



Kreativ-Tipp!

Für *Allgäuerin*
von
Susanne Mair

Basteln mit Holz



Für Naturliebhaber hat sich »Die Allgäuerin« einen besonderen Zeitmesser einfallen lassen: eine Kreativuhr aus rustikalem Altholz.

Sie benötigen:

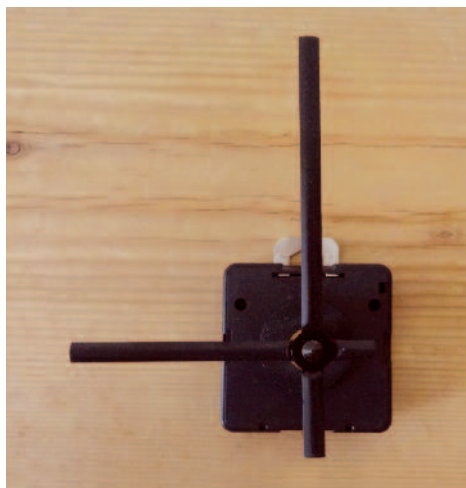
- Rustikale Altholzplatte mit Astlöchern oder groben Strukturen (60 x 25 cm)
- 1 Uhrwerk (Quartz-Uhrwerke gibt es ab rund 10 Euro; erhältlich z. B. im Uhrfachgeschäft)
- 1 Holzbohrer
- 4 kurze Kreuzschlitzschrauben
- 2 kurze Holzlatten (je 20 x 2 cm)
- Dekomaterial (z. B. Hagebutten, feiner Draht)



So gelingt's:

1. Das Brett auf die gewünschte Länge (60 cm) absägen.
2. Da alte Bretter oft rissig und teils instabil sind, ist es wichtig, auf der Rückseite die beiden Holzlatten mit je zwei kurzen Schrauben pro Latte am Brett zu fixieren (jeweils 5 cm vom oberen und unteren Rand entfernt).
3. Mit dem Holzbohrer ein Loch (8 mm Ø) für die Zeigerwelle des Uhrwerks bohren (ca. 18 cm vom oberen Rand). Somit ist im unteren Bereich der Uhr genügend Platz für Dekoration.
4. Das Uhrwerk nach Anleitung montieren.
5. Die Zeiger auf 12 stellen, um die Ziffern bzw. Punkte auf die richtige Position zu bringen.
6. Hagebutten auf einen dünnen Draht fädeln und zu einem Herz biegen. Das Deko-Element mit Stecknadeln am Brett fixieren.

Text: Susanne Mair, Johanna Strodl;
Fotos: Susanne Mair &



Zirbenholzbetten

... für natürlich guten Schlaf und Stressabbau

- Erhöht die Schlafqualität durch reduzierte Herzfrequenz
- Steigert Ihr Wohlbefinden

Gerne komme ich mit dem „Duft der Zirbe“ bei Ihnen vorbei!



ERICH REITEBUCH

SCHREINEREI & FENSTERBAU

87459 Pfronten · fon +49-83 63-8644 · www.reitebuch.de

JETZT NEU! Zirbenkissen online kaufen
Unser Online-Shop: www.kissen-zirbenkissen.de

Fit und entspannt durch gesunden Schlaf!

Zirbenkissen
mit Schafwolle

Die Zirbe – die „Königin der Alpen“

Die besonderen Öle der Zirbe können eine beruhigende und harmonisierende Wirkung auf Körper, Geist und Seele haben

- Verlängert die Tiefschlafphase
- Verringert die Wetterfühligkeit
- Sorgt für weniger Verspannungen
- Bringt mehr Energie
- Lindert das Schnarchen

- Verschiedene Stoffe & Ausführungen
- Sonderanfertigung nach Ihren Wünschen

Blume des Lebens
aus Zirbenholz

Erhältlich bei
Daniela Reitebuch
Im Lus 5
87459 Pfronten-Röfleuten
Tel. 0 83 63 - 96 02 86

Öffnungszeiten
Mi. und Sa. 9.00 - 12.30 Uhr
und nach tel. Vereinbarung.

www.kissen-zirbenkissen.de Daniela Reitebuch