät er in diesem Schrank auf eine Reise, auf der er illegale Einwanderer aus Afrika und eine mondäne Schauspielerin trifft, die seinen Blick auf die Welt verändern. Über England, Barcelona, Rom und Tripolis gelangt er schließlich zurück nach Paris ...

Der große Überraschungserfolg aus Frankreich – ein Roman über das Leben in unserer globalisierten Welt – heiter, schnell, wunderbar überdreht, ist ein Buch mit allerlei absurden und unterhaltsamen Abenteuern.

Es ist ein amüsantes Lesevergnügen, welches mir immer wieder ein Schmunzeln ins Gesicht zauberte. Eine geeignete Lektüre für den Strand, den See oder das Stadtbad.

ROMAIN Puértolas wurde 1975 am ersten Tag des Winters in Montpellier geboren. Als Kind stiehlt er die Romanideen seines Goldfischs Gérard, den er von seiner Mutter zum zehnten Geburtstag geschenkt bekommen hat. Er bekritzelt gerne Post-it-Zettel und hat in Frankreich, Spanien und England gelebt. Er war DJ, Zauberkünstler, Flugverkehrsmanager und Übersetzer. »Die unglaubliche Reise des Fakirs, der in einem Ikea-Schrank feststeckte« ist sein Debüt, das zum Nr.1-Bestseller in Frankreich wurde, für den Prix Renaudot nominiert war und in fünfunddreißig Ländern erscheint.



## WIA ISCH'S DENN FRÜHER G'WEA

Wia ma heit dia Zeit so sieht  
und mit Computer alles g'schieht,  
nau fragt sich mancher scho a mal  
wia des doch friaher ganga all.

Koi Handy hat ma dau g'hett,  
mit Erreichbarkeit au koi g'frett,  
a Briaf a paar Däg daurad hat  
trotzdeam isch g'loffä alles glatt.

Technik war no manuell  
an de Maschina generell.  
A jeder hat dia Technik kapiert,  
vielleicht a wenga halt probiert.

Es hat nix so schnell pressiert,  
hat sich au mal ganz ungeniert  
auf Bank na g'setzt und a mal g'schwätzt,  
dia Zeit hat oin net a so g'hetzt.

Schnell muass heit gar alles gau,  
und kommt heit ebbes mal zum Schtau  
kennt ma moina, unter gad d'Welt,  
weil dau a bissle Zeit nau fehlt.

En dr Masse wed produziert  
und dr'bei au mal akzeptiert  
dass es an Haufa Ausschuss geit,  
Hauptsach, es gad alles schnell doch heit.

Friaher hat ma net so viel braucht,  
g'miatlich sei Zigarettle g'raucht  
war halt oifach au z'frieda g'wea,  
doch a Gier, dia hat's all scho gea.

© by Luis Walter



## 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](http://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, August 2014, erscheint ab  
20. August 2014 in den Geschäften und Ihren Briefkästen.**

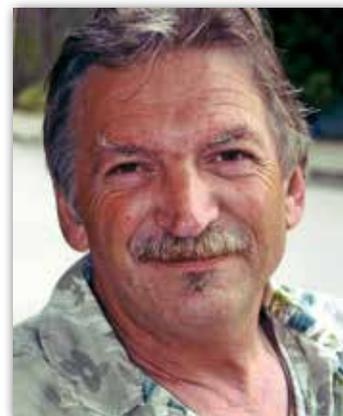
**Redaktionsschluß für diese Ausgabe ist der 11. August 2014!**

**sKrumbacher online lesen unter:  
[www.luis-walter-skumbacher.de](http://www.luis-walter-skumbacher.de)**

## LIEBE LESERINNEN UND LESER,

es ist wieder normales Leben eingekehrt, zumindest für viele. Das große Fußballspektakel, dass ja die ganze Welt bewegt hat, ist vorbei und wie bei jedem Spiel, es kann nur einer der Sieger sein. Allerdings ist es ja auch schon etwas unter den vier Weltbesten im Fußball zu sein. Während nun auf der einen Seite Jubel und Prunk herrschten und hinter den Kulissen Proteste, werden auf der anderen Seite des Globus Kriege geführt. Täglich erfahren wir aus den Medien wie viele Flüchtlinge unterwegs sind, eine neue, friedliche Heimat suchen. Nachvollziehbar für jene, noch unter uns lebenden, Flüchtlinge der Zeit um 1945, an die im Mittelschwäbischen Heimatmuseum eine Ausstellung erinnert. Mit Zusammenhalt und Integration haben die einstigen Sudeten- und Rucksackdeutschen Fuß gefasst. Der Zusammenhalt, ein wichtiger Charakter auch wenn es um die Schaffung unbezahlbarer Dinge geht. Große Vereins- und Dorffeste können nur so durchgeführt werden, wie das große Oldtimertreffen in Langenhaslach im August. Ehrenamtlich funktioniert auch das Heimat- und Webereimuseum in Ziemetshausen. Dort wo Herzblut eingebracht wird, ohne jeglichen Blick auf das „bekommen“ gerichtet ist, funktioniert eine Gemeinschaft. „Geben ist seliger denn Nehmen“ heißt ein Sprichwort, dies gilt auch bei vielen Rettungsorganisationen wie dem Roten Kreuz, dem THW und der Feuerwehr. Auf freiwilliger Basis haben unsere Vorfahren viel geschaffen woraus wir den Nutzen haben. Nicht zuletzt in der nahenden Urlaubszeit. Wir können Feste besuchen, Museen, die Märchenwelt, Konzerte und Ausstellungen. Ja, wir haben das Wertvollste vor der Tür. Wo andere Urlaub machen, dürfen wir leben. Zwischen Pfaffenwinkel und Altmühltal, zwischen Iller und Lech, dem Allgäu und dem Ries. Urlaub in der Region, nutzt dem Geldbeutel, der Natur – durch weniger Umweltbelastungen auf den Straßen und der Luft – und wir stärken unsere Heimat. Heimatgefühl auch dann zeigen, wenn gerade keine deutsche Fußballmannschaft um einen Weltklassesieg kämpft.

In diesem Sinne, eine schöne Urlaubszeit und viel Zusammengehörigkeitsgefühl.



Ihr Luis Walter

*Luis Walter*  
Ihr Luis Walter

## FLÜCHTLINGE UND VERTRIEBENE IN MITTELSCHWABEN

### Eine Ausstellung im Mittelschwäbischen Heimatmuseum in Krumbach

Die Generation, die während oder nach dem Krieg geboren wurde kann sich noch erinnern, da waren die „Heimatvertriebenen“ aus Ostpreußen, Schlesien, Böhmen und Mähren. Inzwischen erinnern noch diverse Straßennamen wie Sudetenstraße oder Schlesierstraße, Aberthamerstraße und der Gleichen an jene längst integrierten Mitbürger. Der Begriff „Rucksackdeutsche“ wurde bis in die 1960er Jahre noch benützt ohne oft wirklich zu wissen was er bedeutet. Die Krumbacher Glaswarenfabrik Simm ist zwar vielen noch ein Begriff, doch ist es in der heutigen Zeit so gut wie unbekannt, woher dieses ausgeübte Handwerk und damit auch die Familie stammt.

Das Handwerk der Handschuhmacher wurde aus dem Ort Abertham auch ins Mittelschwäbische gebracht. Unter anderem gab es bis in die 1990er Jahren noch viele Handschuhmacher in Ichenhausen und Burgau. Es ist auch anzunehmen, dass die Ichenhauser Werkzeugmacherfirma Häuser & Renner, die Stanzwerkzeuge und Maschinen für die Handschuh- und Lederindustrie fertigte, ihren Ursprung in Abertham hatte. Somit gewann die Bundesrepublik Deutschland auch in Sachen Wirtschaft von dem Flüchtlingsstrom aus dem Osten.

Verdeutlicht wird dies in der Ausstellung „Flüchtlinge und Vertriebene in Mittelschwaben“. Sie kamen mit Rucksäcken und Gepäckstücken die nicht mehr wie 50 bis 60 Kilo wiegen durften. Die wichtigsten Habseligkeiten und Bedarfsgüter im Gepäck, so wurden sie ausgesiedelt. Ca. 500.000 Schlesier kamen nach Bayern. Eine vom Landratsamt ausgestellte und vom Landrat unterzeichnete „Kennkarte“ ersetzte für die Flüchtlinge der Personalausweis.

Eine Ausstellung die Geschichte erzählt, die zum besseren Verstehen beiträgt und das Schicksal jener widerspiegelt die ihrer Heimat verstoßen wurden und hier eine neue Heimat fanden. Man sollte sich diese Ausstellung nicht entgehen lassen.



# 25 JAHRE TRAKTOR- UND OLDTIMER-FREUNDE LANGENHASLACH

vom 15. bis 17. August wird mit großem internationalem Oldtimertreffen und Teilemarkt gefeiert

Seit nunmehr 25 Jahren gibt es die Traktor- und Oldtimer-Freunde Langenhaslach. Begonnen hat alles mit einem Fendt-Dieselloch des Gründungsvorstandes Johann Mayer. Der damals kleine Verein umfasst heute rund 75 Mitglieder und kann in diesem Jubiläumsjahr sein 10. großes Fest ausrichten. Davon waren es bisher acht Oldtimertreffen mit Teilemarkt und einmal waren es historische Festtage, bei denen wie anno dazumal auf den Feldern, Äckern und Wiesen die Arbeit verrichtet wurde.



Antrieb und Motor im wahren Sinne des Wortes ist der Gründungsvorsitzende Johann Mayer. Er selbst Besitzer von knapp 40 Oldtimertraktoren wo jeder für sich seine Geschichte hat, hat in seiner Amtszeit die Oldtimerfreunde zu dem gemacht was sie heute sind. Mit Herzblut und seiner

ganzen Seele steckt er im Verein, so dass er das Vereinsstüberl in seinem ehemaligen Stall, nach Umbauarbeiten gemütlich eingerichtet, untergebracht hat. Und so ist Langenhaslach auch der einzige Oldtimerverein der eine eigene Fahne besitzt. Viele Freundschaften sind ebenso in diesen 25 Jahren entstanden, die gepflegt werden und somit sind die Oldtimer Freunde Langenhaslach überall wo sie hin kommen gern gesehene Gäste.

Dies wird sich auch bei diesem Jubiläumstreffen widerspiegeln. Während die Vorbereitungen, ja alle Räder bei den Oldtimerfreunden schon längst auf vollen Touren laufen, werden dazwischen noch Besuche bei anderen Treffen gemacht. Ein Jubiläumsprogramm wurde zusammen gestellt welches manche Überraschung verbirgt.



Während der Freitag der Jugend gehört, „SOUND SOLUTION“ und „DEEJAY SPIRIT“ ab 21.00 Uhr zur Disconacht kräftig einheizen werden, erwartet man am Samstag den 16. August ab 9.00 Uhr das Eintreffen der Fahrzeuge. Darunter sind Traktoren, Autos, Motorräder sowie Stationärmotoren und Feuerwehrfahrzeuge die das Mindestalter von 30 Jahren überschritten haben. Für die gehörige Portion



Unterhaltung im Festzelt sorgt ab 14.00 Uhr der „BERTL OND SEI SOUND-MASCHIE“. Seit vielen Jahren Stammgäste was die musikalische Unterhaltung angeht und nach wie vor gefragte Künstler auf der Bühne sind die „ORIGINAL OBERKRAINER ALPENSWINGERS“. Sie werden

ab 19.00 Uhr auf der Bühne stehen. Ihr Programm unterbrechen sie für ein Jubiläumsgeschenk der Feuerwehr-Oldtimerfreunde Hermeskeil aus dem Saarland. Sie sind schon Stammgäste in Langenhaslach und inzwischen wirklich gute Freunde. Sie haben extra für dieses Jubiläum eine „Musik-, Wasser- und Lichtorgel“ auf ihr Oldtimer-Leiterfahrzeug aufgebaut und erfreuen die Besucher mit einer wunderbaren „Wasser-, Licht- und Musikshow“. Zu dieser Samstagabend-Veranstaltung ist der Eintritt frei.



Der Sonntag beginnt mit einem Festgottesdienst, der Fahrzeugsegnung und einem Frühschoppen mit den „ORIGINAL OBERKRAINER ALPENSWINGERS“. Zum Mittagstisch gibt es Ochs am Spieß von der Original Ochsenbraterei Reinartz. Ab 15.00

Uhr werden dann die Ehrenpreise verteilt. Prämiiert werden wieder die drei ältesten Fahrzeuge, die am weitesten angereisten sowie die am stärksten vertretenen Gruppen.

Der 1. Vorsitzende Johann Mayer rechnet wieder mit rund 1000 Oldtimern, die in Langenhaslach zu besichtigen, ja zu bewundern sein werden. Er betont dabei, so ein Fest ist nur durch Zusammenhalt und Zusammenarbeit aller Vereine im Dorf möglich. An den Festtagen werden 130 bis 140 Personen gebraucht, dies könnte der Oldtimerverein alleine nicht stemmen. Wieder ein Oldtimertreffen der ganz besonderen Art und die Ausstellungsstücke werden wieder alte Erinnerungen wachrufen und die junge Generation zum Staunen bringen.



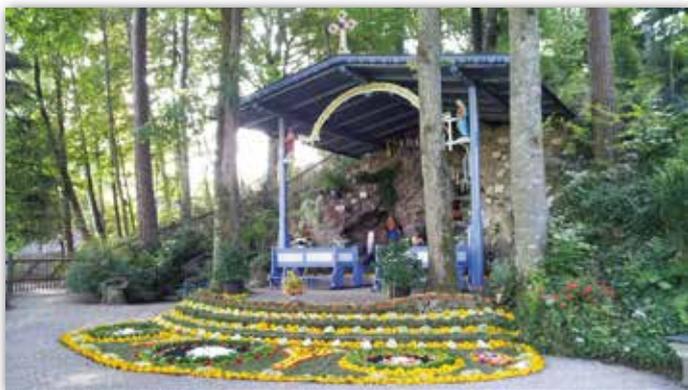
## LICHTERPROZESSION IN DER LOURDESGROTTE



### Die Krieger- und Soldatenkameradschaft Aletshausen lädt ein

Am 15. August 2014 wird wieder (bei schönem Wetter) die bereits Traditionelle Lichterprozession mit anschließender Marienfeier in der Lourdes Grotte in Aletshausen gefeiert.

Treffpunkt um 20.00 Uhr an der Kirche, Abmarsch zur Grotte um 20.15 Uhr mit anschließender Marienfeier gehalten von Pater Alex, umrahmt vom Musikverein Aletshausen.



## DIE „HOT-STONE-MASSAGE“

### fürs allgemeine Wohlbefinden und Stressabbau

In unserer heutigen von Hektik und Stress geprägten Zeit leidet das allgemeine körperliche wie auch seelische Wohlbefinden. Um mit dem Stressfaktor besser klar zu kommen, gibt es reihenweise Vitamin-tabletten, diese sollen verbrauchte Energie wieder zurück gewinnen. Das Resultat davon ist lediglich die psychische Abhängigkeit. Hier bietet die „Hot-Stone-Massage“ die gesunde und heilsam wirkende Alternative. Unsere Natur hat so viel Energie dass diese, zum Beispiel in Form von Steinen, auf unseren Körper übertragen werden kann. Hier werden warme Basaltsteine in Verbindung mit hochwertigem Massageöl sanft über den Körper geführt. Dabei wirkt die Energie der Steine und wird auf den Körper übertragen. Das Resultat bei dieser Behandlung ist eine tatsächlich heilende Wirkung. So können Sie die heilende Energie der Natur nutzen um auf ganz natürliche Weise Ihr allgemeines Wohlbefinden zu steigern und gleichzeitig Ihren in Körper und Seele befindlichen Stress abzubauen.



Haben Sie Fragen? Dann besuchen Sie mich doch unverbindlich zu einem Informationsgespräch. Gerne informiere ich Sie auch über meine weiteren Massageangebote. Denken sie daran, Ihre Gesundheit ist ihr höchstes Gut und Ihr Körper, Ihr Geist und Ihre Seele haben es verdient, dass ihnen Gutes getan wird.

### Art of Wellness

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

Nähere Info unter [www.joachimstrobel.de](http://www.joachimstrobel.de)

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

## GEWINNEN UND GUTES TUN

### Neues Projekt der Raiffeisenbank fördert Institutionen und soziale Einrichtungen

Krumbach „Gewinnen mit Herz“: So haben fünf Auszubildende der Krumbacher Raiffeisenbank ihr neues Projekt umschrieben. Was steckt dahinter? Das VR-Gewinnsparen ist gewissermaßen der Anker der Aktion. Im Rahmen des Projektes sollen die Losbestände gesteigert werden. Ziel ist es, 1666 neue Gewinnspare zu „generieren“. Alle Gewinnspare haben, so die Auszubildenden, eines gemeinsam: „Sie sind besonders hilfsbereit, denn mit jedem Los werden drei Euro pro Jahr gespendet“. Davon haben bereits in der Vergangenheit wiederholt Hilfsorganisationen in der Region, wie die Kartei der Not, das Hilfswerk unserer Zeitung, profitiert. Das soll auch diesmal wieder so sein.

Ziel des neuen Projekts ist, dass ein Gesamtpendebetrag von insgesamt 5000 Euro zustande kommt. 1000 Euro davon sollen der Kartei der Not zugutekommen. Die Grundschulen Neuburg, Krumbach, Niederrannau, Deisenhausen und Ziemetshausen erhalten je 200 Euro. Es verbleiben noch 3000 Euro.

Für den verbleibenden Spendenbetrag in Höhe von insgesamt 3000 Euro können sich jetzt Vereine und Institutionen aus dem Geschäftsgebiet der Bank bewerben. Nähere Informationen dazu gibt es auch im Internet unter [www.rb-krumbach.de/azubiprojekt](http://www.rb-krumbach.de/azubiprojekt). Bewerbungsschluss: 20.10.2014



Gewinnen mit Herz –  
Azubis unterstützen die Region

#### Bewerbungsbogen für eine Spende.

Bewerber: .....  
.....  
.....  
(Name, Adresse, Ansprechpartner, Telefonnummer, Daten zu Ihrem Verein)

1. Beschreiben Sie kurz, was ihre Institution/ ihren Verein besonders macht!

2. Für welchen Zweck würden Sie eine Spende der Raiffeisenbank Krumbach/Schwaben eG konkret nutzen?

3. Sie haben sich finanzielle Unterstützung redlich verdient, weil...  
(Bitte Begründung, warum wir Ihre/n Institution/Verein die Spende gewähren sollen)



Die Auszubildenden der Raiffeisenbank, die das neue Projekt gestalten (von links): Daniel Natterer, Julia Endres, Michaela Söhner, Katrin Strobel und Philipp Kaiser. Foto: Raiffeisenbank Krumbach



## SCHÖLLKRAUT (Chelidonium majus)

Für das Schöllkraut sind viele Namen bekannt wie Goldkraut- und Schwalbenkraut, Hexenmilch und Bockskraut, wobei mir die Bezeichnung Warzenkraut die liebste ist, weil der frische gelbe Schöllkraut-Saft so zuverlässig alle Warzen ganz ohne Nebenwirkungen vertreibt. Wo der Schöllkrautsaft wirkt, fühlen sich keine Erreger mehr wohl.

Der Gattungsname Chelidonium leitet sich vom griechischen chelidon (= Schwalbe) ab. Bereits Jahrhunderte vor Christi Geburt beobachteten die Menschen, wie Schwalbenmütter ihren Jungen den gelben Milchsaft in die Augen träufelten, damit sie diese öffnen können. Eine weniger schöne Variante ist die Ableitung von kelido (= beflecken), was trotzdem stimmig ist. Die gelbe Farbe des Saftes weist auf Bezüge zu Leber und Galle hin. So wird das Schöllkraut mindestens seit der Antike bei allen Leber- und Gallebeschwerden eingesetzt.

In der Alchemie wurde das Schöllkraut coeli donum genannt, was Himmelsgabe bedeutet. Es sollte bei der Suche nach dem Stein der Weisen helfen können. Albrecht Dürer verewigte diese schöne Wildpflanze auf einem Bild, möglicherweise als Dank für die Heilung seines Gallenleidens.

### Heilwirkung

Die Hauptwirkstoffe des Schöllkrauts sind opiumähnliche Alkaloide, die sich im Milchsaft finden. Saponine, ätherische Öle und Karotinoide erklären die krampflösende, schmerzstillende, gallensekretionsfördernde und abführende Wirkung. Wegen seiner zellteilungshemmenden Eigenschaften wird es bei Warzen und in der Krebstherapie eingesetzt.

Falsche Dosierung bei innerlicher Einnahme kann zu Reizungen des Magen-Darm-Traktes wie Brennen, Schmerzen, Übelkeit, Erbrechen und Durchfall führen. Zudem können Schwindel bis hin zu schwersten Kreislaufstörungen auftreten. Hier drängt sich wieder einmal die Erkenntnis auf: Das Maß ist die Mutter aller Dinge!

### Anwendung

**Schöllkrauttee:** Machen Sie sich mit 2 EL frisch gepflücktem Schöllkraut eine schöne Kanne Tee (1 Liter) und genießen Sie es, wie Ihre Leber sich erholt. Diesen Tee können Sie auch für Auflagen und Kompressen bei Warzen und Hautunreinheiten benutzen. Ein Leberwickel (in Schöllkraut-Tee getränktes Tuch) wird Ihren Organen beste Dienste leisten, wenn Sie sich die Zeit zum Ruhen gönnen, während der Wickel aufliegt.

Getrocknet kommt das Schöllkraut in die Winter-Tee-Mischung und sorgt in der dunklen Jahreszeit für unser Wohlbefinden mit der gespeicherten Sonnenenergie.

Nach dem Heumond wird nun im August, dem Erntemond, die Ernte eingebracht. Dies gibt bereits Anlass, eine kleine Bilanz zu ziehen, was zum Wohle des Ganzen noch getan werden möchte.

Und noch etwas: Wenn ein Mensch den natürlichen Zyklus forciert, dann lädt er sich unnötigen Ärger auf.

Fragen Sie mich nach den wöchentlichen Kräuterführungen!

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



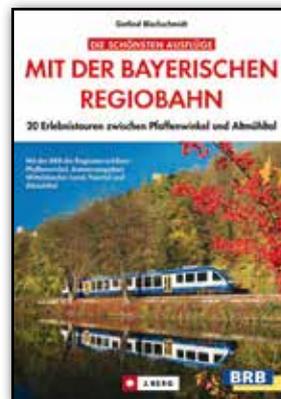
**Hinweis:** Diese Information kann ggf. den Besuch beim Arzt oder Heilpraktiker nicht ersetzen, alle Anwendungen liegen in Ihrer alleinigen Verantwortung.

## KURZURLAUBE IN DER HEIMAT

### Tagesausflüge zwischen dem Pfaffenwinkel und dem Altmühltal

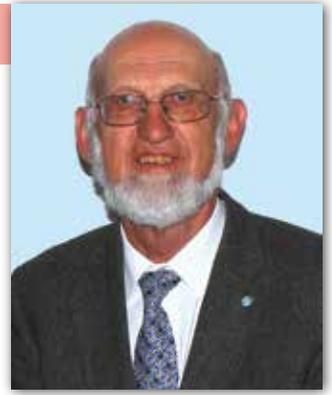
Statistiken belegen, die Bayern machen wieder mehr Urlaub im eigenen Land. Weniger mit dem Pkw sondern mehr mit dem Rad, zu Fuß oder auch mit der Bayerischen Regiobahn, um die Schönheiten der Heimat richtig kennen und schätzen zu lernen. Denn hier, wo andere Urlaub machen, sind wir zu Hause. Und so hat sich letztes Jahr die Geografin und begeisterte Alpinistin Dr. Gotlind Blechschmidt im Auftrag des J. Berg Verlages auf die Reise gemacht und unser schönes Land zwischen Schongau und Eichstätt durchwandert. Die Anreise erfolgte mit der Bayerischen Regiobahn – umweltfreundlich und bequem verbindet diese Bahnlinie einige der schönsten Orte Bayerns: Vom malerischen Pfaffenwinkel über den glitzernden Ammersee bis hin zur Fuggerstadt Augsburg, weiter zum altbayerischen Friedberg (wo am 21. September der Schwabentag stattfindet), der historischen Stadt Aichach im Herzen des Wittelsbacher Lands, nun zur Spargelhochburg Schrobenhausen bis hin zum lebens- und liebenswerten Ingolstadt, das keinesfalls nur Festungsstadt ist, und ins Altmühltal nach Eichstätt.

Bei diesen Ausflügen, deren einzelne Etappen im Durchschnitt so um die 10 bis 12 km lang sind, kann man viele bayerisch-schwäbische Schönheiten neu entdecken. Ob nun den Kalavarienberg zwischen Schongau und Peiting oder die Wildnis der Ammerschlucht, das Kloster Polling oder den Wasserfall der Pähler Schlucht, Mechthildis Wege um den Schatzberg herum, in Dießen das Carl-Orff-Museum,



oder das wunderschöne Westufer des Ammersees bis hin nach St. Ottilien. Man kann den Wallfahrtsweg nach Maria Kappel bei Schmiechen gehen, zum Mandichosee nach Mering und weiter durch den Augsburger Stadtwald radeln, in Kissing den Spuren des Räuberhauptmanns Hiasl folgen oder von Hochzoll quer durch den Siebentischwald wandern. Natur pur gibt es auch im Paar- und Ecknachtal bei Obergriesbach, geschichtlich Interessantes im alten Erzabbaugebiet am Grubet bei Aichach, wie auch das „Sisi-Schloss“ in Untertwittelsbach. In Eichstätt kann man die Willibaldsburg und die romantische Frauenbergkapelle aufsuchen. Eine Radtour entlang der Altmühl wird auch vorgestellt.

Ein schön bebildertes und detailliert beschriebenes Handbuch führt Sie zu allen diesen Sehenswürdigkeiten und den 20 schönsten Erlebnisorten, ob als Wanderung, Radtour oder Stadtpaziergang, die sämtlich von einem Bahnhof der Bayerischen Regiobahn ausgehen. Ein sehr interessantes Buch für jeden Kurzurlauber, erhältlich im Buchhandel unter der ISBN-Nr. 978-3-86246-153-0.



## ERNTEMONAT JULI – EINE ZEIT VOLL HARTER ARBEIT

Bald ist es wieder soweit – mächtige Maschinen fahren langsam über die Felder, ziehen die Getreidehalme ein und dreschen das Korn aus. An einem Arbeitstag bewältigt ein Mähdrescher dank einer ausgeklügelten Technik die Fläche von 10 ha, dazu brauchte man früher mit einfachen Geräten in Handarbeit wenigstens drei Tage. Dabei war ein ganzes Team, Bauer und Bäuerin, Dienstboten und oft noch Kinder im Einsatz. Um die Ernte in Haus und Scheune zu bringen, waren alle Arbeitskräfte erforderlich, das gesamte bäuerliche Leben konzentrierte sich auf diese Aufgabe.

Ziemlich arbeitsintensiv war schon die Heuernte, die früher Mitte Juni begann und in zwei bis drei Wochen abgeschlossen sein musste. Spätestens Ende Juli am Jakobitag fing die Getreideernte, die Ähret, an. Erst viel später war dann das Dreschen mit Dreschflegeln eine wochenlange und anstrengende Arbeit, die sich manchmal bis Weihnachten hinzog.

Bei der Heuernte ging man schon um 3.00 Uhr früh zu Fuß hinaus und mähte zügig, solange das Gras noch taunass war. Dazwischen musste man daheim die Stallarbeit erledigen und auch etwas essen, denn der Arbeitstag war lang. Der Umgang mit der Sense war ziemlich anstrengend. Sie musste mehrfach mit dem Wetzstein geschärft werden. Das Mähgut wurde mit der Gabel ausgebreitet und mehrfach gewendet. Der gleiche Vorgang wiederholte sich am zweiten Tag. Wenn es warm und sonnig war, konnte man ab Mittag des dritten Tages das Heu zusammenrechen, auf den Wagen laden und einfahren. Regnete es dazwischen, musste das Gras zum Trocknen auf Stöcke, sogenannte Heinzen, gehängt werden und es dauerte manchmal mehr als eine Woche, bis es trocken war.

Nach dem Einfahren wurde das frische wohlduftende Heu in Handarbeit in den Dachboden des Stalls befördert. Kinder haben es dann im Heustock eingetreten, dabei juckte das trockene Gras und kratzte auf

der Haut. Man brauchte einen gehörigen Vorrat für den langen Winter, denn die Rinder mussten täglich ausreichend gefüttert werden. Ende August war das Gras nachgewachsen, so dass man einen 2. Schnitt, das Grumet einbrachte.

Gutes Wetter war ständig erforderlich, die Getreideernte war anstrengender, alle mussten zusammenhelfen. Die Männer mähten mit der Gaukel, der Getreidesense. Die Kinder legten die Garbenbänder auf dem Boden aus und die Frauen sammelten die geschnittenen Halme und legten mehrere „Armvoll“ in die Strohbänder, bevor sie zu einer Garbe zusammengebunden wurden. Abends stellte man sie zum Trocknen zu „Mandala“ zusammen. Gerste und Hafer wurden zum Trocknen ausgelegt, gewendet und erst am nächsten Tag zum Einfahren zu Garben gebunden.

Das Abladen im Stadel war noch einmal sehr mühsam. Dort lagerten dann die Garben bis zum Dreschen in der Scheune. Um die Mitte des Monats August, zum Fest Mariä Himmelfahrt sollte die Getreideernte beendet sein. Dann gab es ein üppiges Festmahl: Fleisch, Kraut und Knödel, natürlich schmalzgebäckene Nudeln und Erntebier. Kein Wunder, dass man den Segen Gottes und die Hilfe der Heiligen in Anspruch nahm, bis man schließlich im Oktober das Erntedankfest feiern konnte. Die Schutzheilige für die Bauern und eine Helferin in der Erntezeit war die Hl. Notburga. Ihr Attribut ist die Sichel, das an das sog. Sichelwunder erinnert. Als nämlich der Dienstherr nachdem Gebetläuten sie zu weiterer Feldarbeit aufforderte, habe sie sich geweigert und die Sichel freischwebend in der Luft hängen lassen. Auch als Helferin der Armen und Notleidenden genoss sie eine große Verehrung. Fotos: Die Rieser Landwirtschaft im Wandel, 2002



Frauen bei der Heuernte



Frau und Bub bei der Getreideernte



Bei der Getreideernte waren alle Arbeitskräfte im Einsatz, um 1930



Heuladen auf einem Pferdefuhrwerk, um 1940



Ein Mähdrescher im Einsatz, um 2000

# DIE GESUND GESUNDHEIT FÜR KÖR

## GESUNDHEIT MUSS NICHT IMMER TEUER SEIN

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

HP Psychotherapie  
Hormonselfsthilfe  
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



**Natur BETTENHAUS**  
Ziegler

Lange Straße 39  
Telefon: 07324/3991 · 89542 Herbrechtingen  
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
- Elektrostatik neutral
- Wasseradern/Elektromog frei
- Auch für Baby-/Kinderbetten

Bettfedern-Reinigung – zufüllen/neues Inlet/umarbeiten

*Qualität zum fairen Preis.*

**inbalance**  
GESUNDHEITSBERATUNG

Elisabeth Miller  
Gesundheitsberatung  
Geprüfte Rutengängerin  
Annastraße 10  
89312 Günzburg-Denzingen  
Tel.: (08221) 204 35 76  
www.miller-inbalance.de

Privatpraxis  
**Herzklänge**

TouchLife-Massage  
Klangmassage  
Meditationskurse  
Quanten-Matrix-Methode

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



**LESEN  
VERZAUBERT**

Auf Ihr Kommen freut sich  
Viola Scheitter-Wehn.

**abc-  
Büchershop**

Karl-Mantel-Str. 32 · 86381 Krumbach  
Telefon+Fax 082 82-995 39 03  
Mail: abc-buechershop@t-online.de  
Internet: www.abc-buechershop.de



Ein Teil des Gesundheitsteams hatte auf Einladung von TUSSA-HAUS bei den Bau Info Tagen durch Repräsentation und Vorträge dazu beigetragen, wie man z.B. schon beim Hausbau darauf achten kann gesund zu wohnen. Nicht erst seit geraumer Zeit weiß man, dass sich sowohl positive wie auch negative Energien im Erdinneren verbergen. So kann es durchaus passieren, obwohl alles gut durchplant ist, sich gerade wo das Schlaf- oder Arbeitszimmer angedacht ist, im Erdbereich Strahlungen verstecken. Die Folge davon kann

sein, ungesunder Schlaf und ein angegriffenes Immunsystem verursachen Beschwerden. Unkonzentrierte Arbeiten und ständige Kopfschmerzen können im Arbeitszimmer auftreten. Elisabeth Miller von Inbalance aus Denzingen ist geprüfte Rutengängerin. Sie referierte darüber mit welchen vorangegangenen Prüfungen das neue Heim auch ein gesundes Heim werden kann und soll. Aber auch in Sachen Wasser, eines unser höchsten Güter, berichtete sie, denn alles Leben kommt aus dem Wasser und welche Energie dieses hat, brachte sie den Interessenten näher.

Hausbau hat auch mit körperlicher Belastung zu tun. Und ein jeder Bauherr, der selbst Hand anlegen möchte um Kosten zu sparen, möchte am Ende der Bauphase gesund in sein Haus einziehen. Wie man sich während der Bauphase fit fühlen kann, sich die Lebenskraft erhält und über die Selbstakzeptanz, darüber hielt Lisa Konrad einen Vortrag. Mit ihrer Klangmassage-Technik kommen sie nicht nur gut durch den Bau, sondern auch durchs Leben.

Rückenschmerzen, eine der Hauptkrankheiten in unserer Zeit. Gerade wer hart anpackt, über seine Grenzen hinaus geht, die Wirbelsäule ungesund belastet, wird über kurz oder lang darüber klagen. Doch bekannterweise strahlen Wirbel aus, können Schmerzen ganz wo anders verursachen, oder aber auch psychische Hintergründe haben. Die Heilpraktikerin Antonie Neumann aus Behlingen hatte hier in ihrem Vortrag „Warum haben Sie Rückenschmerzen“ die passenden Erklärungen.

Dass Handanalytik nichts mit Wahrsagerei zu tun hat, dies stellte die psychologische Handanalytikerin Silke Katzer aus Waldstetten bei ihrem Vortrag klar heraus. Nun werden sich viele fragen was dies letzten Endes mit dem Bau zu tun hat. Anhand von Beispielen bekannter Persönlichkeiten und den verschiedenen Handtypen erklärte sie, was Hände nicht alles mitteilen können. Und wenn Sie dies erkennen, wissen Sie welcher Typ Mensch sie sind und dies kann wiederum bei einer Hausplanung wichtige Fragen klären.

Somit hat der eine oder andere Interessent für sich an diesen Bau-Info-Tagen in Jedesheim zu wichtigen Fragen um das Körperliche und Psychische beim Bau die fachmännischen Antworten bekommen. Denn Vorbeugen ist besser als Heilen.



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

**Coaching  
Heilarbeiten  
Seminare**  
für Körper, Geist & Seele

**Regina Schwarz**  
Wortwinstraße 3  
89335 Ichenhausen  
Telefon 08223 / 7 05 84 68  
www.praxis-ursache-wirkung.de



**rubin**

**ULLA SEIDEL**  
Oberdorfstraße 4  
88410 Seibranz  
Telefon 075 64 / 9 49 44 60  
u.seidel@rubinonline.de  
www.rubinonline.de

- Christliche spirituelle Lebensbegleitung
- Aura Soma®
- Geistiges Heilen

**Herzpunkt**

- Energetische Blockadlösung
- Mediales Malen
- Schutz-, Heil- und Kraftbilder
- Erd- und Seelenheilung

**Christiana Miesbauer**  
Hauptstraße 33 · 86742 Fremdingen  
Telefon 090 86 / 9 20 08 62  
oder 090 86 / 2 90  
Telefax 090 86 / 92 01 60  
christiana.miesbauer@herzpunkt.net  
www.herzpunkt.net

# HEITSSSEITE

## PER, GEIST UND SEELE



### DAGMAR ROTHERMEL – GESUNDHEITSPRÄVENTION UND PSYCHOLOGISCHE BERATUNG

#### Vitalität – Balance – Lebensfreude

Viele Menschen leiden unter Gesundheitsbeschwerden – Stress bis hin zum Burnout, mangelndes Selbstwertgefühl, Bewegungsmangel, unausgewogene Ernährung, Gelenk- und Rückenprobleme sind weit verbreitet. Bei vielen dieser Beschwerden kann durch eine Umstellung des Ernährungsverhaltens, gezieltes individuelles Bewegungs- und Entspannungstraining, sowie durch verschiedene Stressbewältigungstechniken geholfen werden. Eine Notwendigkeit besteht auch darin, zu erkennen, welche psychologischen Ursachen für die Beeinträchtigung von Vitalität, Wohlbefinden, innerer Balance und fehlender Lebensfreude verantwortlich sind, daher halte ich es für erforderlich, sich mit körperlichen, mentalen und seelischen Ursachen auseinanderzusetzen.

Das Ziel meiner Tätigkeit ist Sie dabei zu unterstützen Ihren individuellen Weg zu Gesundheit, Erfolg und Lebensfreude zu finden – einen Zustand der körperlichen, mentalen und seelischen Balance zu erreichen und zu erhalten. Durch meine Überzeugung die Ursache des Problems anzugehen, es an der "Wurzel" anzugreifen kann ich Sie zu einem positiven Ergebnis, einer erfolgreichen und dauerhaften Lösung führen.

#### Meine Praxisschwerpunkte:

- Bewältigungsstrategien bei akutem und chronischem Stress
- Unterstützung bei Burnout und Depression
- Körperliche und mentale Entspannungsmethoden
- Selbstbestimmt & Angstfrei leben
- Gelenk- und Rückengesundheit
- Gewichtsreduktionscoaching
- Nordic-Walking-Training
- psychologische Beratung

Für nähere Informationen zu meinen Beratungsangeboten kontaktieren Sie mich gerne:

**Montag bis Freitag von 8.00 Uhr – 20.00 Uhr**

**Telefon: 01 62 / 7 61 55 13**

**Termine nach Vereinbarung!**

**RITA ZINSLER**  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
nach dem HPG

**MET® Therapeutin, Reikimeisterin &  
Bewusstseinstrainerin**

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

Sarah Weigand

### Botschaften unserer Pflanzen

... bist Du bereit?

**Gänsberg 50  
87727 Babenhausen  
Telefon: 0 83 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



Was halten Sie  
in Ihren Händen?

**SILKE  
KATZER**

STELLT PERSÖNLICHKEITEN INS PROFIL  
DIPL. PSYCHOLOGISCHE  
HANDANALYTIKERIN

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

Praxis für Gesundheitsprävention  
& psychologische Beratung

**Vitalität  
Balance  
Lebensfreude**

**Dagmar Rothermel**  
Carl-Reisch-Weg 29  
86381 Krumbach  
Telefon: 0 82 82 / 88 13 74  
Mobil: 01 62 / 7 61 55 13  
Email: [daro.praxis@t-online.de](mailto:daro.praxis@t-online.de)

*Antonie R. Neumann*  
Heilpraktikerin

Sprechstunden  
nach  
Vereinbarung

Max-Schmid-Straße 37  
89358 Kammeltal-Behlingen  
Telefon: 0 82 83 / 5 91  
[antonie.neumann.hp@t-online.de](mailto:antonie.neumann.hp@t-online.de)  
[www.neumannheilpraktikerin.de](http://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](mailto:mail@naturfriseur-marlene.de)  
Internet: [www.naturfriseur-marlene.de](http://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](http://www.petra-heckel-mental-institut.de)



## LECKERE SALATE ZUM SATTESSEN – KEINE LANGEWEILE IN DER SALAT-SCHÜSSEL!

Die Rezepte sind jeweils für 4 Personen.

### Backkartoffelsalat mit Rucola-Pesto (für 6-8 Personen)

- 1,5 kg kleine neue Kartoffeln
- 2 TL grobes Meersalz
- 5 EL + 150 ml Olivenöl
- 2 EL Pinienkerne
- 30 g Parmesan am Stück
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Bund/Topf Basilikum
- 100 g Rucola
- 3-4 EL Weißweinessig
- Salz, Pfeffer
- 500 g Kirschtomaten



Backofenofen auf 200°C vorheizen. Kartoffeln gründlich waschen und mit Schale halbieren. In einer Schüssel mit Meersalz und 5 EL Öl mischen. Auf einem Backblech verteilen und im vorgeheizten Backofen 35-40 Min. backen. Für das Pesto Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten, herausnehmen und abkühlen lassen. Parmesan reiben. Knoblauch schälen und grob hacken. Basilikum waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Rucola verlesen, waschen und gut abtropfen lassen. Basilikum, die Hälfte des Rucolas, Pinienkerne, Parmesan, Knoblauch und 150 ml Öl im Universalzerkleinerer oder mit einem Stabmixer zu einem Pesto verarbeiten. Mit Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. Kartoffeln aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen. Tomaten waschen und halbieren. Kartoffeln, Tomaten und Pesto mischen und ca. 1 Stunde durchziehen lassen. Den restlichen Rucola untermischen und nochmals abschmecken.

### Brotsalat mit Bergkäse

- 6 Scheiben Roggenvollkornbrot
- 6 Gewürzgurken (je ca. 30 g)
- 250 g Bergkäse
- 2 kleine Zwiebeln
- 2 rotschalige Äpfel (je ca. 100 g)
- 50 g Radieschensprossen
- 6-8 EL Weißwein-Essig
- 1,5 EL Honig
- 6-8 EL Rapskernöl
- Salz, weißer Pfeffer



Brotstücken rösten und jeweils in 6 Würfel schneiden. Gurken in Scheiben schneiden. Käse in Stücke schneiden. Zwiebeln schälen und in feine Spalten schneiden. Äpfel waschen, trocken tupfen, vierteln, entkernen und würfeln. Sprossen verlesen, waschen und trocken schütteln. Essig und Honig verrühren. Öl darunter schlagen und mit Salz und Pfeffer würzen. Brotwürfel, Gurkenscheiben, Sprossen und Käse- und Zwiebelspalten mit der Vinaigrette vermengen und sofort servieren.

### Frikadellen mit Oliven, Chili und Knoblauch

- 6 Stängel Oregano
- 3 rote Chilischoten
- 100 g entsteinte grüne Oliven
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 400 g gemischtes Hackfleisch
- 1 Ei (Gr. M)
- 4 EL Paniermehl
- 4 EL Milch
- Salz
- 2 EL Sonnenblumenöl

Oregano waschen und trocken schütteln. Die Blättchen – bis auf etwas zum Garnieren – von den Stängeln zupfen und hacken. Chili waschen, putzen und – bis auf etwas zum Garnieren – in feine Streifen schneiden. Oliven halbieren. Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Hackfleisch, Ei, Paniermehl, Milch, Zwiebel, Knoblauch, Oregano, Chili und Oliven verkneten. Mit Salz würzen und zu Frikadellen formen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Frikadellen unter Wenden ca. 10 Min. braten. Die Frikadellen anrichten und mit Oregano und Chili garnieren.

### Bunter Reissalat

- 200 g Reis
- 2 frische grobe Bratwürste
- 4 EL Pflanzenöl
- 1 Salatgurke
- 4 Tomaten
- 2-3 EL heller Balsamicoessig
- 1-2 TL süßer Senf
- Salz, Pfeffer
- Zucker
- 200 g Fetakäse



Reis nach Packungsanweisung zubereiten und etwas abkühlen lassen. Bratwurstbrät in kleinen Bällchen aus der Pelle drücken. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Bratwurstbällchen ca. 5 Min. braten. Gurke schälen und der Länge nach halbieren. Kerne entfernen und die Gurke in Scheiben schneiden. Tomaten waschen, halbieren und würfeln. Restliches Öl, Essig und Senf verrühren und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Das Dressing mit den Salatzutaten vermischen. Fetakäse zerbröseln, über den Salat streuen und mit Kresse garniert 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](http://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.



## NORDIC WALKING KURS BEI LINGL

Rückenschmerzen vom vielen Sitzen vor dem Computer, Gelenksbeschwerden von der körperlichen Belastung in den Produktionshallen oder Stress im Arbeitsalltag – um hierfür einen Ausgleich zu schaffen, bietet die Firma Hans Lingl Anlagenbau und Verfahrenstechnik in Krumbach ihren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern seit Kurzem einen kostenfreien Nordic Walking Kurs an.

In diesem Kurs lernen die Teilnehmer von einem Mitarbeiter der AOK, worauf es beim Nordic Walking ankommt. Angefangen bei der optimalen Lauftechnik bis hin zum richtigen Umgang mit den beiden Stöcken. Der Kurs, welcher drei Übungseinheiten umfasst, wird von den Beschäftigten der Firma Lingl gut angenommen. „Bisher hatte ich noch keinerlei Erfahrungen im Nordic Walking. Der Kurs hat mich jedoch von dieser Sportart begeistert. Besonders viel Spaß macht die Bewegung in der Gruppe mit den Kolleginnen und Kollegen“, so Harald Gruber (Bereichsleiter Personal- und Sozialwesen).

Eine perfekte Trainingsstrecke dafür bietet der Gesundheitsparcour in der Nähe des Krumbacher Heilbades. Hier finden die Kursteilnehmer optimale Bedingungen und abwechslungsreiche Strecken. Drei unterschiedlich lange Routen, die miteinander kombinierbar sind, eignen sich sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene.

Unter dem Motto „Lingl bewegt sich“ bietet die Firma Lingl regelmäßig Aktionen zu verschiedenen Gesundheitsthemen an. So gab es im Mai zum Beispiel einen großen betrieblichen Gesundheitstag mit zahlreichen Stationen und gesundem Frühstück. Auch eine Sportgruppe trifft sich in bestimmten Abständen zu unterschiedlichen sportlichen Aktivitäten, wie Badminton oder Indoor Soccer.



Lingl Mitarbeiter beim Nordic Walking Kurs zusammen mit ihrem Trainer, Ottmar Pfanz-Sponagel (AOK). Foto: LINGL/Krumbach, Germany

## SCHWÄBISCH GSCHWÄTZT!

### ES GEIT HEIT NIX WAS ES NET GEIT

Wenn ma heit a so verfolgt was es net alles heit fer a Technik geit, nau fragad ma sich ob unsere Vorfahra alle dumm g'schtorba send. Was ma heit doch alles hat und ka, dau hätt ma voar zwanzig Jauhr no träumt dr'vo. All dia Technik hat vielleicht a James Bond g'hett, aber doch net der ganz normale Mensch. Computertechnik en ma jeda Auto, soscht lauft es gar nemme. A jeder Bulldog hat heit so viel Technik dena dass a Einweisung en des Gefährt a ganza Wuch daurad, soscht kommsch dr'mit gar net z'fahra. A Landkart isch out, des Navi fährt heit, wenn's oin au a mal en Pampa führt weil es dia nui Schtrauß no gar net kennt. Und was ma mit ma Handy net alles doa ka. Schtrichcode kam a dr'mit leasa, zum eikaufa dr'mit ganga um zum seah wo ma des Produkt billiger kaufa ka, oder ob des em Tescht au wirklich guat isch. Und seit neueschtem geit es auf de Grabschtoiner so an Code eing'moißelt, dau ka ma dann dean mit em Handy eileasa und ma weiß was des fer a wichtige Person war, der dau dunta liegt. A Lebenslauf, seine guata Tata, ja halt was ma wissa soll und derf, nebscht Bildmaterial dr'zua. Und vielleicht hat au bald a jeder Mensch scho an Code am Hals, odr auf dr Schtirn und scho weiß ma alles über dean was ma wissa soll und derf. Und wenn ma Alzheimer hat, derf ma bloß net vergessa wia des Handy funktioniert, nau isch ma glei wieder über alles im Bilde. Schpionasche oifach leicht g'macht, tja, nix isch en dr Zukunft wohl unmöglich, und des net bloß bei ra japanische Automarke.

Lasst euch nicht dazu verleiten, Sonne und Mond oder Sterne anzubeten, denn das ist Götzendienst. Dient dem lebendigen Gott und ihr werdet gesegnet werden! nach 5. Mose 4,19



Silvera Schmider

- Psychologische Beratung - Tel.: 08283-920680

[www.seelsorgepraxis-schmider.de](http://www.seelsorgepraxis-schmider.de)



# GARTEN TRÄUME

kommen - schauen - genießen

Caroline Seybold

St.-Nikolaus-Ring 3

86479 Neuburg/Ka

Höselhurst

Tel: 08283 / 2096

[www.gartentraeume-guenzburg.de](http://www.gartentraeume-guenzburg.de)

# WIEDEMANN'S

K R U M B A C H

# K E L L E R

1. August 2014 - 21.00 Uhr  
Summer Night Party mit DJ Manne

Mindelheimer Straße 49 · 86381 Krumbach  
Tel. 0 82 82 / 46 83 · E-Mail: [co.wagner@gmx.de](mailto:co.wagner@gmx.de)

Öffnungszeiten: Täglich ab 18.00 Uhr, außer Sonntag  
Bei schönem Wetter ab 17.00 Uhr Biergartenbetrieb

**KULT · KÜCHE · KEGELN**

## QUARTIERSMANAGEMENT DER STADT KRUMBACH



### SOMMERFERIENPROGRAMM

# MITMACH-ZIRKUS FLIP FLOP



Eingeladen sind alle Kinder zwischen 6 und 17 Jahren

#### Wann:

1. Gruppe
Mo., 04.08.14 von 09:00 – 14:00 Uhr Einüben der Darbietungen
Di., 05.08.14 von 09:00 – 14:00 Uhr Einüben der Darbietungen
Mi., 06.08.14 um 18:00 Uhr Aufführung der Zirkus-Show

2. Gruppe
Do., 07.08.14 von 09:00 – 14:00 Uhr Einüben der Darbietungen
Fr., 08.08.14 von 09:00 – 14:00 Uhr Einüben der Darbietungen
Sa., 09.08.14 um 18:00 Uhr Aufführung der Zirkus-Show

**Wo:** Zirkuszelt steht mitten im Stadtgarten in Krumbach, direkt neben dem Hort.

**Kosten:** 20,- Euro für jeweils 3 Tage

Wir kommen mit unserem Zirkuszelt und gestalten mit Dir ein tolles Programm! Mit unserer Hilfe erlernst Du Kunststücke, die Du am Abend bei einer Vorstellung vor Eltern, Geschwistern, Großeltern und Freunden präsentieren darfst! Wir sind ein pädagogisch ausgebildetes Team und freuen uns auf Dich. [www.zirkus-flipflop.de](http://www.zirkus-flipflop.de)

**Anmeldungen bis 2. August bei: Quartiersmanager Oliver Jaschek  
Telefon 01 76 / 31 44 81 74 oder [jaschek@soziale-stadt-krumbach.de](mailto:jaschek@soziale-stadt-krumbach.de)**

**s'Krumbacher**  
UND DRUM RUM  
*Oliver Jaschek*

**WERBEN IM "s'KRUMBACHER"**  
Denken Sie jetzt schon an Ihre Anzeige  
in unserer nächsten Ausgabe.

**KALCHSCHMID**  
Profis vom Dach.  
Alles aus einer Hand.



- HOLZBAU
- DACHDECKEREI
- HOLZHAUSBAU
- DACHSANIERUNG
- SPENGLEREI

Kalchschmid • Balzhausen • Tel. 08281 / 3001 • [www.kalchschmid.com](http://www.kalchschmid.com)

## ROTIERST DU NOCH ODER BIST DU SCHON IN BALANCE?

**Balance zwischen Arbeit und Privatleben wird immer wichtiger. Ist Ihr Arbeitgeber einer der familienfreundlichsten der Region?**

Günzburg, 4. Juli 2014. Die sogenannte „Work-live-balance“ gewinnt für Arbeitnehmer und damit auch für Arbeitgeber, die nachhaltig erfolgreich sein wollen, immer mehr an Bedeutung. Angesichts zunehmender Berufstätigkeit von Müttern, einem immer verbreiteteren neuen Rollenverständnis der Väter, der zunehmenden Notwendigkeit, Angehörige parallel zum Beruf zu Hause zu pflegen, steigender Krankheiten wie Burnout etc., aber auch dem zugenommenen Bedürfnis Beruf, Familie und Freizeit harmonisch unter einen Hut zu bekommen, wird es immer wichtiger, Arbeits- und Privatleben miteinander in Einklang zu bringen.

### Vereinbarkeit von Beruf & Familie als Erfolgsfaktor für Unternehmen

Und dies nicht nur für die Arbeitnehmer, sondern auch ihre Arbeitgeber. Denn diese sind umso erfolgreicher, je zufriedener ihre Mitarbeiter sind. Eine gute Vereinbarkeit von Familie und Beruf trägt zu einem guten Betriebsklima bei, beeinflusst die Mitarbeitermotivation und -bindung positiv und auch die Gewinnung neuer Mitarbeiter wird bei zunehmendem Fachkräftemangel nachweislich einfacher je attraktiver das Unternehmen auch unter Vereinbarkeits-Aspekten ist.

### Jetzt bewerben als familienfreundlichstes Unternehmen in der Familien- und Kinderregion Landkreis Günzburg

Vor diesem Hintergrund hat die Regionalmarketing Günzburg GbR – Wirtschaft und Tourismus in Kooperation mit dem Landkreis Günzburg, dem Lokalen Bündnis für Familie Landkreis Günzburg, der IHK Schwaben, der Kreishandwerkerschaft sowie der Agentur für Arbeit Günzburg zum inzwischen bereits drittenmal den Wettbewerb „Beruf & Familie“ gestartet. Aufgerufen sind Unternehmen aller Branchen und Größen.

### Zeigen Sie, was Ihren Arbeitgeber besonders familienfreundlich macht!

Die Bewerbung ist erstmals auf vielfältige Art und Weise möglich. Entweder ganz einfach über das Ausfüllen eines entsprechenden Fragebogens, der unter [www.landkreis-guenzburg-wirtschaft.de/familienfreundlichkeit](http://www.landkreis-guenzburg-wirtschaft.de/familienfreundlichkeit) zum Download bereit steht oder – um der Kreativität interessierter Unternehmen und ihrer Mitarbeiter keine Grenzen zu setzen – zum Beispiel per Brief, Präsentation, Betriebsführung, (youTube)-Video, Testimonial oder andere „Beweisführung“ durch die Mitarbeiter selbst. Detaillierte Informationen zum Wettbewerb, den expliziten Vorteilen einer Teilnahme für Unternehmen, den Bewerbungsmodalitäten etc. gibt es unter [www.landkreis-guenzburg-wirtschaft.de/familienfreundlichkeit](http://www.landkreis-guenzburg-wirtschaft.de/familienfreundlichkeit).

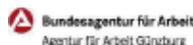
**Kontakt:** Regionalmarketing Günzburg GbR – Wirtschaft und Tourismus, An der Kapuzinermauer 1, 89312 Günzburg, Tel.: 08221/95-146, Fax: 08221/95-145, email: [d.derck@landkreis-guenzburg.de](mailto:d.derck@landkreis-guenzburg.de), [www.landkreis-guenzburg-wirtschaft.de](http://www.landkreis-guenzburg-wirtschaft.de)

Regionalmarketing Günzburg GbR – Wirtschaft und Tourismus

**Familienfreundlichste Unternehmen gesucht!**

**Vorreiter in Sachen Vereinbarkeit von Beruf & Familie**

unterstützt von:





DRUCK & VERLAG



**IHR PARTNER FÜR DRUCK IN DER REGION**

Gestaltung, Druck, Veredelung  
alles aus einer Hand

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

[www.deni-druck.de](http://www.deni-druck.de)

**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!*



## WEBEREIMUSEUM IN ZIEMETSHAUSEN IN STÄNDIGER ERWEITERUNGSPHASE

### Seit Mai auch Handwebrahmen und Handwebstühle sowie eine Spinnstube zu sehen

Das Webereimuseum in Ziemetshausen ist längst kein Geheimtipp mehr. Die ehemalige Weberei der Gebrüder Stegmann hat unter der Führung des Vorsitzenden des Heimatvereins Ziemetshausen als Museum einen Bekanntheitsgrad weit über Schwabens Grenzen hinaus erreicht. Und um alles weiterhin attraktiv zu halten, dazu muss Bewegung stattfinden, so der Vorsitzende Joachim Böck.



Im Verlauf der Zeit wurden Handwebrahmen und Handwebstühle gesammelt. Von diesen insgesamt 20 Stück wurde nun ein Teil im Dachgeschoß des Webereimuseums aufgebaut. Es bedurften ca. 7000 Arbeitsstunden, verteilt auf eineinhalb Jahre, um dieses Dachgeschoß her- und einzurichten. Dabei mussten alle Auflagen des Brandschutzes und der Statik bedacht werden. Bis zu zehn ehrenamtliche Vereinsmitglieder mit den unterschiedlichsten handwerklichen Berufen waren oft täglich bis zu zehn Stunden am arbeiten. Dabei wurden, wohl in den Kriegsjahren von den Stegmanns versteckt worden, einige Ballen Stoff im Fehlboden entdeckt. Und diese sind sogar noch in einem sehr guten Zustand.



Dem Schreinermeister Böck wurde in den letzten 12 Jahren, so lange besteht schon dieses Webereimuseum, die Weberei und alles was damit zu tun hat zum Hobby. So streckte er überall seine Fühler aus wo es vielleicht etwas zu holen gab. Er hatte

Fachleute konsultiert und gewann unter anderem den Webereifachmann Jochen Müller aus Bobingen für das Museum. Der, einst als Besucher ins Museum gekommen, heute zum Team gehörend, sich für die ganze Technik engagiert. Mit Stephanie Richter aus Odelzhausen kam noch eine Expertin in Sachen Handwebstuhl und Handwebrahmen dazu. Denn die gefunde-



nen Stühle vom Brenner aus dem Jahre 1830, oder Schwäbisch Gmünd, oder wo sie auch immer standen, müssen restauriert und zusammen gebaut, gängig und einsatzbereit gemacht werden. Einige sind es nun schon. Dabei handelt es sich auch um sogenannte „Stör-Webstühle“. Störweber gingen in die einzelnen Häuser um dort deren Wolle an Ort und Stelle zu verweben. Denn oft hatten die Leute kein Vertrauen ihre gute Wolle außer Haus zu geben. So waren diese Handwebstühle relativ klein und transportabel.



Doch damit nicht genug. Eine Räumlichkeit gehört der reinen Flachs- und Wollspinnerei. Vor vier Jahren stieß die in Tussenhausen lebende Spinnerin Birgit Jäger, bestens vom Krumbacher Trachtenmarkt bekannt, hinzu. Ebenfalls ehrenamtlich, arbeitet sie seither mit und hat diese „Spinnstube“ eingerichtet. Mit einer Weberei und Textilverarbeitung bringt man ebenso eine Schneiderei in Verbindung. Im Verlauf der Zeit kamen so rund 30 Nähmaschinen aus verschiedenen Zeiten und von verschiedenen Herstellern zusammen. Ein Teil davon wurde in die Ausstellung „Schneiderei“ bereits integriert.



In dem häuslichen Anwesen der Gebrüder Stegmann findet man den aus den 40er Jahren stammenden Webereiladen. Die bei Webvorführungen hergestellten Stoffe, von den Damen des Vereins zu Gebrauchswaren genäht, können in diesem Laden käuflich erworben werden.

An den Museumstagen, am 3. August und am 7. September gibt es eine besondere Aktion für Kinder mit Seegras Flechten. Das Museum öffnet monatlich am ersten Sonntag ihre Pforten. Gerne angenommen wird auch das integrierte Kaffeestüble für allerhand privater Veranstaltungen. Mehr zu dem Museum auch unter <http://www.webereimuseum-ziemetshausen.de>



**Joachim Böck**  
Ihr Schreinermeister aus Ziemetshausen  
Telefon: 08284/8006

**Wir stehen für Leben mit Stil  
statt Wohnen von der Stange**

# VIER NEUE FAHRZEUGE FÜR DEN BRK KREISVERBAND GÜNZBURG – STANDORT KRUMBACH

## Wasserwacht und Bereitschaftszug können jetzt noch effektiver Hilfe leisten

Wie schnell Menschen in Not geraten können, hören und lesen wir täglich in den Medien. Noch vor einem Jahr war mit dem Hochwasser zu kämpfen. Naturkatastrophen häufen sich, setzen ganze Regionen unter Wasser, Häuser werden überflutet. Damit hier regional wie auch überregional geholfen werden kann, gibt es die Katastrophenschutzeinheiten. Autos, Motorräder werden immer schneller, Menschen immer waghalsiger, Unfälle sind die Folge. Und wenn es dann um Leben oder Tod geht, dann soll möglichst schnelle Hilfe am Ort des Geschehens sein. Rettungskräfte, meist ehrenamtlich, sind im Dienste des Nächsten freiwillig unterwegs um Leben, Hab und Gut zu retten. Doch um dann beim Einsatz „alles“ geben zu können, benötigen sie neben ihrer Ausbildung auch das passende und einsatzbereite Gerät.



Da heißt es in der Technik am Ball zu bleiben, so konnte der Kreisverband Günzburg des BRK vier neue Fahrzeuge in den Dienst nehmen. Zwei davon kommen bei der Wasserwacht und zwei bei dem Bereitschaftszug zum Einsatz. Ein Mannschaftstransportfahrzeug hat die Wasserwacht-Gruppe aus eigenen Mitteln und Spenden gebraucht beschafft und in Eigenleistung ausgebaut. Ein Fahrzeug „Wasserrettung“ kam neu vom Rettungsdienst Bayern. Beide Fahrzeuge werden die 40 Aktiven (15 davon mit Funkwecker ausgestattet) in ihrer Einsatzbereitschaft stärken. Der Bereitschaftszug des BRK bekam vom Land Bayern ebenfalls ein Mannschaftstransportfahrzeug. Für den Katastrophenschutz regional, aber auch unter Umständen bundesweit einsetzbar, wurde vom Bund ein Gerätewagen-Sanität mit einer modernen Vollausrüstung beschafft. Für die 22 Bereitschaftsmitglieder bedeutet dies effektive schnelle Hilfe leisten zu können.

Mit einem „Tag der offenen Tore“ wurden die vier Fahrzeuge bei der BRK-Rettungswache in Krumbach eingeweiht und an die Mann-



schaft übergeben. Hierzu hat das BRK das Jugendrotkreuz, die Freiwillige Feuerwehr Krumbach, das THW Krumbach, sowie die Polizeiinspektion Krumbach eingeladen. Diese präsentierten sich stündlich mit Schauübungen um den Anwesenden Gästen und Interessenten zu zeigen, in welchen guten Händen sie doch im Ernstfall sein werden.



SIMPLY CLEVER

ŠKODA



## GUT IN DEN SOMMER STARTEN ...

... mit unseren sonnigen Checks und cleveren Economy Paketen!



### Sicher ans Ziel - mit dem Urlaubs-Check

mit Funktionsprüfung aller sicherheitsrelevanten Fahrzeugteile inkl. der Warnweste als Dankeschön\*

13,40 €



### Ihr Motor sagt Danke - für unseren Ölwechsel

zzgl. Ölfilter und Öl

19,90 €



### Glänzender Auftritt - mit dem Beauty-Check

(Sichtprüfung Karosserie und Innenraum) inkl. Fahrzeugwäsche und Innenraumreinigung, ab

29,90 €



### Economy Pakete:

ŠKODA Economy Scheibenbremsbeläge vorne für verschiedene Modelle von Fabia, Roomster und Octavia

ab 110,- €

ŠKODA Economy Nachschalldämpfer für verschiedene Modelle von Fabia I und Octavia I

ab 190,- €



Unsere Economy Pakete: Preise inkl. Einbau!



Unsere Economy Pakete: Preise inkl. Einbau!

Für ŠKODA Fahrzeuge ab dem fünften Jahr bieten wir die besonders günstigen ŠKODA Economy Teile. Diese ermöglichen eine dem Fahrzeugalter entsprechende wirtschaftliche Reparatur – eine clevere Lösung!

\*Solange Vorrat reicht.

**Autohaus Schwehr GmbH & Co KG**

Erwin-Bosch-Ring 1, 86381 Krumbach

Tel.: 08282 8940-0, Fax: 08282 8940-10

schwehr@schwehr.com, www.schwehr.com

ŠKODA Service

# GESUNDES WOHNEN – EIN THEMA FÜR JEDEN HÄUSLESBAUER

**TUSSA HAUS zeigte bei ihren Bau-Info-Tagen alles rund um den ökologischen Wohnbau**



Wer sich heute ein Haus baut oder bauen lässt, ist mehr denn je davon überzeugt, energiesparend und ökologisch soll es sein. Und wenn man sich auf dem Neubausektor umschaut, so findet man immer wieder Holzhäuser. Eine Technik wie man sie zwar schon seit Jahrhunderten kennt, dennoch ist sie im Laufe der Zeit verschwunden und wurde nun wieder entdeckt. Gesundes Wohnen ist gefragter denn je. Aber auch Qualität ist ein Thema. Wie wird mein Haus produziert und aus welchen Materialien zusammengefügt? Welche Dämmung sorgt für die Energieeinsparung?

Um all diese Fragen zu beantworten, dazu lädt TUSSA HAUS, die von Perbandt Holzbau Technik GmbH, jährlich zu ihren „Bau-Info-Tagen“ ein. So präsentierte das Unternehmen am letzten Juni-Wochenende nicht nur ihren Betrieb und ihre modernste Produktionstechnik, sondern alles was mit Bau und Gesundheit zu tun hat. Bei ständig wechselnden Vorträgen konnte man von der Gesundheitsberatung bis hin zu Energiesparkonzepten alles erfahren. Und wer dann immer noch Fragen hatte, der war am Stand der jeweiligen Firma ein gern gesehener Gast.



Gesund Wohnen, dazu zählt auch ein gesunder Schlaf. Welche Vorzüge und Vorteile hat ein Wasserbett? Auch hier erhielt man auf alle Fragen Antworten. Die modernen Heiztechniken verschiedener Firmen zeigten auf, welche die passende ist und wo man Energie einsparen kann. Die von Perbandt Holzbau Technik hatte bei über 42 Ausstellern ihrer Bau-Messe an alles gedacht, alles was zum ökologischen Bau gehört



war vertreten, bis hin zum umweltfreundlichen Teppich. Eine der Hauptattraktionen war natürlich die Vorführung der modernsten Nagelbrücke der Welt.

Ein Beiprogramm rundete diese Bau-Info-

Tage ab. Vom Fotostudio bis zur Kettensägenschnitzerei, von der Hüpfburg bis zu Ritterspielen für die Kleinen. Kulinarisches kam aus dem Lehmofen und der Tiefenbacher Kindergarten versorgte die Gäste mit leckeren Kuchen und Torten zum Kaffee.

Wer diese Bau-Info-Veranstaltung versäumt, oder noch Fragen hat, kann sich bei TUSSA HAUS zu den üblichen Geschäftszeiten beraten lassen.

