



8

Aus dem Inhalt

Beruf, Familie & Kinder

- 46 Auf der Alpe Schwanden verbringen zwei Schwestern die Sommer
- 50 Heidemarie Rudhart – Die Frau, die Kühe einstrickt
- 62 Tiefgründig mit vielfältigen Aromen – Winzerin Marie-Luise Hornstein
- 104 Bio-Ring-Allgäu e. V. – Christine Räder
- 144 Vertrauen in Frauen – der neue Umgang mit weiblichem Potenzial
- 160 Antje Pfeil-Birant begleitet als Pfarrerin Menschen in Krisensituationen
- 162 Claudia Jashamba Gschwind ist seelisch-spirituelle Sterbebegleiterin
- 192 Eltern am Puls der Zeit: Kinderbücher
- 194 Maxi & Mo im Museum
- 196 Kinderideen rund um das Bilderbuch
- 200 Pro familia
- 204 Recht im Alltag



104

Gesundheit, Wellness & Reisen

- 26 Das Gottesackerplateau und der Tanzplatz der Götter
- 88 Das Wandern ist des Müllers Lust! Der »Sommer-Hütten-Check« Teil 2
- 148 Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung
- 152 iTCM – die etwas andere Klinik in Illertissen
- 178 Drogentherapie auf dem Bauernhof
- 182 AD(H)S und Burnout – in Selbsthilfegruppen Unterstützung finden
- 186 Atem ist Lebenskraft – Maria Wiest ist Atempädagogin
- 190 Atem-Übungen mit Maria Wiest



36

Mode, Wohnen & Dekoration

- 40 Unser Deko-Tipp ist vom Herbst und seinen leuchtenden Farben inspiriert
- 72 Mooskugeln mit Glocken-Heide
- 74 Mit Trends und den richtigen Farben in Herbststimmung
- 78 Perlenstaucher, Stulpen & Stutzen
- 84 Maxi Wirsching aus Dietmannsried fertigt ganz besonderen Schmuck
- 114 Neckholder-Mieder als Verbindung von Tradition und Moderne



120



20



72

- 140 In Tracht bisch g'richt! – Anleitung für eine Trachtenjacke
- 198 Mamabutterfly – Mit Kreativität und Beharrlichkeit gründete Uschi Draxler ihr eigenes Modelabel

Natur, Garten & Tiere

- 8 Herbstliches Farbenfeuerwerk mit Chrysanthemen
- 14 Duft- und Kräutergarten im Kurpark Bad Wörishofen
- 20 Uralte Bäume am Hochgrat
- 110 Was darf mein Hund in der Natur?
- 166 Ein Hotel für den Igel!
- 170 Der Eichhörnchenwald – ein Wald voller Überraschungen
- 174 Die Sprache der Tiere lernen

Kochen, Küche & Gäste

- 30 Zünftige Hüttenküche
- 54 Der Capella-Hof
- 58 Käse – übers richtige Schneiden und Lagern
- 68 Köstlichkeiten aus der Bio-Küche
- 94 Das Kürbisparadies Spieler
- 100 Durch den Bio-Dschungel
- 106 Die Lieblingsrezepte von Christine Räder und ihrer Familie
- 122 Herzhafte Herbstküche

Kultur, Brauchtum & Technik

- 36 Die Schindelmacherin Annabelle Hummel
- 92 Vihscheidtermine 2012
- 116 Die Argen River Band bringt Bluegrass ins Allgäu
- 120 Christine Kimmerle legt aufwendige Körnerbilder
- 126 »Wir 18« sind seit 40 Jahren musikalisch unterwegs
- 130 Auf neuen Wegen – Künstlerin Gerda Neuschel
- 136 Barbara Wolfart hat sich den vielen Facetten der Kunst verschrieben
- 142 Maria-Rosa Kahle ist dem Tassensammeln verfallen
- 156 Hinterglasmalerin Annemarie Maidel

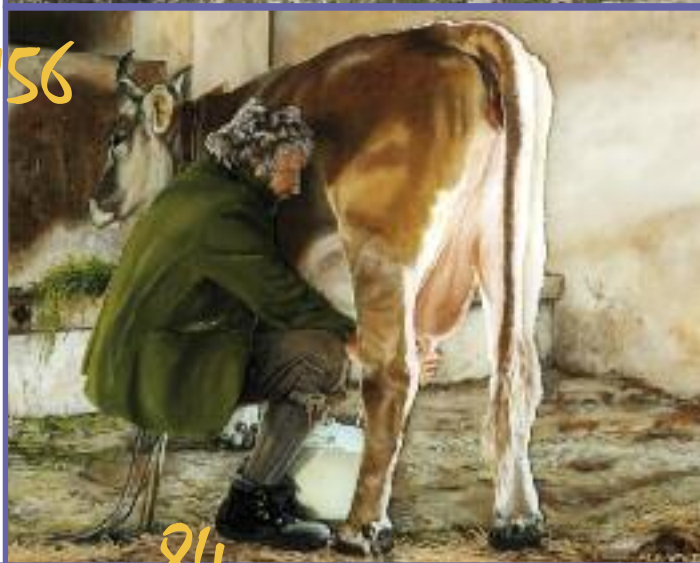
30



26



156



130 54



84

