



100

Aus dem Inhalt

Beruf, Familie & Kinder

- 16 Kremer Farbmühle – die Farben der Alten Meister
- 34 Die Märchenerzählerin Annika Hofmann
- 52 Vergolderin Schaffler Karoline
- 56 Schloss Neuschwanstein
- 64 Iglu-Lodge
- 80 Kinderspiele-Redakteurin Katja Volk
- 84 Die Schneidermeisterin Katja Winnichner
- 100 Steinschleifer Reiner Augsten
- 122 Heimisches Pelzwerk im Mittelpunkt
- 126 Die Schafkopf-Weltmeisterin
- 136 Die Modistin und Hutmacherin Marita Prestel
- 140 Die Jungbuchautorin Jana Barth
- 144 Frauen-Eishockey Memmingen
- 176 Die Unternehmerin des Jahres 2012 Ute Leube
- 198 Eltern am Puls der Zeit: Kinder und Geheimnisse
- 200 Maxi & Mo als Tomte Tummetott
- 202 Kinderideen: Bastle dir deine eigene Wichtelmütze
- 204 Recht im Alltag



56

Gesundheit, Wellness & Reisen

- 22 Breitachklamm
- 46 Zimt hilft der Gesundheit
- 76 Die Histaminintoleranz (HIT)
- 160 Die Sternwarte Waldburg
- 164 Schneeschuhwandern – ein Traum in Weiß
- 168 Wintersport Frauenskispringen Katharina Althaus
- 186 iTCM – die etwas andere Klinik in Illertissen 2. Teil
- 190 KISS-Syndrom – Osteopathie bei Babys



194

Mode, Wohnen & Dekoration

- 26 Dekorationen »Sei gegrüsst lieber Nikolaus!«



64



186



52

- 30 Christbäume aus Bayern
- 44 Dekorationen mit Zimt
- 60 Advenstskranz mit Weihnachtssternen
- 88 Die Eislaterne – eine tolle Winterdekoration
- 118 Wohnen und Dekorieren mit der Filzerin
- 174 Weihnachtskugeln mit Spaß ...
- 184 Trachtenjacke für Sie mit Anleitung

Natur, Garten & Tiere

- 8 Christrosen – Lichtblicke im Winter
- 12 Curley – die Pferde mit den Locke
- 104 Der Luchs auf leisen Pfote
- 108 Die Grünen Berufe von Barbara Oswald
- 194 Achtung Welpenkauf!
- 197 Herz für Tiere – Tierheim Rieden in Füssen

Kochen, Küche & Gäste

- 42 Wärmende Winterrezepte
- 50 Rezepte mit Zimt
- 72 Winterzeit ist Backzeit
- 78 Histaminfreie Rezepte
- 112 Wintergemüse Rezepte für die kalte Jahreszeit
- 148 Rezepte quer durch den Alltagsküche

Kultur, Brauchtum & Technik

- 38 Kutschenmuseum – das Märchen von Hinterstein
- 58 Weihnachtsmarkttermine
- 70 Schlitten »Vergnügliche Abfahrt« mit Bob und Schlitten
- 90 Die Lyrikerin Stefanie Kemper
- 94 Restauratorin für Orientteppiche Carmen Sendelbach
- 132 Museum der Bayerischen Könige
- 134 Landkreise im Fokus – Das Ostallgäu
- 178 Das Frauenmuseum in Hittisau

46



104



72



8

88



12

