



26

Aus dem Inhalt

Beruf, Familie & Kinder

- 88 Bei der Augsburger Puppenkiste hängen die Stars an Fäden
- 94 Christiane Kersten näht Waldorfpuppen
- 104 Heidi Röhr sammelt Puppenkinder aus vielen Jahrzehnten
- 140 Zu Besuch bei der Gründerin des Erlebnis-Weihnachtsmarktes Bad Hindelang
- 154 Die Familie Sachenbacher-Stehle ist eine sportliche Familie
- 170 Die Hebamme in der Mühle
- 182 In Memmingen gibt es einen Spieleverleih
- 184 Eltern am Puls der Zeit: Zaubhaftes Weihnachten
- 186 Maxi & Mo auf den Spuren von Jesu Geburt
- 188 Kinderideen rund um Weihnachten
- 192 Recht im Alltag



8

Gesundheit, Wellness & Reisen

- 22 Ein Wintertag im Freien
- 36 Wickel – Balsam für Körper, Geist & Seele
- 42 Falkenstein war König Ludwigs letzter Traum
- 54 An der Adelegg lernten die Stuttgarter Skifahren
- 150 Karate – Der Weg der leeren Hand
- 160 Probleme mit der Harnblase und der operative Harnblasenersatz
- 174 Hormonsteuerung – so beeinflussen uns Östrogen & Co.



130

Mode, Wohnen & Dekoration

- 12 Deko-Tipp: Adventlich eingestimmt mit wildem Holz
- 40 Bastelanleitung für 24 gute Wünsche
- 130 Ein außergewöhnlicher Pulli zum Selberstricken
- 164 Handarbeiten fürs Dornröschen

112

98

108



Natur, Garten & Tiere

- 8 Im Winter enthüllt sich vor unseren Augen eine weiße Märchenwelt
- 18 Hermelin – Der weiße Mäuseschreck
- 62 Die Zirbe ist die Königin der Alpen
- 86 Das Skijöring in Kimratshofen ist Sport und Gaudi
- 146 Weihnachten kann eine Gefahr für Haustiere sein

Kochen, Küche & Gäste

- 26 Senf – international & individuell
- 30 Rezepte: Senf – der beliebte Scharfmacher aus dem Glas
- 74 Kakao pur
- 80 Kakaorezepte: Glück, das man essen kann
- 98 Schokolade – Die süße Verführung, nicht nur in der Weihnachtszeit
- 108 Erdnüsse im Garten –
Ein spannendes Projekt für Experimentierfreudige
- 112 Plätzle, Laible & Co. – Die besten Rezepte unserer LeserInnen
- 118 Rezepte für Fondue & Raclette

Kultur, Brauchtum & Technik

- 48 VUIMERA – Peter Stanneckers sucht nach dem reinen Ton
- 66 Die Kreisheimatstube Stoffenried ist ein Platz der vergangenen Zeit
- 122 Frida Herbold Hensens arbeitet als Porzellanmalerin
- 126 Zwei Allgäuerinnen haben bei der Häkel-WM teilgenommen
- 138 Weihnachtsmärkte im Allgäu
- 178 Der Allgäuer Hilfsfonds e. V. hilft schnell und unbürokratisch
- 180 Im Werdensteiner Moos kann man Weihnachtsbäume selber holen



94



80



18

74



164



40

