

Aus dem Inhalt

Beruf, Familie & Kinder

- 14 Ein Familienunternehmen seit 200 Jahren
- 18 Die Marionettenoper in Lindau
- 42 Teefrau Margarete Winkler
- 78 Das Harfenspiel mit Martina Noichl aus Oberstdorf
- 118 Singen für einen guten Zweck
- 124 Das Generationenhaus in Sontheim
- 146 Die Schnürkasperl aus Oberammergau

Bewegung & Freizeit

- 8 Winterwandern »3-Höfe-Tour«
- 84 Alpenländische Weihnachtsoper in Bad Hindelang
- 112 Kulinarik in der »Alten Kanzlei« in Wangen
- 116 Das junge Gesangstalent Mona Schmid aus Kempten
- 130 Das s'UM & AUF im Tannheimer Tal

Gesundheit & Wellness

- 46 Gesunder Tee Genuss
- 200 Wenn die Kinderseele krank ist

Mode, Wohnen & Dekoration

- 30 Kreative Adventskränze der Gärtnerei Kuhn
- 36 Adventskalender mit kleinen Söckchen
- 94 Kreative Türschilder und Holzlöffel aus Holz
- 102 Bienenwachskerzen selbstgemacht
- 142 Holzwinterlichter aus Zirbenholz
- 168 Martina Schütz – die Kreative aus Sulzberg
- 176 Herren-Gewand – die Weste zum Selbermachen 1. Teil
- 182 Taschen aus alten »Allgäuerinnen«
- 186 Das Ärmelchen ist vielfältig tragbar



Natur, Garten & Tiere

- 136 Lawinhunde bei der Bergwacht
- 156 Garten-Praxis-Tipp
- 160 Chiccorée – der Wintersalat

Kochen, Küche & Gäste

- 50 Plätzchen-Rezepte
- 58 24 kleine Genüsse für den Adventskalender
- 108 Rezepte aus der »Nachbarschaft« Schweden
- 150 Wildrezepte Gesund & Lecker
- 155 Gewürz »Wacholder« im Portrait
- 162 Chicorée-Rezepte

Kultur, Brauchtum & Termine

- 24 Der historische Blaudruck von Petra Kortmann aus Sulzberg
- 38 Die Adventskalender-Sammlerin Susanne Schindler
- 54 Der Krippenbauer Peter Manthei aus Wolfegg
- 66 Franz Horn aus Missen-Wilhams und der Nikolaus
- 70 Der Weihnachtsmarkt in Diessen ist ganz ohne Strom
- 88 Weihnachtsbräuche im Allgäu
- 98 Kerzen für die Kirchen

Rubriken

- 6 Briefkasten **Verlosung!**
- 76 Weihnachtsmarkttermine
- 106 Weihnachtliche Geschenktipp
- 192 Für Sie gefunden – Schönes, Nützliches und Neues
- 194 Regio-Presse
- 196 Geld, Finanzen und Versicherung
- 198 Termine – wo ist was los?
- 203 Bezugsquellen
- 204 Schaufenster
- 208 Rätselspaß **Verlosung!**
- 210 Impressum, Ausblick

