

Der Sonthofer

Informationen aus der Alpenstadt | 12/2022

www.stadt-sonthofen.de

**Sonderthema
Geschenkideen**

ab Seite 33

**Christbaumschmücken
Wer hilft mit?**

**Ökologische Aufwertung
des Kalvarienbergs**

**Sonthofen liest
im Dezember**

**Adventsveranstaltungen
in Sonthofen**

Allgäu



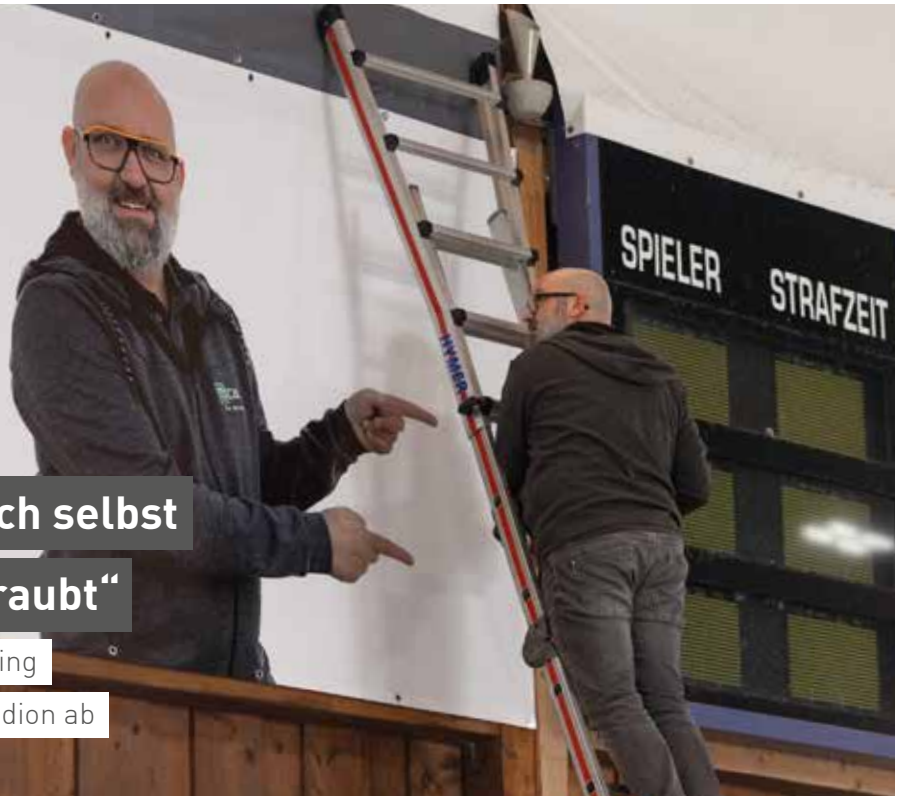
Besuche Sonthofen



www.sonthofen.de



Das Werbewerk.



„Da hat der Chef sich selbst
an die Wand geschraubt“

#großformatdruck #sponsoring

Christian, hängt jetzt im Eisstadion ab

+49 (0) 8321 | 60 76 444

info@mica-werbewerk.com

www.mica-werbewerk.com



Werben in

Der Sonthofer

Diese Ausgabe erscheint am 21.12.2022
und liegt 6 Wochen auf!

Weihnachts- und
Neujahrswünsche

...für Ihre Kunden und Geschäftspartner

werbe blank 
media- und werbeagentur

Anzeigenschluss ist der 05.12.2022

ANZEIGEN HOTLINE: Telefon 083 21 / 66 26 - 0

Telefax: 0 83 21 / 66 26 - 27
sonthofer@werbe-blank.com
werbe-blank.com/der-sonthofer

Passy feiert den Titel

Alpenstadt des Jahres 2022

Die französische Stadt Passy feierte am 14. Oktober die Verleihung des Titels „Alpenstadt des Jahres 2022“. Delegationen anderer Städte, die dem gleichnamigen Verein angehören, sowie zahlreiche Bürgerinnen und Bürger aus Passy waren zum Festabend geladen. Bürgermeister Raphaël Castéra stellte dort die bereits umgesetzten und geplanten Initiativen für eine nachhaltige Stadtentwicklung vor.

Offenheit für Neues und Innovatives bewies die Stadt auch beim feierlichen Anlass im Festsaal, bei dem rund 250 Menschen anwesend waren. Neben der Vorstellung der Projekte und Aktivitäten der Stadt durften unterschiedliche Kunstschaffende aus der Region die Bühne für eigens entwickelte Werke nutzen.

Die Präsidentin des Vereins „Alpenstadt des Jahres“ Ingrid Fischer, in Sonthofen zweite Bürgermeisterin, sowie der Bürgermeister der Alpenstadt 2021 Biella/Italien freuten sich in ihren Grußworten über die Zusammenarbeit mit Passy. Nathalie Morelle überbrachte als Vertreterin der Alpenkonvention ebenfalls die besten Glückwünsche und betonte, dass die Alpenstädte wichtige Partner sind, die eine Verbindung zwischen dem internationalen Vertrag der Alpenkonvention zur nachhaltigen



Das Foto zeigt den stolzen Bürgermeister von Passy mit der Vereinspräsidentin Ingrid Fischer bei der Übergabe der Gastgeschenke aus Sonthofen an die neue Alpenstadt des Jahres.

Entwicklung des Alpenraumes und seiner konkreten Umsetzung vor Ort herstellen.

Aktivitäten im Verein

„Wir freuen uns sehr, Mitglied im Verein Alpenstadt des Jahres zu sein und auf den furchtbaren Austausch mit anderen Städten, die vor ähnlichen Herausforderungen stehen“, erklärte Bürgermeister Raphaël Castéra. Er wurde an der Mitgliederversammlung des Vereins, die am selben Tag in Passy stattfand, in den Vorstand gewählt. Die Vertreterinnen und Vertreter der

Alpenstädte tauschten sich am Nachmittag außerdem in einem Workshop aus und stellten ihre guten Beispiele zur Umsetzung der Alpenkonvention vor – etwa die Radstadt Sonthofen, die erfolgreich Aktivitäten bei der sanften Mobilität umsetzt, oder die Stadt Brig-Glis/Schweiz, die Hitzeinseln mit niederschweligen Maßnahmen aufwertet und kühlt. Die Tage in Passy waren geprägt von fruchtbarem Austausch, wertvollen Beiträgen zu guten Beispielen und dem Feiern des neuen Mitglieds in der Alpenstadt-Familie.

 <p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">RECHTSANWÄLTE</p> <p>GG Rechtsanwälte Richard-Wagner-Str. 1 87527 Sonthofen Tel. 08321 / 608 70-0 info@gganwaelte.de www.gganwaelte.de</p> 	 <p>DR. MICHAEL GEBHARD</p> <p>Rechtsanwalt Fachanwalt für:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Medizinrecht • Bau- und Architektenrecht • Miet-/Wohnungseigentumsrecht 	 <p>ALEXANDRA GEBHARD</p> <p>Rechtsanwältin</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arbeitsrecht • Erbrecht • Familienrecht • Medizinrecht 	 <p>MORITZ DISTLER</p> <p>Rechtsanwalt</p> <ul style="list-style-type: none"> • Miet-/Wohnungseigentumsrecht • Verkehrsrecht <p>Fachanwalt für:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bau- und Architektenrecht 	<p>Für Sie, unser Wissen ...</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arbeitsrecht • Architektenrecht • Arzthaftungsrecht • Baurecht • Erbrecht • Familienrecht • Grundstücksrecht • Medizinrecht • Miet- und Pachtrecht • Ordnungswidrigkeitenrecht • Unfall-/Schadensachen • Verkehrsrecht • Vertragsrecht • Wohnungseigentumsrecht <p>... profitieren Sie davon!</p>
---	---	---	--	---



Gewinnerin Marlies Aschenbrenner
© Foto FILI CONCEPT

Einkaufen in Sonthofen

mit dem gewissen Extra

Die stimmungsvoll dekorierten Schaufenster und der vorweihnachtliche Lichterglanz verführen zum Einkaufsbummel in der Alpenstadt. Gut, wenn man dann ein Extra-Budget in der Tasche hat, um nicht nur Geschenke für die Lieben zu shoppen, sondern auch, um sich selbst einen Spontankauf gönnen zu können. Die vier Gewinnerinnen des Sonthofer Jahresspiels im Oktober sind bestens ausgestattet, denn sie haben bereits ihr Extra-Budget in Form eines Einkaufsgutscheins in Höhe von 50 Euro erhalten!

Marlies Aschenbrenner, Hilde Waibel, Sonja Hartmann aus Sonthofen sowie

Desiree Beccara aus Obermaiselstein wurden aus den teilnehmenden Karten gezogen. In Sonthofen gilt ganzjährig: Wer in den der Wirtschaftsvereinigung Attraktives Sonthofen AS e.V. angeschlossenen Geschäften einkauft und sich seine Einkäufe auf den ausliegenden Teilnahmekarten bestätigen lässt, kann schon bei der nächsten Auslosung einen Einkaufsgutschein gewinnen. Mehr zu den Teilnahmebedingungen auch unter: www.alpenstadt.info/jahresspiel

So macht die Adventszeit doppelt Freude!

Januar-Anmeldung in

Kitas und Mittagsbetreuung

Als familienfreundliche Stadt möchte die Stadt Sonthofen ihren Bürgerinnen und Bürgern den Weg zur optimalen und bedarfsgerechten Kinderbetreuung erleichtern. Grundlage hierfür ist ein breitgefächertes und modernes Angebot, welches die Bedürfnisse von Eltern und Kindern berücksichtigt. Um die Anmeldung für Eltern und Kinder zu erleichtern, wurde ein modernes, transparentes und datenschutzkonformes Onlineverfahren eingeführt. Dieses hat sich bewährt und wird auch im Jahr 2023 wieder über das Bürgerserviceportal auf der städtischen Webseite der Stadt Sonthofen (www.stadt-sonthofen.de/bildung-soziales/jugend-familien/kindertageseinrichtungen) angeboten. Auf diesem Portal erhalten die Interessierten zum einen den vollständigen Überblick über das Angebot der kommunalen Einrichtungen und das der freien Träger. Es umfasst sowohl Krippen, Kindergärten, Horte und auch die Mittagsbetreuung. Die Nutzer haben dort dann auch die Möglichkeit, ihren Bedarf für einen Kinderbetreuungsplatz online vormerken zu lassen. Zu beachten ist, dass eine Anmeldung nur im Januar erfolgen kann.

Vor der Anmeldung gilt es natürlich, die geeignete Einrichtung für das Kind auszusuchen. Hier wird empfohlen, sich auf der jeweiligen Homepage über das entsprechende Angebot zu informieren oder auch telefonisch Kontakt

mit der Leitung aufzunehmen. Wie die Anmeldung funktioniert, erläutert das über den Barcode abrufbare Erklärvideo.



Fachbereich Verkehr

im Haus Oberallgäu erreichbar

Der Fachbereich Verkehr ist seit November im Haus Oberallgäu (Richard-Wagner-Straße 14) angesiedelt. Notwendig geworden ist dieser Umzug durch die Raumnot im Rathaus.

Der Fachbereich Verkehr mit seiner Bußgeldstelle ist in der neuen Außenstelle zu folgenden Öffnungszeiten erreichbar:

Montag: geschlossen

Dienstag: 08.00 bis 13.00 Uhr

Mittwoch: 13.30 bis 17.00 Uhr

Donnerstag: 08.00 bis 12.00 Uhr

Freitag: geschlossen

Termine außerhalb dieser Öffnungszeiten können natürlich jederzeit telefonisch vereinbart werden (08321/615-318). Parkplätze stehen in ausreichender Anzahl direkt vor dem Haus Oberallgäu zur Verfügung. Wichtig zu wissen ist, dass die Bezahlung von Strafzetteln weiterhin nur im Rathaus möglich ist. Die Stadtverwaltung empfiehlt, die Bußgelder zu überweisen.

Markierungsarbeiten

erst im Frühjahr möglich

Die Stadtverwaltung weist darauf hin, dass ausstehende Markierungsarbeiten wie Piktogramme für Zone 30 und Sperrflächen (zum Beispiel im Zainschmiedeweg) erst im kommenden Frühjahr durchgeführt werden können. Markierungsarbeiten sollten aufgrund der Witterung mit niedrigen Temperaturen und hoher Feuchtigkeit nur von Mai bis September ausgeführt werden. Die Stadtverwaltung bittet um Verständnis.

Abfallentsorgung



Problemmüll

keine Problemmüllsammlung im Dezember

Blaue Papiertonne 51. Kalenderwoche (19./20./21. Dezember)

Restmülltonne Mittwoch ungerade Kalenderwoche

Biotonne Mittwoch gerade Kalenderwoche

Wertstoffzentrum Sonthofen

(mit Bauschutt, Grünmüll und ZAK-Kaufhaus)

Mo, Di, Do, Fr: 10.00 bis 18.00 Uhr

Mi: 13.30 bis 18.00 Uhr

Sa: 9.00 bis 14.00 Uhr

Bitte stellen Sie Ihre Müllgefäße am Abfuhrtag ab 7.00 Uhr zur Leerung bereit! Mehr Infos unter: www.zak-kempten.de/abfuhrtermine.html.



Kinderhaus Nord verhilft

zur Barrierefreiheit

Aus einer Lego-Spende von Lotto Scheck in Immenstadt bauten Kinder des Kinderhauses Nord in Sonthofen zwei bunte Lego-Rampen.

Jetzt ist das Geschäft barrierefrei, sodass es für alle Kunden ohne fremde Hilfe zugänglich ist. Mit dem Zug führen die Kinder voller Vorfreude nach Immenstadt, um die selbstgebauten Rampen persönlich zu überreichen.

Energie-Tipp

Alte Fensterdichtungen austauschen

Manche Hausbesitzerinnen und Hausbesitzer würden gerne ihre alten Fenster gegen winddichte und dreifach verglaste Modelle austauschen. Allerdings haben gerade auch die meisten Fensterbauer volle Auftragsbücher. Es gibt aber eine Sofortmaßnahme, die sich schnell umsetzen lässt: der Austausch alter Fensterdichtungen. Damit sinken nicht nur die Heizkosten, es steigt auch der Wohnkomfort – ohne großen Aufwand und auch ohne lange Wartezeit auf einen Handwerker. Mit etwas Geschick kann die Dichtung selbst ausgetauscht werden.

Zuvor wird allerdings mit einem Papiertest geprüft, ob tatsächlich Handlungsbedarf besteht. Dazu wird ein Blatt Papier zwischen Fensterflügel und Rahmen gelegt. Lässt sich nach dem Schließen das Blatt herausziehen, ist das ein sicheres Zeichen für ein undichtes Fenster.

Vor dem Austausch der Dichtung muss zunächst der passende Ersatz besorgt werden – entweder im Internet oder im Baumarkt. Letzteres hat den Vorteil, dass man ein Stück der alten Dichtung

mitnehmen und im Geschäft vergleichen kann. Ist die passende Dichtung gefunden, wird zuerst die alte komplett entfernt. Danach bringt man die neue Dichtung an.

Sonthofens Altbürgermeister

Karl Blaser verstorben

Die Stadt Sonthofen trauert um ihren Ehrenbürger und Altbürgermeister Karl Blaser, der im Oktober in Sonthofen verstorben ist.

Karl Blaser wurde am 27.08.1931 in Sonthofen geboren. Er hat im Alter von 15 Jahren im Jahr 1946 seine Ausbildung zum Verwaltungsangestellten



bei der Marktgemeinde Sonthofen begonnen. Aufgrund seines Fleißes stieg er später in den gehobenen Dienst auf. 1960 wechselte er in die Verwaltung nach Waldkraiburg.

Am 20.12.1964 wurde Karl Blaser (SPD) zum Ersten Bürgermeister der Stadt Sonthofen gewählt. Blaser war zu diesem Zeitpunkt der erste berufsmäßige Bürgermeister der Stadt.

In seiner 30-jährigen Amtszeit konnte er dank seiner Weitsicht die Stadt Sonthofen in entscheidenden Bereichen neu strukturieren und diese von der Marktgemeinde zur Kreisstadt des Oberallgäus weiterentwickeln.

So waren die Jahre 1960 bis 1969 geprägt von der Umstrukturierung der Sonthofer Schullandschaft. Um den gestiegenen Schülerzahlen Rechnung zu tragen, wurden die Grundschulsprengele neu eingeteilt und viele zusätzliche Schulgebäude errichtet. Sonthofen konnte seit dieser Zeit auch den



gehobenen Schulabschluss durch die Errichtung eines Gymnasiums und ab 1970 auch einer Fachoberschule anbieten.

Die Gebietsreform ab dem Jahr 1971 zeigte sich als kommunalpolitische Herausforderung für die Rathäuser in Bayern, bei der Karl Blaser um den Verbleib des Landratsamtes in Sonthofen kämpfen musste. Auch wenn der Alt Landkreis Sonthofen zugunsten des größeren Landkreises Oberallgäu in diesen aufging, gelang es ihm und dem damaligen Stadtrat doch, dass Sonthofen weiterhin Kreisstadt blieb. 1976 konnte das Stadtgebiet in diesem Zuge um Altstädten als weiteren Ortsteil erweitert werden.

Karl Blaser hat in seiner drei Jahrzehnte umfassenden Amtszeit das Erscheinungsbild der Stadt maßgeblich verändert. Das Gewerbegebiet Handwerkhof, das neue Rathaus und die Marktangertiefgarage wurden währenddessen entwickelt und umgesetzt.

Mit Karl Blaser verliert die Stadt Sonthofen einen Sonthofer mit Leib und Seele. Blaser hat sein Wirken und Tun stets in den Dienst der Stadt gestellt. Dafür wurde er 1995 zum Ehrenbürger der Stadt und zum Altbürgermeister ernannt.

Die Stadt Sonthofen gedenkt eines Menschen, der mit großem Verantwortungsbewusstsein über viele Jahrzehnte die Geschicke der Stadt gelenkt hat. Das Mitgefühl gilt seiner Familie.

Weniger Energieverbrauch durch LED-Weihnachtsbeleuchtung

In diesem Winter lautet die Devise: Energiesparen. Zu den vielen Überlegungen gehört hier auch die Frage, ob eine stimmungsvolle Weihnachtsbeleuchtung in solchen Zeiten vertretbar ist. Nach einer Besprechung im Rathaus war dann klar – ja, sie ist vertretbar. Denn Sonthofen hat in den vergangenen Jahren schon viele Energiekiller eliminiert. Die Weihnachtsbeleuchtung, die die Stadtverwaltung zum Schmücken der Innenstadt verwendet, besteht ausschließlich aus LEDs. Für die Verantwortlichen war zudem wichtig, dass gerade in diesen schwierigen Zeiten vorweihnachtliche Stimmung auch im Stadtgebiet geschaffen wird, die alle Menschen erfreut.

Neu angeschafft wurde in diesem Jahr die Beleuchtung der großen Weihnachtsbäume im Stadtgebiet. Diese wurde nun auch komplett auf LED umgestellt. Beleuchtet werden Weihnachtsbäume auf dem Rathausplatz,

dem Oberen Markt und auch auf dem Bürgermeister-Waltenberger-Platz. In diesem Jahr wird von einem weiteren Baum auf dem Spitalplatz abgesehen, da aufgrund der Baustelle am Gasthof Hirsch nicht mit einer großen Besucherfrequenz in diesem Bereich gerechnet wird. Die Beleuchtung der Bäume wie auch der Schweife und der Sterne in der Innenstadt ist so geschaltet worden, dass diese zum Einbruch der Dunkelheit eingeschaltet werden. Sie leuchten bis 22.00 Uhr und dann erst wieder morgens ab 6.00 Uhr bis zum Einsetzen der Helligkeit. Dies wird auch schon seit vielen Jahren so gehandhabt. Kleiner Wermutstropfen ist, dass das freie Wlan Sonthofen aus technischen Gründen im Bereich des Oberen Marktes nur während dieser Zeiten erreichbar ist, da sich Weihnachtsbeleuchtung und der Wlan-Router in diesem Bereich die gleiche Stromversorgung teilen. Nächste Einwahlmöglichkeit ist im Bereich des Rathausplatzes und in der Hochstraße.

Von einer Weihnachtsbeleuchtung am Rathausgebäude wird in diesem Jahr abgesehen.

Sitzungstermine Dezember

- 1. Dezember, 18.30 Uhr**
Haupt- und Finanzausschuss
- 8. Dezember, 18.30 Uhr**
Bau- und Umweltausschuss
- 13. Dezember, 18.30 Uhr**
Stadtrat

Die Sitzungen der Ausschüsse finden im Sitzungssaal des Rathauses statt. Der gesamte Stadtrat trifft sich im Haus Oberallgäu. Die Tagesordnungen werden durch die örtliche Presse und per Aushang bekannt gegeben. Sitzungstermine und Beschlüsse, die in öffentlichen Sitzungen gefasst worden sind, können Sie auf der städtischen Webseite unter www.stadt-sonthofen.de/stadtpolitik/stadtrat/ einsehen.



Firestone



Danke an unsere Kunden.

Frohe Weihnachten!

point S Reifen Schubert GmbH
Reifen, Räder, Auto-Service.
Mittagstraße 10 • 87527 Sonthofen-Rieden • Tel.: 08321-66120
info@reifen-schubert.de • www.reifen-schubert.de



Alpsee.Grünten &
Das Allgäu-Ferienmagazin

OBERSTDORFER GIPFELSTORMER

Alpsee.Grünten
Das Allgäu-Ferienmagazin

DIE NEUE AUSGABE ERSCHEINT SCHON DIESES WOCHENENDE!

Erhältlich an allen bekannten Auslagestellen und jederzeit online auf www.dasallgaeuferienmagazin.de

werbe blank

WERBE-BLANK.COM // TEL.+49 (0) 8321-6626-0 // CONTACT@WERBE-BLANK.COM



(v.l.n.re.): Sonthofens Altbürgermeister Hubert Buhl, Erster Bürgermeister Christian Wilhelm, Ulrich Gräf, seit 1992 Geschäftsführer der Distriktspitalstiftung Sonthofen und Geschäftsführer der AllgäuPflege gGmbH, Immenstadt Altbürgermeister Gerd Bischoff (2.v.re.) war von 1996 bis 2020 Stiftungsvorsitzender der Gräflisch-Königsegg-Rothenfels'schen Spitalstiftung und Waisenhausstiftung Immenstadt. Ganz rechts im Bild der stellvertretende Oberallgäuer Landrat Roman Haug © Foto: Stodal

525 Jahre

Distriktspitalstiftung Sonthofen

Die „Domprobst Wenger und Bischof Friedrich II. Graf von Zollern'sche Distriktspitalstiftung Sonthofen“ blickt heuer auf ihr 525-jähriges Bestehen zurück. Im späten Mittelalter gegründet, ist ihr soziales Wirken bis heute für die Menschen in der Kreisstadt und darüber hinaus spürbar. Denn die Stiftung, deren komplizierter Titel gemeinhin auf „Distriktspitalstiftung Sonthofen“ abgekürzt wird, ist eine der Gesellschafterinnen der AllgäuPflege gGmbH mit zahlreichen Altenhilfeeinrichtungen im ganzen Oberallgäu. Nun wurde das Stiftungsjubiläum in Anwesenheit zahlreicher Ehrengäste mit einem feierlichen Festakt im Haus Oberallgäu in Sonthofen begangen.

Eine verlässliche Konstante in der Arbeit der Distriktspitalstiftung stellte in den zurückliegenden 25 Jahren Sonthofens Altbürgermeister Hubert Buhl dar. Am 25. Februar 1997 übernahm er als damals neu gewählter Erster Bürgermeister das Amt als Stiftungsvorsitzender und bekleidete dieses ein Vierteljahrhundert lang. Nun übergab er die Position an Sonthofens amtierenden Ersten Bürgermeister Christian Wilhelm. Jener würdigte das langjährige unermüdliche Schaffen und den großen Einsatz seines Amtsvorgängers. Hubert Buhl habe die ehrenamtliche Aufgabe als Vorsitzender der Distriktspitalstiftung mit enormem Engagement „mehr als hervorragend“

**Für vorgemerkte Kunden gesucht:
Häuser, Grundstücke und ETW**

Stuibengeweg 10 · 87527 SF-Altstädten · Tel. 08321/71999
www.immobilien-allgaeu.com

erfüllt und dabei auch in seinen Zeiten als amtierender Bürgermeister stets ein offenes Ohr für die Belange der Stiftung und einen Blick für das Wohl der Seniorinnen und Senioren im Landkreis gehabt. „Du hinterlässt sehr große Fußstapfen und ein sehr gut bestelltes Haus“, so Wilhelm.

Fachbereich Verkehr überprüft

verstärkt Geschwindigkeiten

Der Fachbereich Verkehr weist darauf hin, dass in den nächsten Wochen mit verstärkten Geschwindigkeitskontrollen im Stadtgebiet gerechnet werden muss. In den Fokus gerückt wird der Bereich der Martin-Luther-Straße, da hier eine besondere Gefährdung für die SchülerInnen der angrenzenden Realschule und auch die BewohnerInnen des betreuten Wohnens der Caritas erkennbar ist.

Der Fachbereich Verkehr bittet gerade jetzt in der dunklen Jahreszeit um Rücksichtnahme auf die anderen Verkehrsteilnehmenden, vor allem auf die schwächeren.

Bürgertreff Zahnrad



Aktivitäten im Dezember

Treffpunkt Haus Oberallgäu

Gesprächskreis – Für Philosophie-interessierte aller Generationen

Am 5. und 19. Dez. von 18.30 bis 20.30 Uhr. Infos gibt Wolfgang Riedel, Tel. 08321/7208191.

Ganzheitliches Gedächtnistraining

Am 7. Dez. von 15.00 bis 16.15 Uhr (Raum Stuiben). Infos gibt Renate Rädler, Tel. 08321/7209676

Offene Kartenrunde

Schafkopf, Rommé, 66 usw. Am 21. Dez. von 14.00 bis 16.00 Uhr (Raum Stuiben). Infos gibt Wilhelm Radomski, Tel. 0171/1482527.

Frühstückstreff

Dienstags von 8.30 bis 10.30 Uhr (Raum Stuiben). Infos gibt die Freiwilligenagentur unter Tel. 08321/6076213.

Digital fit im Alter

Informationen rund um Smartphone, Tablet und Computer

Montags 11.00 bis 12.00 Uhr Impulsvortrag zu folgenden Themen: 5. Dez. Sicherheit am Telefon und im Internet – Thema Anrufbetrüger. 12. Dez. Fernsehen und Radio hören über das Internet. 19. Dez. Ordnung auf dem Computer, Daten und speichern. Eine Anmeldung ist erforderlich! Informationen gibt Ulrich Adler unter Tel. 08321/723662.

Praktische Hilfen im Umgang mit Smartphone, Tablet und Computer

Sie haben Probleme im Umgang mit Smartphone, Tablet und Computer? Ulrich Adler vom Bürgertreff bietet ab sofort individuelle Unterstützung im Umgang damit an. Eine Anmeldung ist erforderlich! Informationen unter Tel. 08321/723662.

Wanderangebote im Dezember

Wandergruppe (ca. 1,5 – 2 Std. / in der geraden KW). 1. Dez. und 15. Dez. um 10.00 Uhr. Treffpunkt am Rathausplatz Sonthofen. Infos gibt die Freiwilligenagentur unter Tel. 08321/6076213.

Beratung „Rund ums Älterwerden“

Jeden 2. Dienstag im Monat 15.00 Uhr (nach Vereinbarung). Anmeldung bei Gabi Kolitsch-Radomski Tel. 08321/6601-22.



Weihnachtsbaumschmuck

für die Tanne am Rathausplatz gesucht

Wo sind die begeisterten Bastlerinnen und Bastler? Alle Jahre wieder ist die Stadtverwaltung auf der Suche nach Unterstützenden, die beim Schmücken der großen Tanne auf dem Rathausplatz mithelfen.



Der schön herausgeputzte Baum ist in jeder Vorweihnachtszeit ein Hingucker für Groß und Klein. Daher wird die Stadtverwaltung auch dieses Jahr wieder die fleißigen Bastler mit einem kleinen Geschenk belohnen. Wer bis zum 6. Dezember ein Foto von sich und seinem gebastelten Kunstwerk an fotowettbewerb@sonthofen.de sendet, erhält eine kleine Aufmerksamkeit und findet sein Bild in der nächsten

Ausgabe von „Der Sonthofer“ wieder. Da die Tanne in den nächsten vier Wochen Wind und Wetter ausgesetzt ist, sollte der Baumschmuck witterungsbeständig sein. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt, der Schmuck darf auch gerne etwas größer sein, damit er bei der Höhe des Weihnachtsbaums gut zur Geltung kommt.

dm-drogerie markt sponsert

ökologische Maßnahmen

Im Rahmen der Challenge „Müllfreies Allgäu“ sponsert der dm-drogerie markt Sonthofen und Immenstadt die für die nächsten Jahre geplanten Maßnahmen zur ökologischen Aufwertung des Kalvarienbergs Sonthofen. Pro Kilogramm gesammelten Müll spendet der dm-drogerie markt zwei Euro an dieses Projekt der Stadt. Auch wenn die offizielle Auswertung der Challenge bei der Bestellung der Bäume noch

ausstand, war schon sicher, dass genügend Müll gesammelt worden ist, sodass noch vor dem Beginn der kalten Jahreszeit in einer ersten Aktion Streuobstbäume auf dem Kalvarienberg gepflanzt werden konnten. Auf der Fläche werden künftig Walnuss-, Edelkastanien-, Birnen-, Zwetschgen- und Apfelbäume die ökologische Vielfalt erweitern.

Zur Pflanzaktion trafen sich Markus Frey, Filialleiter des dm-drogerie marktes Immenstadt, und Thomas Mayinger von der Bosch BKK Immenstadt mit Sonthofens Zweite Bürgermeisterin Ingrid Fischer, dem Umweltreferenten des Stadtrates Michael Borth, dem Gärtnermeister Andreas Gindhart und Manuela Kerschnitzki vom städtischen Flächenmanagement. Thomas Mayinger konnte dann auch die gute Nachricht an die Anwesenden weitergeben, dass in diesem Jahr rund 1,5 Tonnen Müll im Rahmen der Challenge gesammelt wer-



Zum traditionellen Volkstrauertag trafen sich Vertreter der Bundeswehr, der britischen Armee und der Sonthofer Stadtpolitik, um der Gefallenen und Getöteten der Kriege zu gedenken. Fahnenabordnungen und die Stadtkapelle umrahmten die feierliche Gedenkveranstaltung, an der auch viele Sonthofer Bürgerinnen und Bürger teilnahmen. In seiner Rede hob Erster Bürgermeister Christian Wilhelm die Notwendigkeit des ehrenden Gedenkens hervor: „Jedes Grab ist eine laute Anklage der gefallenen Männer und Frauen. Der Volkstrauertag gibt uns Zeit, genau hinzuhören. Damit sich Geschichte nicht wiederholt.“

WIR KÜMMERN UNS UM
Erd-, Feuer-, See- & Naturbestattungen,
Vorsorgeverträge, alle Formalitäten
& Behördengänge.

VERLASSEN SIE SICH AUF UNS.

LUMEN BESTATTUNGEN
HARALD WÖLFLE

87527 SONTHOFEN 87541 BAD HINDELANG info@bestattungen-woelfle.de
Grüntenstraße 17 Zillenbachstraße 3 www.bestattungen-woelfle.de
Telefon 083 21.855 69 Telefon 083 24.95 33 95



Zur Pflanzaktion der Edelmarone trafen sich (v.li.n.re.): Manuela Kerschitzki vom städtischen Flächenmanagement, Umweltreferent des Stadtrates Michael Borth, Sonthofens Zweite Bürgermeisterin Ingrid Fischer, Markus Frey, Filialleiter des dm-drogerie marktes Immenstadt, und Thomas Mayinger von der Bosch BKK mit dem Gärtnermeister Andreas Gindhart.

den konnten. Der dm-drogerie markt hat die Spendensumme auf großzügige 4.000 Euro aufgestockt, denn dieses Projekt mit „besonderem Charme“, so Markus Frey, kommt mit seiner Nähe zur Innenstadt allen Bürgerinnen und Bürgern Sonthofens zugute. Sonthofens Zweite Bürgermeisterin Ingrid Fischer bedankte sich für den Einsatz des dm-marktes und betonte die Einzigartigkeit des Kalvarienbergs als „Bür-

gerpark“. Besonders freute sie, dass die Obstgehölze nun durch weitere acht Bäume ergänzt worden sind, deren Früchte in der Zukunft auch durch die Bevölkerung geerntet werden dürfen. Thomas Mayinger hatte noch eine weitere Überraschung im Gepäck, denn auch die Firma Bosch im Oberallgäu stellt 1.500 Euro für die Aufwertung des Kalvarienbergs zur Verfügung. In den kommenden Jahren sollen weitere

Aktionen am Kalvarienberg folgen. So ist geplant, dass Bänke aufgestellt werden. Zudem werden Lesesteinmauern als Lebensraum für Eidechsen und Altholzhaufen für Amphibien, Vögel, Insekten und Reptilien angelegt. Bestehende Trockensteinmauern werden saniert und auch durch neue ergänzt. In den Filialen der dm-drogerie märkte Sonthofen oder Immenstadt oder in der Geschäftsstelle der Bosch BKK können Interessierte weitere CleanUP-Kits erhalten, damit die Alpen auch außerhalb der Challenge von Müll befreit werden können.

Sozialverbände

Adventsfeier muss abgesagt werden

Schweren Herzens musste die für dieses Jahr geplante Adventsfeier der Sozialverbände abgesagt werden. Leider ist es aus personellen Gründen nicht möglich, die beliebte Feier zu organisieren und auch durchzuführen. Das Orga-Team ist aber zuversichtlich, dass im nächsten Jahr wieder gemeinsam gefeiert werden kann.

Liebe Stammkunden,
unser großer
CHRISTBAUM
VERKAUF **ist wieder da!**

ANGEBOT
1A-Nordmantannen
1,50 - 1,75m nur
27,90 €

Paul verkauft unsere schönen, frischen Nordmantannen heuer wieder auf dem Platz beim Heizkraftwerk BioEnergie Oberallgäu unterhalb des Skilifts an der Binse. (bis 2019 war der Verkauf am Marktanger)

Wir freuen uns auf Ihren Besuch
Montag bis Sonntag
ab 23.11.22

Richtung Hindelang
 Richtung Hofen
 Richtung Landratsamt
 Richtung Hindelang
 Richtung Hofener Str.

Heizkraftwerk
 Marktanger (früherer Christbaum-Platz)
 Haus Oberallgäu

Hindelanger Str.
 nur ca. 700m
Mit bester Parkmöglichkeit!

HIER

MUSICAL
 MAGISCHE MOMENTE SCHENKEN
GESCHENKE

ZEPPELIN
 DAS MUSICAL

LUDWIG²
 DAS MUSICAL

DIE PÄPSTIN
 DAS MUSICAL

BRANDUNG
KASPAR
 DAS MUSICAL

FÜSSEN
FESTSPIELHAUS NEUSCHWANSTEIN
 www.das-festspielhaus.de | Hotline: 08362 5077-777



Bildquelle: Stadt Sonthofen/GMA

Öffentlichkeitsbeteiligung

„Masterplan Innenstadt Sonthofen“

Wie bereits mehrfach berichtet, haben sich die Rahmenbedingungen für die Innenstädte aufgrund des digitalen Wandels und auch der Coronapandemie drastisch verändert. Die Stadt Sonthofen erstellt derzeit gemeinsam mit dem Fachbüro GMA aus München einen Masterplan für die Innenstadt, um die künftigen ausdifferenzierten und hybriden Besucherwünsche zu erfüllen sowie als „gute Stube“ und Raum des sozialen und kommunikativen Austauschs

bestehen zu können. Verstärkt wird es darum gehen, viele Kunden, Einwohner und Gäste zurück in die Innenstadt zu holen. Nach der abgeschlossenen Analysephase des Standortes wurde im Juli die Beteiligungsphase, das Herzstück des Prozesses, fortgesetzt und mit dem dritten sowie letzten Workshop ZUKUNFT.INNENSTADT Ende Oktober abgeschlossen. Eingeladen waren neben allen BürgerInnen Sonthofens auch die Mitglieder der Wirtschaftsvereinigung AS, wichtige interessierte BürgerInnen aus der Innenstadt sowie Experten aus den erarbeiteten Handlungsfeldern.

Der Workshop mit insgesamt 60 Teilnehmenden hatte zum Ziel, gemeinsame Handlungsleitlinien für die Innenstadt zu erarbeiten sowie die Zusammenführung und den Abgleich der Maßnahmenvorschläge zu einem Maßnahmenpaket vorzunehmen. Darüber hinaus wurden die Maßnahmen priorisiert und ein Sofortprogramm abgestimmt. Im Ergebnis konnten über die unterschiedlichen Beteiligungsbausteine im gesamten Prozess knapp 400 Ideen und Maßnahmenvorschläge

eingesammelt werden. Diese setzten sich konstruktiv mit strategischen Innenstadtthemen wie Mobilität, Aufenthaltsqualität, Einzelhandels- und Gastronomieangebot, Veranstaltungen und Events sowie mit den sich aus der schlichten Nutzung des urbanen Raumes ergebenden Konfliktpotenzialen auseinander. In einem weiteren Schritt werden die Ergebnisse aus dem Workshop nun in die Lenkungsgruppe zurückgespiegelt, bevor anschließend der fertige Masterplan dem Stadtrat zum Beschluss vorgelegt wird.

Die Realisierung der Maßnahmen wird mittels Etablierung eines dauerhaften Innenstadtmanagements vorangetrieben werden, welches zu Beginn des Kalenderjahres 2023 seine Arbeit aufnehmen wird.

Für Rückfragen stehen zur Verfügung:

- bei der Stadt Sonthofen: Andreas Maier, andreas.maier@sonthofen.de, Tel. 08321/615-278
- bei der GMA: Gabriele Ostertag, gabriele.ostertag@gma.biz, Tel. 089/2101992-21

Wirthensohn
BACKWERKSTATT

Vom Christkind empfohlen!

www.baeckerei-wirthensohn.de

MEIN KRAFTPLATZ

Mehr Infos >>
www.allgaeukraft.de

SICHERE DIR
JETZT DEINEN
AUSBILDUNGS-
PLATZ 2023

FACHKRAFT FÜR KABEL- UND
FREILEITUNGSMONTAGE

**Allgauer
Kraftwerke**
Heimat macht Energie



(v.l.i.n.re:) Das amtierende Zunftmeisterpaar der SfZ Linda I. und Marc I., die Präsidentin der SfZ Silvana Hrdina, Sonthofens Dritter Bürgermeister Josef Zengerle, die Präsidentin der Hillaria Ulrike Krebber, begleitet vom Kinderprinzenpaar der Hillaria Linda und Luise

Neue Fasnachtssaison

ist eingeläutet

Pünktlich um 11.11 Uhr wurde am 11. November in Sonthofen wieder die Fasnacht eingeläutet. Auf dem Rathausplatz trafen sich die Vertreter der Faschingsfreunde Hillaria und der Sonthofer Fasnachtzunft, um zusammen mit dem Dritten Bürgermeister Josef Zengerle den Startpunkt für die fünfte Jahreszeit zu setzen.

Rentenversicherung informiert

Energiepreispauschale kommt

Rentnerinnen und Rentner sollen im Dezember eine Energiepreispauschale in Höhe von 300 Euro erhalten. So sieht es das dritte Entlastungspaket der Koalition vor. Rentnerinnen und Rentner haben nach den gesetzlichen Regelungen auch dann einen Anspruch auf die Zahlung, wenn sie bereits als

Beschäftigte im September die 300 Euro erhalten haben. Es handelt sich hier nicht um eine unberechtigte Doppelzahlung. Der Bezug muss daher weder bei der Deutschen Rentenversicherung noch beim Bundesministerium für Arbeit und Soziales gemeldet werden.

Bei der Energiepreispauschale für Rentnerinnen und Rentner handelt es sich um eine aus Steuermitteln finanzierte Leistung des Bundes, die als Einmalzahlung überwiesen wird. Geplant ist die Auszahlung spätestens bis zum 15. Dezember. Das Geld wird im Auftrag

des Bundes über den Renten Service der Deutschen Post AG, die Deutsche Rentenversicherung Knappschaft Bahn See oder die Landwirtschaftliche Alterskasse ausgezahlt. Ein Antrag ist nicht notwendig.

Für telefonische Auskünfte ist das Bürgertelefon des Bundesministeriums für Arbeit und Soziales montags bis donnerstags von 08.00 bis 20.00 Uhr unter der Tel. 030/221911001 erreichbar.

Tourist-Info sucht

WanderführerInnen

Zur Erweiterung des Outdoorprogrammes für Gäste und Einheimische sucht die Tourist-Info baldmöglichst qualifizierte WanderführerInnen mit guten Orts- und Gebietskenntnissen. Da die Alpenstadt auf einen nachhaltigen und naturverträglichen Tourismus setzt, sind auch Kenntnisse vom Umgang mit der sensiblen Natur und das Wissen um Pflanzen und Tiere sowie die Allgäuer Kulturlandschaft wünschenswert. Geplant sind geführte Touren im Sommer und Winter in die nähere Umgebung mit unterschiedlichen Startpunkten. Auch thematische Führungen, wie z.B. Fackelwanderungen, sollen das Angebot ergänzen.

Wer Interesse hat, das Outdoorprogramm als WanderführerIn mitzugestalten und Gästen die wunderbare Natur rund um Sonthofen näherzubringen, meldet sich gerne bei der Leiterin der Tourist-Info Sonthofen, Birgit Gabriel, Tel. 08321/615290 oder birgit.gabriel@sonthofen.de.

Gemeinsam für eine bessere Zukunft – wir sind für Sie da.

Gerne beraten wir Sie:

Gebietsdirektion
Linda Hoffmann
agentur.hoffmann@zuerich.de

Büro Pfronten
Telefon 08363 8370

Büro Sonthofen
Telefon 08321 6755955

Büro Oberstdorf
Telefon 08322 2111

Freitag – Dienstag
von 17.00 – 20.00 Uhr
& Sonntags zusätzlich
von 11.00 – 14.00 Uhr
Mi & Do Ruhetag

Bestellungen & Speisekarte
online unter: www.dorfwirt-blaichach.de oder telefonisch
unter Tel. 08321/88822

UNSER LECKERES ESSEN GIBT'S AUCH ZUM MITNEHMEN!

BURGBERGER STR. 48 | 87544 BLAICHACH

zum Dorfwirt Wirtshaus



Die Wasserableser (v.li.n.re.): Alexander Rapp, Ronny Gäbler, Karl-Heinz Engst und Michael Dammköhler; auf dem Foto fehlt Nico Fracaro

Die Stadtwerke informieren

Wasserzähler ablesen

In den kommenden Wochen sind die Mitarbeitenden der Stadtwerke im Einsatz, um die Wasserzähler für die Gebührenabrechnung (Wasser, Abwasser) 2022 abzulesen. Die Monteure halten selbstverständlich die Hygieneregeln ein.

Das heißt: Mindestabstand (1,5 Meter), Tragen eines höherwertigen Mund-Nasen-Schutzes (FFP2-Maske) und Handdesinfektion. Alternativ kann der Zählerstand gerne selbst abgelesen und den Stadtwerken telefonisch: 08321/6154-21, 6154-23, 6154-24,

IT-Konzepte

individuell und wirtschaftlich
Verstehen – Planen – Umsetzen

SONTHOFEN
Hindelanger Str. 35
Tel. 08321/6696-0
info@rz-net.de
www.rz-net.de

RZ-COMPUTER

per Fax: 08321/615-9421, per E-Mail: stadtwerke@sonthofen.de, oder online: www.stadt-sonthofen.de (von 1. bis 31. Dezember) übermittelt werden. Dies gilt vor allem dann, wenn eine im Haushalt lebende Person erkrankt ist und/oder sich aktuell in Quarantäne befindet.

Öffnungszeiten

Deutsche-Post-Filialen

Die Deutsche Post hat ihren Standort im Postgebäude am Bahnhof aufgegeben. Leider konnte trotz massiver Intervention vonseiten des Stadtrats und auch des Ersten Bürgermeisters keine große Postfiliale in Sonthofen erhalten bleiben. Aktuell gibt es in Sonthofen mehrere Filialen, die dieses Angebot übernommen haben. Laut Internetseite der Deutschen Post sind dies:

Bäckerei Franz & Xaver im Bahnhof: Montag bis Freitag von 07.30 bis 12.00 Uhr sowie 16.00 bis 18.00 Uhr (Mittwochnachmittag geschlossen) sowie samstags von 10.00 bis 12.00 Uhr;

Feneberg Lebensmittelmarkt in der Martin-Luther-Straße:

Montag bis Freitag von 09.00 bis 12.00 Uhr sowie von 14.00 bis 16.00 Uhr sowie Samstag von 09.00 bis 12.00 Uhr;

Aral Tankstelle in der Illerstraße: Montag bis Freitag von 06.30 bis 13.00 Uhr, Samstag von 08.00 bis 13.00 Uhr. Hier geht's direkt zum Standortfinder der Deutschen Post im Internet:



Seit 1860

Speisesalz

Futtermittelsalz

Gewerbesalz

Auftausalz

JOH. BADER

Salzgrosshandel + Logistik

Eichendorffstr. 3 · Sonthofen
08321-6611-0
info@joh-bader.de
www.joh-bader.de

Justiz ist für die Menschen da.

Amtsgericht Sonthofen

Sie suchen eine abwechslungsreiche Herausforderung bei der Justiz? Bewerben Sie sich doch per E-Mail an poststelle@ag-sf.bayern.de für eine

Ausbildung zum Justizwachtmeister (m/w/d)

Wir bieten eine umfassende fachliche Ausbildung, ein attraktives Gehalt, Aussicht auf Übernahme in das Beamtenverhältnis, einen krisensicheren Arbeitsplatz, umfangreiche Fortbildungsmöglichkeiten, Vereinbarkeit von Familie und Beruf, u.v.m.

Nähere Informationen erhalten Sie unter www.justiz.bayern.de/gerichte-und-behoerden/amtsgerichte/sonthofen/spezial_1.php oder unter der Rufnummer 08321/618 - 180.

Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung!

Öffentlichen Telefonzellen

Abbau im Stadtgebiet

Vonseiten der Deutschen Telekom erreichte die Stadtverwaltung die Meldung, dass das Telefonieren von der Telefonzelle ab Anfang 2023 nicht mehr möglich sein wird. Die deutschlandweit verbliebenen 12.000 öffentlichen Telefone werden bis Anfang 2025 sukzessive abgebaut. Wann in Sonthofen die noch vorhandenen Telefonzellen abgebaut werden, ist zum jetzigen Zeitpunkt noch nicht bekannt, wird aber rechtzeitig bekannt gegeben. Die Telekom begründet ihre Entscheidung unter anderem mit Unwirtschaftlichkeit, da die Standorte kaum mehr genutzt werden.

Radfahren

in der Fußgängerzone

Die Sonthofer Fußgängerzone ist schon seit vielen Jahren für Radfahrer geöffnet. Sie dürfen in Schrittgeschwindigkeit durch diesen Bereich radeln.

Um die Radler auf die Einhaltung der Schrittgeschwindigkeit hinzuweisen, hat zum Saisonende Bürgermeister Christian Wilhelm die Fahrradfahrer, die sich an die Vorgaben gehalten haben, mit einem gesunden Apfel belohnt.

Mit von der Partie waren auch Beamte der Polizeiinspektion Sonthofen und der Leiter des Fachbereichs Verkehr aus dem Rathaus. Radfahrende, die zu schnell unterwegs waren, wurden durch die Beamten der Polizei auf ihr Fehlverhalten aufmerksam gemacht. Dieses Mal mussten sie im Rahmen der Aktion keine weiteren Konsequenzen fürchten. Doch zu schnelles Radeln kann schnell teuer werden – 15 Euro können hierfür fällig werden. Und wer mit dem Handy am Ohr auf dem Fahrrad erwischt wird, muss 55 Euro zahlen. Die Polizei hat in diesem Zusammenhang angekündigt, weitere Kontrollen in der Fußgängerzone durchzuführen, bei denen Verstöße dann auch entsprechend geahndet werden.



„Radler sind in der Fußgängerzone gerne gesehen, aber es geht nur im gegenseitigem Miteinander. Das heißt also: langsame und aufmerksame Fahrweise“, so Bürgermeister Christian Wilhelm. Um einen nachhaltigen Effekt zu erzielen, wird die Aktion im nächsten Jahr mehrmals wiederholt.



SeitzHilfe –
egal, was
passiert!

Ihr Fachmann für alle Fahrzeuge

- Unfallinstandsetzung für alle Marken und Wohnmobile
- Glasreparatur
- Ersatz Windschutzscheiben
- Rundumservice Seitz Hilfe im Schadenfall
- Restauration von Oldtimern

Karosserie- und Lackzentrum Oberallgäu
An der Eisenschmelze 10, 87527 Sonthofen
Tel. +498321/5035, www.autohaus-seitz.de



Die Seitz-Pannenhilfe: +49 (0) 1 71 / 6 30 05 08
24 Stunden – 7 Tage die Woche – 365 Tage im Jahr

Eine Mannschaft für Sonthofen

FÜR DEN
WINTER 2022/23
HABEN WIR NOCH
PLÄTZE FREI!



Die Gärtner GMBH &
CO. KG

Oliver Becker | Mittagstr. 28a | 87527 Sonthofen
0 83 21/6 17 93 04 | Tel. 01 51/51 63 91 61
tiefbau@gmx.de | www.die-gaertner-allgaeu.de



25 Jahre

Dekoatelier BLICKFANG

Susanne Bantel feiert mit ihrem Dekoatelier BLICKFANG (Rotbachweg 7) in diesem Jahr das 25-jährige Bestehen. Egal ob kleinere Dekoartikel, die Schaufenster schmücken, oder Großevents, die richtig in Szene gesetzt werden müssen – Susanne Bantel sorgt als Dipl. Schauwerbegestalterin mit ihren Ideen für eine außergewöhnliche Atmosphäre. Wirtschaftsreferent Andreas Böck gratulierte im Namen der Stadt Sonthofen zum Jubiläum und überbrachte für die nächsten 25 Jahre die besten Wünsche.

Marktplatz

Gemischtes & JobBörse

Einkäufe

- ◆ Wir kaufen
Wohnmobile & Wohnwagen
Telefon 03944/36160
www.wm-aw.de, Wohnmobilcenter am Wasserturm
- ◆ **Bastler-Auto** gesucht!
Ab Bj. 2007, 4 – 5-türig, Toyota, Skoda, VW, Audi, Geländewagen, Jeep, Suzuki, Mitsubishi.
Ab Bj. 2010 Audi Q5.
Telefon 0043-681/20 84 97 75

Suchen Finden Suchen Finden

Unsere Anzeigenhotline
08321/6626-0
marktplatz@werbe-blank.com

Bio für Sonthofen

Neueröffnung Bäckerei Franz & Xaver

Für alle die ein nachhaltiges Leben und gesunde Qualität zu schätzen wissen, gibt es eine weitere Anlaufstelle in der Empfangshalle des neu gestalteten Bahnhofsgebäudes am Bahnhofplatz 7. Franz & Xaver – Dein Allgäuer Biobäcker bietet 100-prozentige Bio-Qualität und Produkte aus der Region an. Unter anderem stehen vegane und mehlfreie Backwaren sowie ein ausgeklügeltes Nachhaltigkeitskonzept auf dem Programm. Von Montag bis Sonntag können Backwaren und verschiedene Snacks abgeholt werden. Franz & Xaver bietet auch an, die Backwaren vorzubestellen. Geöffnet hat der neue Biobäcker von Montag bis Freitag von 06.30 bis 18.00 Uhr sowie Samstag und an Sonn- und Feiertagen von

Ihr Volkswagen Spezialist
für Großraumlimousinen und Nutzfahrzeuge
im Oberallgäu und Kleinwalsertal

Michael Wallisch
+49 151 422 267 47

Beratungsbüro nach telefonischer Terminabsprache
87437 Kempten Heisinger Str. 2
87561 Oberstdorf Poststr. 12
87527 Sonthofen Illerstr. 19

Nutzfahrzeuge www.austhaus-seitz.de

08.00 bis 16.30 Uhr. Angeschlossen an die neuen Räumlichkeiten im Bahnhof ist auch die neue Filiale der Deutschen Post. Dort wird ein breites Leistungsspektrum rund um Briefe und Pakete angeboten. Geöffnet hat die Filiale der Deutschen Post künftig wie folgt: Montag bis Freitag von 07.30 bis 12.00 Uhr sowie 16.00 bis 18.00 Uhr (Mitt-



Über Franz & Xaver



Franz Fäßler war der Erste, der seine Bäckerei in Kempten auf Bio umgestellt hat. Die daraus hervorgegangene Bio-Vollkornbäckerei war ein Pionierwerk für gesunde und traditionell hergestellte Produkte. Motive hierfür waren die Erhaltung des traditionellen Bäckerhandwerks, tägliche Frische, Herstellung von Bio-Produkten und höchste Qualität. Als der Betrieb 2011 von Franz Fäßler an das Bio-Dinkelbackhaus Allgäu übergeben wurde, war er sich sicher, dass sein Lebenswerk weitergeführt wird. 2013 wurde das Bio- und Dinkelbackhaus in Franz & Xaver umbenannt. Dabei blieb die Fokussierung auf die Regionalität und das Handwerk bis heute bestehen.

wochnachmittag geschlossen) sowie Samstag von 10.00 bis 12.00 Uhr. An Sonn- und Feiertagen ist die Filiale der Deutschen Post geschlossen.

Jubiläum Conwick

Zehn Jahre stressfreies Bauen

Bauen ist eine komplexe Angelegenheit, die zeitaufwendig ist und Erfahrung voraussetzt. Genau daran mangelt es jedoch den meisten BauherrInnen. Damit sie deutlich weniger Stress haben, gibt es Conwick. Die Bauherrenvertretung aus Sonthofen im Allgäu ist zentraler Ansprechpartner für Verantwortliche in allen Phasen eines Bauvorhabens – von der Initiierung



Jubiläum

Haben Sie ein Jubiläum bzw. eine Unternehmensgründung und freuen sich über einen Besuch der Stadt Sonthofen, dann melden Sie sich bitte bei Andreas Maier, Tel. 08321/615-278 oder E-Mail: andreas.maier@sonthofen.de.



(v.li.n.re.): Erster Bürgermeister Christian Wilhelm, Jonas Betz und Thomas Krug (beide Conwick GmbH), Andreas Böck sowie Alexander Reiter

über die Bauphase bis hin zur Betriebsphase.

Am 1. September feierte die Conwick GmbH ihr zehnjähriges Jubiläum. Das Unternehmen ist kurz nach Gründung im SONTRA Technologie- und Dienstleistungszentrum (Hindelanger Straße 35) eingezogen und bis heute dort beheimatet. Mittlerweile ist die Conwick GmbH für Privatunternehmen und öffentliche Einrichtungen in vier Bundesländern tätig und blickt auf mehr als 100 erfolgreich abgeschlossene Projekte mit einem Bauvolumen von über einer halben Milliarde Euro zurück. Weitere Informationen finden sich unter www.conwick.de.

Erster Bürgermeister Christian Wilhelm, Wirtschaftsreferent Andreas Böck und SONTRA-Objektmanager Alexander Reiter gratulierten zum Jubiläum und wünschten für die Zukunft alles Gute am Wirtschaftsstandort Sonthofen.

Praxis für Krankengymnastik
feiert 20-jähriges Jubiläum

Die Praxis für Krankengymnastik von Kerstin Heiland-Fähndrich (Schützenstraße 4) feiert in diesem Jahr das 20-jährige Bestehen. Ganz gleich, ob es um chronische Beschwerden oder akute Probleme geht: In der Praxis

von Heiland-Fähndrich finden alle PatientInnen professionelle Therapien, durchgeführt von hochqualifizierten PhysiotherapeutInnen und MasseurInnen. Weitere Informationen finden sich unter www.physiopraxis-sonthofen.de.

Erster Bürgermeister Christian Wilhelm und Wirtschaftsreferent Andreas Böck statteten zu den Feierlichkeiten einen Besuch ab und gratulierten im Namen der Stadt Sonthofen zum Jubiläum.



(v.li.n.re.): Erster Bürgermeister Christian Wilhelm, Praxisinhaberin Kerstin Heiland-Fähndrich mit den Mitarbeitern Michael Schnitzler und Antje Kaps sowie Wirtschaftsreferent Andreas Böck

ZAHNARZTPRAXIS & IMPLANTOLOGIE



pfister
ZAHNARZTPRAXIS
DR. DAVID PFISTER
OBERSTDORF

IMPLANTOLOGIE
ÄSTHETISCHE ZAHNHEILKUNDE
PROF. ZAHNREINIGUNG
ZAHNERSATZ
MEISTERLABOR

ÖFFNUNGSZEITEN:
MO.-FR. 8-12 UND 14-18 UHR
TERMIN VEREINBAREN:
08322/600 9994



**PROFESSIONELLE
ZAHNREINIGUNG FÜR
EIN LANGES, GESUNDES
LÄCHELN**

Praxisadresse:
Dr. David Pfister
Nebelhornstr. 37
87561 Oberstdorf

Den Lebensabend sorgenfrei im eigenen Heim erleben

Sie wohnen in Ihrer Immobilie (Haus/Wohnung), haben, oder haben keine direkten Erben und wollen ohne Geldsorgen Ihren Ruhestand verbringen?

Wir helfen Ihnen bei der Suche nach einer passenden Lösung.
Wir vermitteln mit Erfolg an Kapitalanleger, Sie können dann bis ans Lebensende in Ihrem vertrauten Heim ohne Geldsorgen bleiben. Genießen Sie Ihren Lebensabend!

BR Capital, die Immobilien-Spezialisten



BR CAPITAL
persönlich • kompetent • individuell

BR Capital GmbH
Oeschlesweg 8, 87561 Oberstdorf
www.brcapital.de
Tel. 08324 2355 | Mobil: 0151 2023 3050
E-Mail: helmut.ruhland@brcapital.de

Ausstellung eröffnet

Digitale Kunst in der StadtHausGalerie

Eine besondere Ausstellung erwartet die BesucherInnen bis zum 29. Januar 2023 in der StadtHausGalerie Sonthofen, die am 3. November erfolgreich eröffnet wurde. Unter dem Titel „Kunst digital oder Digitale Kunst?“ präsentieren elf KünstlerInnen interaktive, immersive und digitale Arbeiten, die sich der konkreten und sinnvollen Anwendung digitaler Ansätze in der Kunst widmen. Ein zusätzlicher Bereich ist das DIGITAL.LAB, in dem verschiedene aktuelle Technologien, Trends und Anwendungen digitaler Kunst gezeigt und erklärt werden.

Herzstück der Ausstellung ist ein analoger Wunschraum mit Vogelgezwitscher und Blätteraroma, in dem BesucherInnen auf von der Wand hängenden Papierstreifen ihre Wünsche aufschreiben können. Auf dem Gang durch die Räume warten viele Überraschungen auf die Betrachtenden, die eine zum Teil auch aktive Auseinandersetzung mit den Kunstwerken erfordern. Da erwartet einen z.B. der



„Wanderer im Nebelmeer“, der sich auf digitalem Wege mit seinem in der



modernen Welt verorteten Alter Ego über seine Sehnsüchte austauscht. Ein futuristischer Blick in einen Bunker aus dem Jahr 2017 verdeutlicht mit erschreckender Aktualität die Folgen sozialer Isolation. In einem „Spielraum“ herrschen Installationen vor, die der Betrachtende mithilfe von Sensoren spielerisch verändern kann.



Im Mittelpunkt der Ausstellungskonzeption steht die Frage „Was ist Kunst?“, die seit Menschengedenken sowohl Kunstschaffende als auch Betrachtende bewegt. In der heutigen schnelllebigen Gesellschaft treffen dabei traditionelle kunsthistorische und gestalterische Ansätze auf digitale neue Technologien und deren Auswirkungen. Gerade die konkrete Nutzung dieser neuen digitalen Ansätze am heutigen Kunstmarkt ist wichtig, um als Kunstschaffender medienübergreifend überhaupt wahrgenommen zu werden. Gefühlt „neu“ ist der Bereich der digitalen bzw. digitalisierten Kunst. Diese Entwicklung erfährt in der Kunstwelt seit einiger Zeit ein deutlich zunehmendes Interesse. Neue Technologien und Anwendungen, wie die medial stark begleitete Einführung und Vermarktung von NFTs, in der Spiele-Industrie seit Jahren genutzten Technologien wie Virtual Reality (VR), Augmented Reality (AR) oder der Bereich der Künstlichen Intelligenz (KI) und On-Demand-3D-Druck, erweitern die Wertschöpfungs- und Vertriebsoptionen aller am Kunstmarkt beteiligten

Akteure um ein Vielfaches. Gerade die umfassenden Anwendungsmöglichkeiten der neuen Technologien wie AR/VR/KI können dazu dienen, Kunst neu zu erleben, neu zu denken oder auch komplett durch eine Künstliche Intelligenz „träumen“ zu lassen. Es bilden sich schon seit einiger Zeit spannende Kooperationen von „analogen Künstlern“ und Digitalspezialisten, um diese neuen Möglichkeiten auszuloten.

„Die digitalen Möglichkeiten erlauben es, Kunstwerke um die vierte Dimension ‚Zeit‘ zu erweitern und damit die Geschichte noch besser zu erzählen. So kann ein Kunstwerk im digitalen Raum um Abläufe und Animationen ergänzt werden, die den Betrachter fesseln und die analoge Kunst für den digitalen Raum erweitern“, erklärt Raiko Schwalbe, künstlerischer Leiter der StadtHausGalerie Sonthofen und Gründer dieses neuen Ausstellungsformates.

Die thematische Vielfalt und künstlerischen Möglichkeiten digitaler Kunst spiegeln sich in den Werken der ausstellenden KünstlerInnen wider mit Arbeiten von Michael Acapulco, Rebecca Bernau, ELIOT the SUPER, Barbara Herold und Florian Huth, Johannes Karl, Carmen Kordas, Michel Schneider, Veronika Veit sowie der Agentur WE ARE VIDEO mit ihren Gründern Raphael Kurig und Christian Gasteiger. Das Team der StadtHausGalerie gibt gerne zu den Öffnungszeiten telefonisch oder persönlich Auskunft über das Ausstellungsprogramm. Weitere Infos finden sich auch auf www.stadthausgalerie.de. Für Schulklassen werden kostenfreie Führungen nach Vereinbarung auch an Vormittagen angeboten.

Allianz  **Bernhard**

EHRlich WÄHRT AM LÄNGSTEN.

Seit 1910 Generalvertretung der Allianz-Versicherung

Sonthofen
Blaichach
Oberstdorf
allianz-bernhard.de 

1910

Info



StadtHausGalerie Sonthofen

Marktstraße 12, 87527 Sonthofen
Tel. 08321/8001428,
stadthausgalerie@sonthofen.de
www.stadthausgalerie.de

Öffnungszeiten

Mittwoch bis Sonntag, 14.00 bis 17.00 Uhr, Eintritt: 4 Euro (ermäßigt 3 Euro)



(v.li.n.re. :) Kulturreferentin Petra Müller mit den Museumsinhabern Gabriele und Hannes Böck

Ein Grund zum Feiern 25 Jahre MiniMobil-Museum

Seit 1997 bereichert das MiniMobil die Sonthofer Museumslandschaft und ist unverändert ein Magnet für Einheimische und Touristen. Gezeigt werden Modell-Fahrzeuge sowie Flugzeuge, Eisenbahnen und die größte Modellschiffsammlung Süddeutschlands. Betrug die Ausstellungsfläche anfangs etwa 200 m², so ist sie im Laufe der Jahre auf stolze 500 m² angewachsen. Momentan werden dort rund 25.000 Modelle gezeigt. Zu den Exponaten kamen das große Paris-Diorama mit Flughafen Orly, das Amerika-Zimmer mit den „Dream-Cars“ und ein ganzer Raum mit Feuerwehr-Fahrzeugen hinzu. Außerdem gibt es einen Bereich mit einer echten Londoner Telefonzelle sowie zahlreichen Gegenständen, die mit dem Thema „Telefonzellen“ zu tun haben. Natürlich darf auch eine „Allgäuer“ Ecke nicht fehlen mit dem handgefertigten Originalnachbau eines stattlichen Bauernhofs. Bei den weib-

lichen Besuchern ist die Puppenecke sehr beliebt, in der man wertvolle fast 100-jährige Puppen anschauen kann.



Kulturreferentin Petra Müller überbrachte den Inhabern Gabriele und Hannes Böck im Namen der Stadt Sonthofen die herzlichsten Glückwünsche zum 25-jährigen Jubiläum und wünschte alles Gute für weitere Zukunft des Museums.

Öffnungszeiten: Dienstag bis Sonntag, 11.00 bis 17.00 Uhr, auch an Sonn- und Feiertagen, Montag ist Ruhetag. Selbstverständlich können Gruppen ab zehn Personen auch ei-

nen Sondereintritt anmelden, wenn gewünscht auch mit Führung. Vom 15. November bis zum 25. Dezember bleibt das Museum geschlossen. Auf Anfrage können jedoch auch in diesem Zeitraum individuelle Besichtigungstermine vereinbart werden.

Buchtipps



Die Büchereifrauen empfehlen



Heimat Sushi

Alex & Angkana Neumayer

Alle lieben Sushi, aber nachhaltig sind die Röllchen mit Lachs und Thunfisch meist nicht. Doch geht Sushi ohne Fisch, gar vegetarisch oder vegan mit heimischen Zutaten? Aber ja! Das Wichtige im Sushi ist der Reis, alles andere ist Sache der Fantasie. Hier sind 70 kreative, saisonale Rezepte vertreten – von „Sushi mit Apfel & Apfelblüte“ über „Brokkoli-Nigiri“ und „Kürbis-Temaki“ bis zu „Inari mit Roter Bete“.

Das erste Buch zum Thema vegetarisches & veganes Sushi.

Drei Trends in einem: Sushi, nachhaltig, vegetarisch.

Sonthofen-Berghofen Telefon 08321/66 28-0

Bischof
Wir bauen mit Metall.

- Stahl/Glaskonstruktionen
- Arbeiten in Edelstahl
- Stahlbau und Schlosserei
- Fenster-Türen-Glasfassaden
- Automatiktüren; Brandschutz
- Sectional-Roll-Falttüre
- Garagentore, Markisen

www.metallbau-bischof.de © designgruppe koop

vita holz
PELLETS

**Mehr Service,
weniger CO₂.**

Nachhaltig. Premium. Sauber.

Für Informationen und Bestellungen beraten wir Sie gerne persönlich unter **08321 660664** oder per Mail an stefan.koeberle@baywa.de.

BayWa AG Energie | Holzpellets
www.vitaholz.de



Durch den Advent

mit „Sonthofen liest“

In der Vorweihnachtszeit bestimmen häufig zu viele Termine und Hektik den Alltag. Zwei Veranstaltungen im Rahmen von „Sonthofen liest“ bieten Möglichkeiten für eine vergnügliche Auszeit.

Den Anfang macht am **Mittwoch, den 7. Dezember**, um 18.30 Uhr eine Lesung mit Max Adolf in der Stadt-

bücherei Sonthofen. Dieser zeichnet mit „Zind a Liacht a“ charmant und feinsinnig ein Bild der vorweihnachtlichen, geschäftigen Zeit. Der Autor bringt auf sympathische Weise in humorvollen wie auch in besinnlichen Beiträgen zum Ausdruck, wie es auch heute noch funktionieren kann, in der oft hektischen Advents- und Weihnachtszeit innere Ruhe zu finden und kindliche Freude zu spüren. Mit diesen lebendigen, farbigen Geschichten und Gedichten zur Weihnachtszeit zündet Max Adolf „a Liacht a“, das einem ins Herz leuchtet. Eintritt: 5 Euro. Kartenvorverkauf über die Stadtbücherei, Marktstraße 1, Tel. 08321/609505-10, Restkarten direkt an der Abendkasse.

Am Sonntag, den 11. Dezember, um 20.00 Uhr entführt das Füssener Bergsteigerehepaar Alix von Melle und Luis Stitzinger seine ZuschauerInnen im Haus Oberallgäu in Sonthofen in die Bergwelt rund um den Mount Everest. In ihrer packenden Multivisions-show „Mount Everest 8848 m – Ewiger (Alb-)Traum?“ widmen sie sich u. a.

folgenden Fragen: Was ist los am Everest? Woher hat der Berg nur diesen Nimbus? Steigt man auf dem Weg zum Gipfel über Leichen? Leben die Bergsteiger am Everest auf selbsterschaffenen Müllhalden? Muss man stundenlang anstehen, um auf den höchsten Punkt zu gelangen? Ihre Erfahrungen am Mount Everest bringen sie in eine 90-minütige Multimediashow mit bildgewaltigen Eindrücken, fesselnden Videos und bewegenden Live-Dialogen ein und versuchen dabei ein möglichst objektives Bild von den Zuständen am höchsten Berg der Welt zu zeichnen. Eintritt 18 Euro/15 Euro, Kartenvorverkauf in der Tourist-Info Sonthofen, Rathausplatz 1, Tel. 08321/60950510.





Hold Immobilien

In den vergangenen Jahren haben Immobilien stark an Wert gewonnen. Sie möchten erfahren, ob Sie profitiert haben?

Gerne berate ich Sie unter 0176 68001355.



Oliver Hold
Geschäftsführer

Hold Immobilien GmbH | Königstraße 1 | 87435 Kempten



Kletterkurse
für ALLE

Kindergeburtstage
für Kinder ab 6 Jahren

mehr Infos

www.kletterzentrum-sonthofen.de

DAV
**KLETTERZENTRUM
SONTHOFEN**

DAV Kletterzentrum Sonthofen · Stadionweg 12 · 87527 Sonthofen · Tel. 08321 / 607 6015

Sonthofen öffnet die Türchen des Adventskalenders

Wie schon vor zwei Jahren, konnte die Stadt Sonthofen auch für diese Adventszeit wieder die Geschichten- und Märchenerzählerin Annika Hofmann gewinnen, die in 24 Geschichten ihre ZuhörerInnen mitnimmt auf eine Reise um die Welt. Begleitet wird sie dabei von so bekannten MusikerInnen, wie Hedwig Roth, Tim Hecking und Christian Blanz oder Iria Schäfer. Ab dem 1. Dezember wird auf der städtischen Internetseite www.stadt-sonthofen.de jeden Tag ein Türchen geöffnet und Jung und Alt sind eingeladen, auf einer täglichen Gedankenreise den Alltag hinter sich zu lassen.



Theater im Dezember

„Back to the roots“ im Haus Oberstdorf

Auf einen ganz besonderen Adventabend voller Seele und Inbrunst können sich die BesucherInnen am Sonntag, den 18. Dezember, um 20.00 Uhr im Haus Oberstdorf in Oberstdorf freuen. Die international bekannte Sängerin Liz Howard aus New Orleans nimmt einen mit auf eine Reise zu den musikalischen Wurzeln des Glaubens. Begleitet wird sie von einer vierköpfigen Band handverlesener Musiker, die

größtenteils für diese Tournee aus den USA eingeflogen werden. Liz und ihre Band verneigen sich vor den Größten der schwarzen Kirchenmusik, darunter Mahalia Jackson, Aretha Franklin, Jessye Norman (die nicht nur im Klassikfach weltberühmt war), Duke Ellington und anderen. „Gospel bedeutet Wahrheit“, sagt Liz. „Es gibt für alles ein Lied – sei es, um einen Parkplatz zu finden oder um mein Publikum zu begrüßen.“ Karten: Tourist-Infos Sonthofen und Oberstdorf, Reservierung: E-Mail karten100@web.de oder Tel. 08323/9980078 Kulturgemeinschaft Oberallgäu e.V.

Vorschau



Nächste Veranstaltung im Haus Oberallgäu Sonthofen am Dienstag, 10. Januar, um 20.00 Uhr ist das Musical „Brigitte Bordeaux“. Weitere Infos unter www.kulturgemeinschaft-oberallgaeu.de.

In den Startlöchern

Loipenbetrieb in Sonthofen

Die Stadtverwaltung teilt mit, dass mit der Präparierung der Loipen begonnen wird, sobald es die Witterungsbedingungen zulassen und ausreichend Schnee gefallen ist. Um Beschädigungen von landwirtschaftlichen Grundstücken bei der Präparierung im Stadtgebiet entgegenzuwirken, ist es zunächst einmal wichtig, dass die überfahrenen Wiesen ordentlich durchfrieren. Daher bedeutet gefal-



lener Schnee nicht automatisch, dass die Loipen präpariert werden. Entscheidend für die Präparierung ist der Bodenzustand. Aktuelle Infos zu den Sonthofer Loipen finden sich unter anderem auf www.alpsee-gruente.de. Auf den vier verschiedenen Loipen in Winkel, Hinang, Beilenberg und Sonthofen/Altstädten stehen den Gästen und Einheimischen 15 Kilometer präparierte Loipen für Skating und klassische Technik zur Verfügung. Die Schwierigkeitsgrade der Loipen reichen von einfach bis mittel und sind somit sowohl für Einsteiger als auch für ambitionierte Sportler geeignet. Zudem steht in Beilenberg noch eine Nachtloipe zur Verfügung. Diese ist jeweils von Montag mit Donnerstag (18.00 – 21.00 Uhr) beleuchtet. Auch bei schwierigen Bedingungen bemüht sich die Stadt, zumindest immer eine Loipe zu präparieren. Grundsätzlich wird zunächst immer die Sonnenloipe an der Baumit-Arena gespurt, da diese die höchste Nutzerfrequenz hat. Die Stadt weist darauf hin, dass die Parkflächen am Wonnemar und an der Baumit-Arena kostenpflichtig sind.

HEINZ EBERLE



**BAU-GmbH
SONTHOFEN**
www.eberle-bau.de
Tel. 08321 81635

*Wir bauen Ihr Nest um,
ohne dass Sie Federn lassen müssen.*

www.alpenmedia-design.com



www.gunzesrieder-bergkaese.de

Öffnungszeiten:

Montag - Sonntag
09.00 - 12.00 Uhr
15.00 - 18.00 Uhr

- Gunzesrieder Hart- und Schnittkäse
- Brotzeit, Kaffee und Kuchen in unserem Stübli
- Sennkuche - Eis

- Aus dem Naturpark Nagelfluhkette

- Bester Käse aus bester Heumilch (Silagefrei)

- Hergestellt mit Grander Wasser



Sennerei Gunzesried | Talstraße 32 | 87544 Blaichach/Gunzesried | Tel.: 08321/84109

Adventszeit in Sonthofen

Jedes Wochenende ein Erlebnis

1

CHRISTBAUM-SCHMÜCKEN

Freitag, 25. November, 9 bis 12 Uhr: Rathausplatz

38. NIKOLAUSMARKT

Samstag, 26. November, 9 bis 18 Uhr: Allgäuer Keramik, Altstädten

BÄRBELE & KLAUSENTREIBEN Klausenverein Sonthofen e.V.

Sonntag, Montag, Dienstag 4.–6. Dezember,
jeweils ab 19.30 Uhr in der Sonthofer Innenstadt

KLAUSENMARKT ASJ e.V.

Freitag, Samstag 2./3. Dezember, jeweils 17 bis 22 Uhr
Sonntag, 4. Dezember, 15 bis 22 Uhr
Montag, Dienstag 5./6. Dezember, jeweils 17 bis 22 Uhr
am Oberen Markt

LIONS CHRISTKINDLESTREFF Lionsclub Oberallgäu e.V.

Samstag, 10. Dezember, 11 bis 20 Uhr
Sonntag, 11. Dezember, 11 bis 16 Uhr
Benefiz-Weihnachtsmarkt zugunsten des Lions-Hilfswerks-Oberallgäu,
Oberer Markt

NIKOLAUSBALLONSTART Alpen-Ballonsport-Club Allgäu e.V. Stadt Sonthofen

Sonntag, 11. Dezember, 10.30 bis ca. 12 Uhr am Marktanger
Rahmenprogramm mit Hl. Nikolaus, Jugendblaskapelle

FAIRE WEIHNACHTEN Stadt Sonthofen

Samstag, 17. Dezember, 11 bis 20 Uhr am Oberen Markt



Noch kein
Geschenk?

**Treffpunkt
Alpenstadt**
Attraktives Sonthofen AS e.V.

Sonthofen



Gemeinsam mit den Sportlerinnen und Sportlern freuten sich Bürgermeister Christian Wilhelm und der Sportreferent des Stadtrats Christian Feger über die neu eröffnete Schnitzelgrube.

Trainieren in der Schnitzelgrube

Sonthofens Sportlerinnen und Sportler können ab sofort in der neuen Schnitzelgrube trainieren. Der Bau einer solchen Grube ist eine Premiere in Sonthofen und wurde von den Aktiven des TSV Sonthofen schon seit vielen Jahren gewünscht. Denn das Training mit solch einer Grube bietet den Sportlern viele Möglichkeiten. Größter Vorteil ist, dass schwierige Übungen beim Geräte- oder Bodenturnen ihren Schrecken verlieren, denn die Landungen sind in Zukunft auf jeden Fall weich. Um Platz für die 1,2 Meter tiefe Grube zu schaffen, musste ein Anbau an die vorhandene Turnhalle errichtet werden. Bei dieser Gelegenheit wurde dann auch gleich die bestehende Halle mit einer Aufdachisolierung versehen, um zukünftig Heizkosten zu sparen. Der 225.000 Euro teure Anbau an die Turnhalle in der Berghofer Straße

konnte nun nach knapp zweijähriger Bauzeit seiner Bestimmung übergeben werden.

In den Weihnachtsferien

Sporthallen geschlossen

Die Stadtverwaltung Sonthofen informiert, dass die städtischen Turn- und Sporthallen während der Weihnachtsferien für den Sportbetrieb von Samstag, den 24. Dezember, bis einschließlich Sonntag, den 8. Januar, geschlossen sind. Vielen Dank für das Verständnis.

Ferienprogramm

in der Eissporthalle

In den Weihnachtsferien vom 24. Dezember bis zum 8. Januar findet der



Publikumslauf in der Eissporthalle Sonthofen in der Zeit von Samstag, den 24. Dezember, bis Samstag, den 31. Dezember, sowie von Montag, den 2. Januar, bis Freitag, den 6. Januar,



zweimal täglich statt: vormittags von 10.00 bis 12.00 Uhr und nachmittags von 14.30 bis 16.30 Uhr. Am Neujahrstag (Sonntag, den 1. Januar) ist die Eissporthalle für den Publikumslauf von 14.30 bis 16.30 Uhr geöffnet. Ab Montag, den 7. Januar, gelten dann wieder die regulären Öffnungszeiten in der Eissporthalle.

Am 2., 9., 16., 23. und 30. Dezember findet zudem von 19.15 bis 21.15 Uhr der Discolauf mit DJ Alex statt – mit toller Musik und stimmungsvollem Licht. Paula versorgt die Besucher am städtischen Kiosk mit warmen Getränken und kleinen Imbissen sowie Süßigkeiten.

Nächster Erscheinungstermin

„Der Sonthofer“
21. Dezember 2022

Ihre Anzeigen-Hotline
Tel. 08321/6626-0

Daniel Wahl
Physiotherapie



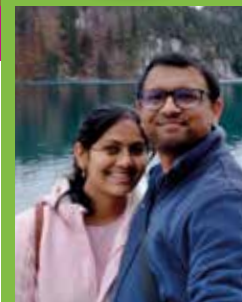
Wohnung gesucht

Wir suchen eine Wohnung für unsere Mitarbeiterin

Liebe Sonthofer,

ich suche für meinen Mann (Ingenieur) und mich (Physiotherapeutin) eine 3-4 Zimmerwohnung für unsere kleine Familie. Wir haben beide ein gutes Einkommen und unbefristetes Arbeitsverhältnis. Wir sind Nichtraucher und haben keine Haustiere. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Tel: 0176 - 844 08 572



Gesundheitszentrum Wahl · Physiotherapie & Prävention · Martin-Luther-Str. 18 · Sonthofen · E-mail: gruenten08@gmx.de · www.physio-wahl.de

Veranstaltungskalender

Dienstag

14.30 Uhr **Schlägerlauf**
Eissporthalle

Dienstag bis Sonntag

14.30 Uhr **Publikumslauf**
Eissporthalle

Mittwoch bis Sonntag

14.00 Uhr **„Kunst digital oder digitale Kunst?“**
StadtHausGalerie

Samstag

08.00 Uhr **Wochenmarkt**
Oberer Markt

Sonntag

10.00 Uhr **Gottesdienst mit Kindergottesdienst**
Ev.-Freikirchliche Gemeinde (Baptisten),
Sonthofen (Rieden),
Tel. 08321/6185844
www.efg-sonthofen.de

10.00 Uhr **Gottesdienst mit Kindergottesdienst**
Ev. Gemeinschaft Sonthofen, Raiffeisenhaus,
Tel. 08321/7208175
www.eg-sonthofen.de

17.05 Uhr **Gottesdienst mit Kindergottesdienst**
Evang.-Methodistische Kirche
Tel. 08321/82037
www.emk-sonthofen.de

02.12.2022

12.00 und 17.00 Uhr **ASJ Klausenmarkt**
Oberer Markt

19.15 Uhr **Discolauf auf Eis**
Eissporthalle

Sonnenschutz

AB EUR **63,-** PRO ANLAGE

BODEN BETT HEIMTEXTILIEN

BACO

ALLE FARBEN UND GRÖSSEN MÖGLICH

Baco Sonthofen | Rudolf-Diesel-Straße 3 | Tel. 08321 1541

20.00 Uhr **Peter Fabian „Oh,oh,oh – du Fröhliche – ein Nikolaus packt aus!“**
Kulturwerkstatt

03.12.2022

12.00 Uhr **ASJ Klausenmarkt**
Oberer Markt

15.00 Uhr **Kräuterjahr 2022: „Bienenwachstücher – die nachhaltige Alternative“**
Haus Oberallgäu

04.12.2022

12.00 Uhr **ASJ Klausenmarkt**
Oberer Markt

17.30 Uhr **Adventskonzert „Besinnliche Töne, festliche Klänge“**
St. Michael

ELEKTRO-HUMMLER

Völkstr. 1 • 87527 Sonthofen

Große Leuchtausstellung!

- Klein- und Großgeräte • Beratung
- Reparatur • Eigener Kundendienst
- Elektro- und Netzwerkinstallation
- Sat- und Telefonanlagen • E-Check

Tel. 08321/9224 • www.elektro-hummeler.de

19.30 Uhr **Bärbeletreiben**
Bahnhofstr./Hirschstr./Grünenstr.

05.12.2022

17.00 Uhr **ASJ Klausenmarkt**
Oberer Markt

19.30 Uhr **Klausentreiben**
Bahnhofstr./Hirschstr./Grünenstr.

06.12.2022

17.00 Uhr **ASJ Klausenmarkt**
Oberer Markt

19.30 Uhr **Klausentreiben**
Bahnhofstr./Hirschstr./Grünenstr.

07.12.2022

18.30 Uhr **Sonthofen liest – „Zind a Licht a“**
Stadtbücherei

09.12.2022

19.15 Uhr **Discolauf auf Eis**
Eissporthalle



20.00 Uhr **Werner Specht & Westwind „Liederstrasse“**
Kulturwerkstatt

10.12.2022

10.00 Uhr **Repaircafé Sonthofen**
Benders Café

11.00 Uhr **Lions-Christkindlestreff**
Oberer Markt

19.00 Uhr **LiaB (Lost in a Bar)**
Kulturwerkstatt

19.00 Uhr **Singen und Musizieren zur Adventszeit**
Evang. Kirche (Johanniskirche)

11.12.2022

10.30 Uhr **Nikolaus-Ballonstart**
Marktanger

11.00 Uhr **Lions-Christkindlestreff**
Oberer Markt

20.00 Uhr **Tag der Berge „Mount Everest 8848 m – Ewiger (Alb-)Traum?“**
Haus Oberallgäu

16.12.2022

19.15 Uhr **Discolauf auf Eis**
Eissporthalle

17.12.2022

12.00 Uhr **Faire Weihnachten**
Oberer Markt

20.00 Uhr **Weihnachtskonzert der Musikkapelle Altstädten e.V.**
Haus des Gastes Altstädten

ENTSCHLOSSEN IM BUSINESS.



Starten Sie jeden Arbeitstag mit sportlichem Gokart-Feeling, lokal emissionsfreiem Fahren und einem entschlossenen Auftritt in Rebel Green mit Akzenten in schwarz.

MINI COOPER SE 3-TÜRER

Resolute Edition, Rebel green uni, 17" MINI Electric Collection Spoke, Piano Black Exterieur u.v.m.

LEASINGBEISPIEL DER BMW BANK GMBH EXKLUSIV FÜR GEWERBEKUNDEN: MINI COOPER SE 3-TÜRER

MINI COMFORT

Anschaffungspreis:	33.109,24 EUR
Leasingsonderzahlung:	6.000,00 EUR
Laufleistung p. a.:	10.000 km
Laufzeit:	36 Monate
36 monatliche Leasingraten à:	319,00 EUR

Ein unverbindliches Leasingbeispiel der BMW Bank GmbH, Lilienthalallee 26, 80939 München; Stand 10/2022. Dieses Beispiel gilt nicht für Verbraucher. Es richtet sich ausschließlich an selbstständige und gewerbliche Kunden. Alle Beträge zzgl. MwSt. Nach den Leasingbedingungen besteht die Verpflichtung, für das Fahrzeug eine Vollkaskoversicherung abzuschließen. Informationen hinsichtlich weiterer Bedingungen und Details erhalten Sie bei Ihrem MINI Partner.

Wir vermitteln Leasingverträge an die BMW Bank GmbH, Lilienthalallee 26, 80939 München und weitere Partner.

Zzgl. 640,00 EUR für Zulassung, Transport und Überführung.

Stromverbrauch in kWh/100 km: 14,9 (NEFZ); 15,4 (WLTP); Effizienzklasse (NEFZ): A+++; Elektrische Reichweite (WLTP) in km: 232; Spitzenleistung: 135 kW (184 PS)

Offizielle Angaben zu Stromverbrauch und elektrischer Reichweite wurden nach dem vorgeschriebenen Messverfahren ermittelt und entsprechen der VO (EU) 715/2007 in der jeweils geltenden Fassung.

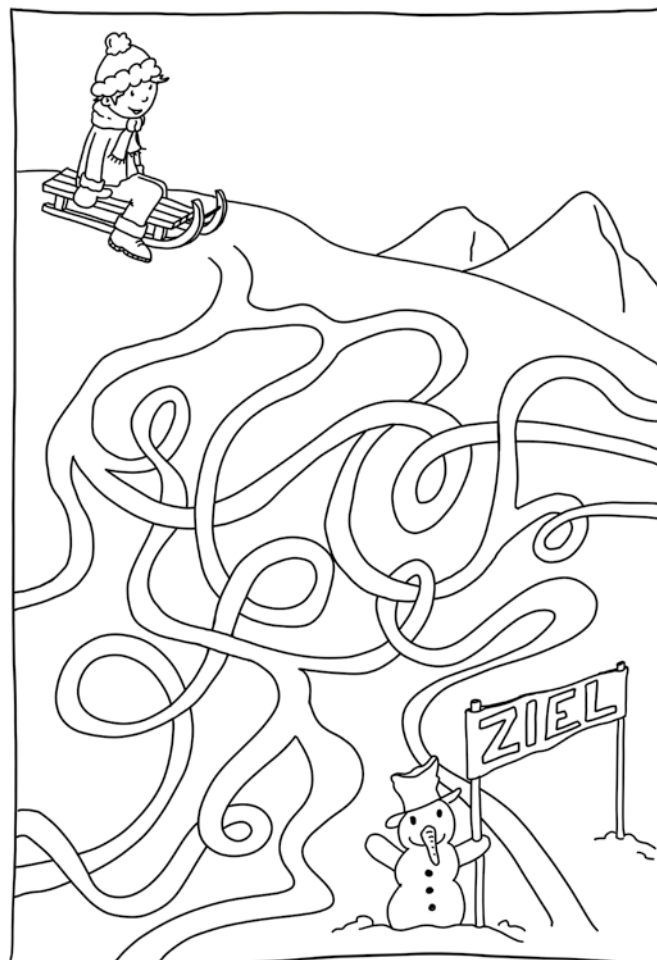
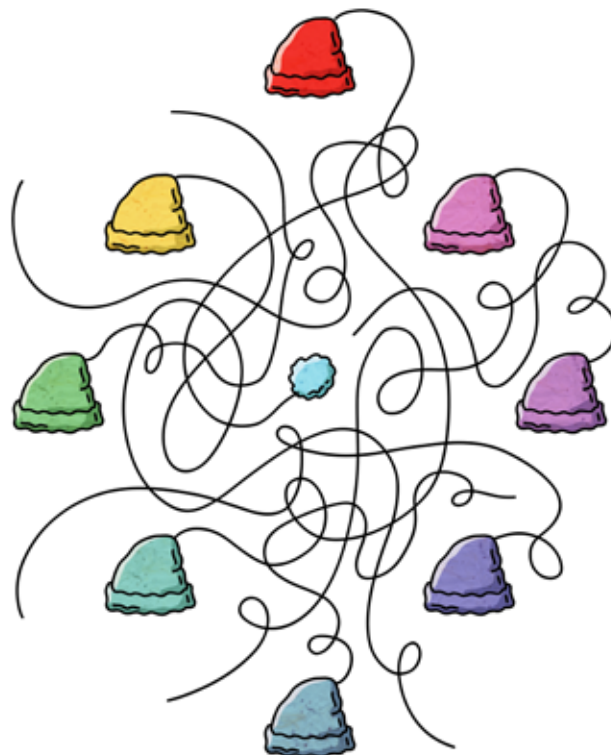
Autohaus Fink GmbH & Co. KG
 Lindauerstr. 115-117
 87435 Kempten
 Tel. 0831/56401-10
 Firmensitz
 www.mini-fink.de

DIE NEUE VOLLELEKTRISCHE MINI RESOLUTE EDITION.



Kinder-Rätsel

Finde die Mütze mit dem Bommel!



Kräuterprogramm



Kräuterprogramm im Dezember

Die Vorweihnachtszeit ist in vielen Haushalten auch eine Zeit des Verpackens. Eine nachhaltige Alternative auch für zahlreiche Nahrungsmittel sind Bienenwachstücher. Am Samstag, den 3. Dezember, von 15.00 bis 16.30 Uhr zeigt Kräuterfrau Susanne Malcher verschiedene Herstellungstechniken von Bienenwachstüchern. Anschließend können die TeilnehmerInnen eigene Tücher produzieren und mit nach Hause nehmen. Auch alte Tücher können mitgebracht und aufgefrischt werden.

Ort: Haus Oberallgäu (Raum Sonnenkopf), Richard-Wagner-Straße 14

Kosten: 10 Euro (zzgl. 10 Euro Materialkosten)

Anmeldung bis 16.00 Uhr am Vortag in der Tourist-Info Sonthofen, Rathausplatz 1, 87527 Sonthofen, Tel. 08321/615-291

© Bild von Reka Cossey auf Pixabay

Verlagerung Wochenmarkt

im Dezember

Die Stadtverwaltung informiert, dass der Wochenmarkt an den Adventssamstagen vom 3. bis 17. Dezember aufgrund der Adventsmärkte am Oberen Markt auf den Rathausplatz wandert. Sollte die Schneemenge eine Durchführung auf dem Rathausplatz unmöglich machen, so zieht der Wochenmarkt auf den alten Wochenmarktplatz zwischen Rathaus und Landratsamt. Heiligabend und Silvester findet der Wochenmarkt verkürzt von 8.00 bis 12.00 Uhr statt.

Nikolausballonstart und

Christkindl-Postamt

Nachdem der bei Jung und Alt beliebte Nikolausballonstart die letzten beiden Jahre aufgrund der Coronapandemie leider entfallen musste, kann der Heilige Nikolaus dieses Jahr endlich wieder mit seinem Ballon starten. Der Nikolausballonstart findet am Sonntag, den 11. Dezember, ab 10.30 Uhr

auf dem Marktanger statt. Der Heilige Nikolaus wird hierbei von Klausen und Bärbele begleitet und nimmt die Wunschzettel und Weihnachtspost der Kinder in seinem Ballon mit. Auch das Christkindl-Postamt steht den Kindern dieses Jahr wieder in gewohnter Weise für ihre Wunschzettel am Klausenmarkt der ASJ (2. bis 6. Dezember) zur Verfügung. Ebenso können die Wunschzettel direkt vor dem Nikolausballonstart abgegeben werden. Neu ist, dass alle Kinder auf deren Wunschzettel sich eine Absenderadresse befindet, eine Antwort vom Postamt des Christkindl der Österreichischen Post erhalten, nicht mehr wie in den Vorjahren aus Himmelsporten. Aufgrund der Neuerungen beim Datenschutz muss jeder Wunschzettel mit einem Datenschutzhinweis versehen sein. Dies muss bitte vor Einwurf der Wunschzettel unbedingt berücksichtigt werden, da diese sonst nicht bearbeitet werden können.



Neu ist in diesem Jahr auch, dass Erwachsene und Firmen erstmals ihre Weihnachtsgrüße per Weihnachts-Ballonpost versenden können. Diese speziellen, in Zusammenarbeit vom Alpen Ballonsport Club Allgäu und den Briefmarkenfreunden Düsseldorf aufgelegten Briefe werden nach glücklicher Ballon-Landung vom Nikolaus zum Postamt Christkindl gebracht, wo sie für den weiteren Versand in alle Welt weiterbearbeitet werden. Sicherergestellt ist, dass alle Briefe ihre Empfänger rechtzeitig vor Weihnachten erreichen werden.

Erhältlich sind diese besonderen Weihnachts-Ballonbriefe zum Stückpreis von 2,00 Euro zzgl. Porto der Öster-

reichischen Post über die Briefmarkenfreunde Düsseldorf, c/o. Ulrich Rüther, Graf-Recke-Straße 57, 40239 Düsseldorf, Tel.: 0211-6914144, E-Mail: ulrich.ruether@gmx.de. Der Reinerlös dieser philatelistischen Benefiz-Aktion geht den Kinderdörfern in Wahlwies am Bodensee und Altmünster am Traunsee zu.

Adventsveranstaltungen

und Adventsmärkte in Sonthofen

Der diesjährige Advent in Sonthofen bietet nach zwei Jahren Coronapause im Dezember wieder zahlreiche Veranstaltungen im Stadtgebiet. Vom 2. Dezember bis zum 6. Dezember organisiert die Stadt unter der Regie des Dachverbandes „Arbeitsgemeinschaft Sonthofer Jugendverbände“ einen stimmungsvollen, adventlichen „Klausenmarkt“ am Freitag und Samstag, 2. Dezember bis 3. Dezember, von 17.00 bis 22.00 Uhr, Sonntag, 4. Dezember, von 15.00 bis 22.00 Uhr und am 5. Dezember und 6. Dezember von 17.00 bis 22.00 Uhr im Weihnachtsdorf auf dem Oberen Markt. Die Mitgliedsvereine der ASJ kümmern sich um das leibliche Wohl der Besucher. Es gibt kalte und heiße Getränke, Bratwurst und Pommes aber auch allerlei süße Leckereien und vieles mehr. Die Einnahmen des Klausenmarkts fließen direkt wieder zurück an die Vereine, die damit einen Teil der hohen Ausgaben während des ganzen Jahres für ihre so wichtige Arbeit finanzieren können.

Am dritten Adventswochenende von Samstag, den 10. Dezember, bis Sonntag, den 11. Dezember, findet der Lions Christkindlstreff der Lions Oberallgäu auf dem Oberen Markt statt. Am Samstag ist dieser von 11.00 bis 20.00 Uhr und am Sonntag im Anschluss an den



Nikolausballonstart auf dem Marktanger von 11.00 bis 16.00 Uhr geöffnet. Einen etwas anderen Adventsmarkt präsentiert die Stadt Sonthofen, südlichste Fairtrade-Stadt Deutschlands, zum Abschluss der Adventsveranstaltungen am vierten Adventssamstag. Unter dem Motto „Faire Weihnachten“ bieten Händler Waren an, die biologisch, regional oder fair gehandelt, hergestellt und vertrieben werden. Das Faire Weihnachten findet ebenfalls auf dem Oberen Markt statt. Geöffnet ist der Weihnachtsmarkt am Samstag, den 17. Dezember, von 11.00 bis 20.00 Uhr.

Musik und Pferdekutschenfahrten

Zu allen Adventsmärkten gibt es ein buntes, adventliches Rahmenprogramm. Musikalisch stimmen u. a. Alphornbläser auf den bevorstehenden Heiligabend ein. Von 13.30 bis 15.30 Uhr können sich die Besucher des Christkindlstreffs sowie der Fairen Weihnacht auf eine winterliche Fahrt mit der Pferdekutsche freuen. Auch die Filmburg Sonthofen wird sich mit einem adventlichen Filmangebot beteiligen. Als besonderen Besuch hat sich auch das Sonthofer Christkind angekündigt.

Adventskonzert in St. Michael

Besinnliche Töne und festliche Klänge

Advent ist die schönste Zeit der Vorfreude auf Weihnachten. Alle Jahre wieder laden der Sankt-Michael-Chor Sonthofen mit seinem musikalischen Partner, der Orchestervereinigung Oberallgäu, und die Volksmusikgruppe



der Pfarrei St. Michael unter der Leitung von Heinrich Liebherr zu einem Adventskonzert in die Stadtpfarrkirche St. Michael ein. Das Programm beinhaltet adventliche Chorsätze von Georg Friedrich Händel, Johann Sebastian Bach, Ludwig van Beethoven und Ralph Vaughan Williams. Das Orchester spielt von Tomaso Albinoni das Oboenkonzert Opus 9 Nr. 2 in D-Moll mit Solist Christoph Treutwein und von Francesco Manfredini das Concerto grosso in C-Dur Opus 3 Nr. 12. Die Volksmusikgruppe spielt Musikstücke von Martin Pfeiffer und Karl Edelmann. Außerdem werden besinnliche Texte vorgetragen. Zu einem besonderen Ausklang können die ZuhörerInnen selbst beitragen, indem sie mit allen Mitwirkenden ein bekanntes Adventslied gemeinsam singen und so den Abend im Geist der Adventszeit ausklingen lassen. Die Veranstalter laden zu einer Stunde der Besinnlichkeit, der Gelassenheit, der Ruhe und des Ankommens ein.

Der Eintritt ist frei. Um eine Spende für die Sanierung der Orgel wird gebeten. Termin: 2. Adventssonntag, 4. Dezem-

ber, um 17.30 Uhr. Am Heiligen Abend um 22.30 Uhr werden der Sankt-Michael-Chor und die Orchestervereinigung Oberallgäu die Pastoralmesse von Karl Kempfer und am 1. Weihnachtsfeiertag um 10.30 Uhr die Pastoralmesse von Anton Diabelli aufführen.

Schaut hin e.V.

Sonderaktion Kleiderstuben

Die Lager der Kleiderstuben des Vereins Schaut hin e.V. sind randvoll. Daher werden die Lagerbestände reduziert. Berechtigte mit Nachweis erhalten die Kleidung weiterhin kostenlos. Andere Interessierte können Kleidung gegen eine Spende erhalten.

Termine Sonthofen, Sonnenstraße 6:

29. November, 6. und 13. Dezember (jeweils dienstags)

Termine Oberstdorf, Färberstraße 2:

30. November, 7. und 14. Dezember (jeweils mittwochs)

Öffnungszeiten von 14.00 bis 17.00 Uhr

Jetzt ist Eiszeit

Publikumslauf Mi-So 14.30-16.30 Uhr
Schlägerlauf Di 14.30-16.30 Uhr
Discolauf freitags 19.15-21.15 Uhr
(außer bei Eishockey-Spielen)

> Eissporthalle Sonthofen, Hindelanger Str. 24

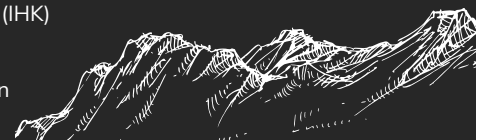
Südlichste Stadt Deutschlands
Alpenstadt der Allgäuer Alpen



WOHNBAU
Berkold

MEHR ALS NUR EIN MAKLER.
WIR VERKAUFEN RENOVIERT.

Dipl.-Wirt.-Ing. (FH) Markus Berkold
Immobilienmakler (IHK)
Imberger Str. 4e
87527 Sonthofen
www.bewo.bayern
0171-9390240





Thomas Socher



Karl Scheifele



Simone Adelgoß



Renate Auffinger



Silvia Esposito



Kai Frenkler



Florian Geißler



Helmut Haug



Andreas Hiepp



Sonja Hitzler



Markus Holzhey



Stefan Holzinger



Vanessa Maurer



Ariane Pfeiffer



Angelika Pirschner



Doris Rakaseder



Markus Roth



Florian Schadeck



Clemens Schenk



Michaela Waibel



Lea Weihretter

Bilder: Fotohaus Heinhuber / Foto Welp / Fotohaus Sienzi / ladavie / iStock/Getty Images Plus / Getty Images

Wir sagen Danke.

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Wir wünschen Ihnen frohe Weihnachtsfeiertage sowie Gesundheit und Erfolg im neuen Jahr.

Steigende Inflation, hohe Immobilienpreise, schwankende Märkte und, und, und...

...wir hatten 2022 die passenden Lösungen und stehen Ihnen auch nächstes Jahr mit qualifizierter Beratung als kompetenter Partner zur Seite.

Marktstraße 11, 87527 Sonthofen
Telefon: 08321 268-0



Termin online vereinbaren

Raiffeisenbank Kempten-Oberallgäu eG





Archivfoto (v.li.n.re.): Thomas Socher, Raiffeisenbank, Marktbereichsleiter Sonthofen-Hindelang, Zweite Bürgermeisterin Ingrid Fischer, Heinrich Beerenwinkel, Vorstandssprecher Raiffeisenbank, Anita Walter, Kinderschutzbund Sonthofen © Raiffeisenbank Kempten-Oberallgäu eG

Herzenswünsche

Wunschbaum-Aktion

In der Adventszeit ist die Vorfreude auf Weihnachten bei Kindern besonders groß. Fleißig werden Wunschzettel geschrieben und mit Spannung die Bescherung an Heiligabend erwartet. Gerade in der Vorweihnachtszeit gilt es jedoch zu bedenken, dass es Familien gibt, die aktuell Besonderes zu stemmen oder mit Krankheit zu kämpfen haben. Sie sind oftmals nicht imstande, sich und ihre Kinder zu beschenken. Der Kinderschutzbund Sonthofen nahm Wunschzettel im Wert von 25 Euro von Kindern dieser Familien entgegen. Die Zettel sind ab sofort am Christbaum der Raiffeisenbank Kempten-Oberallgäu eG zu finden. Interessierte können die Wunschzettel abnehmen und Kinder-Weihnachtungswünsche erfüllen. Zum wiederholten Mal übernahm Sonthofens Bürgermeister Christian Wilhelm die Schirmherrschaft des Projekts.

Repaircafé Sonthofen

Jahresabschluss im Café Benders

Mit einem abschließenden Termin für 2022 verabschiedet sich das Repaircafé Sonthofen ins neue Jahr: Am Samstag, den 10. Dezember, von 10.00 bis 13.00 Uhr können Interessierte zusammen mit ehrenamtlichen ReparatuerInnen ihren defekten Geräten ein neues Leben schenken. Ob Wasserkocher, Fahr-

rad oder Lieblingshose, die erfahrenen HandwerkerInnen geben ihr Bestes, um die mitgebrachten „Sorgenkinder“ wiederinstandzusetzen. Für Kaffee und Kulinarisches ist natürlich auch wieder gesorgt. Ort: Café Benders, Bogenstraße 3.

Die Plätze für Reparaturen sind begrenzt. Daher schnell anmelden unter www.repaircafesonthofen.com.

Info



Wer selbst gerne werkelt oder organisatorisch helfen möchte, kann das Team des Repaircafés direkt ansprechen oder anschreiben. Weitere ehrenamtliche HelferInnen sind herzlich willkommen.

Weihnachtskonzert

der Stadtkapelle Sonthofen

Vor drei Jahren gab es das letzte Weihnachtskonzert der Stadtkapelle. Danach verhinderte die Coronapandemie zweimal diese schöne musikalische Tradition in Sonthofen. Dieses Jahr hoffen Dirigent, Musikerinnen und Musiker der Stadtkapelle ganz fest, den Blasmusikfreunden in und um Sonthofen nun wieder diesen musikalischen Hochgenuss präsentieren zu können. Seit Anfang Oktober wird fleißig in Register- und Gesamtproben an dem ab-

wechslungsreichen Programm geübt. Neben festlichen Klängen zur Weihnachtszeit erklingt im ersten Teil auch konzertante Musik, und bereits das Eröffnungstück beinhaltet eine kleine Überraschung. Im zweiten Teil hören die hoffentlich zahlreichen ZuhörerInnen Unterhaltungsmusik aus den Sparten Pop, Film, Polka und Walzer. Einzelheiten werden noch nicht verraten, aber selbstverständlich kommt die „Petersburger Schlittenfahrt“ wieder zur Aufführung.

Neben dem Hauptorchester werden das Blechbläserquintett und das neu gegründete Holzensemble das Programm mitgestalten. Es gibt auch Neuerungen: Da derzeit alles teurer wird, hat sich die Stadtkapelle entschlossen, dieses Jahr keinen Eintritt zu verlan-



gen, freiwillige Spenden werden aber gerne angenommen. Aus diesem Grund gibt es auch keinen Kartenvorverkauf und keine Platzreservierung.

Termin

1. Weihnachtsfeiertag, den 25. Dezember, um 20.00 Uhr im Haus Oberallgäu Einlass ab 19.30 Uhr

Blutspendetermin



Wir laden Sie herzlich ein, Ihr Blut zu spenden:

Freitag, den 16. Dezember, von 16.00 bis 20.00 Uhr im Pfarrheim St. Christoph, Albert-Schweitzer-Straße 17.

Terminreservierung und aktuelle Informationen unter www.blutspendedienst.com.



Zukunftsweisendes Projekt

Spatenstich für den Energiepark Zieger

Der Spatenstich für den Energiepark Zieger ist ein bedeutender Meilenstein in der bayerischen Energiewende: Mit der Kombination aus Sonnen- und Windenergie wird gleichmäßig das ganze Jahr Energie erzeugt. Der Clou am neuen Energiepark Zieger in Deining, südlich von Neumarkt in der Oberpfalz: 2.000 Haushalte werden gleichmäßig mit Strom aus erneuerbaren Energiequellen versorgt – egal, ob im Sommer die Sonne scheint oder im Winter der Wind weht! Für eine lebenswerte Zukunft braucht es ein Umdenken in der Klimapolitik. Neue, innovative Projekte sind gefragt, um den Klimawandel aufzuhalten. Dazu sind kluge Köpfe, die nötige Überzeugung und der Wille, etwas verändern zu wollen, notwendig. Einen wichtigen Beitrag zur Energie-

wende leistet die Energieallianz Bayern mit dem „Energiepark Zieger“. Das zukunftsweisende Projekt setzt auf eine einzigartige Kombination aus Sonnen- und Windenergie. Im Energiepark wer-



Bergbauern-Sennerei Hüttenberg

www.bergbauern-sennerei.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Samstag	7 - 19 Uhr
Sonn- und Feiertage	17 - 19 Uhr

Hüttenberg 9 • Ofterschwang • 08321/65454

den zusätzlich neben den bereits bestehenden fünf Windkraftanlagen noch in diesem Jahr 12.450 Photovoltaikmodule aufgebaut. Die Inbetriebnahme erfolgt noch 2022. Dadurch, dass Windenergie hauptsächlich im Winter und Solarenergie im Sommer „geern-

tet“ wird, entsteht eine gleichmäßige Energieerzeugung über das ganze Jahr. Zusätzlich können bestehende Netzanschlüsse synergetisch ausgelastet werden – ohne neue Netze bauen zu müssen! So kann beispielsweise der PV-Park Zieger mit einer zusätzlichen Leistung von rund 5.000 kWp an das Netz des Windparks Zieger angeschlossen werden, ohne dass nennenswerte Verluste auftreten. Dr. Hubert Lechner, Aufsichtsratsvorsitzender Energieallianz Bayern betont: „2009 hat sich die Energieallianz Bayern aus einer Gruppe kommunaler und privater Versorgungsunternehmen zusammengeschlossen mit dem eigentlichen Ziel die Inn-Kraftwerke zu erwerben. Obwohl die Energieallianz hier nicht zum Zuge gekommen ist, stand der Entschluss, weiterhin gemeinsam in erneuerbare Energien zu investieren. Nach vielen Windprojekten wird in Deining jetzt der erste PV-Park umgesetzt. Unsere Zukunftsstrategie ist klar: PV-Ausbau zügig vorantreiben! Die erforderliche ‚schnelle Energiewende‘ kann nur gelingen, wenn alle Beteiligten an einem Strang ziehen.“

Die Zukunft des Energieparks Zieger
Zunächst soll der gewonnene Strom ins Netz eingespeist werden. Zukünftig könnte die Kombination aus Wind und PV auch für die Wasserstoffproduktion und Folgeprodukte wie Ammoniak oder Ladepunkte für die E-Mobilität genutzt werden. Grundsätzlich könnten auch



Malerbetrieb
Kunibert Müller



Malen	Bodenbeläge
Lackieren	Stuckarbeiten
Tapezieren	Fassadengestaltung
Holzschutz	Exklusive Raumgestaltung

08321-674895
E-Mail: kontakt@farbenzauber.de

Eigenes Fassadengerüst!

Institut für Kundenzufriedenheit
MK-Index Gesamtbewertung
Famer: Malerbetrieb Kunibert Müller
Kundenzufriedenheit
SEHR GUT 5,00 / 5,00
Durch häufige Unternehmens

Werben in

Der Sonthofer

Nächste Erscheinungstermine: 21.12.2022 | 01.02.2023 | 01.03.2023

Die neuen Mediadaten sind da!

Jetzt downloaden unter
www.werbe-blank.com/der-sonthofer

Anzeigenschluss: Jeweils 2 Wochen vor Erscheinung.



media- und werbeagentur

Anzeigen-Hotline: 083 21 / 66 26 - 0
sonthofer@werbe-blank.com

die Wasserstoffmengen in das bestehende Gasnetz eingespeist werden. Der Energiepark Zieger soll mindestens 30 Jahre betrieben werden.

Einheimischen-Wochen

im **WONNEMAR Sonthofen**

Das **WONNEMAR Sonthofen** bietet vom 7. November bis zum 18. Dezember erneut die Einheimischen-Wochen für seine Gäste an. Die Kunden, die dem Erlebnisbad die ganzen letzten Jahre treu geblieben sind, sollen in dieser Zeit mit exklusiven Spartarifen so richtig auf ihre Kosten kommen. So ermöglicht das Erlebnisbad allen Einwohnern des Landkreises Oberallgäu sowie weiterer benachbarter Landkreise und Städte einen unvergesslichen Tag für kleines Geld. Ob dabei Action und Wasserspaß gewünscht wird oder lieber Entspannung in der Saunawelt, das bleibt jedem Gast selbst überlassen.

Neben der stark rabattierten Vier-Stunden-Familienkarte für das Sport- und Spaßbad zu einem Preis von 42,90 Euro statt regulär für 59,90 Euro gibt es auch supergünstige Tarife für Erwachsene und Kinder. So kosten vier Stunden Spaß- und Sportbad für Kinder nur 10,90 Euro statt 15,90 Euro und für Erwachsene nur 12,90 Euro statt 17,90 Euro. Auch unsere treuen Saunagäste werden belohnt, mit vier Stunden Saunawelt für 19,90 Euro statt für 22,90 Euro.

„So schwätz i“

mundART-Wettbewerb Allgäu

Der Förderverein **mundART Allgäu e.V.** schreibt erneut einen Mundart-Wettbewerb unter dem Motto „so schwätz i“ aus. Der Verein möchte die Allgäuer Schülerinnen und Schüler aller Schularten einladen, sich an diesem Wettbewerb zum Thema Dialekt zu beteiligen. Im Allgäu wie auch in ganz Bayern sinkt die Zahl der aktiven Dialektsprecher. „Dialekte, wie wir sie bei uns im Allgäu finden, sind ein bedeutendes Kulturgut, dessen Erhaltung und Förderung uns ein wichtiges Anliegen ist. Viele Kabarettisten, Comedians, Musiker, Sänger etc. sind mit Dialekt sehr erfolgreich. Auch in

den Schulen haben die Dialekte ihren Platz“, so Ideengeberin und Schatzmeisterin **Andrea Lotter (Füssen)**. „Wir möchten alle Schülerinnen und Schüler dazu ermutigen, sich im Rahmen des Unterrichtes mit dem Thema Dialekt zu beschäftigen und dieses Projekt als Wettbewerbsbeitrag bei uns einzureichen. Im Besonderen bitten wir die Lehrerinnen und Lehrer, die Schüler bei diesem Projekt aktiv zu begleiten und zur Teilnahme zu motivieren“, so Vorsitzender **Simon Gehring (Durach)**.

Teilnahme

Teilnehmen können alle Schülerinnen und Schüler aus dem Allgäu aller Jahrgangsstufen und aller Schularten. Es können Beiträge von einzelnen Per-

Heizungscheck - jetzt buchen und Termin sichern seit 1972

franz Stetter GmbH
Mittagstr. 13 - 13a - 87527 Sonthofen
Heizung • Sanitär • Solar
und Ingenieurplanungen

Thomas Stetter
Dipl.-Ing.(FH)

Tel.: 08321 - 1659
Fax: 08321 - 89653
Mobil: 0176 - 63200280
info@stetter-haustechnik.de

Innungsfachbetrieb ✓ Ausbildungsbetrieb ✓

Wasser - Wärme und Technik sind unsere Elemente

sonen oder Gruppen eingereicht werden, die sich gerne mit dem heimischen Dialekt befassen. Willkommen, sind Geschichten, Lieder, Verse oder Gedichte, die in der Mundartsprache (Dialekt) geschrieben sind.

Auswahl

Die Vorstandschaft des Fördervereins **mundART Allgäu e.V.** beruft eine Fachjury ein und wird die eingereichten Arbeiten sichten, bewerten und auszeichnen.

Preise

1. Preis: 500 Euro (bei einer Gruppe, 300 Euro bei einer Einzelperson)
2. Preis: 300 Euro (bei einer Gruppe, 200 Euro bei einer Einzelperson)
3. Preis: 250 Euro (bei einer Gruppe, 100 Euro bei einer Einzelperson)

Darüber hinaus werden noch zahlreiche Sachpreise, wie z.B. Bergbahntickets, Eintrittskarten, Bücher, Spiele, verlost. Die Gewinner werden benachrichtigt. Wettbewerbsbeiträge sind spätestens bis zum 31. De-

zember schriftlich per Post oder per E-Mail an den Förderverein **mundART Allgäu e.V.** zu senden: Kennwort „so schwätz i“, Feldweg 2, 87471 Durach; E-Mail: mundart-allgaeu@gmx.de.

Für die ganze Familie

Neue Veranstaltungen im Rockzipfel

Im Familienzentrum **Rockzipfel** gibt es wieder offene Treffs. Diese finden jeweils montags von 9.00 bis 11.00 Uhr und dienstags von 14.30 bis 16.30 Uhr statt. Interessierte Eltern können einfach vorbeikommen und entspannt einen Kaffee trinken – allein oder mit Kindern. Weiterhin wird mittwochs von 10.00 bis 11.30 Uhr ein Kleinkindtreff für Eltern und Kinder von ein bis zwei Jahren angeboten. Anmeldung und weitere Infos gibt es unter www.rockzipfel.de.

Faszination Licht

im neuen **Leuchtraum**

Die Tage werden kürzer, die Nächte immer länger. Die Dunkelheit und somit auch das Thema Licht nimmt einen immer größeren Stellenwert bei den Kindern in der Kinderkrippe **Maria Heim** suchung ein. Im neuen **Leuchtraum** können sie mit verschiedenen Gegenständen, wie einem Leuchttisch, verschiedenen leuchtenden Kugeln, einer Säule mit Wasser und bunten Fischen und anderem Lichtmaterial, experimentieren sowie die **Faszination Licht** entdecken. Dieser Raum lädt dazu ein, zur Ruhe zu kommen, zu erkunden und auch die Sinneswahrnehmungen zu stärken.



ALLGÄU | TIROL | KLEINWALSERTAL
DER GROSSE BERGBAHNVERBUND
IN DEINER *Heimat*



**SCHNEESICHERHEIT
VON OKTOBER BIS MAI**
215 Lifte und Bergbahnen
450 Pistenkilometer

BERGBAHNFAHREN SCHON IM HERBST

AUCH ALS GANZJAHRESKARTE



www.superschnee.com

Spende ermöglicht

Robotik-Unterricht am Gymnasium

Das Wort Lego leitet sich von dänisch leg godt („spiel gut“) ab. Dass sich dieser Spielzeugklassiker auch hervorragend für den Unterricht eignet, zeigte das Gymnasium Sonthofen eindrucksvoll bei der Spendenübergabe im Wert von 9.000 Euro, die dank der regionalen Unterstützung aus Wirtschaft und Politik in kurzer Zeit zusammenkam.

Randvoll ist der Wahlkurs, an dem die 25 Schülerinnen und Schüler der sechsten und siebten Klassen des Gymnasiums in diesem Schuljahr teilnehmen. Ausgepackt und sorgfältig sortiert sind sie bereits, die vielen Bauteile der Robotik-Sets von Lego, die einen direkten Lehrplanbezug der MINT-Fächer für die weiterführende Schule haben. Am liebsten solle sich etwas bewegen, oder zwei Roboter sollen gegeneinander antreten, so die ersten Ideen der Nachwuchskonstrukteure und -programmierer. Es bewegt sich sogar schon etwas: Der erste kleine Roboter namens „SoS 6“ kraxelt mit seinen langen Beinen zielstrebig über den Tisch im Projektraum für Natur und Technik. „Das SoS steht dabei für Sonthofen und das Lego-Set Spike“, erläutert Kursleiter Philipp Dippon. „Zwölf Roboter werden es am Ende des Kurses sein, von 0 bis 11, denn Informatiker zählen ab Null“, erklärt der Lehrer augenzwinkernd.

Dass schon so viele Sets zum Einsatz kommen können, ist auf die gemeinsame Initiative des Gymnasiums, der Stadt Sonthofen und des Technologietransferzentrums (TTZ) für Produktion und Informatik als Institut der Hochschule Kempten zurückzuführen. Und die Nachwuchsförderung lag auch den Akteurinnen und Akteuren aus Wirtschaft und Politik am Herzen, die sich engagiert an der Aktion beteiligten. „Das motiviert die Schülerinnen und Schüler, viel Neues zu entdecken und zu erfinden“, freut sich Erster Bürgermeister Christian Wilhelm, während er dabei eigene kleine Legobausteine in der Hand hält, die schon Geschichte haben. Und in der Tat sind den kreativen Ideen bei der Umsetzung der



Offizielle Spendenübergabe der Lego-Robotik-Kästen an das Gymnasium Sonthofen (v.li.n.re.): Sylvia Rehm (Stoll-Gruppe), Gerhard Knepler (Gymnasium Sonthofen), Joachim Stoller (Schulleiter Gymnasium Sonthofen), Alexander Hold (Vizepräsident Bayerischer Landtag, MdL), Martina Neusinger (Stadträtin Sonthofen), Philipp Dippon (Gymnasium Sonthofen), Prof. Bernd Lüdemann-Ravit (Leitung TTZ Sonthofen, HS Kempten), Thomas Bein (Voith), Philip Kraus und Reyhan Tekin (BBS Automation Blaichach), Thomas Socher (Raiffeisenbank Kempten-Oberallgäu), Andreas Straub (Multivac), Christian Böck (Sparkasse Allgäu) und Christian Wilhelm (Erster Bürgermeister Stadt Sonthofen) © HS Kempten / TTZ Sonthofen

Lernaufgaben kaum Grenzen gesetzt, wie durch die ausführlichen Erklärungen von Kursleiter Dippon schnell klar wird. „Die Schülerinnen und Schüler sind superbegeistert“, berichtet er. Begeistert sind auch die Vertreterinnen und Vertreter jener Unternehmen, die sich an der Aktion mit großzügigen Spenden beteiligten und diese gemeinsam mit dem Bürgermeister an das Gymnasium Sonthofen übergaben. Darunter BBS Automation Blaichach, Multivac, die Stoll-Gruppe, Voith sowie die Raiffeisenbank Kempten-Oberallgäu und die Sparkasse Allgäu. Auch Alexander Hold, Vizepräsident des Bayerischen Landtags, der seinerzeit auch hauptverantwortlich dafür war, dass das TTZ als Außenstandort der Hochschule Kempten nach Sonthofen kam, ist angetan von der frühen Berufsorientierung, die dieser Kurs ermöglicht. „Zeit ist sehr wertvoll und ohne die Unterstützung der Lehrer wäre das hier nicht möglich“, ergänzt Professor Bernd Lüdemann-Ravit, einer der beiden Leiter des TTZ.

Ginge es nach den Schülerinnen und Schülern, könnte dieser Kurs jede Woche stattfinden und ein festes Unterrichtsfach werden. „Als wissenschaftlich-technisches Gymnasium haben wir die Aufgabe, diese Begeisterung weiterzutragen und nicht nur ein einmaliges Strohfeuer zu zünden“, resü-

miert Schulleiter Joachim Stoller. Und vielleicht treten die Roboter tatsächlich einmal gegeneinander an, zum Beispiel bei einem Lego-Regionalwettbewerb in Sonthofen.

Impressum

Herausgeber:	Stadt Sonthofen, Erster Bürgermeister Christian Wilhelm, Rathausplatz 1, 87527 Sonthofen
Verlag:	Werbe-Blank GmbH, Geschäftsführer: Andreas Zöbisch Oberstdorfer Straße 10 87527 Sonthofen
Redaktion:	Stadt Sonthofen Kerstin Spiegelt, Kristina Müller
Redaktion Sonderthema:	Werbe-Blank GmbH und Petra Tibken
Anzeigen- leitung/ -annahme:	Werbe-Blank GmbH, Tel. 08321/66260 sonthofer@werbe-blank.com
Design, Satz und Layout:	Werbe-Blank GmbH Constanze Grässlin
Druck:	Holzer Druck und Medien, Weiler-Simmerberg
Auflage:	12.750 Exemplare
Verteilung:	Mitverteilung über Kreisbote direkt an 11.900 Haushalte in Sonthofen und Ortsteile sowie Auslage in öffentl. Einrichtungen, Versand an Abonnenten.
Titelbild:	Sonja Karnath



Fit für die Zukunft

Sanierung beim TC Sonthofen

Der Pachtvertrag für das Vereinsgelände des TC Sonthofen mit der Stadt Sonthofen wurde um zehn Jahre verlängert. Dies schafft eine solide Planungsgrundlage für die dringend erforderlichen Sanierungsmaßnahmen des 40 Jahre alten Clubheims. Sturm und Regen haben dem Dach schwer zugesetzt. Doch die Baumaßnahmen bedeuten für einen Verein dieser Größenordnung einen immensen finanziellen Aufwand und eine intensive Planung. Durch die hervorragende Jugendarbeit konnte der Verein seine Mitgliederzahlen im vergangenen Jahr um acht Prozent steigern. Damit springt die Mitgliederzahl erstmals wieder über die 300er-Marke. Die aktive Beteiligung der neuen Trainer, die neuen Breitensport-Formate sowie die Anzahl der gemeldeten Mannschaften verdeutlichen, dass der Sportverein weiterhin an Beliebtheit gewinnt. In den Mitgliederversammlungen im Frühjahr wurde beschlossen, im August

dieses Jahres mit den Bauarbeiten zu beginnen. Das gesamte Maßnahmenpaket wurde an ortsansässige Firmen vergeben. Ein besonderer Dank gilt der Bauleitung Merk aus Westerhofen, Gerüstbau Neuner, Elektro Glas sowie der Spenglerei Keinath. Durch den Einsatz von Eigenleistung, beispielsweise durch das Abdecken und Entsorgen des Dachs durch Vereinsmitglieder, konnten über 5.000 Euro eingespart werden. In Zusammenarbeit mit einem Allgäuer Energieberater wurden die Maßnahmen für eine energetische Dachsanierung festgelegt, um die Förderrichtlinien von BLSV und KfW zu erfüllen.

Seit Mitte September sind die Außenarbeiten rechtzeitig vor einer Regenperiode abgeschlossen worden. Der In-

Öffnungszeiten
Täglich wechselnder Mittagstisch
von Di – Fr 11.30 bis 14.00 Uhr
sowie eine attraktive Abendkarte

Um Reservierung wird gebeten

Tennis HAUS & RESTAURANT

Gabi & Marcel Geerts | Am Illerdamm 1a | 87527 Sonthofen
Tel. 08321/9188 od. 0175/5431790 | gabiundmarcel@web.de

nenausbau ist in der Zwischenzeit gut vorangeschritten. Das umgestaltete Vereinsheim des Tennisclubs erstrahlt in neuem Glanz und lädt zu gemütlichem Beisammensein bei Vereinsfeiern oder Familienfesten ein. Auf die Wiederbelebung der Gastronomie nach

dem coronabedingten „Essen zum Mitnehmen“ freuen sich die langjährigen Pächter der Familie Geerts.



Adventssingen

in der Täufer-Johanniskirche

Das traditionelle „Singen und Musizieren zum Advent und zur Weihnachtszeit“ in der evangelischen Täufer-Johanniskirche findet dieses Jahr am Samstag, den 10. Dezember, statt. Die Veranstaltung des Gebirgstrachten-Erhaltungsverein „Edelweiß“ Sonthofen e.V. beginnt um 19.00 Uhr. Mitwirkende sind das Bläserensemble der Stadtkapelle Sonthofen, das GTEV-Harmonikaduo Carina & Lisa, die Holzbläsergruppe, die Jodlergruppe Ofterschwang, die Leybachfehla aus Altstädten und die Gruppe Nättgäli aus Oberstdorf. Kinder zeigen ein Hirtenspiel und Christa Fischer spricht adventliche Geschichten. Der Eintritt ist frei, Spenden zugunsten der Lebenshilfe Sonthofen werden erbeten.

Vielleicht doch mal was Neues?

Ob neu oder gebraucht – hier gibt es eine große Auswahl und faire Preise.



Autohaus Fink GmbH
Sonthofer Straße 31
87541 Bad Hindelang
Telefon : 08324 / 445

Ihr Partner für



Parfümerie Kosmetik

BINGGER

„Schenken heißt, einem anderen das geben, was man selbst gerne behalten möchte.“

Bei uns finden Sie tolle Geschenke - hübsch verpackt!

- ★ Exklusive Düfte und Pflegeprodukte für Sie und Ihn
- ★ Geschenkgutscheine von BINGGER
- ★ Hübsche, kleine Geschenkideen
- ★ Kosmetische Behandlungen

Wir wünschen allen unseren Kunden frohe Weihnachten und bedanken uns für ihre Treue!

Marion und Markus Binger und Mitarbeiter

Binger · 87527 Sonthofen · Bahnhofstr. 10 · Tel. 08321-3160 · www.binger.de

J/HL/EIDO L'AMER CHANEL CLINIQUE ESTEE LAUDER CLARINS HERMES PARIS

Geschenke, die von Herzen kommen

Glanzpunkte auf dem Gabentisch

“Das wahre Geschenk macht einen reicher, obwohl man gibt“, wusste schon der norwegische Literaturnobelpreisträger Knut Hamsun. Mit den originellen und individuellen Geschenkinspirations auf den folgenden Seiten sind leuchtende Augen bei den Beschenkten garantiert!

GUTER RAT & GUTE RÄDER



Herzlichen Dank allen unseren Kunden für die Treue zu uns.

Wir wünschen ein schöne Adventszeit, ein fröhliches Weihnachtsfest und ein gutes und gesundes Jahr 2023.

Das Team von **2Rad Riescher**

Albrecht-Dürer-Str. 17, 87527 Sonthofen
Tel. 083 21/780 7978

Ihrem Partner für



info@2radriescher.de · www.zweirad-riescher.de

Edition Heimhuber
Geschenkideen

Heimhuber DECKE

Bearglar BOX

Heimhuber HOODIE

WWW.FOTOHAUS-HEIMHUBER.DE
BAHNHOFSTRASSE 1 | 87527 SONTHOFEN | TELEFON: 08321 - 1470

WONNEMAR
Less die Wonne sein!

UNSER GESCHENK-TIPP.

Weihnachts-Wonne verschenken.

MIT DEM WONNEMAR WERTGUTSCHEIN.

Ganz einfach **online selbst gestalten** oder **vor Ort in deinem WONNEMAR Sonthofen kaufen.**

Demnächst mit **neu renoviertem Thermalbereich.**

WONNEMAR.de

Wir kennen die Geheimnisse des GRILL & BBQ'S

- Ψ DEUTSCHLANDS HÖCHSTE GRILL & BBQ AKADEMIE AUF 1540 M
- Ψ MIT TEAMCHEF ADI BLANZ, BEKANNT AUS DEM TV
- Ψ ORT: BERGSTATION HÖRNERBAHN, BOLSTERLANG „HÖRNIS-NEST“ IS THE BEST

KURSE IMMER SAMSTAGS & SONNTAGS

BITTE ANMELDEN!
www.grillschule-allgaeu.de

URLAUB FÜR MÄNNER

GRILLSCHULE ALLGÄU

ZUM VERSCHENKEN Gutschein

150 EUR / KURS*

Alle Kurse & Termine finden Sie auf www.grillschule-allgaeu.de

*Gutschein gilt für alle Grillkurse



LAIMER

Uhren mit
 · Zebrawood
 und Kristalle
 · Zifferblatt
 aus Perlmutter
 · federleichtem
 Gewicht

Fachgeschäft für
 Optik · Uhren · Schmuck
 Bahnhofstr. 16 · Sonthofen
 Tel.: 08321/2813
 seethaler.kg@gmx.de

Seethaler

Willst du glücklich sein im Leben ...

Geschenke finden macht Freude

Die meisten Menschen verschenken sehr gerne schön ausgesuchte und passende Geschenke. Da sind sich fast alle einig: Schenken macht Freude! Doch die Suche nach dem passenden Geschenk ist das, was oft herausfordert. Zielgerecht das perfekte Geschenk zu finden, setzt ein wenig Muße voraus. Nehmen Sie sich eine gute Weile Zeit und beschäftigen Sie sich mit der Person, die Sie beschenken wollen. Was macht diesen Menschen aus? Was macht diesem Menschen Freude, womit beschäftigt er oder sie sich gerade? Je genauer die Antworten, desto präziser die mögliche Geschenkeauswahl. Dabei ist der materielle Wert des Geschenks nicht von herausgehobener Bedeutung. Gemeinsame Erinnerungen schaffen, durch einen Gutschein für einen Tag Gipfelglück oder einen Wellnessstag im Wonnemar, ein Barbecue in Deutschlands höchster Grillschule, einen individuellen Kurs in der Volkshochschule oder die passende Keramik aus der Allgäuer Keramikmanufaktur, Feinkost aus „Anjas Genussvielfalt“ ... es gibt unendlich viele Möglichkeiten in und um Sonthofen fündig zu werden. Das Strahlen und die Dankbarkeit des Beschenkten beim Öffnen seiner Überraschung steckt an und macht auch den Schenkenden glücklich!

Wie formulierte es die deutsche Schriftstellerin Marie Ruhland so schön und so bekannt: „Willst du glücklich sein im Leben, trage bei zu anderer Glück; Denn die Freude, die wir geben, kehrt ins eigene Herz zurück.“



ALLGÄUER KERAMIK
 MANUFAKTUR SEIT 1923

Wir haben auch
 Geschenk-Gutscheine

Liebevoll-traditionelle und moderne Handwerkskunst in unserer Manufaktur gefertigt sowie schöne Wohnideen und Dekoartikel.

Öffnungszeiten: Mo-Fr: 10-18 Uhr · Sa: 9.30-16 Uhr

Töpferweg 16 | 87527 Altstädten | Fon (0 83 21) 34 54
 www.allgaeuer-keramik.de | Jetzt auch auf facebook

SCHENKEN SIE GIPFELSPASS





MEHRFACH AUSGEZEICHNETE SKIGEBIETE





Unsere GUTSCHEINE

sind auch im ONLINE-SHOP erhältlich.

BERGBAHNEN BOLSTERLANG & OFTERSCHWANG-GUNZESRIED

- 34 Pistenkilometer • 29 Abfahrten (von der leichten Familienabfahrt bis zur anspruchsvollen Weltcup-Strecke) • modernste Kabinen- und Sesselbahnen • top Beschneiungsanlagen
- Kinderland • Snow-Funpark • Rodelstrecke • Loipen • Panorama-Winterwanderwege
- zünftige Einkehrhütten • gratis Pendelbus zwischen den Skigebieten

www.go-ofterschwang.de
 Infotel. 0 8321.67 0333

www.hoernerbahn.de
 Infotel. 0 8326. 90 93






Relax-Sessel

motorisch oder
manuell verstellbar
viele Modelle
sofort lieferbar

**Betten
segger**
Seit 1872

Grüntenstraße 15a, 87527 **Sonthofen**, Tel. 08321/26555, www.BettenSegger.de




Härle

**Genuss
schenken**

Härle's Panettone

PANETTONE

HÄRLE GEMACHT
PANETTONE



vhs
Oberallgäuer
Volkshochschule

Verschenken Sie zu Weihnachten
doch mal einen VHS-Gutschein

Frohe Weihnachten
wünscht das gesamte
Team der Oberallgäuer
Volkshochschule e.V.

vhs
Oberallgäuer
Volkshochschule

Oberallgäuer Volkshochschule e.V.
Hindelanger Str. 37, 87527 Sonthofen
Telefon: 08321 66730



**Entdecken Sie
Anjas Genussvielfalt
in Sonthofen**

- Weihnachtsgenuss für Ihre Kunden und Mitarbeiter, Freunde und Familie
- Entdecken Sie bei uns eine Vielzahl an hochwertigen Essigen, Ölen, Likören, Bränden, Rums, Cognac, Grappe, Whisky, Weinen und Feinkost
- Wir bieten Ihnen eine umfangreiche Auswahl an formschönen Glasflaschen
- Wir beraten Sie gerne für ihr individuelles Geschenk für jeden Anlass und in verschiedenen Größen

Essig & Öl • Weine & Spirituosen • Feinkost & Geschenke

Öffnungszeiten:
Mo – Fr 09.00 – 18.00 Uhr
Sa 09.00 – 13.00 Uhr

Anja Bock | Hochstraße 20
87527 Sonthofen
Tel. 08321 / 6076408
info@anjas-genussvielfalt.de
www.anjas-genussvielfalt.de



NATURHEILPRAXIS



PHYSIOTHERAPIE



REHA-SPORT-ALLGÄU

Corona Testzentrum im Gesundheitszentrum Petratschek

Corona Schnelltests sind im Gesundheitszentrum Petratschek möglich.

Anmeldung über die Homepage www.gesundheitszentrum-petratschek.de.



Long-COVID/Post-COVID TEIL 2

In der vorletzten Ausgabe berichteten wir über die Entstehung einer Covidinfektion, deren Verläufe und dessen Akuttherapien.

So gelangt das Virus in die Zellen:

Das Virus, Sars – COV2, ist auf bestimmte Strukturen angewiesen, um in die Zelle zu gelangen. Diese Strukturen sind Rezeptoren, die aus Proteinen (Eiweißen) bestehen und sich an jeder Zelle befinden. Beim Sars – COV2 spielen 2 Rezeptoren eine entscheidende Rolle. Der eine, ACE 2, ist für die Blutdruckregulation wichtig und der andere, Neurolipin 1, spielt im Nervensystem eine wichtige Rolle.

Dadurch dass der ACE2 für die Blutdruckregulation verantwortlich ist, kommt er in Herzmuskelzellen sowie im Lungen- und Darmgewebe überwiegend vor. Je mehr von diesen Rezeptoren an einer Zelle vorhanden sind desto anfälliger ist diese für den Virus. Das Virus hat ebenfalls eine Eiweißstruktur, das Spike Protein, welche dann an dem Rezeptor damit andocken kann und somit in die Zelle gelangt. Da Sars – COV2 ein Erreger für die Atemwege ist, befällt dieser überwiegend die Lunge. Reicht die Infektion jedoch über die Lunge hinaus, gelangt der Virus in die Blutbahn und somit in den gesamten Körper. Dies erklärt alle anderen Beschwerden im gesamten Organismus.

Bei **Long COVID**, wie bei den meisten chronischen Erkrankungen, sind drei grundlegende Eigenschaften immer vorhanden.

1. Silent Inflammation

2. Oxidativer Stress

3. Mitochondrienschädigung

Insbesondere kommt es beim Coronavirus zur Schädigung der Mitochondrien. Was Mitochondrien genau sind, wie viele davon in den menschlichen Zellen vorhanden sind und welche umfangreichen und wichtigen Funktionen diese im menschlichen Organismus erfüllen, haben wir bereits in vorherigen Ausgaben erläutert. Die wichtigste Aufgabe ist jedoch die Energieproduktion, welche nun ausfällt. Stellen Sie sich einen gesamten Stromausfall in Ihrem Haus vor. Nicht nur Kühlschrank und Heizung würde ausfallen, sondern sogar die gesamte Wasserversorgung liegt brach. Dies passiert nun in Ihrem Körper.

Das Coronavirus schleust sich selbst in die Mitochondrien ein und setzt sein Erbgut (RNA) frei. Nun entsteht das virale Spike Protein, welches extrem giftig für die Mitochondrien ist. Die Folge sind die gesamten organischen Schäden welche wir bereits in Teil 1 erläuterten. Bei Long COVID bleiben diese dann erhalten.

Um eine adäquate Therapie durchzuführen, welche die Schulmedizinische Therapie unterstützt (diese haben wir auch in Teil 1 erläutert) sind zuvor einige Labordiagnostische Abklärungen notwendig. Dies betrifft proinflammatorische Zytokine, v.a. IL6, VEGF, CCL3, CCL5, hsCRP, Immunprofil, Aminosäureprofil, Vitamin D Quotient von 1,25 OH und 25 OH, aber auch einige andere Parameter, je nach Symptomen.

Zusätzliche Therapiemöglichkeiten sind:

1. Entgiftung (in schlimmen Fällen Chelattherapie oder Aphaese)
2. Immunsystem stabilisieren
3. Orthomolekulare Medizin, insbesondere Substitution mit Vit. D, Melatonin, NAC, Polyphenole, Antioxidantien, Liposomales Glutathion und Liposomales Curcumin, in schlimmen Fällen evt. als Infusionstherapie.
4. IHHT
5. Oxyvenierung
6. Intravasale LLLT (Low Level Laser Therapie)

Aus eigener Erfahrung kann ich Ihnen versichern, dass hier Hilfe möglich ist. Ich habe in den letzten 10 Monaten nahezu alle Studien gelesen. Die Datenlage ist aber so, dass fast täglich neue Erkenntnisse dazu kommen. Es gibt allerdings auch einige Patienten, bei denen die Anzahl der geschädigten Mitochondrien so hoch ist, dass nur noch symptomatisch geholfen werden kann. Aus der Datenlage meiner bisherigen Patienten und der meiner Kollegen schätze ich die Zahl auf 20-25%. Von allen medizinischen Forschern, die sich mit diesem Thema beschäftigten, kann ich die Bücher von Florian Schilling empfehlen. Er hat alle bisherigen Studien zusammengetragen und in Büchern veröffentlicht.

Buchempfehlungen von Florian Schilling:

Long Covid und How to do Corona

Bei weiteren Fragen oder wenn Sie selbst betroffen sind, können Sie sich jederzeit an uns wenden. Bleiben Sie Gesund

Ihr Gesundheitszentrum Petratschek