Aus dem Inhalt

Familie – Frau – Kinder

8 Kräuterhexe Cornelia Matthes braut allerlei zusammen
30 Claudia Lau und Elke Hermann sind die »TraumFraun«
44 Im Westallgäuer Lindenberg wird die einzige Hutkönigin der Welt gekrönt
50 Frauen in Männerberufen: Unsere Druckerin
52 In Kimratshofen gibt es einen Wohlfühlort für Frauen
56 Hildegard Schwab-Heichele gibt den richtigen Ton an
114 Susanne Wiegleb schrieb »Liebe kommt auf leisen Pfoten«
134 Zur Sommer-Reisezeit landen wieder viele Tiere im Tierheim
162 Wenn die Kinder aus dem Haus gehen
184 Recht im Alltag

Natur und Garten

16 Hüter von Haus und Hof: Der Schwarze Holunder
20 Die Renaissance einer Gartenkönigin: Hortensien
24 Sommerzeit ist Balkonzeit
36 Der Schafmelker vom Öschlesee
38 Kein Sommer ohne Phlox
42 Gartenallerlei: Fröhliche Pfostenhocker und mehr
64 Tierasyl im Landgasthof
116 Familie Jocham bietet Kunst mit Stein und Wasser
138 Jäger der Nacht: Fledermäuse
142 Kinderstube Wald: Neues Leben überall
144 Einen Sommer lang – unterwegs im Rehrevier
152 Blumenschmuck trifft Kräuterduft

Gesundheit und Wellness

12 Im Waibelhof nimmt man sich Zeit für das Wesentliche
66 Shiatsu – Berührung, die bewegt
82 Minister Bernhard über gentechnisch veränderte Lebensmittel
102 Ein duftiges Erlebnis für Mensch und Tier

105 Imkerin Bernadette Grammetbauer hat Spaß mit ihren Bienen
108 Imkerinnen pflegen Königinnen
164 Die Haut – Spiegel der Seele
166 Im Juni ist Tag der Organspende
170 Keine Angst vor Zahnimplantaten
174 »Doc Energy« – der Weltmeistermacher
176 Heilpraktikerin Marga Schubert
178 Homöopathie für Kinder

Sport und Freizeit

146 Frauenhandball – Das Allgäu in der Bayernliga
156 Gleitschirm- und Drachenfliegen
180 Wer Katzen will, sollte sie kastrieren lassen

Wohnen und Dekoration

48 Jeder Ofen hat eine eigene Seele
58 »Die Scheune« in Argenbühl-Eisenharz
86 Tischdecken für einen schönen Sommertag

Mode und Styling

34 Taschen zum Nachnähen
74 Häkeln in bunten Sommerfarben
76 Pfiffige Mode für Allgäuerinnen
158 Christina Carle schneidert Trachten

Küche und Gäste

60 Sommersonnenwende - das große Fest des Sommers
90 Rezepte und Salatideen für die Grillsaison
110 Rezepte mit Honig
118 Spargelzeit ist Genießerzeit
128 Für die Sommerparty bestens geeignet: Trockene Kuchen und Obstkuchen

Kultur und Brauchtum

99 Im Sattlerhof auf Zeitreise gehen
149 Acht Frauen, Acrylfarben, Pinsel und Leinwand: Die Malküren