

AUSGABE NR. 66 · JANUAR 2016

s' KRUMBACHER

... und drum rum

Luis Walter



FREIZEITIPPS

„Cantiamo“ Gesangsabend
Saal der BFSM
Mo., 25. Januar, 19.30 Uhr

Aufspiel'n beim Wirt –
mit buntem Faschingstreiben
Gasthof Diem, Krumbach
Do., 4. Februar, 20.00 Uhr

Abschlusskonzert mit Rock-
Pop-Jazz Bands u. Joo Kraus
Saal der BFSM
Do., 4. Februar, 19.30 Uhr

Großes Faschingstreiben
am Krumbacher Marktplatz
Rosenmontag, ab 18.00 Uhr

Krippenschauen
im Mittelschwäbischen
Heimatismuseum Krumbach
noch bis 31. Januar 2016

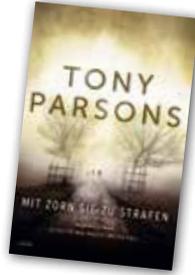


Nähere Infos gerne auch unter
LuisWalter@aol.com

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

BUCH-TIPP DES MONATS

MIT ZORN SIE ZU STRAFEN Detective Max Wolfes zweiter Fall Kriminalroman von Tony Parsons



London an einem klirrend kalten Neujahrstag. Detective Max Wolfe ist entsetzt: In einer noblen Wohnanlage wurde die Familie Wood ermordet. Mit einer Waffe, die sonst nur bei der Schlachtung von Tieren zum Einsatz kommt: einem Bolzenschussgerät. Allein der jüngste Sohn scheint verschont worden zu sein, doch von ihm fehlt jede Spur. Hat der Killer ihn in seiner Gewalt? Max bleibt nicht viel Zeit. Seine Ermittlungen führen ihn weit in die Vergangenheit, zu einem Mann, der vor 30 Jahren eine Familie tötete, auf die gleiche brutale Art. Doch der ist mittlerweile alt und sterbenskrank. Trotzdem verbirgt er etwas, das spürt Max – eine Ahnung, die ihn ins Grab bringen wird, und zwar buchstäblich.

„Mit Zorn sie zu strafen“ ist bereits der zweite Kriminalroman, den Tony Parsons rund um seinen Ermittler Max Wolfe geschrieben hat. Max ist ein sehr sympathischer Mann, allein erziehend, seine kleine Tochter ist bezaubernd und hat mein Herz im Nu erobert. Max ist auch als Ermittler recht feinfühlig und denkt weiter als manch anderer.

Erzählt wird größtenteils in Ich-Form aus Max Perspektive, dadurch ist man als Leser nahe dabei.

Der Roman liest sich sehr flüssig und entwickelt sich schnell zum Page-turner. Manche Szenen gehen, auch wegen ihrer Thematik, ganz schön unter die Haut. Hauptsächlich setzt Parsons aber eher auf Action und Dramatik. Auf jeden Fall ein super Krimi für die kalte Jahreszeit.

TONY PARSONS

Tony Parsons wurde am 6. November 1953 in Romford, Essex (UK), als einziges Kind einer Arbeiterfamilie geboren. Nach seinem Schulabschluss begann er seine Freizeit für seine literarische Begabung zu nutzen und veröffentlichte eine Untergrundzeitung, die er „Skandalblatt“ nannte.

Seine Karriere begann er als Musikkritiker. Heute ist er einer der erfolgreichsten Kolumnisten und Fernsehjournalisten Großbritanniens. Er schrieb u.a. für das Musikmagazin NME, den Daily Telegraph und 18 Jahre lang für den Daily Mirror.

Zudem gehört er zu den ganz großen Stars der englischen Literaturszene, denn alle seine Werke schafften es auf die nationalen und internationalen Bestsellerlisten.

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

Lesen macht Spaß!
abc-Büchershop
Portofreie Lieferung
oder Abholung in der Buchhandlung!
Karl-Mantel-Str. 32 · 86381 Krumbach
Tel. 08282-9953903 · Fax -8902953
abc-buechershop@t-online.de

NEUE VORTRÄGE IN UNSEREM LADEN

Donnerstag, 18. Februar 2016, 19.00 Uhr

„Gesund und Aktiv“ Stoffwechselprogramm, Vortrag mit Agnes Haibel, Heilpraktikerin

„Gesund und Aktiv“ ist ein individuelles Ernährungsprogramm. Es ermittelt für jeden Menschen, die für ihn optimalen Nahrungsmittel auf Basis seines Hormonsystems, Stoffwechsels und seiner Genetik. So können Sie mit „Gesund und Aktiv“ medizinisch gesund abnehmen, Ihre Vitalität steigern und Ihren Stoffwechsel optimieren. Kosten 5,00 EURO.

Freitag, 4. März 2016, 19.30 Uhr bis 22.00 Uhr
Verschließen und Genießen

Stöbern, lesen, sich Ruhe gönnen. Das dürfen Sie an diesem Abend in unserer Buchhandlung – so ganz ohne Personal! Anmeldung vorab. 5,00 EURO Unkosten, davon werden Ihnen 3,00 EURO beim nächsten Einkauf verrechnet.

Donnerstag, 10. März 2016, 19.00 Uhr bis ca. 20.30 Uhr
„Klopfen“ mit Rita Zinsler

Warum ist Stress so schädlich und was können wir dagegen tun? 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. Geht man davon aus, dass jedes seelische (aber auch körperliche) Problem eine Störung im Gesamtsystem ist, liegt es nahe, diese Blockade zu beseitigen. MET® (Meridian-Energie-Technik) geht davon aus, dass körperliche und emotionale Belastungen wie Angst, Ärger, Trauer, Kummer etc. immer Ausdruck eines blockierten Energieflusses in den Meridianen sind. Durch sanftes Beklopfen bestimmter Meridianpunkte werden die vorhandenen Energieblockaden und die dadurch ausgelösten Störungen aufgelöst, die Energie kann wieder frei fließen. Energieaustausch 9,00 EURO.

Donnerstag, 21. April 2016, 19.00 Uhr

Die „Blume des Lebens“ – Was sagt sie uns? mit Antonie Neumann
Theorie und Anwendung, Energieausgleich
5,00 EURO

Teilnehmerzahl begrenzt: NEU! – Kartenvorverkauf für die Vorträge bei uns im Laden.

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag
9.00 Uhr bis 12.30 Uhr
14.00 Uhr bis 18.00 Uhr
Samstag
10.00 Uhr bis 13.00 Uhr

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, Januar 2016, erscheint ab 19. Januar 2016 in den Geschäften und Ihren Briefkästen.

Redaktionsschluß für diese Ausgabe ist der 11. Januar 2016!

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

LIEBE LESERINNEN UND LESER,

in der Hoffnung, dass Sie alle gut in das neue Jahr gekommen sind, wünsche ich Ihnen, dass sich ihre Vorsätze für 2016 ausnahmslos erfüllen mögen. Wie sie sicher erkennen können, hat sich auch das Layout des Magazins ein wenig verändert, es wurde etwas aufgefrischt und moderner gestaltet. Im Innenteil finden sie nach wie vor aktuelle Veranstaltungshinweise, sowie viele Rezepte und Tipps. Neu dabei ist die Rubrik „Farbenfrohe Tipps“ mit Anregungen und Vorschlägen wie man sich das Wohnen farblich schöner gestalten kann. Simone Smetana, Malermeisterin und staatlich geprüfte Gestalterin, wird jeden Monat mit neuen Tipps und Tricksinwiefern aufwarten. Rund herum brodelt es ein wenig mehr. Polizisten kommen in Misskredit, die Politiker wenden sich wie Aale und Bauernopfer sind immer schnell gefunden. Inwiefern hier das Wort des Jahres – „Gutmensch“ – Verwendung findet, soll jedem selbst überlassen bleiben. Zwar wiegen wir uns noch in einem friedlichen Land, doch wird dies so bleiben? Die Silvesternacht in Köln hat aufgerüttelt. Der Fasching, Karneval, die Fasnacht stehen mit Großveranstaltungen an. Noch ist vieles von dem was geschieht weit weg, doch ist es wirklich so sehr weit?

Ich wünsche ihnen, liebe Leserinnen und Leser, verehrte Inserentinnen und Inserenten, eine friedliche, gesunde, glückliche und erfolgreiche Zeit, mit nur angenehmen Momenten ...



Luis Walter
Ihr Luis Walter

BERUFSFACHSCHULE FÜR MUSIK STARTET MIT MUSIKALISCHEN HÖHEPUNKTEN INS NEUE JAHR

Noch in den letzten Wochen des alten Jahres ist das neue Jahresprogramm 2016 der Krumbacher Berufsfachschule für Musik erschienen. Mit zahlreichen Konzerten und Workshops bereichert die Krumbacher Lehranstalt das kulturelle Leben Krumbachs und Schwabens. Einen Termin sollte man sich dringend merken: Den 28. Februar. Hier findet von 14.00 bis 18.00 Uhr ein Tag der offenen Tür statt, hier präsentieren sich Fachlehrer und Schüler und geben Einblicke in eine mögliche musikalische Laufbahn nach dem Besuch dieser schwäbischen Talentschmiede.

Schon am Montag, den 25. Januar um 19.30 Uhr gibt es einen Gesangsabend mit Werken von Rossini, Bach, Händel, Mahler, Wolf, Britten und anderen Komponisten. Der erste Teil des Abends wird von den Schülern der aktuellen Gesangsklasse Silke Kaisers gestaltet. Im zweiten Teil präsentiert die Mezzosopranistin Elisabeth Kreuzer ihre Gesangskünste. Die Sängerin absolvierte von 2008 bis 2010 die Krumbacher Berufsfachschule für Musik und schloss diese als staatlich geprüfte Chorleiterin ab. Das Hauptfach Gesang studiert Elisabeth Kreuzer derzeit an der Musikhochschule Trossingen bei Silke Kaiser und bereitet sich auf ihre Bachelor-Prüfung vor. An diesem Konzert-Abend wird sie Teile ihres Abschlussprogrammes präsentieren. Silke Kaiser ist Fachlehrerin für Gesang an der Berufsfachschule für Musik und Dozentin an der Musikhochschule Trossingen. Wie bei vielen Veranstaltungen der Berufsfachschule für Musik in der Krumbacher Mindelheimer Straße 47 ist der Eintritt frei. Um Spenden für die Deckung der Unkosten wird gebeten.



Neben der Klassik ist auch das Fach Rock-Pop-Jazz ein wichtiger Ausbildungszeitpunkt an der BFSM Krumbach. Nun konnte die Schule den routinierten Musiker, Produzenten und Trompeter Joo Kraus als Gastdozenten gewinnen. Nach einem ausgedehnten Workshop über Improvisation und Rhythmusgruppentraining gibt es am Donnerstagabend des 4. Februars um 19.30 Uhr ein öffentliches Abschlusskonzert. Hier werden die Bands der BFSM ihr Repertoire gemeinsam mit dem Gastdozenten Joo Kraus jammen. Es wird ein musikalisch spannender Abend werden, der einiges Neues zu bieten hat und dies bei freiem Eintritt.

Wer sich in den Instrumenten Blockflöte und Cembalo weiterbilden oder gar auf die Aufnahmeprüfung in diesen Fächern an der BFSM vorbereiten möchte, dem bietet der 3. Workshop für barocke Kammermusik, Blockflöte und Cembalo eine gute Möglichkeit. Die Dozentin Elisabeth Haselberger vermittelt Originalliteratur für und mit Blockflöten sowie die Einführung in das Spiel auf Paetzold-Bass-Instrumenten. Mit Gerhard Abe-Graf werden barocke Kammermusikwerke, Cembalo Sololiteratur und Generalbassgrundlagen gemeinsam erarbeitet. Auch die Instrumentenwartung wird ein Thema sein. Angesprochen fühlen dürfen sich auch Pianisten und Organisten. Der Workshop findet am Samstag, den 20. und Sonntag, den 21. Februar statt. Anmeldeschluss ist Freitag, 5. Februar 2016. Anmeldung und weitere Infos unter elisabeth.haselberger@gmail.com, Karlsplatz 3/1, 89073 Ulm und unter Telefon: 07 31 / 7 29 93 64

Weitere Infos zur Schule, zur Veranstaltungen und mehr unter: www.bfsm-krumbach.de



Mit ElternKOMPETENZ gewinnen

Initiative geht in die zweite Runde!

Durch Familienfreundlichkeit und Rücksicht auf individuelle Bedürfnisse Fachkräfte sichern und binden – Bayerische Staatsregierung bietet Coaching für Unternehmen an.

Günzburg, 7. Januar 2016. Wie seit Jahren Thema, immer spürbarer auch im Landkreis Günzburg und zuletzt auch im Kontext des aktuellsten Arbeitsmarktberichtes belegt, suchen viele Firmen dringend Personal. Der vielfach und zum Teil noch kontrovers diskutierte Fachkräftemangel wird immer mehr Realität.

Wer auf Frauen und Familien setzt, sichert sich die Fachkräfte von morgen

Auf die daraus entstehenden Herausforderungen zu reagieren und den Unternehmen Chancen zu eröffnen, ihre Mitarbeiter stärker an ihr Unternehmen zu binden und im Sinne einer erfolgreichen, nachhaltigen Fachkräfteakquise an Image zu gewinnen, ist Ziel der Initiative „Mit ElternKOMPETENZ gewinnen“, die im Rahmen des Familienpaktes Bayern und unterstützt durch das Bayerische Staatsministerium für Arbeit und Soziales, Familie und Integration in die zweite Runde geht. „Wer auf Frauen und Familien setzt, sichert sich die Fachkräfte von morgen“, ist die Leitidee der Initiative.

Unter den 100 Unternehmen der ersten Runde war HBW Bau aus Thannhausen

Über 100 bayerische Unternehmen haben in der Vergangenheit, das heißt der ersten Runde der Initiative bereits an diesem Projekt teilgenommen. Gemeinsam mit erfahrenen Coaches haben sie ihre Personalpolitik frauen- und familienfreundlicher gestaltet. Als einziges Unternehmen aus dem Landkreis Günzburg nahm in der ersten Runde die Firma HBW Höfle & Wohlrab Bau GmbH aus Thannhausen an der Initiative teil. „Ziel für uns war vor allem, mehr Lehrlinge auf den Bau zu kriegen“, so berichtet Frau Höfle, Personalverantwortliche bei HBW Bau. „Die Erfahrungen und Ideen, die wir aus dem Coaching mitnahmen, waren durchaus positiv“, so Höfle. Ein Clip auf youtube, der die Karrieremöglichkeiten bei HBW Bau präsentiert, sei eines der Ergebnisse des Coachings gewesen.

Bis Mitte 2016 können sich Unternehmen für ein Coaching bewerben

Für die zweite Runde der Initiative „Mit ElternKOMPETENZ gewinnen“ können sich Unternehmen aus dem Landkreis Günzburg nun bis Mitte 2016 bewerben, die Interesse daran haben, sich im Bereich Karriereförderung von Frauen, Gestaltung einer familienfreundlichen Unternehmenskultur und Etablierung einer lebensphasenorientierten



Personalpolitik noch besser aufzustellen. Bis April 2017 coachen und begleiten die IFGE Gesellschaft für Innovationsforschung und Beratung mbH sowie die pme Familienservice GmbH bis zu 60 interessierte bayerische Unternehmen auf dem Weg in eine frauen- und familienfreundliche Zukunft. Die Coaches stellen sich individuell auf die Unternehmen und deren Größe ein und suchen maßgeschneiderte Lösungen, die zu den Unternehmen und ihren Beschäftigten passen.

Infos zu den Teilnahmebedingungen und zur Anmeldung für die Initiative „Mit ElternKOMPETENZ gewinnen“ finden Unternehmen unter www.kompetenzgewinn.bayern.de.

Moderne Personalpolitik und Unternehmenskultur handfeste Vorteile im Wettbewerb um die fähigsten Köpfe

Denn von Familienfreundlichkeit und Rücksicht auf die Bedürfnisse in unterschiedlichen Lebensphasen profitieren nicht nur die Beschäftigten und ihre Familien, sondern auch die Unternehmen. Wenn Fachkräfte rar werden, dann sind eine moderne Personalpolitik und Unternehmenskultur handfeste Vorteile im Wettbewerb um die fähigsten Köpfe. Für immer mehr Menschen sind dies entscheidende Kriterien bei der Arbeitgeberwahl – fast gleichbedeutend mit dem Gehalt. Auch bleiben die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen ihrem Unternehmen langfristiger treu und kehren nach Familienzeiten gerne ins Unternehmen zurück. Und schließlich sind Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer mit einem familienfreundlichen Arbeitgeber auch weniger unter Druck und damit motivierter und zufriedener.

Den Fokus auf entsprechende Maßnahmen hat und eine Ausrichtung von Unternehmen in der Familien- und Kinderregion Landkreis Günzburg auf die Vereinbarkeit von Familie und Beruf verfolgt die Wirtschaftsförderung des Landkreises Günzburg bei der Regionalmarketing Günzburg GbR – Wirtschaft und Tourismus (RMG) seit Jahren mit ihrem Wettbewerb „Beruf & Familie“, der das nächste mal für 2018 bis 2021 vergeben werden wird. Informationen dazu und eine Broschüre, in der die bisher ausgezeichneten Unternehmen mit ihren Maßnahmen vorgestellt werden, gibt es unter www.landkreis-guenzburg-wirtschaft.de/familienfreundlichkeit-in-unternehmen

Kontakt: Regionalmarketing Günzburg GbR – Wirtschaft und Tourismus, An der Kapuzinermauer 1, 89312 Günzburg, Telefon: 0 82 21 / 95 - 140, Telefax: 0 82 21 / 95 - 145, E-Mail: service@landkreis-guenzburg.de, www.landkreis-guenzburg-wirtschaft.de.

SCHWÄBISCH GSCHWÄTZT!

WAS WED DES JAUHR ALLES BRENGA ...

Ma gad ja all mit guate Voarsätz en a nuies Jauhr nei. Abnemma, meah Schport, weaniger Alkohol und s'Raucha auffhöra, des send doch so dia moische Sacha was ma doa will. Moischt bleibt es ja beim Wunsch, wia au bei dr Merkl, dia sich g'wieß voarg'nomma hat alles zum schaffa. Und wenn ma so zwischanei losad, kennt ma moina sia isch bald g'schafft. Schtädte wend geara ihra Innaschtadt attraktiver werra lassa. Thannhausa isch weit vorna dra, mit der Schtudie, der IHK und ra Uni könnt scho was dr'bei raus komma – und des vielleicht sogar koschtenlos. Dr Krumbacher Marktplatz wed drweil zur a guata Schtub mit Gaschtronomiebetrieb, ohne Verkehr drum rum oder bloß von oiner Seit. Ja au Krumbach hat sich viel voar g'nomma, es wär halt no schea wenn en dean Laber au wieder a Leaba nei komma dät, nau wär a mal dia Schtrauß au wieder beleabter. Aber dau scheidat sich halt au Geischer, wia bei so vielem, weil sich halt jeder selber dr Nächste isch, und des kompromisslos. Soscht dät es net so viele leere Läden meah gea. Guck mer mal was des Jauhr all'z bringt, nau seah mer scho ...

Seniorenzentrum
St. Michael
Krumbach

wohnen • betreuen • pflegen

Mehr Lebensqualität für Senioren
im malerischen Mittelschwaben



**Bayerisches Rotes Kreuz
Kreisverband Günzburg**
www.kvguenzburg.brk.de





WAS UNS WIRKLICH WICHTIG IST – WERTE IN DER BEZIEHUNG

Die glücklichsten Menschen leben in den ärmsten Ländern, das belegen viele Studien. Woran liegt das? Diese Menschen kennen noch den Unterschied zwischen Werten und Besitz. Wird Besitz zum Lebensziel, bestimmt zunehmende Unzufriedenheit und der Wunsch nach mehr unser Leben. Besitz soll dem Menschen dienen, nicht umgekehrt. Wohl auch aus diesem Grund stellt sich vermehrt die Frage nach dem Sinn des Lebens.

In vielen Partnerschaften und engen Beziehungen gibt es zu wenig Zeit und Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit wichtigen Fragen des Lebens. Konsum und Oberflächlichkeit bestimmen die gemeinsame Zeit. Immer mehr Frauen und Männer fühlen sich inmitten von Menschen oder sogar in der eigenen Familie einsam und verloren. Der Versuch dieser Leere durch Aktivismus aus dem Wege zu gehen ist leicht. Ausweichmöglichkeiten und Ablenkungsstrategien finden sich schnell. Jeder lebt sein Leben und ist gut beschäftigt. Sogenannte Single-Ehen können oft lange Zeit bestehen, wenn Kinder und gemeinsame Aufgaben volle Aufmerksamkeit brauchen. Doch ist die Gefahr groß, sich selbst und den anderen aus den Augen zu verlieren.

Schwierig wird es wenn sich Paare, nach Jahren, wieder alleine gegenüber stehen. Dann stellt sich die Frage, was sie noch miteinander verbindet und wie sie die gemeinsame Zeit sinnvoll und glückbringend nutzen können. Wer ist der Fremde neben mir eigentlich? Wir leben eng zusammen, aber was wissen wir wirklich voneinander? Geht es uns zu gut und brauchen wir deshalb keine Gemeinschaft und kein Miteinander mehr?

Junge Menschen suchen wieder Treue und Verlässlichkeit. Jeder kennt die Sehnsucht mit einem anderen Mensch ganz eins zu sein und sich verbunden zu fühlen. Ein Hunger nach Leben und Lebendigkeit ist spürbar. Wer wirklich glücklich werden will muss sich zunächst selbst fragen: „Was ist mir wirklich wichtig? Wann fühle ich mich aus tiefstem Herzen glücklich. Was sind meine wahren Werte?“

Erst wenn diese Fragen Antwort finden, gelingt Austausch und Verständigung auch mit dem Partner.

Bereits bei der Partnersuche stellen sich die Weichen. Will ich einen Menschen finden, mit dem ich ein Leben lang wachsen und reifen kann? Wünsche ich mir Beziehung die trägt? Gespräche beim ersten Kennenlernen bleiben leider oft lange Zeit oberflächlich. Probleme werden ausgeklammert. Mann und Frau kommen sich nicht wirklich nahe, wollen locker bleiben, einen guten Eindruck machen. Um einander kennen zu lernen, braucht es Offenheit und Nahbarkeit. Was ist Dir wichtig? Was erwarte ich von Partnerschaft? Worauf kommt es mir in einer Beziehung an? Diese Fragen wirken auf den ersten Blick nicht gerade attraktiv und sexy, verhindern aber Enttäuschung. Denn enttäuscht kann nur werden, wer sich täuschen ließ! Haben Sie Mut und fühlen Sie Ihrem Partner, Ihrer Partnerin auf den Zahn. Suchen Sie Kontakt zu Menschen mit ähnlichen Werten, lassen Sie sich aufeinander ein und schenken Sie sich Zeit.

Wünschen Sie sich Nähe und Harmonie in Familie und Partnerschaft? Wollen Sie mehr über einander erfahren? Wenn Sie darüber ins Gespräch kommen wollen, lade ich Sie ein den neu gestalteten Beratungsraum in meinem Haus kennen zu lernen und von meiner Erfahrung und meinem Fachwissen zu profitieren. Rufen Sie mich gerne an oder nehmen Sie per Mausclick mit mir Kontakt auf. Ich freue mich darauf Sie persönlich kennen zu lernen und wünsche Ihnen für das Jahr 2016 viel Glück und Harmonie in Ihren Beziehungen. Ihre Rita Mayer

Wegweiser
Familienbildung,
Beziehungcoaching,
Naturberatung

**Beratung auf dem Weg
Eltern-Kind-Abenteurergruppen
Wald- und Erlebnispädagogik
Pilgern für Paare**

Rita Mayer · Neuburg/K · www.wegweiser-beziehung.de · 01 73/5 95 92 25



FUN & BRASS MIT NEUEM KONZERT-PROGRAMM IM MÄRZ 2016

Auch in diesem Jahr können Sie das Show-Orchester des Musik Centers Krumbach e.V. vom 11. bis 13. März in gewohnter Manier in der Turnhalle der Mittelschule Thannhausen erleben. Genießen Sie frei nach dem Motto „Casino Royale“ eine glamouröse und ausgelassene Atmosphäre wie in Las Vegas, mit Balladen die unter die Haut gehen, rockigen Nummern und gefühlvollen Instrumental-Klassikern sowie aufregenden Show-Einlagen. Lassen Sie sich mit Stil, Charme und guter Laune unterhalten.

Sichern Sie sich jetzt schon Karten, ein ideales Geschenk vielleicht für den Valentinstag für Ihre Lieben, oder einfach als Dankeschön, denn zum Schenken braucht man nicht immer einen Grund.

Karten sind seit dem 1. Dezember 2015 bei folgenden Vorverkaufsstellen erhältlich: **Raiffeisenbank Krumbach, Mittelschwäbische Nachrichten Krumbach, Naturstüble Thannhausen**

Infos zur Band und zum Konzert finden Sie auch unter: www.fun-brass.com



DIE TANNE (Abies alba)

ist nach keltischer Überlieferung aus druidischer Sicht der geheimnisvolle Baum. Begrüßen Sie mit mir das Neue Jahr und unsere Bäume. Die Welt – unser Lebensraum – hat unsere Fürsorge und Achtung mehr als verdient.

Im germanischen Raum galt die Tanne als „Mittwinterbaum“, als Symbol für Fruchtbarkeit, Wachstum und Lebenskraft. Sie wurde mit Geschenken behangen, um die Götter gnädig zu stimmen.

Man ließ Ziegen Tannensprossen fressen und gab ihre Milch dann Lungenkranken. Das Tannenzapfenöl, die Zweigspitzen, die Nadeln, das Holz werden bei asthmatischen Beschwerden, Husten, Ausfluss, Gliederreißen, Milz- und Magenbeschwerden, Augen- und Kopfschmerzen erfolgreich eingesetzt. Zudem gilt der Tannenaufguss als blutreinigend. Das aus der Tanne gewonnene Terpentinöl wird zur Wundversorgung und bei entzündlichen Schmerzen äußerlich angewendet. Inhalationen und als Badezusatz machen den Einsatz des Tannenterpentins unersetzlich.

Junge Tannenzweige, einfach gekaut, sind ein hervorragendes Wurm- und Zahnpflegemittel.

Anwendung:

Der volkstümliche wohlschmeckende „Tannenwipfel-Tee“ wird aus jungen Triebspitzen, Nadeln, Knospen, Harz bereitet. Die Pflanzenteile werden mit kochendem Wasser überbrüht und 10 Minuten ziehen gelassen. Eine Beigabe von Zitrone wirkt fiebersenkend bei allen Er-

kältungserscheinungen, Gicht, Ischias, Übermüdung, Nervenschwäche, Blasen- und Mangelkrankheiten.

Beim „Tannenwipfel-Sirup“ werden die Knospen mit Wasser bedeckt und zu einem Brei verköchelt. Anschließend geben Sie Kandiszucker und Zwiebel dazu, bis eine sirupartige Masse entsteht. Der Sirup hält ca. 1 Jahr und kann teelöffelweise bei Bedarf eingenommen werden.

Der Absud aus ca. einem Kilogramm Tannennadeln auf drei Liter Wasser, eine Stunde gekocht, ist ein hervorragender Badezusatz in Voll- oder Teilbäder bei Müdigkeit und Schwäche. Gönnen Sie sich nach dem Bad einen kurzen kalten Schauer, trocknen sich nicht ab, wickeln sich in warme Tücher ein und legen Sie sich mit guten Gedanken ins Bett.

Auch verascht ist uns die Tanne eine gute Freundin: ca. 15 Gramm Tannenasche mit Fenchelkraut und Ingwer in einem Liter Wein aufkochen, abfüllen und nach Bedarf innerlich (1 Likörglas) oder äußerlich als Umschlag bei Kopfschmerzen, Herzbeschwerden, Bluthochdruck etc. verwenden.

Sie sehen also, es macht Sinn, sich mit der Familie der Tannen zu befreunden. Und noch etwas: „Öffnen wir unser Herz und helfen uns gemeinsam.“ Michael Aufhauser, Gut Aiderbichl

Ihre Antonie R. Neumann, Heilpraktikerin
E-Mail: Antonie.Neumann.HP@t-online.de
Fragen Sie mich nach den wöchentlichen Kräuterführungen.

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



KRUMBACH IM FASCHINGSFIEBER

Sie ist kurz die närrische Zeit. Bald schon ist am 10. Februar mit dem Aschermittwoch alles vorbei. Doch bis dahin ist im Krumbacher Fasching noch einiges für Groß und Klein geboten. Der Schlorperbaum wurde wieder mit einem Winterfest aufgestellt und gefeiert, er steht schon in Krumbachs guter Stube.

Wer es in der Faschingszeit weniger mit Verkleidung hat, aber doch das Flair eines wunderbaren Balles genießen möchte, der hat dazu die Gelegenheit am Samstag, den 23. Januar um 20.00 Uhr im Krumbacher Stadtsaal. Jährlich lädt die Beratungsstelle für Volksmusik des Bezirks Schwaben hier zu einem nostalgischen Tanzvergnügen ein. Vom Hürbener Ballorchester unter der Leitung von Uwe Rachuth werden sie in die musikalischen 30er bis 60er Jahren entführt. Karten im Vorverkauf und weitere Infos gibt es unter 0 82 82 / 6 22 42 im Hürbener Wasserschloss in Krumbach.



Für Kinder ist der Fasching natürlich eine Zeit der Verkleidung, der Ausgelassenheit um sich als Cowboy oder Indianer, als Clown, Narr, Prinzessin oder was es nicht alles gibt, zu verkleiden. Und wenn der Alleinunterhalter, die Ein-Mann-Band Manfred Pfeiffer aufspielt, dann ist der Kinderball perfekt. Der Kinderball mit bester Unterhaltung, vielen Spielen, Spaß und Tanz findet am Samstag, den 30. Januar ab 14.00 Uhr im Saal des Gasthofes Munding statt.

Traditionell ist am Gumpigen Doschteg auch Weiberfasnacht, Weiberfasching – die Damenwelt ist unerkannt und gut verkleidet auf Tour. Traditionell findet seit vielen Jahren im Gasthof Diem an diesem

letzten Donnerstag der Faschingszeit eine Faschingsparty für Jung und Alt statt. Veranstalter ist auch hier die Beratungsstelle für Volksmusik des Bezirks Schwaben. Diese lädt heuer, am Donnerstag, den 4. Februar ab 20.00 Uhr in den Gasthof Diem, alle begeisterten Musikanten zum Aufspielen ein, alle Sängerinnen und Sänger zum Singen und natürlich darf auch getanzt werden. Ein besonderes Schmankerl ist der jährliche Auftritt der Schlorpergilde.

Beliebt ist seit Jahren der Krumbacher „Musikerball“ im Gasthof Munding. Hier wird durch selbstgemachte Musik Stimmung und gute Unterhaltung erzeugt. Der Musikverein Krumbach zeigt hier seine musikalische Vielfalt und gestaltet seinen Musikerball musikalisch selbst. Und wie jedes Jahr, so auch 2016 am Faschingssamstag, den 6. Februar um 20.00 Uhr im Saal des Gasthofes Munding.

Am Rosenmontag präsentieren sich die drei Faschingsgilden, die Rosenmontagswitwen, die Zylinderer und die Schlorper am Marktplatz mit einem stimmungsvollen Programm. Da wird Krumbachs gute Stube zum Stimmungstempel unter freiem Himmel. Richtig eingheizt wird ab 18.00 Uhr von Baders Ursel. Nach dem Einzug der Krumbacher Faschingsgilden liefern diese auf der Marktplatzbühne ein heißes Programm ab. Im Anschluss gibt es für die Narren aus nah und fern in den Gaststätten fetzig-heiße Faschingspartys. Somit ist die Kammelstadt zum Faschingsendspurt ganz sicher die richtige Anlaufstelle für Jung und Alt.



EINE REISE MIT DER RAIFFEISEN-BANK KRUMBACH ZUM SCHÖNSTEN LAND AM ENDE DER WELT

Um es mit Hape Kerkeling's Worten auszudrücken: "Ich bin dann mal weg ..." haben wir uns zwar nicht auf den Jakobsweg begeben – aber drei Wochen lang war eine 13-köpfige Reisegruppe der Raiffeisenbank Krumbach/Schwaben eG am anderen Ende unseres Globus unterwegs.

Rund 24 reine Flugstunden und knapp 20.000 km – trennen uns vom schönsten Land am anderen Ende der Welt – Neuseeland.

Mit Singapur Airlines ging es von München über Singapur nach Christchurch. Nach einer Übernachtung in Singapur begann dann die Rundreise in Neuseeland auf der Südinsel in Christchurch. Die Stadt die im Jahr 2011 von einem Erdbeben stark verwüstet wurde, ist immer noch mit dem Aufbau beschäftigt. Von dort ging es weiter entlang der Pazifikküste nach Oamuru, zu einer Pinguinkolonie. Das schottische Flair durften wir in Dunedin erleben. Diese Stadt besitzt die steilste Straße der Welt. Weiter ging es in den Fjordland Nationalpark, Neuseelands größten und unerschlossensten Nationalpark.

Eine Schifffahrt in den Milford Sound, in dem 14 Fjorde wie überlange Meereszungen in die Urwälder eindringen – und einige Wanderungen gaben einen atemberaubenden Eindruck der wilden Natur dieses Landes. Der Ferienort Queenstown – beliebt durch seine wunderschöne Lage am Wakatipu-See wird auch als St. Moritz von Neuseeland bezeichnet. Dort ging es bei einer gemütlichen Dampferfahrt zu einer Schaffarm.



Auf einer Schaffarm im Ferienort Queenstown (Südinsel)

Eine Fahrt und Wanderung zum Franz Josef Gletscher war ebenso Bestandteil der Reise, wie Gold suchen im Goldgräberstädtchen Hari Hari. Die Wucht der Tasman See konnten wir in Nelson, der sonnigsten Stadt Neuseelands – ebenso auf der Fährüberfahrt auf der Cook-Wasserstraße von Picton zur Hauptstadt Wellington, erleben.

Auf der Nordinsel besichtigten wir Te Puia, ein Thermalreservat bekannt für kochende Schlammtümpel, Geysire und brodelnde Seen.



Auckland: The City of Sails, auf der Nordinsel vor dem War Memorial Museum – das größte kulturhistorische und naturkundliche Museum in Auckland

Hier spürte man den Puls der Erde hautnah. Ebenso wurde uns in Rotorua die Maorikultur nähergebracht.

Auckland, die Stadt der Segel war dann auf der Nordinsel die letzte Station unserer 19-tägigen Traumreise.

Wie kann man sich Neuseeland – in dem der weltbekannte Film "Herr der Ringe" gedreht wurde – und für viele ein Traumziel ist – vorstellen? Es bietet ein Kontrastprogramm auf zwei Inseln: Europäische und polynesishe Kultur – tropische Regenwälder, aktive Vulkane und eisige Gletscher.

Man sagt, Gott habe bei der Erschaffung der Welt nur geübt. Zum Schluss fügte er sein Meisterwerk dazu: Neuseeland. Dies ist auch der Grund warum es ganz versteckt am anderen Ende der Welt liegt.



DENI
DRUCK & VERLAG



DIE FULL-SERVICE DRUCKEREI

86470 Thannhausen
FON 0 82 81 . 30 69
info@deni-druck.de

WWW.DENI-DRUCK.DE



Gott spricht: Ich will euch trösten,
wie einen seine Mutter tröstet.
Jes 66,13

Silvera Schmider

- Biblisch Therapeutische Seelsorge - Tel.: 08283-920680

www.seelsorgepraxis-schmider.de

DIE GESUND GESUNDHEIT FÜR KÖR



SUSANNE KALLERT POTENZIAL „LEBEN“

Freude, Lebendigkeit, Kraft, beständiges Wachstum, Entwicklung, Veränderung, leuchtende strahlende klare Farben, Gesundheit – das ist ein Ausdruck des LEBENS, das ist das, wozu jeder von uns Zugang hat!

DAS IST UNSER WAHRES POTENZIAL! – Die Natur macht es vor! Sie wurzelt und wächst und blüht und fruchtet. Unablässig.

Diese Kraft steckt in jedem von uns! Ist man von ihr getrennt, ist der Lebensstrom blockiert, der eigentlich den Alltag durchzieht und trägt, dann wird der Alltag zum Alltagsrott, Ermüdung, Erschöpfung, Krankheit ... folgen.

Als Gärtnerin weiß ich natürlich, dass eine Pflanze nur so gesund und kräftig werden kann, wie es die Nahrung erlaubt.

Also nähren wir uns doch am besten mit Lebensenergie! Sie stärkt, denn das ist ihre Natur.

Direkt zur Quelle – das ist wieder neu und verstärkt mein Anliegen für das Jahr 2016 – mein Angebot ans Leben, an die Menschen. Mit Workshops auch in der Natur, mit TraFo-Treffs wöchentlich ... Mitte Januar geht's los, geht's weiter.

Die nächsten Workshops „Potenzial LEBEN“

Wann: Samstag, 5. März 2016 und 9. April 2016 jeweils 10.00 bis 16.00 Uhr

Wo: in Caroline's Garten, St-Nikolaus-Ring 3, Höselhurst, 86476 Neuburg an der Kammel

Wieviel: je 120,00 EURO

Nähere Infos bei mir

TransFormations-Treffs „Potenzial LEBEN“:

Wann: jeweils Montag, 19.00 bis 20.30 Uhr

Februar: 1. / 15. / 29.

März: 14. / 29. (Dienstag)

April: 11. / 25.

Mai: 9.

Wo: Praxisraum ArteSana, Günzburger Str. 50a, Günzburg-Reisensburg

Wenn das Wetter passt, finden die TraFo-Treffs natürlich im Wald statt

Wieviel: je 20,00 EURO

Susanne Kallert Heilerin, Entspannungspädagogin, Burnout-Prophylaxe, NaturArt

Anmeldungen: Telefon 0 82 21 / 2 59 95 71

Ich freu mich drauf !

Susanne Kallert

Günzburger Straße 50a
89312 Günzburg · www.artesana.de
08221-2599571 · 0170-9791398

Spirituelles Heilen, Körpertherapie,
Entspannung, Erdung

**Naturfriseur
Haaratelier
Marlene**

Ganzheitlicher Naturfriseur
Inhaberin Marlene Rösch
Diplomierter Haar- und Hautpraktikerin
Arztlich geprüfte Gesundheitsberaterin GGB
Brühlstraße 15 · 86381 Krumbach
Telefon: 08282-5258
E-Mail: mail@naturfriseur-marlene.de
Internet: www.naturfriseur-marlene.de

inbalance
GESUNDHEITSBERATUNG

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

www.miller-inbalance.de

Herzkpunkt

- Energetische Blockadenlösung •
- Mediales Malen •
- Schutz-, Heil- und Kraftbilder •
- Erd- und Seelenheilung •

Christiana Miesbauer
Hauptstraße 33 · 86742 Fremdingen
Telefon 090 86 / 920 08 62
oder 090 86 / 290
Telefax 090 86 / 9201 60
christianamiesbauer@gmx.net
www.herzkpunkt.net

*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

**NÄHERE INFOS
ÜBER ANGEBOTE
UND INHALTE
AUF DEN
JEWELIGEN
INTERNETSEITEN!**

HEITSSSEITE

PER, GEIST UND SEELE



LEBE im JETZT

Heilberatung - Sonja Raffler

Heilberatung
Sonja Raffler
Haselstalstraße 15, 86491 Seifertshofen
info@lebe-im-jetzt.de, www.lebe-im-jetzt.de
Termine nach Vereinbarung unter: 0 82 82 / 6 20 99 27

ACCESS BARS®

Eine schnelle und tiefe Entspannungsmethode der neuen Zeit und Zugang zu neuem „Bewusst-SEIN“

Wie leicht fällt es Dir zu entspannen und aus dem Hamsterrad auszutreten?
Wieviel mehr Leichtigkeit für Dich und Deinen Körper ist möglich?
Wie wäre es, wenn Du die Gedanken, Gefühle und die Emotionen, die Dich limitieren, in Leichtigkeit verändern könntest?

Bist Du bereit alles loszulassen was Dich begrenzt und bereit zu empfangen? Dann lade ich Dich zu einer Access-Bars®-Session ein!

Die Access Bars® sind 32 Punkte am Kopf, in denen alle Gedanken, Vorstellungen, Glaubenssätze, Dogmen, Standpunkte, Sichtweisen und Emotionen, die Du jemals in Bezug auf etwas hattest, gespeichert sind.

Durch Deine Bereitschaft und durch das sanfte Berühren dieser Energiepunkte ist es möglich, alles mühelos und leicht loszulassen was Dich begrenzt und Dir nicht erlaubt, wirklich anzunehmen.

Was kann sich verändern?

Eine Access Bars®-Sitzung kann das Wohlgefühl einer wunderbaren Massage entstehen lassen und gleichzeitig Impulse setzen, dass sich Dein ganzes Leben mit totaler Leichtigkeit zu etwas Großartigem entwickelt.

„Im schlimmsten Fall hast Du eine wundervolle Kopfmassage erhalten und im besten Fall verändert sich Dein ganzes Leben.“

Habe ich Dein Interesse geweckt? Dann sei mutig und wage den Sprung ins Unbekannte.

Ich freue mich auf Dich!

„Alles im Leben kommt zu Dir in Leichtigkeit, Freude und Herrlichkeit!“



Glücklich und erfüllt leben!

Energetische Anwendungen
Lebensberatung - Photonenlicht
HEILBERATUNG - SONJA RAFFLER
Haselstalstraße 15
86491 Seifertshofen
Telefon: 0 82 82 / 6 20 99 27
info@lebe-im-jetzt.de
www.lebe-im-jetzt.de

Was halten Sie in Ihren Händen?



SILKE KATZER
STELLT PERSÖNLICHKEITEN INS PROFIL
DIPL. PSYCHOLOGISCHE
HANDANALYTIKERIN
Schäfflergasse 22a ☎ 08223 | 3377
89367 Waldstetten ✉ silkekatz@gm.x.net

**WIR BERATEN
SIE GERNE.
VEREINBAREN SIE
EINFACH EINEN
TERMIN
PER TELEFON!**

**LESEN
VERZAUBERT**

Auf Ihr Kommen freut sich
Viola Scheitter-Wehn.



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

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

HP Psychotherapie
Hormonselfhilfe
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



RITA ZINSLER
Heilpraktikerin für Psychotherapie
nach dem HPG
**MET® Therapeutin
& Bewusstseinstrainerin**
Engishausen 52
87743 Egg a.d. Günz
Tel.: 0 83 33/9 46 44 44
info@met-zinsler.de
www.met-zinsler.de



AUFLÄUFE – HEISSES UND HERZHAFTES AUS DEM OFEN!

Die Rezepte sind jeweils für 4 Personen.

Sauerkrautlasagne "Italienischer Alptraum"

- 2 rote Paprika (je 200g)
- 2 Schalotten
- 2 EL Butter
- 2 EL Tomatenmark
- 125 ml Apfelsaft (naturtrüb!!!)
- 200 g Schmand
- 200 g süße Sahne
- Salz, Pfeffer
- Zucker
- 100 g geriebener Emmentaler
- 200 g grüne Lasagneblätter
- 500 g frisches Sauerkraut



Backofen auf 180°C vorheizen.

Lasagneblätter nach Packungsanweisung vorbereiten, Sauerkraut zerpfücken. Paprikaschoten halbieren, entkernen, abrausen und in Streifen schneiden. Schalotten schälen und fein würfeln.

Schalotten in Butter glasig dünsten, Tomatenmark, Sauerkraut und Paprika zufügen und kurz mitdünsten. Mit Apfelsaft ablöschen und zugedeckt 15 Min. garen. Schmand und süße Sahne zufügen und alles mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Lasagneplatten und Sauerkraut abwechselnd in eine gefettete Auflaufform schichten, dabei muss sowohl die oberste als auch die unterste Lage aus etwas Sauce bestehen. Mit geriebenem Emmentaler bestreuen und im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene 30-40 Min. backen.

Fenchelgratin mit Kartoffeln und Kapern

- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 4 Fenchelknollen (mit Grün)
- 6 große vorwiegend festkochende Kartoffeln (1 Kg)
- 4 EL Butter
- 4 EL Mehl
- 500 ml kalte Milch
- 2-3 TL Kapern
- 1 TL abgeriebene Schale einer unbehandelten Zitrone
- Salz, Pfeffer
- 1 TL Paprikapulver (edelsüß)



Backofen auf 180°C vorheizen.

Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Fenchel putzen, waschen und der Länge nach in dünne Spalten schneiden. Etwas Fenchelgrün waschen, trocken schütteln und beiseite legen. Kartoffeln schälen, waschen und der Länge nach in dünne Scheiben schneiden. Butter in einem Topf erhitzen und Zwiebel und Knoblauch darin

bei schwacher bis mittlerer Hitze 2-3 Min. dünsten. Mehl dazugeben und unter Rühren bei schwacher Hitze 1 Min. anschwitzen. Nach und nach die Milch hinzufügen und die Bechamelsauce unter Rühren etwa 5 Min. köcheln lassen. Kapern fein hacken und mit der Zitronenschale ebenfalls unterrühren. Sauce kräftig mit Salz und Pfeffer würzen.

Eine ofenfeste Form mit etwas Butter einfetten. Kartoffel- und Fenchelscheiben abwechselnd leicht schräg in die Form schichten, das Fenchelgrün darüber verteilen. Die Bechamelsauce darüber gießen und mit etwas Paprikapulver bestreuen.

Fenchelgratin im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene 45-50 Min. goldbraun backen

Tipp: Statt Fenchel kann auch Kohlrabi verwendet werden: 2 Kohlrabiknollen schälen, in dünne Scheiben schneiden, in Salzwasser kurz blanchieren, abtropfen lassen und wie den Fenchel weiterverarbeiten.

Wasabi-Frischkäse-Muffins

- 4 TL Wasabi-Pulver (aus dem Asialaden, ersatzweise 4-5 EL Meerrettich aus dem Glas)
- 150 g Butter
- 250 g Mehl
- 2 geh. TL Backpulver
- 300 g Frischkäse
- 2 Eier
- 200 g Crème Fraîche, Schmand oder saure Sahne
- 1 TL Salz



Backofen auf 180°C vorheizen. Wasabi-Pulver mit 2 EL Wasser anrühren. Butter schmelzen, Mehl und Backpulver vermischen.

Frischkäse mit Wasabi glatt verrühren. Eier mit Crème Fraîche, Schmand oder saurer Sahne, Salz und Butter kräftig verrühren. Die Mehlmischung zügig unterrühren.

Je 1 EL Teig in die gefetteten Vertiefungen des 12-er Muffinsblechs füllen, glatt streichen. Wasabi-Frischkäse und zum Schluss den übrigen Teig darüber verteilen.

Die Muffins im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene 20-25 Min. backen. Dann herausnehmen, kurz abkühlen lassen und aus der Form lösen.

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.



Liebe Leserinnen und Leser, zunächst wünsche ich Ihnen ein frohes neues Jahr. Ich darf mich Ihnen erst einmal vorstellen. Mein Name ist Simone Smetana, ich bin staatlich geprüfte Gestalterin und Malermeisterin und führe gemeinsam mit meinem Mann den gleichnamigen Malerbetrieb im Raum Krumbach. Einige von Ihnen mögen mich vielleicht schon kennen und sind hoffentlich zufrieden mit der Arbeit die mein Team und ich leisten.

Farbe und das Ausprobieren neuer Techniken und Materialien in Verbindung mit Stoffen, Möbeln und Accessoires ... das ist es, was meine Leidenschaft zu dem Beruf ausmacht.

Als hoffentlich würdige Nachfolgerin von Karin Perchtold würde ich mich freuen, Ihnen ein Jahr lang Tipps und Tricks im Bereich Farbe, Wohnen und Handwerken geben zu dürfen. Ich hoffe, Sie finden Spaß daran einige Ideen mal selbst umzusetzen- und wenn Sie Hilfe brauchen, stehe ich Ihnen natürlich gerne mit Rat und Tat zur Seite.

Wir stehen ganz am Anfang des Jahres und noch ist der glitzernde Weihnachtsstaub aus unseren Häusern nicht ganz verschwunden.

Doch lassen Sie mich Ihnen kurz einen Ausblick geben, was Sie 2016 an Trendfarben erwarten wird. Ob diese nun Jedermanns Geschmack treffen, ist eine andere Frage – aber über diesen lässt sich ja im Allgemeinen gerne streiten.

Die drei Favoriten für dieses Jahr sind: Goldocker, Rosé und ein helles Türkis/Blau! Es können also alle diejenigen aufatmen, die froh sind, dass die „Grüne Phase“ vorbei ist. Auch ich habe bei den Kunden gemerkt, dass sich bei Grün wirklich die Geister scheiden.

Die neuen Trendfarben bieten, mit ihren verschiedenen Helligkeits- und Sättigungsstufen, eine Vielzahl an Möglichkeiten und dürften wohl eher den Geschmack der Allgemeinheit treffen.

Doch ich mag nicht zu viel verraten: ich würde mich freuen, wenn Sie mich das Jahr begleiten und wünsche uns allen eine farbenfrohe Zeit.



JUNGES EMG MUSIKINSTITUT AUS KRUMBACH VERGRÖßERT SICH

Neue Instrumente im Repertoire / Grandiose Quote bei Schüler-Vorbereitung auf BfsM

„Es hätte nicht besser laufen können. Wir sind sehr stolz, was wir hier innerhalb von nur knapp einem Jahr auf die Beine stellen konnten. Jetzt legen wir aber erst richtig los!“

Diese freudigen Worte stammen von Max Schlichter, Gitarrist der Killerpilze und junger Musiklehrer, der im letzten Jahr das EMG Musikinstitut in Krumbach zusammen mit seinen Kollegen Eliane Übelhör und Giuseppe Puzzo ins Leben gerufen hat. Bereits im ersten Schuljahr hat es „Schwabens frischeste Adresse für junge Musiker“ (Augsburger Allgemeine) geschafft, über 50 Schüler dauerhaft für sich zu gewinnen und sich direkt zu etablieren. Das neuartige Konzept des individuellen (Band)-Coachings und zeitgemäßen Unterrichts für alle Sparten von Klassik bis Rock- und Popmusik stieß auf umfassende Begeisterung bei Schülern aber auch Eltern. Ein Schritt, den die Jung-Gründer nicht als selbstverständlich ansehen: „Wir wussten, dass wir Schwaben etwas bieten können, das es so in dieser Form nicht gibt, wissen aber auch, dass noch viel Arbeit vor uns liegt“, lässt Eliane (23) verlauten, die selbst Saxophon, Klavier und Blockflöte unterrichtet und ihren BfsM-Abschluss mit der Note 1,0 gemacht hat. Für das kommende Schuljahr konnte das EMG Musikinstitut nun weitere hochqualifizierte Lehrer dazugewinnen, um eine noch breitere Palette an Instrumenten abdecken zu können. So werden seit September 2015 neben den Instrumenten und Kursen Gitarre, Klavier, Keyboard, E-Bass, Kontra-Bass, individuellem Songwriting, Bandcoaching, Saxophon, Klarinette, Trompete, Querflöte, Blockflöte nun auch Schlagzeug, Geige, Tuba, Posaune, Euphonium und Tenorhorn angeboten.

Besonders stolz können die drei Mittzwanziger auf ihre Erfolge sein, was die Vorbereitung ihrer Schüler auf die Berufsfachmusikschule in Krumbach angeht: 6 von 6 (!) Schülern, die im EMG Musikinstitut im ersten Jahr gecoachert wurden, meisterten ihre Aufnahmeprüfung in Krumbach mit Bravour und schlagen nun ihren Weg als Berufsmu-

siker ein. Eine grandiose Quote! Schlichter (27), der selbst kurz vor der nächsten Killerpilze-CD-Veröffentlichung steht, erläutert selbstbewusst: „Hier zeigt sich, dass unser junger Lehrerstab den Anforderungen des Systems absolut gewachsen ist und wir uns nicht vor altbewährten Strukturen verstecken müssen. Ganz im Gegenteil: Wir glauben fest daran, dass unsere ganz persönlichen Erfahrungen als erfolgreiche Berufsmusiker den Schülern einen noch praxisnäheren Blick ermöglichen, auf was es im Musikbusiness wirklich ankommt.“ Markige Worte, die aber nicht ihrer Grundlage entbehren, wenn man sich die jüngsten Erfolge des Teams um die drei Jung-Lehrer ansieht. Auch die generationsübergreifenden Angebote wie „Märchenklänge“, initiiert und angeleitet von E- und Kontrabasslehrer Giuseppe Puzzo (25) zeigen, dass der Mut zur Innovation Zukunft hat.

Die Voraussetzungen für Schuljahr Nr. 2 sind also mehr als positiv und es ist relativ gewiss, dass die guten Meldungen nicht so schnell verklingen werden, wenn es um das EMG Musikinstitut geht. „Uns ist vor allem wichtig, dass die Schüler aus dem Unterricht nach Hause gehen und Lust haben, beim nächsten Mal wiederkommen und noch mehr zu lernen.“ Eine Motivation, die herkömmlicher Musikunterricht oft vermissen ließ, bei dem es nur um Aneignung immer gleicher Lehrinhalte ging. Das EMG Musikinstitut mit seiner jetzt nochmal erweiterten Palette an Unterrichtsangeboten verspricht aber genau das, was Musik lebendig macht und auch bei anderen zum Leben erweckt: Begeisterung!



SCHWABENTAG 2016 WIRD ZUM „TAG DER BEGEGNUNG“

Teilnehmer aus ganz Schwaben zeigen, wie Inklusion geht

Augsburg (pm). Die Vielfalt der schwäbischen Region mit ihrer Kultur, Tradition und ihren Werten darzustellen – das ist das Konzept des Schwabentages, den der Bezirk Schwaben seit 2008 jährlich an eine schwäbische Kommune vergibt. 2016 wird es eine Premiere geben: Nach den Stationen in Neu-Ulm, Rain am Lech, Füssen, Gundelfingen, Kaufbeuren, Friedberg und Betzigau wird der Schwabentag im kommenden Jahr erstmals in Augsburg durchgeführt – und in Eigenregie des Bezirks. „Wir möchten die Veranstaltung 2016 für alle Gruppen, Initiativen und Verbände aus ganz Schwaben öffnen, die Inklusion leben und praktizieren“, so Bezirkstagspräsident Jürgen Reichert. Ort und Termin sind bereits festgelegt: Der „Tag der Begegnung“ findet am Samstag, 25. Juni 2016, von 12.00 bis 18.00 Uhr in der Halle 7 der Messe Augsburg und in deren Außenbereich statt.

2014 hat der Schwäbische Bezirkstag einen Aktionsplan zur Umsetzung der UN-Menschenrechtskonvention verabschiedet. Der Gedanke der sozialen Inklusion ist ein Leitbegriff der Konvention – er steht für die Offenheit eines gesellschaftlichen Systems in Bezug auf soziale Vielfalt, die selbstverständlich Menschen mit Behinderungen einschließt. Es geht nicht nur darum, innerhalb bestehender Strukturen auch für Menschen mit Behinderungen Raum zu schaffen, sondern darum, die gesellschaftlichen Strukturen so zu gestalten, dass sie der realen Vielfalt menschlicher Lebenslagen – gerade auch von Menschen mit Behinderungen – von vornherein gerecht werden.

„Als Träger der Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderung ist der Bezirk Schwaben hier besonders zur Mitwirkung herausgefordert“, betont Bezirkstagspräsident Jürgen Reichert. Inklusion betrifft alle Lebensbereiche und Altersgruppen. „Das reicht vom integrativen Kindergarten und dem Schulbereich über die Teilhabe von Menschen mit Behinderung an der Arbeitswelt oder in Vereinen bis hin zur gemeinsamen Gestaltung des Lebensabends.“

Am „Tag der Begegnung“ sollen sich 2016 zum einen solche inklusive Projekte aus ganz Schwaben präsentieren können. Zum anderen will der Bezirk Schwaben aber auch mit dieser öffentlichen Veranstaltung erreichen, „dass tatsächlich viele Begegnungen stattfinden werden – die tollen Aktionen und Projekte, die bislang schon gemeldet wurden, haben ein großes Publikum verdient.“ Man hoffe auch, durch solch eine Veranstaltung Barrieren bei nichtbehinderten Menschen abzubauen.

So wird der Chorverband Bayerisch-Schwaben, dessen zweiter Vorsitzender auch Inklusionsbeauftragter des Verbandes ist, ein inklusives Kindermärchenmusical zur Uraufführung bringen, über den Allgäu-Schwäbischen-Musikbund und die Lebenshilfe Dillingen stellt sich „Blas den Blues“ vor, eine Musikkapelle mit behinderten und nichtbehinderten Musikern. Zudem rockt die inklusive Tintenfischband die Schwabenbühne – um nur einige Höhepunkte aus dem Bühnenprogramm des Tages zu nennen.

Im Informationsbereich werden unter anderem Selbsthilfegruppen, Wohlfahrtsverbände und Kulturinitiativen ihre inklusiven Projekte präsentieren – das reicht von der Zusammenarbeit mit namhaften Unternehmen, die Menschen mit Behinderung bei sich beschäftigen bis hin zum freiwilligen Engagement von Bürgerhelfern und Psychiatrieerfahrenen für Betroffene. Zudem stellen auch einige Landkreise und Kommunen ihre Inklusionspläne vor.

„Wir haben jetzt bereits schon ein sehr attraktives und breitgefächertes Programm mit viel Kultur, Sport und Spielangeboten, Tests zur Selbsterfahrung vom Rollstuhlparcours bis hin zum Augenmobil

– da ist für Besucher jeden Alters etwas dabei“, so Reichert. Darüber hinaus werde der Tag in enger Abstimmung mit den Verbänden und Betroffenen geplant – damit auch der „Tag der Begegnung“ am 25. Juni 2016 selbst so inklusiv als möglich von statten geht.

Weitere Informationen vorab – es bestehen noch Anmelde-möglichkeiten für inklusive Projekte und Ideen – gibt es unter www.bezirk-schwaben.de beziehungsweise bei der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit des Bezirks Schwaben, Telefon: 08 21 / 31 01 - 2 41, Email: pressestelle@bezirk-schwaben.de.



GESCHENKGUTSCHEIN ZUM VALENTINSABEND FÜR PAARE

In Zusammenarbeit mit dem Märchenatelier Fleschutz in Breitenbrunn bieten Wegweiser Rita und Armin Mayer einen Valentinsabend für Paare nach dem Motto „Wir tun uns gut, weil wir uns wert sind“. Wer am Samstag, 13. Februar 2015 um 19.30 Uhr im Märchencafe Kunterbunt in Breitenbrunn dabei sein will, darf sich auf ein Mehrgängebüfett mit kulinarischen Überraschungen freuen. Lassen sie sich herzlich einladen gemeinsam mit ihrem Partner/Ihrer Partnerin und genießen Sie diesen Abend und die Zeit miteinander. Freuen Sie sich auf ein festliches Essen in märchenhafter Atmosphäre mit Humor, Herzlichkeit und netten Gesprächen und erhalten Sie nebenbei wertvolle Anregungen und Impulse für Begegnung und Partnerschaft. Interessenten möchten sich bis spätestens 31. Januar 2016 bei Wegweiser Rita und Armin Mayer unter Festnetz: 0 82 83 / 26 41; Handy: 01 73 / 59 59 225; Mail: info@wegweiser-beziehung.de anmelden. Gerne schicken wir auf Wunsch auch einen Geschenkgutschein als besondere Idee zu verschiedenen Gelegenheiten.



Lisa`s Fahrschule

Fahren lernen **ohne Stress!**

Anmeldung jederzeit telefonisch
oder an Unterrichtstagen (Mo. + Mi. 19.00 Uhr)

Karl-Mantel-Straße 33 | 86381 Krumbach
Telefon 0173/8603049 | www.lisas-fahrschule.de