

Der Sonthofer

Informationen aus der Alpenstadt | 10/2023

www.stadt-sonthofen.de

Verlags-
Sonderthema
Mobil in den
Winter

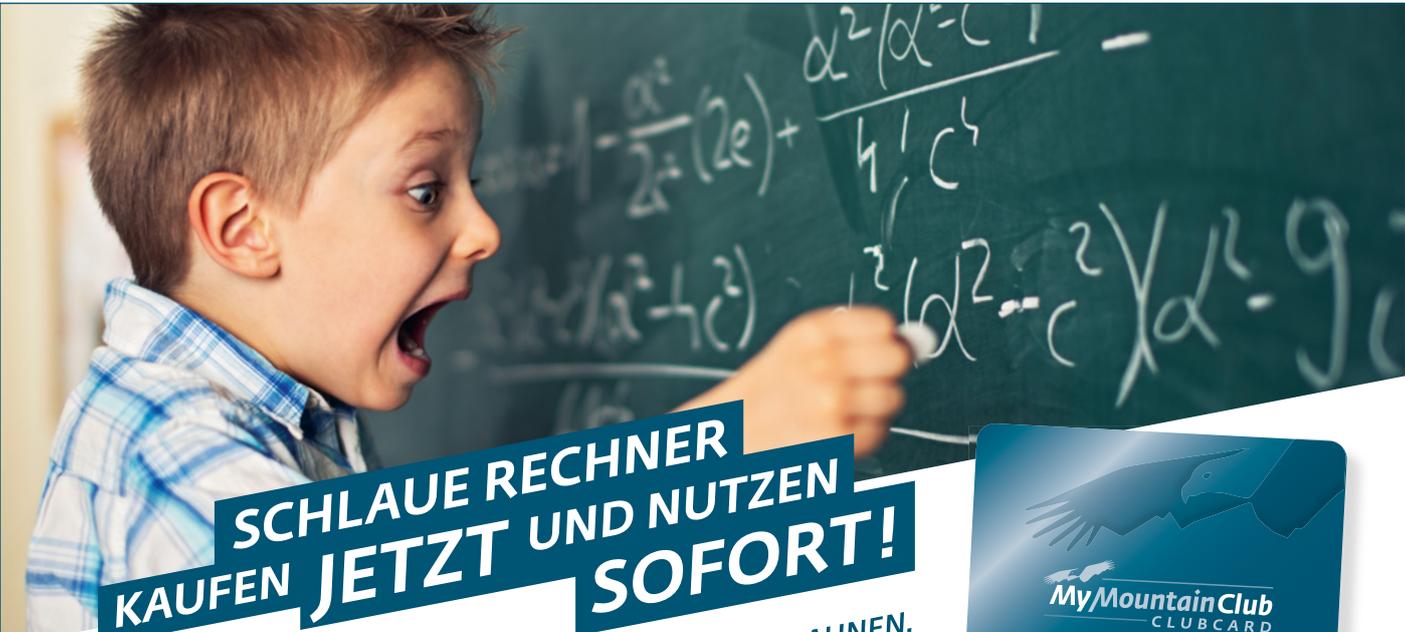
Seite 31

Landtags- und Bezirkswahl
am 08. Oktober

Fairtrade-Gruppe
plant viele Aktionen

Familienfest mit
verkaufsoffenem Sonntag

Kunsausstellung
„Die Südliche“ in Sonthofen



**SCHLAUE RECHNER
KAUFEN JETZT UND NUTZEN
SOFORT!**

DIE SAISONKARTE DER
OBERSTDORF · KLEINWALSERTAL BERGBAHNEN.



OK-BERGBAHNEN.COM



OBERSTDORF
KLEINWALSERTAL
Bergbahnen

**SIE SIND NOCH AUF DER SUCHE NACH
AUSFLUGSTIPPS IN DER REGION?**

*Alpsee Grünten
Plus*

Das Allgäu Ferienmagazin

www.das-allgaeu-ferienmagazin.de



**An allen
bekanntesten
Auslagestellen
und jederzeit
online**



Tel. +49 (0) 83 21 / 66 26 0
contact@werbe-blank.com

Oberstdorfer Str. 10, 87527 Sonthofen
www.werbe-blank.com

Bitte gehen Sie zum Wählen!

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger, am Sonntag, den 08. Oktober findet die Landtags- und Bezirkswahl statt.

Mit dieser Wahl wird entschieden, wer für die nächsten fünf Jahre die politischen Interessen im Landtag und Bezirkstag wahrnimmt.

Landtag

Der Landtag ist als Volksvertretung ein zentrales Verfassungsorgan des Freistaates Bayern und hat unter anderem die Aufgaben:

1. Mitwirkung bei der Regierungsbildung
2. Mitwirkung bei der Gesetzgebung
3. Kontrolle von Regierung und Verwaltung

Bezirkstag

Die Bezirke schaffen und erhalten öffentliche Einrichtungen für das soziale, wirtschaftliche und kulturelle Wohl der Bevölkerung. Im Folgenden die wichtigsten Aufgaben:

- Gesundheitswesen (Einrichtung für Psychiatrie, Neurologie und Suchtkranke)
- Sozialwesen (überörtlicher Träger der Sozialhilfe)
- Kultur- und Heimatpflege (z.B. Freilichtmuseum)
- Schulwesen (Schulen für Hör- und

Sehgeschädigte sowie Sprachbehinderte)

Wahlrecht ist Grundrecht

Das Wahlrecht ist eines der grundlegenden staatsbürgerlichen Rechte. Alle Wahlberechtigten sollten davon Gebrauch machen und so ihrer Meinung Geltung verschaffen. Auf sein Wahlrecht sollte daher niemand verzichten. Unsere Demokratie lebt davon, dass die Bürgerinnen und Bürger sie bejahen und praktizieren.

Auf Ihre Stimme kommt es an

Mit Ihrer Stimme nehmen Sie Einfluss auf die zukünftige Gestaltung Ihres unmittelbaren Lebensbereiches. Entscheiden Sie mit und gestalten Sie die weitere Entwicklung mit Ihrem Votum.

Wer darf wählen?

Wahlberechtigt sind alle Deutschen i.S.d. Art. 116 Abs. 1 Grundgesetz.

Das aktive Wahlrecht setzt voraus:

- Vollendung des 18. Lebensjahres
- nicht vom Stimmrecht ausgeschlossen zu sein
- seit mindestens drei Monaten (seit 08. Juli) in Bayern die Wohnung zu haben, bei mehreren Wohnungen die Hauptwohnung oder sich sonst gewöhnlich in Bayern aufzuhalten (für die Bezirkswahl: innerhalb des Regierungsbezirks).



Wo wird gewählt?

Sonthofen ist in 14 Stimmbezirke und 28 Briefwahl-Stimmbezirke eingeteilt. Der jeweilige Stimmbezirk und der Wahlraum sind auf den Wahlbenachrichtigungen angegeben.

Wann wird gewählt?

Die Stimmabgabe kann am Wahlsonntag (08. Oktober) in der Zeit von 8:00 Uhr bis 18:00 Uhr erfolgen.

Wie viele Stimmen können vergeben werden?

Jede Wählerin / jeder Wähler hat zwei Stimmen für die Landtagswahl und zwei Stimmen für die Bezirkswahl. Auf jedem Stimmzettel darf nur eine Stimme abgegeben werden.

PHYSIOTHERAPIE-PRAXIS

DANIELA WECHS

SONTHOFEN





MASSAGE
KRANKENGYMNASTIK
MANUELLE THERAPIE
LYMPHDRAINAGE UND
BANDAGIERUNG

SCHLINGENTISCH-
BEHANDLUNG
ELEKTROTHERAPIE
FANGO
HEISSLUFT

* ZULASSUNG ALLER KASSEN

ÖFFNUNGSZEITEN

Mo, Di, Do: 7.00-12.30 Uhr und 15.00-18.00 Uhr . Mi, Fr: 7.00-13.00 Uhr . Sa: 8.00-12.00 Uhr

DANIELA WECHS . Freibadstraße 2 . Sonthofen . Parkplätze am Haus
Tel. 08321/8001869 . daniela-wechs@t-online.de

Wie wird gewählt?

Sie erhalten vier Stimmzettel:

- einen **kleinen weißen** Stimmzettel zur **Landtagswahl** für die Wahl einer oder eines Stimmkreisabgeordneten (Erststimme)
- einen **großen weißen** Stimmzettel zur **Landtagswahl** für die Wahl einer oder eines Wahlkreisabgeordneten (Zweitstimme)
- einen **kleinen blauen** Stimmzettel zur **Bezirkswahl** für die Wahl einer Bezirksrätin oder eines Bezirksrates (Erststimme)
- einen **großen blauen** Stimmzettel zur **Bezirkswahl** für die Wahl einer Bezirksrätin oder eines Bezirksrates im Wahlkreis (Zweitstimme).

Wann ist ein Stimmzettel ungültig?

- wenn er leer abgegeben wird
- wenn der Wille des Wählers nicht zweifelsfrei erkennbar ist
- wenn er zusätzliche Bemerkungen oder Kennzeichnungen enthält
- wenn das Wahlgeheimnis nicht gewahrt wird.

Meine Bitte an Sie

Gehen Sie zur Wahl, beteiligen Sie sich an unserer Demokratie und an der Gestaltung des Landtages und Bezirkstages.

Ihr



Christian Wilhelm, 1. Bürgermeister



Termingerechter Eingang

der Briefwahlunterlagen

Die Stadt Sonthofen weist darauf hin, dass der Wahlbrief spätestens am Wahltag, 08. Oktober, bis 18:00 Uhr bei der Stadt Sonthofen eingegangen sein muss.

Bei Einwurf des Wahlbriefs in die Briefkästen der Deutschen Post und Allgäu Mail ab Freitag, 06. Oktober ist ein rechtzeitiger Eingang nicht mehr gewährleistet.

Um den rechtzeitigen Eingang bei der Stadt Sonthofen (Sonntag 08. Oktober, 18:00 Uhr) zu gewährleisten, müssen die Wahlbriefe ab Freitag, 06. Oktober



in den Briefkasten der Stadt Sonthofen (Rathaus) eingeworfen werden.

Geht der Wahlbrief verspätet ein, so ist er zurückzuweisen (§ 54 Abs. 4 LW0).

Sitzungstermine Oktober

- 10. Oktober, 18:30 Uhr**
Haupt- und Finanzausschuss
- 12. Oktober, 18:30 Uhr**
Bau- und Umweltausschuss
- 17. Oktober, 18:30 Uhr**
Sozial-, Kultur- und Sportausschuss
- 24. Oktober, 18:30 Uhr**
Stadtrat

Die Sitzungen der Ausschüsse und des Stadtrats finden im großen Sitzungssaal des Rathauses statt.

Die Tagesordnungen werden durch die örtliche Presse und per Aushang bekanntgegeben. Sitzungstermine und Beschlüsse, die in öffentlichen Sitzun-

gen gefasst worden sind, sind auf der städtischen Webseite unter www.stadtsonthofen.de/stadtpolitik/stadtrat/ einsehbar.

Sonthofer Jugend

gestaltet Politik

Kürzlich hatten Jugendliche des Gymnasiums Sonthofen und Rosenheim die schöne Möglichkeit, sich aktiv in die Politik einzubringen. Dass junge Menschen unpolitisch sind, erweist sich als Trugschluss. Entgegen der landläufigen Meinung ist die heutige Jugend zunehmend politisch und zeigt großes Interesse an Politik, so das Ergebnis der Studie „Jung. Digital. Engagiert?“, die im Rahmen eines Forschungsprojektes anlässlich des europäischen Jahres der Jugend 2022 in Auftrag gegeben wurde. So gibt es beispielsweise in Sonthofen schon seit längerem das Jugendparlament, das sich aktiv durch Vertreter mit Rederecht in den Sonthofer Stadtrat einbringen kann und hierzu sogar ein Budget für die Umsetzung von Projekten zur Verfügung hat.

Im vergangenen Frühjahr fand in der Alpenstadt das diesjährige YPAC-Treffen statt, über das bereits berichtet wurde. Die Abkürzung YPAC steht ins Deutsche übersetzt für das „Jugendparlament zur Alpenkonvention“. Es ist eine Parlamentssimulation nach dem Vorbild des Model European Parliament. Hierzu trafen sich im März die zehn teilnehmenden Schulen aus den Alpenregionen ganz Europas in Sonthofen zur Sitzungswoche mit dem Thema „Quality of life in the Alps“.

Nun führen die deutschen Delegationen unter Begleitung ihrer Lehrkräfte Anfang Juli nach München, um die beschlossenen Resolutionen betreffend die Verbesserung der Lebensqualität in den Alpen im Bayerischen Landtag vorzustellen. Die erarbeiteten Thesen beinhalten Themen wie das Zusammenleben in der Gemeinschaft, die Umwelt, das kulturelle Leben und den Tourismus. Alles Bereiche, die in Sonthofen als Alpenstadt besonders von Bedeutung sind. Die anwesenden Politiker, darunter einige jugend- und umweltpolitische Sprecher verschiedener Frak-

tionen, zeigten sich beeindruckt von den acht in diesem Jahr erarbeiteten Resolutionen. Im Anschluss entstand ein sehr interessanter und spannender Meinungs austausch mit den Abgeordneten. Insgesamt bestand hier für die jungen Erwachsenen die tolle Möglichkeit, sich aktiv in die Politik einzubringen. Die Landtagsabgeordneten waren sehr interessiert an den Ergebnissen, wie beispielsweise der Forderung von Grünbrücken für Wildtiere von Frankreich bis Slowenien. Auch die Förderung lokaler Produkte sowie SMS mit Verhaltensregeln in den Bergen bei der Einreise in Alpenländer und die Bereitstellung gemeinsamer Veranstaltungsplattformen im Bereich der Kultur waren Thema der Vorstellung. Im Anschluss entstand eine sehr fruchtbare Diskussion und die Politiker versprachen, die Thesen in das Parlamentsgeschäft mit einzubringen. Den Kontakt zum Landtag stellte die Sonthofer Stadträtin und Elternbeiratsvorsitzende des Gymnasiums Martina Neusinger her, die gemeinsam mit der für Öffentlichkeitsarbeit zuständigen De-



© Foto und Text Lena Neusinger

(v.li.n.re.)) Lina Stockhaus, Lena Neusinger, Theresa Senkel, MdL Tobias Gotthardt, Finn Butenandt, Annalena Schmidt, Angelina Mikulicic, MdL Eric Beißwenger, Stadträtin Martina Neusinger, MdL Alexander Hold, Kabir Sharma, MdL Benno Zierer, Laura Paas, OStRin Friederike Fimm, Emma Stockhaus, MdL Eva Lettenbauer, StD Winfried Engeser

legierten Lena Neusinger den Besuch im Bayerischen Landtag organisierte. Möglich machte den Termin Landtagsvizepräsident Alexander Hold, der die Vertreter verschiedener Parteien eingeladen hatte. Gleichzeitig wurden

die Resolutionen im Europaparlament durch MdEP Ulrike Müller und im Kreistag durch Landrätin Indra Baier-Müller an die zuständigen Politiker weitergegeben.



Kletterkurse
für ALLE

Kindergeburtstage
für Kinder ab 6 Jahren

mehr Infos

www.kletterzentrum-sonthofen.de



KLETTERZENTRUM SONTHOFEN

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

Rohrbrüche schlafen nicht, wir auch nicht!

- ERD-/TIEF BAU
- VERKEHRSSICHERUNG
- ASPHALTBAU
- WINTERDIENST



Die Gärtner GMBH & CO. KG

Oliver Becker | Mittagstr. 28a | 87527 Sonthofen
Tel. 0151/51639161 | www.die-gaertner-allgaeu.de



Begrüßt wurde Sarah Schiedeck an ihrem ersten Ausbildungstag von Petra Wilhelm (Leitung Hauptreferat), Josef Zengerle (Dritter Bürgermeister) und Martina Busch (Leitung Fachbereich Personal)

Ausbildungsstart in der Stadtverwaltung

Die Beschäftigten in der Stadtverwaltung freuen sich, dass wieder eine Nachwuchskraft im Rathaus ausgebildet wird. Seit erstem September lernt Sarah Schiedeck den Beruf der Verwal-

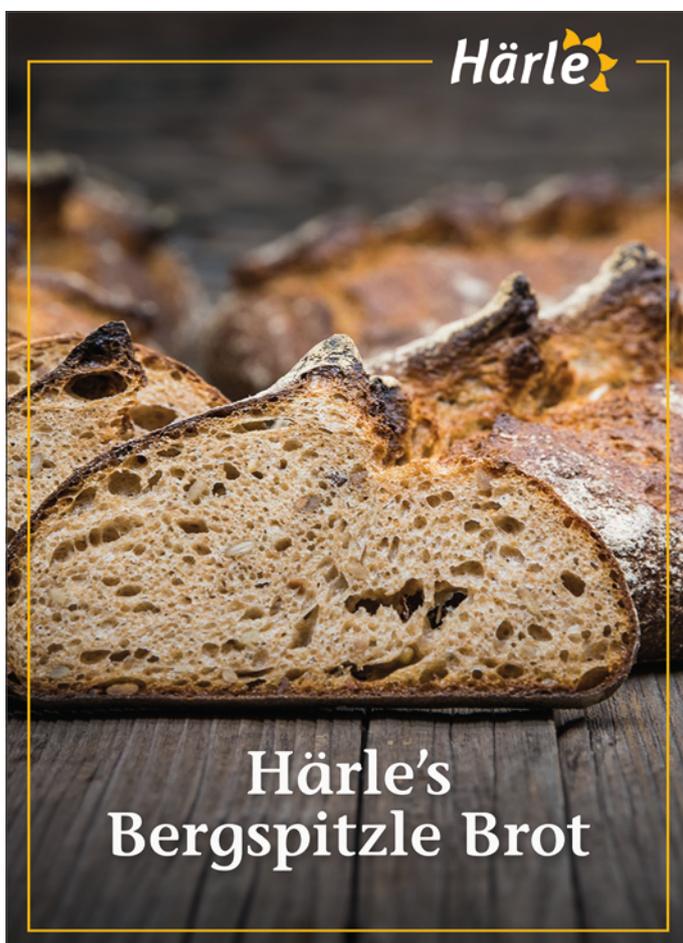
tungsfachangestellten in der Kommunalbehörde. In den drei Jahren ihrer Ausbildung wird sie nicht nur jeden Fachbereich des Rathauses kennenlernen, sondern auch in der Berufsschule und in der Bayerischen Verwaltungsschule die Grundlagen des öffentlichen Rechts erlernen.

Neben ihr sind aktuell zwei weitere angehende Verwaltungsfachangestellte in Ausbildung. Zudem lernt ein weiterer Azubi den Beruf des Fachinformatikers für Systemintegration. Ein Beamtenanwärter ist im letzten Jahr seines Studiums zum Diplom Verwaltungswirt.

Auf der Karriereseite www.karrierestadt-sonthofen.de finden sich für Interessierte weitere Informationen zur Ausbildung in der Sonthofer Stadtverwaltung.

Flohmarkt im Kinderhaus Nord

Das Kinderhaus lädt herzlichst alle BürgerInnen zum Flohmarkt ein. Dieser findet am 24. Oktober von 16:00 bis 18:00 Uhr im Kinderhaus statt. Gegen eine kleine Spende können Spielzeuge, Bücher und Möbel erworben werden. Vielleicht findet sich sogar schon das ein oder andere Weihnachtsgeschenk. Der Erlös kommt dem Kinderhaus zugute.



eza! Energietipp

Wärmepumpe auch im Altbau

Wärmepumpen sind nicht nur für Neubauten, sondern auch für bestehende Häuser sinnvoll, selbst wenn diese nicht vollständig saniert sind. Das zeigen verschiedene Studien und Erfahrungswerte. Oft reichen schon kleinere Dämmmaßnahmen aus, wie die Dämmung der obersten Geschoss- oder Kellerdecke. Viele ältere Häuser können so mit maximalen Heizungsvorlauftemperaturen von weniger als 55 Grad Celsius ausreichend beheizt werden, was als kritische Grenze für den wirtschaftlichen Wärmepumpen-Einsatz gilt.

Ein weiterer wichtiger Punkt: Wärmepumpen funktionieren auch mit konventionellen Heizkörpern – effizienter arbeiten sie allerdings mit Flächenheizungen wie Fußboden-, Wand- oder Deckenheizungen. Aufgrund ihrer besonders großen Oberfläche geben Flächenheizungen mehr Wärme schon bei niedrigeren Temperaturen ab. Soll eine Wärmepumpe mit konventionellen Heizkörpern zum Einsatz kommen, sollte man entweder bei der alten Heizung vorab überprüft haben, dass 55 Grad Celsius reichen oder die Heizleistung der Heizkörper nachrechnen lassen und gegebenenfalls einzelne Heizkörper gegen größere Modelle austauschen. So können die Vorlauftemperatur und damit die Heizkosten reduziert werden.



Neue Verkehrsführung

auf dem Alemannenplatz

Seit Ende Juli ist der Alemannenplatz wieder für den Verkehr freigegeben.

an die heute üblichen Abmessungen angepasst wurden. Zudem gibt es jetzt sechs E-Lademöglichkeiten, und auch die Zahl der Behindertenparkplätze wurde erhöht.

Persönliche und qualifizierte Beratung vor Ort



Thomas Stetter
Dipl.-Ing.(FH)

Franz Stetter seit 1972
GmbH
Mittastr. 13 - 13a - 87527 Sonthofen
Heizung - Sanitär - Solar
und Ingenieurplanungen

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

Innungsfachbetrieb ✓ Ausbildungsbetrieb ✓



Wasser - Wärme und Technik sind unsere Elemente

Neu ist unter anderem, dass die Parkanordnung um 90 Grad gedreht worden ist und die Größe der Parkplätze

Wichtig für die Verkehrsteilnehmenden ist es zu wissen, dass die Verkehrsführung auf dem Alemannenplatz geändert wurde. Somit können die Parkplätze besser erreicht werden und der Parksuchverkehr wird verringert. Die Einfahrt erfolgt nun über die Wintergasse, die Ausfahrt ist nur noch über die Bogenstraße möglich. Die Ausfahrt über die Wintergasse in Richtung Schloßstraße ist für Kraftfahrzeuge mittlerweile gesperrt worden. Für Anwohner, Besucher von Spielwaren Gottfried und Einsatzfahrzeuge gibt es



Malerbetrieb
Kunibert Müller



Inh. Thorsten Lang

Malen	Bodenbeläge
Lackieren	Stuckarbeiten
Tapezieren	Fassadengestaltung
Holzschutz	Exklusive Raumgestaltung

08321-674895

E-Mail: kontakt@farbenzauber.de

Eigenes Fassadengerüst !





Seit 1860



JOH. BADER

Salzgrosshandel + Logistik

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



Speisesalz



Futtermittelsalz



Gewerbesalz



Auftausalz

durch entsprechende Beschilderung Ausnahmen von diesem Verbot. Dieser Beschilderung liegt eine verkehrliche Stellungnahme von Modus Consult und der Polizei Sonthofen zugrunde. Ziel der Maßnahme ist, dass die auffällig hohen Verkehrszahlen im Bereich der Wintergasse verringert werden. Denn viele Kraftfahrzeugführer nutzten dies als Abkürzung. Durch dieses hohe Verkehrsaufkommen ging eine potenzielle

Gefährdung für die Fußgänger und Radfahrer aus, die aus der angrenzenden Fußgängerzone und der Radwegeverbindung Richtung Südstadt kommen. Zur Verdeutlichung wird auf dem Alemannenplatz noch ein rechtsweisender Richtungspfeil auf den Asphalt aufgebracht.

unverbindliches, kostenfreies und alltagsnahes Lernangebot an.

„Für viele Betroffene stellt es eine große Hürde dar, über die Schwelle einer Bildungseinrichtung zu treten. Sie können sich nicht vorstellen, welche positiven Auswirkungen die Teilnahme an einem Alphabetisierungskurs auf ihre ganz persönliche Lebensrealität oder Arbeitssituation haben kann“, weiß Gundula Frieling, stellvertretende Verbandsdirektorin des DVV und Projektleiterin des Projekts „vhs-Lerntreff im Quartier“ beim vhs-Dachverband. „Deshalb probieren wir mit dem vhs-Lerntreff einen anderen Ansatz aus. Wir bieten offene Lernangebote, wollen Berührungsängste abbauen und inhaltlich individuelle Anknüpfungspunkte zum Alltag der Teilnehmenden schaffen.“

Lesen, Schreiben und Rechnen aber auch die Nutzung digitaler Medien und Grundkompetenzen in der finanziellen Bildung werden mit Blick auf die individuelle Lebenssituation der Betroffenen vermittelt. Hierzu gehören Hilfestellungen bei konkreten Alltagsproblemen, wie das Ausfüllen von Formularen und Anträgen, aber auch individuelle Lernziele aus dem privaten oder beruflichen Bereich können bearbeitet werden. Gelernt wird anlassbezogen in der Gruppe oder eigenständig mit dem vhs-Lernportal, der digitalen

Abfallentsorgung



Problem Müll

keine Problem Müllsammlung im Oktober

Blaue Papiertonne 43. Kalenderwoche (23./24./25. Oktober)

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: 09:00 bis 14:00 Uhr

Bitte stellen Sie Ihre Müllgefäße am Abfuhrtag ab 07:00 Uhr zur Leerung bereit! Mehr Infos unter: www.zak-kempten.de/abfuhrtermine.html.

Besser lesen und schreiben

mit vhs-Lerntreff

Unsicherheit beim Ausfüllen eines Formulars, Verständnisprobleme beim Lesen eines Elternbriefes oder die Angst, berufliche Anforderungen nicht er-

FISCHER
Raum- & Möbelideen

Möbel für Privat & Gewerbe
Wohn-, Schlaf- & Gästezimmer
Türen & Innenausbau

Kapellenweg 3a · 87527 Sonthofen - Rieden
Tel. 08321/3410 · info@fischer-schreinerei.com
www.fischer-schreinerei.com

füllen zu können. Um diese Menschen bedarfsgerecht zu unterstützen, bietet die Oberallgäuer Volkshochschule in Zusammenarbeit mit der AWO Sonthofen und der Stadt Sonthofen als eine von 59 Volkshochschulen mit dem „vhs-Lerntreff“ seit diesem Jahr ein

natur pur.

HOTEL SONNENKLAUSE
Hinang 48 | 87527 Sonthofen
Deutschland
T. +49 (0) 83 21-36 14
M. info@sonnenklause.de
SONNENKLAUSE.DE

DER SONNE GANZ NAHI

Gaumenfreuden mit Panoramablick erwarten Sie auf 1.100 m Höhe. Unzählige Kräuter aus unserem Kräutergarten sowie erlesene, regionale Produkte finden auf feinste Art den Weg auf Ihren Teller.

Dazu bieten wir Montag & Dienstag ab dem Nachmittag Huimat- & Kräutertage an (nach Voranmeldung, Infos unter www.sonnenklause.de).

UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN

- Montag & Dienstag: 11 – 15 Uhr
- Mittwoch & Donnerstag: Ruhetage
- Freitag – Sonntag: 11 – 22 Uhr
- Tagsüber kleine Karte, hausgemachte Kuchen & Eis
- Abends nur nach Voranmeldung

Werben in

Der Sonthofer

Die Verlagssonderthemen in der November-Ausgabe!

Geldanlage
Weltspartag
Versicherungsscheck

Anzeigenschluss: 2 Wochen vor Erscheinung.

werbe blank
media- und werbeagentur

Anzeigen-Hotline:

083 21 / 66 26 0

dersonthofer@werbe-blank.com

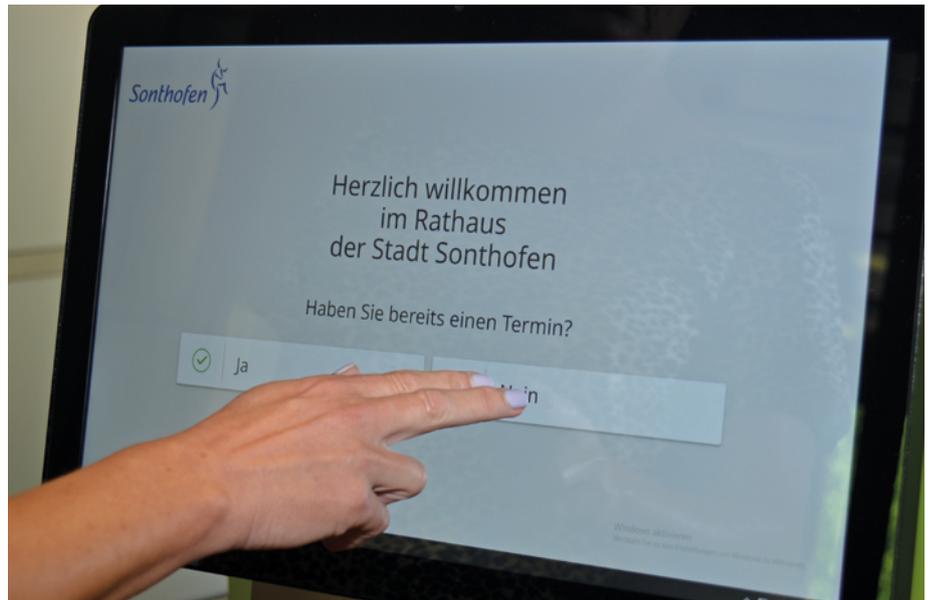
Ansprechpartner: Patrick Seimer

Lernplattform des DVV für Alphabetisierung, Grundbildung und Deutsch als Zweitsprache.

Neben der Wohnort- und Alltagsnähe ist die Offenheit des Angebots eines der wichtigsten Prinzipien der vhs-Lerntreffs, denn auch die formalen Anmeldeverfahren und die Frequenz und Verbindlichkeit, mit der reguläre Kurse wahrgenommen werden müssen, stellen für Betroffene oft eine große Teilnahme-Hürde dar. Vorbeikommen, sich beraten lassen und mitlernen kann beim vhs-Lerntreff deshalb jede und jeder, ohne Voranmeldung, unverbindlich und kostenfrei.

Anlässlich des Weltalphabetisierungstages am 08. September erinnerten die Oberallgäuer Volkshochschule, die AWO und die Stadt Sonthofen daran, dass in Deutschland Millionen Menschen aufgrund mangelnder Lese- und Schreibkompetenzen Schwierigkeiten bei der Bewältigung ihres Alltags haben. Aus diesem Grund planen sie eine Aktion in Sonthofen, bei der Schülerinnen und Schüler aus Sonthofen Flyer zum Thema Analphabetismus an die Bevölkerung verteilen. Diese Initiative soll dazu beitragen, das Verständnis für die Bedeutung von Grundbildungsangeboten wie dem vhs-Lerntreff zu fördern und Menschen zu ermutigen, Unterstützung anzunehmen, um ihre Lese- und Schreibkompetenzen zu verbessern.

Mehr zum Projekt „vhs-Lerntreff“ unter www.oa-vhs.de.



Online-Terminvergabe für das Einwohnermeldeamt

Der Besuch des Einwohnermeldeamtes ist seit gut drei Jahren nur noch mit Termin möglich. Diese Termine können auch online gebucht werden. Vorteil für die BürgerInnen ist, dass die Wartezeiten auf ein Minimum verkürzt werden und bei der Terminbuchung bereits kommuniziert wird, welche Unterlagen mitgebracht werden müssen und wie hoch die Gebühr ist. Wunschtermine können einfach über die Startseite www.stadt-sonthofen.de vereinbart werden. Hier gelangen Interessierte direkt auf das Portal für die Online-Terminvergabe und werden Schritt für Schritt durch das Buchungsverfahren geführt.

Wer keinen Internetzugang hat oder seine Dienstleistung nicht im Online-

Portal findet, kann seinen Termin auch über den Bildschirm im Eingangsbereich des Rathauses buchen.

Für BürgerInnen, die dieses Angebot nicht nutzen können, besteht weiterhin die Möglichkeit der Terminvereinbarung unter Tel. 08321/615-200 bzw. per E-Mail an ewo@sonthofen.de.

„Der Sonthofer“
Die Stadtzeitschrift nicht bekommen?
Holen Sie die aktuelle Ausgabe aus der Box bei Werbe-Blank oder im Rathaus!

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

LUMEN BESTATTUNGEN HARALD WÖLFLE

87527 SONTHOFEN
 Grüntenstraße 17
 Telefon 0 83 21.8 55 69

87541 BAD HINDELANG
 Zillenbachstraße 3
 Telefon 0 83 24.95 33 95

info@bestattungen-woelfle.de
www.bestattungen-woelfle.de

Bürgertreff Zahnrad



Aktivitäten im Oktober

Treffpunkt Haus Oberallgäu

Gesprächskreis – Für Philosophie-interessierte aller Generationen

Am 02., 16. und 30. Oktober von 18:30 bis 20:30 Uhr. Infos gibt Wolfgang Riedel, Tel. 08321/7208191.

Offene Kartenrunde

Am 18. Oktober von 14:00 bis 16:00 Uhr. Infos gibt Wilhelm Radomski, Tel. 0171/1482527.

Frühstückstreff

Dienstags von 8:30 bis 10:30 Uhr. Infos gibt die Freiwilligenagentur unter Tel. 08321/6076213.

Digital fit im Alter

Informationen rund um Smartphone, Tablet und Computer

Montags 11:00 Uhr bis 12:00 Uhr Impulsvortrag zu folgenden Themen: 02. Oktober Einrichten einer E-Mail Adresse, 09. Oktober Daten auf dem Computer organisieren, 16. Oktober Das Windows-System für Einsteiger, 23. Oktober Fotos vom Handy auf den PC übertragen, 30. Oktober E-Mail schreiben und empfangen, Eine Anmeldung ist erforderlich! Informationen gibt Ulrich Adler unter 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 individuelle Unterstützung im Umgang damit an. Eine Anmeldung ist erforderlich! Informationen unter 08321/723662.

Wanderangebote im Oktober

Wandergruppe (ca. 1,5 bis 2 Std. / in der geraden KW) 05. und 19. Oktober 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.

Weltladen Oberallgäu

lädt ein zum Kindertheater

Anlässlich des 40-jährigen Jubiläums haben die Weltläden Oberallgäu ein Kindertheater organisiert. Am 20. Oktober spielt um 15:00 Uhr das Kindertheater TamBambura im evangelischen Gemeindezentrum (Schillerstraße 12) das Stück „Pira fliegt durchs Wunderbuch“. Das Theater TamBambura spielt für Kinder ab fünf Jahren und Begleitpersonen ein fantastisches Pop-up-Wunderbuch-Abenteuer mit Figuren, Bildern, Maske und Musik.

Große Jubilarfeier

im AlpenStadtMuseum

Grund zum Feiern hatten Sonthofens Alters- und Hochzeitsjubilare des Monats August: Die Stadtverwaltung ehrte wieder einmal 90- und 95-jährige BürgerInnen sowie Ehepaare, welche Goldene, Diamantene oder Eiserne Hochzeit feierten.

Im Veranstaltungssaal des AlpenStadtMuseum versammelten sich die rund 28 angemeldeten Gäste zusammen mit ihrer Begleitung. Zweite Bürgermeisterin Ingrid Fischer und Katharina Martin (Seniorenbeauftragte des Stadtrats) begrüßten die Jubilare und übermittelten ihre Glückwünsche. Im gemüt-

lichen Teil des Beisammenseins gab es dann viele interessante Gespräche bei Kaffee und Kuchen.

Bei der offiziellen Ehrung im späteren Verlauf überreichten die Vertreterinnen aus der Politik den Anwesenden bunte Blumensträuße sowie Einkaufs- und Museumsgutscheine.

Jubilare im August



90 Jahre alt wurden Erika Brokamp, Martin Müller, Oskar Walesch und Ludwig Waltner.

95. Geburtstag hatte Gerhard Schramm.

Eiserne Hochzeit (65) begingen Elisabeth und Eugen Wutz.

Diamantene Hochzeit (60) feierten Thea und Paul Palisch, Siegrun und Johann Zrenner, Silke und Helmut Kalhammer, Christa und Ralf Mokros, Elisabeth und Rudolf Bauer, Gerlinde und Bruno Kirsch, Gisela und Bodo Hefe, Aloisie und Konrad Senkyr sowie Renate und Antonio Ruiz.

Goldene Hochzeit (50) hatten Gisela und Heinrich Ruckes, Anita und Helmut Stappen, Olga und Nikolaj Dosch sowie Kristiana und Georg Peska.



(Treppe v. oben n. unten) Anita Stappen, Helmut Stappen, Sybille Kellermann, Erwin Kellermann sowie (stehend v.li.n.re.): Hannelore Müller-Wintgen, Seniorenbeauftragte Katharina Martin, Eugen Wutz, Elisabeth Wutz, Martin Müller, Nikolaj Dosch, Olga Dosch, 2. Bürgermeisterin Ingrid Fischer, Elisabeth Bauer, Rudolf Bauer, Thea Palisch, Kristiana Peska, Georg Peska, Gisela Hefe, Bodo Hefe, Heinrich Ruckes, Gisela Ruckes sowie (sitzend v.li.n.re.): Erika Brokamp, Renate Ruiz, Antonio Ruiz, Konrad Senkyr, Aloisie Senkyr, Paul Palisch, Oskar Walesch und Gerhard Schramm

Stadtverwaltung

unterstützt Solawi-Idee

Sonthofens Engagement für den fairen Handel reicht bereits bis in das Jahr 2009 zurück. Seit diesem Zeitpunkt wird auch im Sonthofer Rathaus auf den Einkauf fair gehandelter und biologisch, regional hergestellter Waren geachtet.

Beim in der Stadtverwaltung konsumierten fair gehandelten Kaffee gibt es nun eine Neuerung. Zukünftig werden 30 Prozent des gekauften Kaffees von der Initiative Solawi über den Sonthofer Weltladen bezogen. Hinter der solidarischen Landwirtschaft steckt die Idee, dass sich Bäuerinnen und Bauern aus Nicaragua fest mit ihren Abnehmenden zusammenschließen. Für die Produzierenden bedeutet diese Übereinkunft, dass sie damit ihre Ernte nicht mehr am Jahresende zu einem Kilogramm-Preis verkaufen müssen. Stattdessen erhalten sie regelmäßig Geld, das ihre Lebenshaltungskosten sowie die Kaffeeproduktion finanziert. Die Landwirte haben damit den großen

Vorteil, dass sie dank dieser Initiative mit festen Einnahmen rechnen können. Fällt die Ernte aufgrund schlechter Witterungsbedingungen oder Schädlingsbefall in einem Jahr mal geringer aus, trägt das Risiko die Solidargemeinschaft und nicht das schwächste Glied der Kette, nämlich die Bäuerinnen und Bauern.

Im Sonthofer Weltladen ist der Kaffee auch für den Endverbraucher erhältlich. Somit kann jeder Kaffeegenießer seinen Beitrag für diese Form der Zusammenarbeit auf Augenhöhe leisten.



Zweite Bürgermeisterin Ingrid Fischer (hinten) zusammen mit (links) Christine Arnold, Geschäftsführerin Weltläden Oberallgäu und Petra Wilhelm (Leitung Fairtrade Steuerungsgruppe)





Wirthensohn
BACKWERKSTATT
Seit 1843

Jubiläum
11 JAHRE IM OBI
AKTIONEN VOM
09.-14.10.23

MO * WertkartenBonus	11 %
DI * Kaffee-Kombi	2,22 €
MI * Kaisersemmel mit warmen Leberkäs	1,11 €
DO * Jubiläumsbrot	3,33 €
FR * Obi-Gutschein	10%
SA * Aktions-Tasche mit gemischte Backwaren	11,11 €

www.baeckerei-wirthensohn.de

1803
IMMER DABEI.

MIMI
99,95
GR. 34 - 48



1803.DE



(v.li.n.re.): Azra Kurtalic und Anna Lena Happel von der AOK Oberallgäu, Tobias Batscheider (Gesundheitsmanager in der Stadtverwaltung) und Hauptamtsleiterin Petra Wilhelm

Stadtverwaltung und AOK im Gesundheitsmanagements

In der Sonthofer Stadtverwaltung ist das betriebliche Gesundheitsmanagement seit vier Jahren wichtiger Teil in der Personalarbeit. Unter anderem werden hierfür in einer Steuerungs-

gruppe Aktionen und Maßnahmen geplant, gebündelt und auch in die Umsetzung gebracht.

Wertvolle Hilfe dabei ist die Unterstützung durch die örtlichen Krankenkassen. So war in den letzten Jahren die Techniker Krankenkasse ein wichtiger

Partner für das städtische Team bei der Implementierung des Gesundheitsmanagements und bei der Durchführung der ersten psychischen Gefährdungsanalyse.

Für die nächsten beiden Jahre arbeitet die Sonthofer Stadtverwaltung nun mit der örtlichen AOK zusammen. Gemeinsam wird die Zertifizierung zum gesunden Unternehmen angestrebt. Damit lassen sich die Maßnahmen zum betrieblichen Gesundheitsmanagement in einem standardisierten Verfahren neutral bewerten und auch optimieren.

So konnte bereits im April ein Arbeitsunfähigkeitsprofil durch die AOK für das vergangene Jahr erstellt werden. Deren anonymisierte Auswertungen führten dann zu den ersten gemeinsamen Maßnahmenableitungen. Mit den ausgewerteten Kennzahlen ist es den Verantwortlichen möglich, bedarfsorientiert und zielgerichtete betriebliche Gesundheitsförderung anzubieten. In einem ersten Schritt wurde ein zweitägiges Führungsseminar zum Thema ge-

Familienfest

in Sonthofen am 8. Oktober

Einkaufen am Sonntag
12 bis 17 Uhr

Familienprogramm
Zauberer, Seifenblasen,
Kontaktjonglage,
Nostalgie-Kinderkarussell

Cinderella Puppenbühne
»Familie Wutz« 13+15 Uhr
Zirkuszelt am Oberen Markt

Live-Musik
Café Bistro Relax: Jörg
Mertens spielt am
Johann-Althaus-Platz

www.alpenstadt.info

Treffpunkt Alpenstadt
Attraktives Sonthofen AS e.V.

Herbst/
Winter
2023/24

Entfalte
dein
Potenzial

Jetzt anmelden!

Veranstaltung der Tageseinheit Allgäuer Anzeigebüro im Auftrag der vhs vom Freitag, 8. September 2023 – Nr. 217

sunde Führung angeboten, welches auf sehr gute Resonanz bei den städtischen Führungskräften traf. Die statistische Auswertung der Krankmeldungen zeigte auch einen hohen Anteil an Muskel-Skelett-Erkrankungen der Beschäftigten der Stadt auf. Daher wird den Mitarbeitenden nun unter anderem eine Rückenschule mit Back-Check-Messung und Ergonomie-Training angeboten.

Der städtische Fachmann fürs Gesundheitsmanagement, Tobias Batscheider, freut sich auf die Zusammenarbeit mit der AOK: „Die Krankenkassen bzw. in diesem Fall die Gesundheitskassen sind mittlerweile im Bereich betriebliches Gesundheitsmanagement ein kompetenter Ansprechpartner. Eben nicht nur in der klassischen Gesundheitsförderung, sondern auch in der strategischen und nachhaltigen Präventionsarbeit unterstützen sie uns mit ihren Fachleuten bei der Umsetzung von wichtigen Projekten für unsere Mitarbeitenden und stellen eine echte Bereicherung dar. Wir profitieren hier absolut von deren Fachwissen und Know-how.“

Neueröffnung des

Naturkindergartens Biberhof

Anfang September konnte der Naturkindergarten Biberhof zur großen Freude des neuen Trägers, dem Bund Naturschutz Naturerlebniszentrum Allgäu (NEZ), neu eröffnen.

Der eingruppige Kindergarten startete nach einer intensiven Planungsphase mit einem Team, bestehend aus fünf



© Foto: Mara Czermin, NEZ Allgäu

Das neue pädagogische Team des Naturkindergartens Biberhof vor dem Kindergartenbauwagen

pädagogischen Kräften (drei Stellen). Aufgrund der hohen Nachfrage waren schnell die Plätze für das Kitajahr 2023/2024 vergeben.

Nun dürfen 17 Kinder das weitläufige Gelände des Biberhofs mit Leben füllen. Als Schutz- und Rückzugsort wurde ein neuer grün lackierter Naturkindergartenbauwagen von der Stadt Sonthofen zur Verfügung gestellt. Die ganzjährige Betreuung im Freien bietet viel Platz für Erfahrungen in der Natur und im Austausch mit den anderen Kindern. Dabei lernen sie aber auch durch eigene Erfahrungen, dass sie sich etwas zutrauen können, wodurch sie Selbstvertrauen gewinnen und Selbstwirksamkeit erfahren dürfen.

Die Kinder können im neuen Kindergarten auf Entdeckertour gehen. Daneben dürfen sie sich aber genauso ausruhen, sodass Stille, Eintauchen und Geduld erlebbar werden. Jedes Kind darf dabei sein eigenes Tempo spüren, in einer Umgebung, die die Umwelt nicht nur als uns umgebend begreift, sondern das Individuum als Teil der Natur selbst

sieht. Das individuelle Entdecken der eigenen Person, der Natur und der Menschen wird dabei durch eine wiederkehrende Tagesstruktur und Rituale, die sich an den Jahreszeiten orientieren, in einer vertrauten Umgebung möglich gemacht.

Ziel des Naturkindergartens Biberhof ist es, die Kinder auf ganzheitliche, nachhaltige und naturnahe Weise in ihrer Entwicklung zu begleiten. Durch den engen Austausch mit dem NEZ als Träger fließt hierbei dessen langjährige Erfahrung in der Umweltbildung und Naturpädagogik mit ein. Der Naturkindergarten trägt damit maßgeblich dazu bei, die kommenden Generationen durch unmittelbare Naturerfahrungen für einen achtsamen Umgang mit Umwelt und Mitmenschen zu sensibilisieren.

Die offizielle Eröffnungsfeier findet nach der Eingewöhnung der Kinder am 27. Oktober um 14:00 Uhr auf dem Gelände des Naturkindergartens am Biberhof statt.

Sonthofen-Berghofen		Telefon 0 83 21/66 28-0	
Bischof Wir bauen mit Metall.		<ul style="list-style-type: none"> - Stahl/Glaskonstruktionen - Arbeiten in Edelstahl - Stahlbau und Schlosserei - Fenster-Türen-GlASFassaden - Automatiktüren; Brandschutz - Sectional-Roll-Falttüre - Garagentore, Markisen 	
www.metallbau-bischof.de		© designgruppe koop	

ZÜRICH

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



(v.l.n.re.::) Mitglieder der aktuellen Steuerungsgruppe: Katharina Haberstock und Melanie Bader vom städtischen Veranstaltungsteam, Ingrid Fischer (Zweite Bürgermeisterin), Christine Arnold, Rosiela Masaku, Petra Wilhelm (Leitung Steuerungsgruppe), Gertrud Gorter. Auf dem Foto fehlen Michael Pfrenger, Andrea Buhl und Silvia Fili-Montanini.

Fairtrade-Steuerungsgruppe

Mit neuen Impulsen aktiv

Sonthofen ist seit 2009 faire Stadt und engagiert sich mit dem Slogan bio-regional-fair für gerechte Preise und nachhaltiges Handeln in der regionalen Landwirtschaft und in den Entwicklungs- und Schwellenländern.

Um den Titel „Faire Stadt“ tragen zu dürfen, bedarf es einiger Kriterien, die erfüllt sein müssen. Ein wichtiger Bestandteil ist die Arbeit in der Steuerungsgruppe, die mit ihren Aktionen den fairen Gedanken auch in der Bevölkerung und den heimischen Unternehmern verbreitet.

Viele Mitglieder der Steuerungsgruppe sind als quasi harter Kern schon seit Beginn für die gute Sache engagiert. Allen gemein ist, dass sie sich stets über neue Gesichter freuen, die mit weiteren Ansätzen und Ideen ihre wichtige Arbeit unterstützen. In diesem Jahr ist Michael Pfrenger neu zur Gruppe dazugekommen. Pfrenger bringt Impulse vor allem aus dem Bereich der katholischen Kirche mit. Auch Rosiela Masaku engagiert sich neu. Ihre Ideen kommen hauptsächlich aus ihrem Engagement im ebbes Kaufhaus des psychosozialen Hilfsvereins.

Nach der coronabedingten Zwangspause konnte die Steuerungsgruppe dann auch in diesem Jahr wieder voll durch-

starten. Los ging es im April mit der sehr erfolgreichen Wiederauflage des beliebten Bio-Regional-Fairen Marktes. Auch für das letzte Drittel des Jahres sind noch einige Aktionen geplant. So begeht am 10. Dezember die Steuerungsgruppe mit Interessierten ein bio-regional-faires Frühstück im Alpen-StadtMuseum und feiert die erfolgreiche Rezertifizierung des Titels „Faire Stadt“. Weiter angedacht ist auch noch einen fairen Stadtpaziergang anzubieten, bei dem die handelnden Akteure besucht und Hintergrundinfos zum Engagement abgeholt werden können.



(v.l.n.re.::) Jürgen Remke (Leiter Fachbereich Gebäudemanagement), Dr. Johannes Hauptstock-Buhl (Leiter Baureferat), Ingrid Fischer (Zweite Bürgermeisterin), Franz Friedberger, Martina Busch (Leiterin Fachbereich Personal), Matthias Weiß (Stellvertretender Personalratsvorsitzender)

Ein besonderes Jubiläum darf in diesem Jahr noch der Weltladen feiern. Seit 40 Jahren sorgt das etwas andere Geschäft nun schon für mehr soziale Gerechtigkeit in den Handelsbeziehungen zu den Ländern des globalen Südens. Das Jubiläums-Programm mit Unterstützung durch die Steuerungsgruppe sieht unter anderem ein Kindertheater, eine Ausstellung und einen Vortrag zu fairer Kleidung vor.

In der Adventszeit ist dann auch geplant, wieder einen fairen Weihnachtsmarkt auf dem Oberen Markt zu organisieren.

Franz Friedberger

geht in Pension

Franz Friedberger ist im September in den Ruhestand versetzt worden. Für 33 Jahre war Friedberger als Leiter des Gebäudemanagements für den Unterhalt und Neubau der städtischen Gebäude verantwortlich. Seit Mai 2022 genießt er seine freie Zeit im Rahmen der Freizeitphase der Altersteilzeit. Jetzt hat er aus Händen von Zweiter Bürgermeisterin Ingrid Fischer seine Ruhestands-urkunde entgegennehmen dürfen.

Die Stadtverwaltung dankt Franz Friedberger für seine wertvolle Tätigkeit für die Stadt Sonthofen und wünscht ihm für seinen Ruhestand alles Gute und viel Gesundheit.

Marktplatz

powered by werbe blank

JobBörse

Suchen

Das Stadtmagazin "Der Sonthofer" bietet monatliche Stellenangebote in Print und Online. Der Sonthofer erreicht monatlich über 25.000 Leser. Ihre Stellenanzeige promoten wir zusätzlich mit einer Online Kampagne auf Instagram und Facebook, damit erreicht diese einen stark erweiterten Leserkreis und wird über @der.sonthofer.jobboerse 4 Wochen im Einzugsgebiet sichtbar sein.

Finden

Suchen



Unsere Anzeigenhotline

08321/6626-0
dersonthofer@werbe-blank.com
oder direkt hier online:



Der Marktplatz ist ein Service des Verlages Werbe-Blank GmbH

Wir suchen einen

PHYSIO THERAPEUTEN

m/w/d



Vollzeit / Teilzeit, ab sofort oder nach Vereinbarung.

Gerne auch Berufsanfänger und Wiedereinsteiger.

Näheres unter:
www.physiovent.de



Praxis für Krankengymnastik

Physiotherapie
Medizinische
Trainingstherapie

87527 Sonthofen | Tel. 08321-72314 | info@physiovent.de



BayWa

Jobs voller
Möglichkeiten.

Verbundenheit schafft Erfolg.

Die BayWa ist ein weltweit tätiger Konzern mit den Kernsegmenten Agrar, Energie und Bau sowie dem Entwicklungssegment Innovation & Digitalisierung. Sie bietet Dir Jobs voller Möglichkeiten. Hier kannst Du viel bewegen, in Deiner Heimat und der ganzen Welt.

Wir suchen Dich als Verstärkung für unser Team in unserem **KFZ Autohaus in Sonthofen im Allgäu** als

KFZ-Mechatroniker/ Servicetechniker (m/w/d)

Auszubildenden zum KFZ-Mechatroniker (m/w/d)

In Deinem Job voller Möglichkeiten bieten wir Dir:



- 30 Tage Urlaub,
- 6 weitere Freistellungstage,
- kein Samstags- und Notdienst



- Attraktive tarifliche Vergütung,
- Zuschüsse zur Kinderbetreuung,
- Betriebliche Altersvorsorge,
- Mitarbeiter-Einkaufskonditionen



- Herzliche Aufnahme im Team,
- Top-Einarbeitung,
- Weiterbildungsmöglichkeiten

Das klingt nach einer spannenden Aufgabe für Dich? Dann freuen wir uns auf Deine Bewerbung.

Weitere Informationen findest Du auch auf www.baywa.com/karriere.

Für Rückfragen ist **Friederike Helling** gerne für Dich da:
Telefon: +49 (0)89 9222 3853.

BayWa AG, Bewerber Service, Stahlgruberring 8, 81829 München

Neue Technologien

in der Region nutzbar machen

„Der Industriestandort Deutschland ist in einem herausfordernden Wandlungsprozess. Um die Marktposition zu sichern bzw. auszubauen, bietet die Digitalisierung in der Produktion große Chancen. Hier gilt es, Fahrt aufzunehmen. Unser Ziel ist es, mittelständische Unternehmen im Oberallgäu dazu zu befähigen, neue digitale Technologien für sich nutzbar zu machen, um sich zukunftssicher aufzustellen“, erklären Prof. Dr. Ing. Bernd Lüdemann-Ravit und Prof. Dr. Ing. Frieder Heieck. Die beiden leiten das Institut für Produktion und Informatik (IPI) der Hochschule Kempten in Sonthofen. Dieses Technologietransferzentrum unterstützt Industrieunternehmen aus der Region bei der Erforschung, Entwicklung und Umsetzung von Maßnahmen zur Digitalisierung von Produktionssystemen und der Produktionsplanung. Einer ihrer Kunden der ersten Stunde ist die Dr. Werner Röhrs GmbH & Co KG aus Sonthofen.

Das IPI wurde im Juni 2021 im Sonthofer Gewerbegebiet Rieden eröffnet und wird vom Freistaat im Rahmen der Hightech Agenda Bayern gefördert.



Bei der Firma HEBAU GmbH feierte Christian Neumann (rechts im Bild) am 01. September sein 25-jähriges Dienstjubiläum. Gratulant und Geschäftsführer Marcus Herrfeld (links im Bild) bedankte sich für ein Vierteljahrhundert Loyalität, Hilfsbereitschaft, Zuverlässigkeit, gute Laune und vieles mehr und hofft auf weitere gemeinsame Dienstjubiläen.



(v.li.n.re.): Die Projektbeteiligten Matthias Haff, Nils Holthoff, Florian Huber, Prof. Dr. Bernd Lüdemann-Ravit, Felix Salentin, RÖHRS-Geschäftsführer Jürgen Horsthofer, Prof. Dr. Frieder Heieck, Johannes Schlagbauer, Bernd Schwärzler und Stefan Hofmeister © Foto: Franziska Hipp (RÖHRS)

Das wissenschaftliche Team besteht mittlerweile aus ca. 20 festangestellten

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.

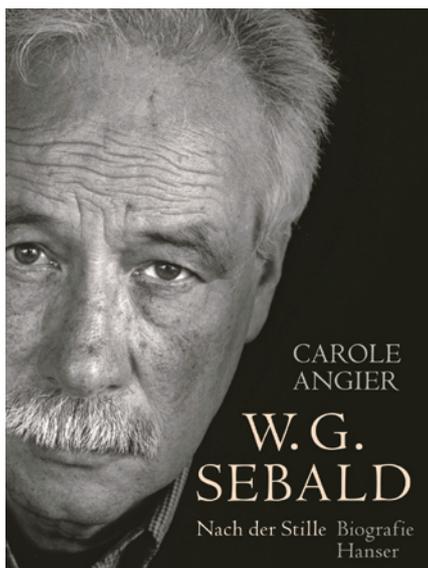
ten Informatikern, Wirtschaftsingenieuren, Maschinenbauern und Elektrotechnikern. „Wir praktizieren hier anwendungsbezogene Forschung, die ganz konkret an den Fragestellungen der hiesigen Industriebetriebe ausgerichtet ist“, erklärt Lüdemann-Ravit. „Die Firmen treten in der Regel an uns heran. Zu unseren Aufgaben gehört es dann beispielsweise, bestehende Prozesse zu hinterfragen und zu optimieren oder neue Technologiebausteine für digitalisierte und automatisierte Produktionsprozesse zu entwickeln. Durch unsere Arbeit möchten wir für die Unternehmen einen Beitrag leisten, die technologischen Herausforderungen der Industrie 4.0 zu nutzen, ihr Potenzial zu erschließen und ihren Geschäftserfolg nachhaltig zu steigern.“ „Unternehmen besitzen umfangreiches Expertenwissen in Bezug auf ihre Prozesse und Produkte, allerdings sind die Informationen häufig noch nicht über alle Produktionsschritte verknüpft. Durch die Erfassung, Analyse und Vi-

sualisierung von Daten können wir die Ressourceneffizienz steigern und gleichzeitig wertvolles Domänenwissen sichern“, ergänzt sein Kollege Heieck. Stefan Hofmeister, Vertriebs- und Marketingleiter bei RÖHRS, einem traditionsreichen und zugleich innovativen Sonthofener Familienunternehmen, das im Nischenbereich hochbelastbarer technischer Federn zu den Weltmarktführern zählt, bestätigt diese Einschätzung: „Selbst wir als mittelständisches Unternehmen mit ca. 100 Mitarbeitern könnten die von uns angestrebten Digitalisierungsschritte allein nicht umsetzen.“

Aus diesem Grund setzt RÖHRS auf die Kooperation mit dem IPI. Die Firma hat bereits zwei Projekte in Auftrag gegeben: die Digitalisierung von Plantafeln für eine papierlose Fabrik und KI-Assistenzsysteme zur Produktionsoptimierung. „Wir haben es als Chance gesehen, dass uns hier das breitgefächerte Know-how eines visionären Teams aus hochqualifizierten Wissenschaftlern verschiedener Fachrichtungen zur Verfügung steht. Zwei Teams des IPI entwickeln nun in enger Abstimmung mit unseren eigenen Projektteams neue Assistenzsysteme zur Digitalisierung, Visualisierung und letztlich Optimierung unserer Prozesse auf Basis der erfassten Daten. Dabei kommen u.a. Methoden des maschinellen Lernens zum Einsatz“, erläutert Hofmeister. Wie sich bereits jetzt zeige, werde damit eine spürbare Effizienzsteigerung in Sachen Zeit- und Ressourcenaufwand erzielt. Fehlerhäufigkeit und Ausschuss

würden deutlich reduziert und die Mitarbeitenden spürbar entlastet und unterstützt. „Zudem wird die bisherige zeitraubende, fehleranfällige und nicht selten doppelte händische Dokumentation durch eine lückenlose digitale Erfassung, Analyse und Verfügbarkeit aller Prozessdaten ersetzt, was uns völlig neue Möglichkeiten eröffnet“, zeigt er sich zufrieden und lobt: „Der ganzheitliche Ansatz hat uns überzeugt und die kollegiale Zusammenarbeit mit kurzen Entscheidungswegen und wenig Bürokratie hat sich als sehr angenehm und effektiv erwiesen.“

Die Zusammenarbeit endet keineswegs mit Abschluss der aktuellen Projekte. „Perspektivisch möchten wir mit Unterstützung des IPI unsere IT-Infrastruktur nachrüsten, den Maschinenpark weiter vernetzen und Anwendungen des Machine Learnings ausbauen.“ Bernd Lüdemann-Ravit und Frieder Heieck freuen sich über die positive Resonanz und ergänzen: „Kooperationen wie diese steigern die beiderseitige Effizienz. Von den Einzelprojekten lassen sich oft grundsätzliche Fragestellungen ableiten. Unser Ansatz ist es, das gewonnene methodische Know-how möglichst vielen Unternehmen im Oberallgäu zur Verfügung zu stellen, um die Region als Ganzes für die Zukunft zu stärken.“



W. G. Sebald

Ein Abend zum Kennenlernen

Im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Sonthofen liest“ findet am Mittwoch,

den 25. Oktober, um 18:30 Uhr ein Abend rund um W. G. Sebald statt, der zu den einflussreichsten Schriftstellern des 20. Jahrhunderts zählt. Die Autorin der 2022 erschienenen Sebald-Biografie Carole Angier zeichnet anhand der Werke Sebalds sowie der Erinnerungen zahlreicher Wegbegleiter das Porträt eines Autors, der sich den existenziellen Themen seiner Zeit – Holocaust, Krieg und Flucht, Exil und Verlust, Erinnern und Vergessen – auf besonders eindringliche Weise nähert. Darüber hinaus sind einige ehemalige Klassenkameradinnen und -kameraden Sebalds bei der Veranstaltung anwesend, die den Zuhörenden diesen außergewöhnlichen Menschen auch auf einer persönlichen Ebene näherbringen. Der Eintritt ist frei, Spenden sind erbeten.

Termin: Mittwoch, 25. Oktober, 18:30 Uhr

Ort: AlpenStadtMuseum Sonthofen, Sonnenstr. 1, www.sonthofen-liest.de

ALPENSTADT MUSEUM

Kooperationspartner

für Veranstaltungen gesucht

Um ein möglichst vielfältiges Veranstaltungsprogramm auf die Beine zu stellen, sucht das AlpenStadtMuseum Partner (Vereine, Gruppen, Bildungseinrichtungen usw.) mit Ideen für gemeinsame Veranstaltungen. Ziel ist neben einem abwechslungsreichen Programm auch, ein Forum für die Stadtgesellschaft zu bieten, um sich über verschiedene Themen auszutauschen und zu informieren. Die Veranstaltungen sollten zum AlpenStadtMuseum passen, müssen aber keine musealen Themen behandeln. Denkbar sind z.B. Themen zu Geschichte, Traditionen und Kultur, insbesondere des Sonthofer Raumes und des Allgäus, aber auch Themen zur Natur- und Kulturlandschaft, zum alpinen Raum, zu Umwelt, Stadtentwicklung, Mobilität, Gesellschaftspolitischem etc.. Möglich sind die unterschiedlichsten Forma-

te, z.B. Vorträge, Diskussionsrunden, Workshops, Filmvorführungen ... Das Team des AlpenStadtMuseums freut sich auf viele Vorschläge. In einem ersten Schritt werden die Ideen gesammelt; die Entscheidung, was umgesetzt werden kann, behält sich das Museumsteam vor. Ideen und Rückfragen werden bis zum 31. Oktober unter alpenstadtmuseum@sonthofen.de entgegengenommen.

AlpenStadtMuseum

sucht Bergwachtgeschichten

Für die kommende Ausstellung zum 100-jährigen Bergwachtjubiläum nimmt das AlpenStadtMuseum Geschichten, Erlebnisse, Anekdoten oder Fotos mit der Bergwacht entgegen. Meldungen bitte bei Museumsleiterin Mechthild Fischer unter 08321/6767480 oder unter mechthild.fischer@sonthofen.de.



Sonderausstellung

Von den Römern bis zur Südsee

Bis zum 11. November zeigt das AlpenStadtMuseum die neue Sonderausstellung „Von den Römern bis zur Südsee – Die Familien Museen Allgäu stellen sich vor“. Das Netzwerk umfasst 16 Stadt-, Kunst-, Freilicht- und Spezialmuseen im gesamten Allgäu – alle Häuser stellen Familien in den Mittelpunkt. Seit diesem Jahr mit dabei ist auch das Sonthofer AlpenStadtMuseum. Die Ausstellung spiegelt die Vielfalt der Allgäuer Museenlandschaft wider. Zudem werden Highlights der bisherigen Sonderausstellung über den Um- und Erweiterungsbau „Vom Heimathaus zum AlpenStadtMuseum“ integriert. Eine Übersicht über die Museen des Netzwerks findet sich unter familienmuseen-allgaeu.de.

Buchtipps

Das Bibliotheksteam empfiehlt



Philipp Oehmke:

Schönwald

Anders als Harry findet Ruth Schönwald nicht, dass jedes Gefühl artikuliert, jedes Problem thematisiert werden muss. Sie hätte Karriere machen können, verzichtete aber wegen der Kinder und zugunsten von Harry. Was sie an jenem Abend auf einem Ball ineinander gesehen haben, ist in den kommenden Jahrzehnten nicht immer beiden klar. Inzwischen sind ihre drei Kinder Chris, Karolin und Benni erwachsen. Als Karolin einen queeren Buchladen eröffnet, kommen alle in Berlin zusammen, selbst Chris, der Professor in New York ist und damit das, was Ruth sich immer erträumte. Dort bricht der alte Konflikt endgültig auf.

„Schönwald“ ist der mitreißende Roman einer Familie und zweier Generationen, die nie gelernt haben, miteinander zu reden - und die ein großes Geheimnis miteinander verbindet.

Vortrag „Wasser“

im AlpenStadtMuseum

Im Rahmen der internationalen Mitgliederversammlung hat der Verein Alpenstadt des Jahres e.V. einen Vortrag über eines der zentralen Themen unserer Zeit organisiert: Am Freitag, den 13. Oktober, von 14:00 bis 14:45 Uhr wird Stefan Hasler vom Verband Schweizer Abwasser im AlpenStadtMuseum, Sonnenstr. 1, über „Wasser“ sprechen. Wasser ist eine der wich-



tigsten Ökosystemleistungen, die die Berge der Stadt zur Verfügung stellen. Wie kann Wasser im Kreislauf unserer Städte gehalten werden, wie können niedrigschwellige blaue Infrastrukturen gebaut werden und wie sieht eine sinnvolle Zukunft des alpinen Wassers und der durstigen Metropolen rund um die Alpen aus? Im Anschluss an den

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

Stuibenberg 10 · 87527 SF-Altstädten · Tel. 083 21 / 71999
www.immobilien-allgaeu.com

Vortrag findet von 15:00 bis 16:30 Uhr ein Ideenaustausch junger Menschen aus den Alpenstädten mit Diskussion statt. Die Veranstaltung ist öffentlich und kostenfrei.

Veranstaltungen der vhs

im AlpenStadtMuseum

Drei spannende Veranstaltungen der Oberallgäuer Volkshochschule erwarten Interessierte im Oktober im AlpenStadtMuseum Sonthofen. Die Anmeldung erfolgt jeweils direkt über die Volkshochschule unter oa-vhs.de.

„Hausschuhe nassfilzen“

An zwei Abenden bietet Kursleiterin Maïke Schütze einen Handarbeitskurs für alle, die an Filztechniken interessiert sind und ein Endprodukt zum wirklichen Gebrauch im alltäglichen Leben gestalten möchten. In diesem Kurs werden aus Vlieswolle und Nassfilztechnik individuell gestaltete gemütliche

Hausschuhe erstellt. Ihre Form erhalten die Schuhe mithilfe von Schusterleisten. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Das Arbeitsmaterial wird von der Kursleitung gestellt.

Termine: Mittwoch, 04. und 11. Oktober, 18:00 bis 21:00 Uhr

Ort: AlpenStadtMuseum, Sonnenstr. 1
Kosten für beide Tage: 180 Euro (inkl. Materialkosten)

„Selbstgefilzte Hausschuhe verschönern und ausgestalten“

Wer seine zuvor selbst gefilzten Hausschuhe noch verschönern möchte, für den ist dann dieser Fortsetzungskurs am 18. Oktober geeignet. Hier können die im Vorkurs gefilzten Schuhe mit flüssigem Latex bestrichen werden. Je nach Wunsch kommt noch die Oberflächengestaltung zum Einsatz, z.B. Umsäuberung der Ränder der fertigen Schuhe oder Annähen von Knöpfen ... Der Fantasie sind hierbei keine Grenzen gesetzt. Das Arbeitsmaterial wird von der Kursleitung gestellt.

Termin: Mittwoch, 18. Oktober, 18:00 bis 21:00 Uhr, **Ort:** AlpenStadtMuseum, Sonnenstr. 1, **Kosten:** 100 Euro (inkl. Materialkosten)

„Traditionelle Schneeschuhe selbst gebaut“

In diesem Workshop mit Erlebnispädagoge Andreas Hörter entstehen aus gebogenen Hölzern, Hanfseil und Baumwollriemen traditionelle Schneeschuhe, welche ohne Kunststoff auskommen. Dennoch sind die Schneeschuhe für moderate Touren genauso tauglich wie die derzeit üblichen Kunststoff-Sneeschuhe. An Arbeiten fallen u.a. an: Bemaßen, Bohren, Sägen, Seileinfädeln und Anbringen der Bindung. Die benötigten Materialien werden gestellt. Weitere Infos zu den Schneeschuhen unter www.wow-snowshoes.com. Es darf auch eigenes Werkzeug mitgebracht werden (Akkuschrauber, Feinsäge, Schraubzwingen etc.).

Termin: Samstag, 21. Oktober, 9:00 bis 16:00 Uhr, mit Mittagspause 12:00 bis 13:00 Uhr (bitte Brotzeit und Getränk selbst mitbringen), **Ort:** AlpenStadtMuseum, Sonnenstr. 1, **Kosten:** 102 Euro (inkl. 50 Euro Materialkosten)



„Stadtleben und Tourismus im Schatten einer NS-Ordensburg“

Am Montag, den 09. Oktober, findet im AlpenStadtMuseum von 10:00 bis 15:30 Uhr ein Workshop zu folgendem Thema statt: „Stadtleben und Tourismus im Schatten einer NS-Ordensburg – Umgang mit der eigenen (Militär-)geschichte“. Es sprechen und diskutieren Vertreter der Stadt Schleiden/ehemaligen NS-Ordensburg Vogelsang (Vogelsang IP-Internationaler Platz), des Zentrums für Militärgeschichte und Sozialwissenschaften der Bundeswehr (ZMSBw) und Vertreter der Stadt Sonthofen. Die Vorträge und Diskussionen können von allen Interessierten kostenlos besucht werden. Weitere

Informationen zum Programm und zur Anmeldung finden sich zeitnah in der Tagespresse sowie auf www.alpenstadtmuseum.de.

Sonthofen entdeckt Geschichte

Sonthofen entdeckt Geschichte

Vortrag „Söldnerlandschaft Allgäu“

Ein in der Allgäuer Geschichte kaum beachteter, aber sehr spannender Tatbestand ist Gegenstand des Vortrags von Dr. Reinhard Baumann am Donnerstag, 26. Oktober, 19:00 Uhr im AlpenStadtMuseum Sonthofen: „Söldnerlandschaft Allgäu – Allgäuer Landsknechte für die europäischen Kriegsschauplätze des 16. Jahrhunderts“. Im 16. Jahrhundert waren die Männer des Allgäus nämlich als Söldner begehrt, Handwerker aus den Allgäuer Reichsstädten ebenso wie Bauern und Tagelöhner aus den Bergtälern. Der Bedarf an Landsknechten für die zahlreichen Kriege des Jahrhunderts ließ immer wieder Werber durchs Allgäu ziehen. Landsknechte wurden verpflichtet, um im

Bayerischen Erbfolgekrieg zu kämpfen, in Oberitalien für den Kaiser oder den französischen König, in Ungarn sollten sie die Grenze gegen türkische Heere verteidigen, in den Niederlanden den Krieg Spaniens gegen Rebellen führen.

Interessierte erfahren im Rahmen des Vortrags, wie im Allgäu angeworben wurde und von wem, wie dann aus den Angeworbenen Landsknechte wurden, was sie erwartete, wenn sie aus dem Solddienst wieder in die Heimat zurückkehrten, und welche Gründe solche Allgäuer bewegten, Landsknechte zu werden. Wenig ist bekannt über Frauen aus dem Allgäu, die als Marketenderinnen mit ihnen zogen und oft auch wieder mit ihnen heimkamen. Doch soll auch von ihnen berichtet werden. Aus den Sold- und Musterlisten erfährt man häufig nur die Namen und Heimatorte der Allgäuer Landsknechte, ab und zu erzählen die Quellen aber mehr über sie. Berühmt geworden ist Walther Bach aus Oy, ein erfolgreicher Söldnerunternehmer, Hauptmann unter dem Befehl Georgs von Frundsberg und dann Obrist des Allgäuer Haufens im Großen Bauernkrieg.

Termin: Donnerstag, 26. Oktober, 19:00 Uhr, **Ort:** AlpenStadtMuseum Sonthofen, Sonnenstr. 1, **Kosten:** 9,50 Euro, **Infos und Anmeldung:** Tourist-Info Sonthofen, Rathausplatz 1, Tel. 08321/615-291. Um Anmeldung wird gebeten.



© Urs Graf, Landsknecht, 1514 aus Urs Graf: Die Zeichnungen im Kupferstichkabinett Basel, Bd. II/2B, Basel (Schwabe u. Co. AG Verlag) Basel 2001, S. 135

Gut zu wissen



AlpenStadtMuseum
Sonnenstr. 1, 87527 Sonthofen

Öffnungszeiten:
Dienstag bis Sonntag,
10:00 bis 18:00 Uhr

Eintritt: 4 Euro (ermäßigt 3 Euro)
Kinder und Jugendliche bis 18
Jahre frei

Kontakt: Tel. 08321/3300
alpenstadtmuseum@sonthofen.de
Weitere Informationen unter



www.alpenstadtmuseum.de



© Foto: Philip Plum

Alles nur Theater?

Start in die neue Saison

Wer der ewigen Wiederholungen im Fernsehen überdrüssig ist, für den ist vielleicht der Besuch eines Theatergastspiels eine sinnvolle Abwechslung. In Sonthofen und Umgebung gibt es im Herbst und Winter Theaterabende, die unterhalten, anregen oder auch Diskussionen auslösen. Es sind Gastspiele von renommierten Anbietern, die meistens im Haus Oberallgäu stattfinden. Interessierte können einzelne Abende besuchen oder mit verschiedenen Abonnements ihr Leben bereichern. Auskunft

und Beratung bei Anne Deuschle Tel. 08323/9980078 oder Hartmut Happel 08323/9892691 von der Kulturgemeinschaft Oberallgäu e.V. oder auch unter www.kulturgemeinschaft-oberallgaeu.de. Programmhefte sind in der Tourist-Info erhältlich.

Im Oktober erwarten die Zuschauenden gleich zwei Veranstaltungen im Haus Oberallgäu in Sonthofen.

„Hausmeister Krause - Du lebst nur zweimal“, Komödie von Tom Gerhardt und Franz Krause, Donnerstag, 12. Oktober, 20:00 Uhr im Haus Oberallgäu Sonthofen.

Alarm! Alarm! Der notorische Unruhestifter Dieter Krause (alias Tom Gerhardt) ist wieder da. Und das gleich



mit einem großen Drama. Nachdem der bockbeinige und stets übermotivierte Hausmeister ein Jahrzehnt lang im TV seine Mitmenschen gequält hat, drängt er jetzt auf die Bühne. Und das natürlich mit seiner überaus bildungsfernen Familie und dem unvermeidlichen Dackelclub ... Krause hat gerade einen höllischen Rosenkrieg mit seiner Lisbeth: Hat er doch wieder einmal den Hochzeitstag vergessen und nur seine Präsidentschaft im Teckel-Verein im Sinn. Ein absurdes Stück Volkstheater mit den beliebtesten Figuren der Fernseh-Serie für alle, die nicht in den Keller gehen müssen, um zu lachen.

„Mephisto“, Schauspiel mit Musik nach dem Roman von Klaus Mann, Mittwoch 25. Oktober um 20:00 Uhr im Haus Oberallgäu Sonthofen.

Erzählt wird die (fiktive) Geschichte des Schauspielers Hendrik Höfgen, von 1926 am Hamburger Künstler-

theater bis zum Jahre 1936, als dieser es zum gefeierten Star des Dritten Reiches gebracht hat und zum Intendanten des Berliner Staatstheaters ernannt wird. Höfgen, der sich erst spät mit den Machthabern des Nationalsozialismus arrangiert und im Ensemble offen den Konflikt mit seinem Nazi-Kollegen Hans Miklas sucht, flüchtet zunächst nach Paris. Lotte Lindenthal, die Frau des „Reichsmarschalls“ und Ministerpräsidenten, selbst eher eine mittelmäßige Schauspielerin, wünscht sich Höfgen jedoch als Partner für ihr Berliner Debüt am Staatstheater und kann ihren Mann, „den Dicken“, überreden, Höfgen zurück nach Berlin zu holen. Als leidenschaftlicher Schauspieler, dem die Rolle des Mephisto in Goethes Faust wie auf den Leib geschnitten ist, erkennt der Opportunist Höfgen erst viel zu spät, dass er tatsächlich einen Pakt mit dem Teufel geschlossen hat.

Kartenvorverkauf



Tourist-Info Sonthofen
Rathausplatz 1
Kulturgemeinschaft Oberallgäu:
Tel. 08323/9980078, karten100@web.de oder online.

20 Jahre „Die Südliche“

Ausstellung in der StadtHausGalerie

Nachdem für die Städte und Gemeinden die Ausrichtung der Oberallgäuer Kunstausstellung zu teuer geworden war, taten sich 2003 vier Oberallgäuer Künstler zusammen, von denen W. Gunther le Maire als Einziger noch aktiv dabei ist, um in Eigeninitiative weiterhin eine Kunstausstellung von und für Allgäuer Kunstschaffende auf die Beine zu stellen. Dieses Jahr kann nun das 20-jährige Jubiläum dieser Idee gefeiert werden. Die südlichste Kunstausstellung Deutschlands machte sich in all den Jahren über die Grenzen des Allgäus hinaus einen viel beachteten Namen. Die „Südliche“ findet dieses Jahr vom 14. Oktober bis zum 05. November in der StadtHausGalerie Sonthofen statt und ist dort zu folgenden (erweiterten) Öffnungszeiten zu sehen: Mittwoch bis Freitag, 15:00 bis 18:00 Uhr, Samstag und Sonntag, 11:00 bis 18:00 Uhr. Eröffnet wird die Kunstaus-

Marktplatz

Verschiedenes

Einkäufe

◆ Wir kaufen
Wohnmobile & Wohnwagen
Telefon 03944/36160
www.wm-aw.de, Wohnmobilcenter am Wasserturm

Sie wollen direkt eine Anzeige schalten?
Dann nutzen Sie unsere Anzeigenhotline für weitere Informationen und kompetente Beratung:

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

stellung anlässlich des Jubiläums bei der Vernissage am 13. Oktober ab 18:00 Uhr von Bezirkstagspräsident Martin Sailer, Augsburg.

Im Oktober 2003 startete die erste „Südliche“ als Nachfolgerin der Oberallgäuer Kunstausstellung in der Hofmühle in Immenstadt. Seit dieser Zeit hat sich die „Südliche“ aufgrund der Vielfalt und Qualität der ausgestellten Arbeiten einen hervorragenden Ruf erarbeitet und zieht auch überregional zahlreiche Besucher an.

Turnusgemäß wird das 20-Jährige in Sonthofen in der StadtHausGalerie begangen. Diese repräsentative Ausstellung zeitgenössischer bildender Kunst des Landkreises Oberallgäu und des Kleinwalsertals wird getragen von den Städten Sonthofen und Immenstadt, dem Markt Oberstdorf sowie der Kulturgemeinschaft Oberallgäu. 25 Künstlerinnen und Künstler waren es 2003, dieses Mal sind es über 40. Außerdem wird als „Historischer Gast“ alljährlich ein Künstler, eine Künstlerin vergangener Zeiten in Erinnerung gebracht. Dabei wird der Tatsache Rechnung getragen, dass das Oberallgäu seit Jahrhunderten als ein Gebiet mit erstaunlich hoher Künstlerdichte bekannt ist. Dieser „Gast“ ist in diesem Jahr Christian Modersohn, der nach dem Krieg elf Jahre in Bad Hindelang lebte und dort die erste kleine Galerie eröffnete. Eine siebenköpfige qualifizierte Jury wählte aus rund 200 Namen auf der Liste nach rein qualitativen Gesichtspunkten ohne jegliche stilistische Einschränkung die Ausstellenden der „Südlichen“ aus, unabhängig ob Berufs- oder Hobbykünstler, wobei mit Blick auf die Zukunft ein besonderes Auge auf den künstlerischen Nachwuchs geworfen wurde. Wenn die Qualität stimmt, spielt das Alter keine Rolle, so nehmen in diesem

Nächster Erscheinungstermin

„Der Sonthofer“
27. Oktober 2023

Ihre Anzeigen-Hotline
Tel. 08321/6626-0



Bild: Christian Modersohn „Spätsommertag am Gailenberg“

Jahr Künstler im Alter von 16 und 91 Jahren teil. Nur zwei Kunstschaffende

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

haben an allen bisherigen Ausstellungen teilgenommen: Giorgio und W. G. le Maire, beide aus Immenstadt. Aber ein Dutzend waren bei fast allen „Südlichen“ dabei.

Genau 43 Kunstschaffende folgten in diesem Jahr der Einladung, vier neue Arbeiten eigener Wahl zu präsentieren. Es ist also die Plattform aller hier bekannten ansässigen oder geborenen Künstlerinnen und Künstler, die einen umfassenden Einblick in den derzeitigen Stand der Allgäuer Kunst gibt. Bei einigen kann man so ihren Weg über Jahre hinweg mitverfolgen. Andererseits darf man auch auf die eine oder andere Überraschung gespannt sein, die einfach durch die etwas größere Ausstellungsfläche der StadtHausGalerie ermöglicht wird. Daher wird die „Südliche“ in Sonthofen auch immer als „die Große“ bezeichnet. Mit dem Titel „Ohne Thema“ ist in diesem Jahr den Künstlerinnen und Künstlern beim

sogenannten „Kleinen Format“ die Möglichkeit gegeben, sich nach eigenen Interessen für ein Motiv zu entscheiden. Beim „Kleinen Format“ wurde speziell an die Besuchenden der Ausstellung gedacht, denen es ermöglicht werden soll, Originale ihrer Lieblingskünstlerin/ ihres Lieblingskünstlers zu einem kleinen Preis zu erwerben.

Im Rahmenprogramm der Ausstellung wird u.a. ein Vortrag über Leben und Werk des verstorbenen Malers Christian Modersohn geboten. Nic Albrecht, Bad Hindelang, berichtet über die Intention und Hintergründe zu seinem Werk, auf das man jetzt schon gespannt sein darf. Außerdem erwartet Teilnehmende ein launiger Abend mit einem lockeren, nicht geraden, aber unterhaltsamen und überraschenden Spaziergang in die Kunstgeschichte. Ein Muss für alle, die in der Hofmühle bereits den ersten Teil erleben durften.

StadtBibliothek



Öffnungszeiten:

Mo	15:00 bis 19:00 Uhr
Di	15:00 bis 18:00 Uhr
Mi	10:00 bis 18:00 Uhr
Fr	10:00 bis 12:00 Uhr 15:00 bis 18:00 Uhr
Sa	10:00 bis 12:00 Uhr

Marktstr. 1, 87527 Sonthofen
Tel. 08321/609505-10
stadtbibliothek@sonthofen.de

Saisonbeginn

Eissporthalle Sonthofen

Am Sonntag, den 01. Oktober, beginnt die neue Wintersaison in der Eissporthalle Sonthofen. In der Hindelanger Straße findet dann wieder täglich von Mittwoch bis Sonntag in der Zeit von 14:30 Uhr bis 16:30 Uhr der Publikumslauf statt. Auch der Schlägerlauf wird dann wieder am Dienstagnachmittag (ebenfalls 14:30 Uhr bis 16:30 Uhr) angeboten. Hier können sich die künftigen Eishockeycracks im Umgang mit Schläger und Puck üben. Der Discolauf findet am 06. und 13. Oktober, jeweils von 19:15 bis 21:15 Uhr statt. In den Herbstferien (30. Oktober bis 03. November) ist die Eissporthalle für den Publikumslauf zusätzlich von 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr geöffnet.



Kräuterprogramm im Oktober



Jedes Jahr sind es andere Früchte, die in großer Zahl zur Verfügung stehen. Ist es ein Beeren-Jahr, gibt es viele Nüsse oder besonders üppige Kräuter? Fest steht: Im Herbst schenkt uns die Natur Früchte in Hülle und Fülle, aber wie macht man diese haltbar, wenn es nicht immer Marmelade oder Schnaps sein soll? Dies erfahren Interessierte am Samstag, den 21. Oktober, im Workshop „Herbstfrüchte für das ganze Jahr haltbar machen“ mit Kräuterfrau Susanne Malcher. Die Herbstfrüchte werden auf vielfältige Arten haltbar gemacht. Außerdem können sich die

Teilnehmenden durch das Buffet der Natur probieren ... wenn möglich, sind bitte drei kleine Schraubgläser mitzubringen.

Termin: Samstag, 21. Oktober, 15:00 bis 16:30 Uhr

Ort: AlpenStadtMuseum, Sonnenstr. 1
Kosten: 10 Euro (zzgl. 5 Euro für Material)

Anmeldung: bis 16:00 Uhr am Vortag in der Tourist-Info Sonthofen, Tel. 08321/615-291, E-Mail: tourist-info@sonthofen.de. Mit Allgäu-Walser-Card gibt es 20 Prozent Ermäßigung.

Adventsveranstaltungen

Händler und Handwerker gesucht

Im Rathaus laufen die Planungen für die Adventszeit. Auch dieses Jahr gibt es ein schönes Programm, das Einheimische und Feriengäste auf die Weihnachtszeit einstimmt. Die Adventsmärkte sind ein wichtiger Bestandteil in der Vorweihnachtszeit der Stadt. Dazu werden regionale Händler und einheimische Handwerker mit einem weihnachtlichen Warenangebot gesucht. Willkommen sind auch Künstler, die zum Rahmenprogramm beitragen können. Karitative, kirchliche und soziale Einrichtungen, die Selbstgebasteltes oder Selbstgebackenes anbieten wollen, sind ebenfalls eingeladen. Der Fairtrade-Stadt liegt daran, keine Konkurrenz zu kommerziellen Advents-

oder Weihnachtsmärkten aufzubauen, sondern möchte vielmehr beschauliche und heimelige Veranstaltungen präsentieren.

Aufgrund der kurzen Adventszeit in diesem Jahr findet die Faire Weihnacht bereits am Anfang der Adventszeit statt. Interessierte können sich für die Faire Weihnacht (25. November) und/oder den Lions-Christkindlestreff, der am 16. Dezember stattfindet, bewerben. Die Bewirtung obliegt beim Christkindlestreff ausschließlich den Lions. Beim Faire Weihnachten wird sehr darauf geachtet, dass die angebotenen Produkte bio, regional oder fair gehandelt sind.

Die Bewerbungsfrist läuft bis 06. Oktober und Interessierte können das Bewerbungsformular für die Advents-

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-
blachach.de](http://www.dorfwirt-
blachach.de) oder telefonisch
unter Tel. 08321/88822

UNSER
LECKERES
ESSEN GIBT'S
AUCH ZUM
MITNEHMEN!

Wirtshaus
zum Dorfwirt

HÖHER HINAUS

DESIGNGRAT

AGENTUR FÜR WERBUNG + KOMMUNIKATION

WEB &
SOCIAL MEDIA

GRAFIK &
PRINT

CORPORATE
DESIGN

WERBE-
TECHNIK

WIR ARBEITEN FÜR IHREN ERFOLG

Ihre Werbeagentur für Sonthofen & das Allgäu
www.designgrat.de • info@designgrat.de

märkte ab sofort beim Fachbereich Tourismus/Sport/Veranstaltungen/Kultur im Rathaus (Rathausplatz 1, 87527 Sonthofen, 08321/615-204 oder per E-Mail: melanie.bader@sonthofen.de) anfordern.

Da nur eine limitierte Zahl an Verkaufsständen zur Verfügung steht, werden die Bewerber in der Reihenfolge der eingehenden Interessensmeldungen berücksichtigt.

Gallusmarkt

in Sonthofen

Am Freitag, den 13. Oktober, findet der bei Einheimischen, Bürgern aus Nachbargemeinden und auch Feriengästen beliebte Gallusmarkt in Sonthofen statt. Von 8:00 bis 18:00 Uhr bieten Händler ein großes Spektrum von typischen Marktwaren an: von eingelegten Delikatessen über Bekleidung und Gewürze bis hin zu Wollstrümpfen. Ebenso ist für das leibliche Wohl durch einige Imbissstände gesorgt.



Aufgrund des Marktes werden die Promenadestraße im Abschnitt zwischen „Allgäuer Volksbank“ und Eingang Fußgängerzone, die Hirnbeinstraße im Abschnitt zwischen Marktanger-Tiefgarage und „HypoVereinsbank“ sowie die Völkstraße ab der Einmündung in die Promenadestraße von Donnerstag, den 12. Oktober, 18:00 Uhr bis Freitag, den 13. Oktober, 20:00 Uhr für den öffentli-

chen Verkehr gesperrt. Ebenso werden in der Völkstraße die Einbahnregelung und das Verbot der Einfahrt von der Einmündung Schnitzerstraße aufgehoben.

Parkmöglichkeiten für Marktbesucher stehen ausreichend in der Marktanger-Tiefgarage bzw. auf den öffentlichen Parkflächen zur Verfügung.

Eissporthalle Sonthofen
Es ist wieder Eiszeit

Südlichste Stadt Deutschlands
Alpenstadt der Allgäuer Alpen

Sonthofen

Besuche Sonthofen www.sonthofen.de

Clever parken in der Marktangergarage

Südlichste Stadt Deutschlands
Alpenstadt der Allgäuer Alpen

Sonthofen

- Parken in der Innenstadt
- über 480 Stellplätze
- Fußgängerzone in unmittelbarer Nähe
- Frauenparkplätze
- behindertengerecht
- 1/2 Stunde frei!

Besuche Sonthofen www.sonthofen.de



© Foto Hans Fili

Familienfest

mit verkaufsoffenem Sonntag

Groß und Klein kommen am 08. Oktober in der Sonthofer Innenstadt auf ihre Kosten, denn das Familienfest lädt mit Attraktionen zum Staunen ein. Vielfalt und Spaß stehen an diesem Sonntag von 12:00 bis 17:00 Uhr an erster Stelle. Dies gilt sowohl für das unterhaltssame Rahmenprogramm als auch für die zahlreichen Geschäfte, die ihre Türen an diesem Extra-Einkaufstag geöffnet haben.

Die Wirtschaftsvereinigung Attraktives Sonthofen AS e.V. hat die Cinderella Puppenbühne mit dem neuen Stück „Familie Wutz“ in das Zirkuszelt am Oberen Markt geladen. Zudem sorgt ein Nostalgie-Karussell bei den Kleinsten für Begeisterung. Magische Momente erleben die BesucherInnen mit Zauberer Thomasius, der Seifenblasenkünstlerin Maria Rinaldi und bei

Kontaktjonglage mit Kerry Balder. Verschiedene Imbissstände stehen für den Genuss zwischendurch bereit und auch die Sonthofer Gastronomie freut sich auf zahlreiche Gäste auf ihren Terrassen bei hoffentlich goldenem Herbstwetter. Am Johann-Althaus-Platz bietet das Café Bistro Relax Live-Musik mit Jörg Mertens (nur bei trockenem Wetter).

Neben all den Attraktionen an diesem Sonntag kann auch der Sonthofer Einzelhandel mit seinem breit gefächerten Angebot und bester Beratung glänzen. Alle Must-haves der aktuellen Herbst-/Wintersaison können in entspannter Atmosphäre begutachtet und anprobiert werden. Das ein oder andere zusätzliche Angebot erwartet die KundInnen, welches das Einkaufserlebnis in der Alpenstadt abrundet.

Zwei dauerhafte Neuerungen sind in der Sonthofer Fußgängerzone zudem zu entdecken: Der Photopoint in der

Bahnhofstraße (neben Braummüller Schirmgeschäft) und die neue kleine grüne Oase mit Spielplatz am Leprosenweg. Beides kann an diesem Sonntag ausgiebig ausprobiert werden.

Auch beim verkaufsoffenen Sonntag gilt: Wer in den der Wirtschaftsvereinigung angeschlossenen Geschäften im Wert von mindestens 50 Euro einkauft und sich dieses auf einer Teilnahmekarte bestätigen lässt, kann bei der nächsten Verlosung einen von vier Einkaufsgutscheinen in Höhe von 50 Euro gewinnen. Teilnahmekarten sind im Handel erhältlich. Mehr Informationen unter alpenstadt.info.

Gottesdienste



mit Kindergottesdienst

Evangelische Gemeinschaft Sonthofen

Raiffeisenhaus, Marktstraße 27
Tel. 08321/7208175
www.eg-sonthofen.de

Gottesdienst: sonntags 10:00 Uhr

Ev.-Freikirchliche Gemeinde (Baptisten) Sonthofen

Siplinger Straße 30 (Rieden)
Tel. 08321/6185844
www.efg-sonthofen.de

Gottesdienst: sonntags 10:00 Uhr

Evang.-Methodistische Kirche Sonthofen

Haus Oberallgäu, Richard-Wagner-Str.14
Tel. 08321/82037
www.emk-sonthofen.de

Gottesdienst: sonntags 17:05 Uhr

ZAHNARZTPRAXIS & IMPLANTOLOGIE

wir freuen uns auf Ihren besuch!

Praxisadresse:
Dr. David Pfister
Nebelhornstr. 37
87561 Oberstdorf

pfister
ZAHNARZTPRAXIS
DR. DAVID PFISTER
OBERSTDORF

IMPLANTOLOGIE
ÄSTHETISCHE ZAHNHEILKUNDE
PROF. ZAHNREINIGUNG
ZAHNERSATZ
MEISTERLABOR

ÖFFNUNGSZEITEN:
MO.-FR. 8-12 UND 14-18 UHR
TERMIN VEREINBAREN:
08322/6 00 9994

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

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

Dienstag

14:30 Uhr Schlägerlauf
Eissporthalle

Dienstag bis Sonntag

10:00 Uhr AlpenStadtMuseum

Mittwoch

14:30 Uhr Publikumslauf
Eissporthalle



Mittwoch bis Sonntag

14:00 Uhr Die Südliche
StadtHausGalerie
(siehe S. 20)

Samstag

08:00 Uhr Wochenmarkt
Oberer Markt

29.09.23

18:00 Uhr Filmabend
Biberhof, (siehe S. 27)

19:00 Uhr Von der Urwiese zur Blühfläche, keine Parkplätze, Parken am Wonnemar möglich, Biberhof

30.09.23

20:00 Uhr Sigi Luer & Tim Hecking
Die schönsten „Lieder“
von Reinhard Mey
Kulturwerkstatt

01.10.23

14:00 Uhr Spinnen- und Insektenausstellung
Haus Oberallgäu

04.10.23

18:00 Uhr Hausschuhe nassfilzen
AlpenStadtMuseum
(siehe S. 18)

07.10.23

10:00 Uhr Repair Cafè Sonthofen
Benders Cafè
(siehe S. 26)

08.10.23

12:00 Uhr Familienfest mit verkaufsoffenem Sonntag
Zentrum, (siehe S. 24)

11.10.23

18:00 Uhr Hausschuhe nassfilzen
AlpenStadtMuseum
(siehe S. 18)

12.10.23

20:00 Uhr Theater - „Hausmeister Krause - Du lebst nur zweimal“
Haus Oberallgäu

13.10.23

08:00 Uhr Gallusmarkt
Marktanger, (siehe S. 23)

14:00 Uhr Vortrag „Wasser“
AlpenStadtMuseum
(siehe S. 18)

20:00 Uhr The Ghost Cats
Kulturwerkstatt

14.10.23

19:00 Uhr Das Allgäu-Jazz-Quintett
Kulturwerkstatt

15.10.23

10:00 Uhr Baby & Kind Basar
Anmeldung unter: basar-altstaedten@gmx.de
Haus des Gastes/Altstädten

12:15 Uhr Religiöse Feier am Kalvarienberg

17.10.23

16:30 Uhr Chris Hopkins - meets the Jazz KANGAROOS
Kulturwerkstatt

18.10.23

18:00 Uhr Selbstgefилzte Hausschuhe verschönern und ausgestalten
AlpenStadtMuseum
(siehe S. 18)

20.10.23

20:00 Uhr Die Wendejacken
Kulturwerkstatt

21.10.23

09:00 Uhr Traditionelle Schneeschuhe selbst gebaut
AlpenStadtMuseum
(siehe S. 18)

15:00 Uhr Kräuterjahr 2023: „Herbstfrüchte - Für das ganze Jahr haltbar machen“
AlpenStadtMuseum
(siehe S. 22)

19:00 Uhr Duo HarpaCello
Kulturwerkstatt

22.10.23

14:00 und 17:00 Uhr Kinder- und Familienkonzert „Die vier Jahreszeiten“, Fiskina/Fischen

24.10.23

16:00 Uhr Puppentheater - Die Helden auf vier Pfoten
Haus Oberallgäu

25.10.23

18:30 Uhr W. G. Sebald – Biografisches und Persönliches: ein Abend zum Kennenlernen, AlpenStadtMuseum, (siehe S. 17)

20:00 Uhr Theater - Mephisto
Haus Oberallgäu
(siehe S. 20)

26.10.23

19:00 Uhr Söldnerlandschaft Allgäu
AlpenStadtMuseum
(siehe S. 19)

27.10.23

20:00 Uhr Ensemble Triollage - Unterwegs
Kulturwerkstatt

28.10.23

20:00 Uhr Schweizer Abend des Trachten- und Heimatvereins Altstädten
Haus Oberallgäu
(siehe S. 26)



Schweizer Abend

des Trachten- und Heimatvereins

Der Trachten- und Heimatverein Altstädten e.V. veranstaltet am Samstag, den 28. Oktober, ab 20:00 Uhr im Haus Oberallgäu einen „Schweizer Abend“. Zusammen mit dem Bergwaldchörli reist das bekannte Quartett Waschächt unter anderem nach Sonthofen. Ein traditionell-uriges, aber auch modernes Programm voller Jodler, Musik, Humor und Unterhaltung.

Die Bewirtung und den Barbetrieb übernimmt der Trachtenverein. Der Eintritt kostet 17 Euro im Vorverkauf und 19 Euro an der Abendkasse. Karten im Vorverkauf sichern unter 08326/3848077 oder 0177/5400874. Es ist freie Platzwahl. Einlass ab 19:00 Uhr.

Repaircafé Sonthofen

Reparieren mitanand

Am Samstag, den 07. Oktober, von 10:00 bis 13:00 Uhr können Interessierte zusammen mit ehrenamtlichen ReparaturInnen ihren defekten Geräten ein neues Leben schenken. Ob

Wasserkocher, Fahrrad oder Lieblingshose, die erfahrenen HandwerkerInnen geben ihr Bestes, um die mitgebrachten „Sorgenkinder“ wieder instandzusetzen. Für Kaffee und Kulinarisches ist natürlich auch wieder gesorgt. Ort: Café Benders, Bogenstr. 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.

Mädelsflohmmarkt

im Oktober abgesagt

In diesem Jahr kann der beliebte Mädelsflohmmarkt, geplant am 14. Oktober, leider nicht stattfinden. Die Markthalle muss aufgrund der aktuellen Situation als temporäre Flüchtlingsunterkunft genutzt werden. Der Kiwanis Club Immenstadt Hilfsfonds e.V. hofft, dass sich die Situation im Frühjahr entspannt, und plant bereits für 2024 im Mai und Oktober die nächsten Mädelsflohmmärkte.



Modenschau

im ebbes-Möbelhaus

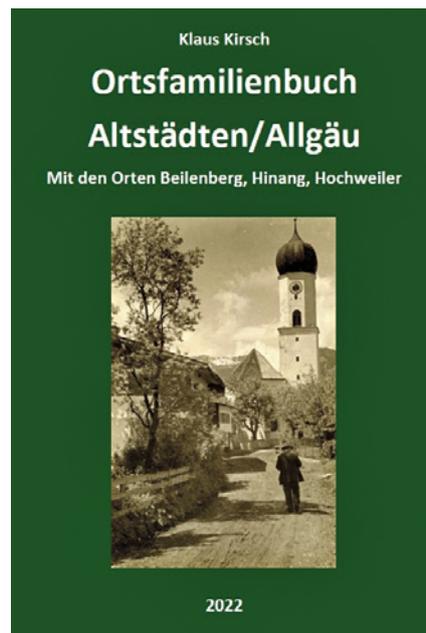
Anlässlich des zehnjährigen Bestehens des ebbes-Möbelhauses findet im Rahmen der vom GPV Kempten-Oberallgäu organisierten „Tage der seelischen Gesundheit“ am Freitag, den 20. Oktober, im ebbes-Möbelhaus eine Modenschau statt. Präsentiert wird schöne Second-Hand-Mode aus dem ebbes-Kaufhaus. Bei anschließendem Kaffee und Kuchen bleibt noch genügend Zeit, durch das Möbelhaus zu schlendern und sich über die Tätigkeiten des Vereins OhA und die Projekte der ebbes-Kaufhäuser zu informieren.

Modenschau

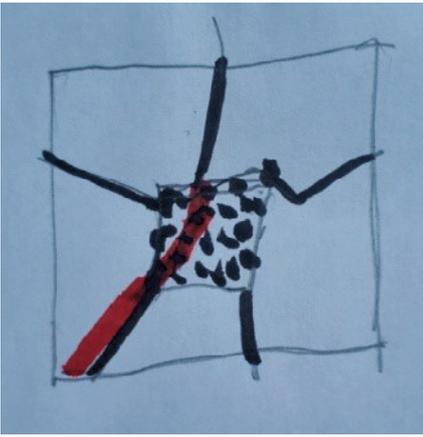


Termin: Freitag, 20. Oktober, ab 14:00 Uhr

Ort: ebbes-Möbelhaus, Martin-Luther-Str. 1, Sonthofen



Nach der großen Nachfrage für das Ortsfamilienbuch Altstädten erscheint nun die zweite Auflage. Erhältlich ist das Buch im AlpenStadtMuseum sowie im Dorfladen in Altstädten.



Gestern – Heute – Morgen

Baukultureller Stadtspaziergang

Der Verein Baustelle Sonthofen e.V. bietet an, gemeinsam mit BürgerInnen die Stadt Sonthofen mit ihren vielen Gesichtern zu erkunden. Die fünf Strahlen, die sternförmig von der Ortsmitte in die außen liegenden Ortsteile führen, sind Thema der Stadtspaziergänge. Der dritte baukulturelle Stadtspaziergang führt die Spaziergänger ausgehend vom Marktbrunnen zu historischen Gebäuden wie Spital, Hirschbrauerei und ehemaligem Schloss, entlang der Schlossstraße zur Oberstdorfer Straße bis zum Kreisel. Dort kreuzte die ehemalige Bahntrasse und führte die Hauptroute über Sigis-hofen nach Oberstdorf.

Mitglieder der „Baustelle Sonthofen“ moderieren den Spaziergang mit kurzen Erläuterungen zu Straßen- und Platzstrukturen. Historische und moderne Gebäude zeigen die Entwicklung des Ortes und lassen sich in ihrer Vielfalt und Wirkung entdecken.

Termin: Samstag, 14. Oktober, 11:00 bis 12:00 Uhr, **Treffpunkt:** am Marktbrunnen.

Wieder erhältlich

Altstädter Bildkalender 2024

Auch in diesem Jahr erscheint wieder der Altstädter Bildkalender. Gezeigt werden alte Ansichten von der Altgemeinde Altstädten. Erhältlich ist der Kalender im Dorfladen sowie in der Bäckerei Riedle in Altstädten. Der Erlös kommt den Seniorennachmittagen zugute.

Fahrradspenden gesucht

für Fahrradwerkstatt der Mittelschule

Jeden Dienstagnachmittag wird in der Fahrradwerkstatt der Mittelschule Sonthofen eifrig gewerkelt. Mehrere ehrenamtliche Helfer bringen gebrauchte Fahrräder wieder in Schwung und verkaufen sie zu einem erschwinglichen Preis an Menschen, die sich sonst kein Fahrrad leisten können, d.h. vor allem Geflüchtete und Menschen mit einem geringen Einkommen. Koordiniert werden die Aktivitäten in der Werkstatt von Günther Klee-Nigg, seit 40 Jahren Lehrer an der Mittelschule Sonthofen.

Damit der Betrieb auch zu Beginn des neuen Schuljahrs wieder aufgenommen werden kann, werden derzeit wieder Fahrräder in allen Größen benötigt. Vom zu klein gewordenen Kinderfahrrad bis zum alten Erwachsenenmodell sind alle Fahrradspenden herzlich willkommen. Wichtig ist nur, dass die Fahrräder ohne großen Aufwand direkt wieder einsatzbereit sind. Abgegeben werden können die Spenden jeweils dienstags zwischen 14:00 und 17:00 Uhr direkt in der Fahrradwerkstatt der Mittelschule (gegenüber von der Eissporthalle einfach der Beschilderung folgen).

Herbstbasar für Kindersachen

in Maria Heimsuchung

Am Samstag, den 07. Oktober, von 13:00 Uhr bis 16:00 Uhr findet der diesjährige Herbstbasar im Pfarrheim Maria Heimsuchung, Metzelerstr.19, Sonthofen statt. Angeboten werden neben Kleidung bis Größe 176 Schuhe, Spielzeug, Bücher, Autositze, Skier, Skischuhe und Rodel sowie Buggys (aber keine Kinderwagen). Babyausstattung, Zubehör und Babykleidung bis Größe 80 findet sich in einem separaten Raum. Wie immer wird der Reinerlös an Einrichtungen für Kinder gespendet.

Filmabend

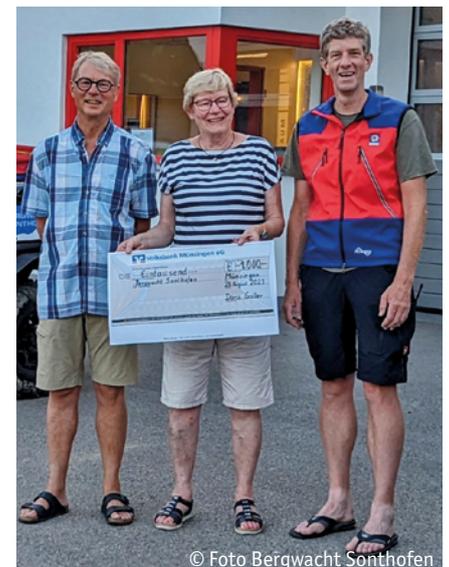
am Biberhof

Es passiert schon so viel Gutes in der Welt. Es gibt aber auch noch extrem viel zu tun. Am Freitag, den 29. Sep-

tember, wird am Biberhof ein Klassiker der Nachhaltigkeitsfilme gezeigt. Darin geht es um die Lösungen, die nötig sind, um den globalen ökologischen Kollaps aufzuhalten. Ausgezeichnet mit einem César als bester Dokumentarfilm, wird einiges an Gesprächsstoff geboten. Snacks und Getränke gibt es auf Spendenbasis. Entstanden ist dieses Event in der Zusammenarbeit des Naturerlebniszentrums OA und Food-sharing OA.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Da es am Biberhof keine Parkplätze gibt, wird um Anreise per Fahrrad bzw. Parken am Wonnemar gebeten.

Termin: 29. September, 18:00 bis 22:00 Uhr, **Ort:** Biberhof, Auf der Gerbe 2, Sonthofen



© Foto Bergwacht Sonthofen

(v.li.n.re.): Werner Goller, Doris Goller und Martin Zuchtriegel (Bergwacht Sonthofen)

Statt Geburtstagsgeschenken

1.000 Euro für die Bergwacht

Eine tolle Aktion: Anlässlich ihres Geburtstages hat Doris Goller aus Münsingen auf der Schwäbischen Alb ihre Gäste gebeten, ihr anstelle von Geschenken eine Spende für die Bergwacht Sonthofen mitzubringen. So kamen insgesamt 1.000 Euro zusammen, die Werner und Doris Goller nun der Bergwacht Sonthofen übergeben haben.



Neu im Amt

Integrationslotsin Sina Hohenegg

Das Landrastamt Oberallgäu heißt die gebürtige Oberstdorferin Sina Hohenegg als neue hauptamtliche Integrationslotsin herzlich willkommen. Sina Hohenegg arbeitet seit dem 01. August als hauptamtliche Integrationslotsin im Landratsamt Sonthofen. Die Oberstdorferin war zuvor in der Erwachsenenbildung und interkulturellen Zusammenarbeit tätig. Als gebürtige Oberallgäuerin liegen ihr der Landkreis und dessen Menschen sehr am Herzen: „Ich freue mich darauf, mit den engagierten ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern in den Gemeinden sowie allen weiteren regionalen Netzwerkakteuren Themen wie Weiterbildung, berufliche und soziale Integration, Beratung oder Konfliktmanagement gemeinsam aktiv anzugehen und möglichst gute Lösungen zu erarbeiten.“

Allianz Bernhard

EHRlich WÄHRT AM LÄNGSTEN.
Seit 1910

Generalvertretung der Allianz-Versicherung

allianz-bernhard.de

WhatsApp: 083216761211

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

Seitz
Nutzfahrzeuge
www.seitz-transport.de

Der Freistaat stellt den Ehrenamtlichen mit den IntegrationslotsInnen hauptamtliche Unterstützung zur Seite und sorgt damit Hand in Hand mit den Kommunen für eine gelingende Integration. Ehrenamtlich Tätige können sich mit allen Fragen rund um die Themen Integration und Asyl an diese zentralen AnsprechpartnerInnen im jeweiligen Landkreis wenden. Hier erhalten sie Unterstützung, Informationen und Schulungen. Zudem wirken die LotsInnen vor Ort als Koordinatoren und Netzwerker und stehen auch als regionale Anlaufstelle für potenzielle künftige Ehrenamtliche, für Verbände, Vereine und Ehrenamtsorganisationen zur Verfügung.

Im Landkreis Oberallgäu existiert die Stelle der hauptamtlichen Integrationslotsin bereits seit dem 01. Januar 2018.

Kontakt:

Sina Hohenegg, Tel. 08321/612-566, ehrenamt-integration@lra-oa.bayern.de
www.oberallgaeu.org/integrationslotsin

Online-Veranstaltungen

Demenz und Pflege Schwaben

In einer immer älter werdenden Gesellschaft spielt das Thema „Demenz“ eine immer größere Rolle. Verschiedene Online-Angebote der Fachstelle für Demenz und Pflege Schwaben bieten Betroffenen und pflegenden Angehörigen Informationen zu verschiedenen Themenbereichen. Die Veranstaltungen finden auf der Online-Plattform zoom statt. Den Teilnahmelink erhalten Interessierte nach der Anmeldung. Anmeldung bitte per E-Mail an info@demenz-pfleget-schwaben.de.

Angebote im Oktober

19. Oktober, 19:00 Uhr: Virtuelle Infoveranstaltung zu den Themen „Angebote zur Unterstützung im Alltag“ und „ehrenamtlich tätige Einzelperson“ mit Fachberaterinnen der Fachstelle für Demenz. **26. Oktober, 09:30 Uhr:** Webinar „Lachfalten zu verschenken – Humor im Umgang mit Menschen mit Demenz“ mit Susanne Bötel alias Clownin Rosalore und Kunstbegleiterin für Menschen mit Demenz. **30. Oktober, 19:00 Uhr:** Virtuelles Dialogforum „Medikamente – wichtige Tipps für zu Hause“ für pflegende An- und Zugehörige mit Apothekerin Annika Umlauf, Geriatrie Pharmazie. **31. Oktober, 19:00 Uhr:** Virtuelles Dialogforum „Demenz und Autofahren“ für pflegende An- und Zugehörige mit dem Demenzbeauftragten des Landkreises Ostallgäu Gerhard Stadler.

Großzügige Spende

Sparkasse Allgäu unterstützt BRK

Die Sparkassenstiftung Allgäu unterstützt das Bayerische Rote Kreuz Kreisverband Oberallgäu seit vielen Jahren bei seiner Arbeit zum Wohle der Bevölkerung in der Region. Gerade durfte die Hilfsorganisation einen Scheck in Höhe von 20.000 Euro entgegennehmen. Christian Böck, Marktbereichsleiter Sonthofen bei der Sparkasse Allgäu, übergab den symbolischen Scheck an den Vorstandsvorsitzenden des Kreisverbandes Edgar Rölz. „Das Rote Kreuz im Oberallgäu leistet in unseren Augen unglaublich wertvolle Arbeit und gehört darum seit Jahren



Die Sparkassenstiftung Allgäu unterstützt die Arbeit des BRK Kreisverbandes Oberallgäu mit einer Spende in Höhe von 20.000 Euro. Ein Teil des Betrags geht an die Kriseninterventionsteams. Die Teamleitungen des Dienstes waren bei der Spendenübergabe zugegen (v.l.n.re.): Edgar Rölz (Vorstandsvorsitzender BRK Kreisverband Oberallgäu), Rudolf Rüppel (Teamleitung BRK-KIT Oberallgäu Nord), Christian Böck (Marktbereichsleiter Sonthofen Kreisverband Oberallgäu) und Susanne Reinsch (Teamleitung BRK-KID Oberallgäu Süd)

zu unseren Haupt-Empfängern, die wir bei der Verteilung der Spenden aus unserer Stiftung mitbedenken. Wir wissen, dass diese Unterstützung sehr vielen Menschen hier in der Region über die vielfältigen Dienste des BRK zugutekommt“, so Christian Böck. Edgar Rölz bedankte sich von Herzen für die großzügige Spende: „Die meisten unserer Dienste, die wir hier im Oberallgäu vorhalten, basieren auf ehrenamtlicher Tätigkeit. Sie finanzieren sich zum größten Teil aus Fördermitgliedsbeiträgen und Spenden. Auf diese Weise können wir unseren seit 1965 in den Statuten des BRK verankerten Grundsatz der Unabhängigkeit wahren. Eine Unterstützung wie diese hilft uns bei unserem täglichen Tun enorm weiter.“ Der Spendenbetrag in Höhe von 20.000 Euro wird nun auf verschiedene Dienste verteilt, bei denen aktuell Bedarf besteht, etwa zur Materialbeschaffung oder für Ausbildungen. Zu den Empfängern gehören dieses Mal mehrere Ortsgruppen der Wasserwacht, die Motorradstreife, das BRK-Haus der Senioren, das Jugendrotkreuz, die Rettungshundestaffel, das Angebot „Schwimmen mit Handicap“, die Servicestelle Ehrenamt, die Wärmestube sowie der Kriseninterventionsdienst.

Herbstprogramm

des Naturerlebnis zentrums Allgäu

Das Bund Naturschutz Naturerlebniszentrum Allgäu (NEZ) bietet diesen Herbst verschiedenste interessante

**Fachgeschäft für
Optik • Uhren • Schmuck**

Seethaler

**Bahnhofstrasse 16 87527 Sonthofen
Tel.: 08321/2813**

Ferienprogramme, Fortbildungen und Veranstaltungen für Kinder und Erwachsene an.



Wildnis- und Survivaltechniken

Termin: 07. Oktober: In dieser ganztägigen Fortbildung lernen die Teilnehmenden, wie man mit einfachen Mitteln ein Feuer entzünden kann und welcher natürliche Zunder dazu geeignet ist. Außerdem werden mit Naturmaterialien eine Schutzbehäusung gebaut, Schnüre gedreht und Wissen zum wilden Naturhandwerk vermittelt.

Biberführungen für Familien

Termine: 12. und 26. Oktober: Bei einer Biberführung begeben sich die

Teilnehmenden auf die Spuren des Baumeisters. Dabei wird das Leben des Bibers auf spielerische Art erkundet.

Herbstferienprogramm

Termin: 30. Oktober bis 03. November (außer 01. November): Lagerfeuer, Schnitzen und spannende Spiele erwarten Kinder im Alter von sechs bis elf Jahren beim Herbstferienprogramm am Biberhof. Gemeinsam streifen sie durch die Natur rund um den Biberhof, erforschen Tiere und Pflanzen auf der Wiese und im Wasser, basteln Schmuck oder bauen ein Lager. Das Team freut sich auf tolle Ferien und gemeinsame Abenteuer draußen in der Natur.

Wildkräuterwerkstatt

Termin: 20. Oktober: Bei diesem Workshop werden unter anderem Waschmittel aus Kastanien, Beinwellsalbe oder eine Hagebuttentinktur hergestellt. Die hierfür benötigten Pflanzenbestandteile werden gemeinsam auf dem Gelände des Biberhofs gesammelt.

Tor zur Antarktis – Naturparadies Südgeorgien

Termin: 25. November: Die international preisgekrönte Naturfotografin Kerstin Langenberger hat insgesamt ein Jahr auf einer Forschungsstation gearbeitet. Sie stellt in ihrem Vortrag die kuriose Tierwelt der Insel vor, wie etwa die imposanten See-Elefanten.

Detaillierte Informationen und Anmeldung unter www.nez-allgaeu.de.

Alles rund ums Kind

Herbstbasar der Johannis-Kirche

Alles rund ums Kind können Interessierte am Samstag, den 14. Oktober, von 11:00 bis 14:00 Uhr in der Aula der Sonthofer Realschule, Sudetenstr. 6 erwerben. Im Angebot sind u.a. Kinderkleidung in den Größen 56 bis 176, Spielsachen, Bücher, Schuhe bis Größe 42, Ski, Skischuhe, Schlitten, Kinderwagen, Buggys und Kindersitze. Für Schwangere mit Mutterpass ist der Einkauf zusätzlich von 09:00 bis 10:00 Uhr möglich. Weitere Informationen unter basar.sonthofen@web.de.



(v.li.n.re.): Prof. Wulf Ito, Tanja Schmidt, Anita Walter und Johannes Dillinger

Lions Club Sonthofen

spendiert Schulranzen

Pünktlich zum Schulbeginn des neuen Schuljahrs können sich 27 Schülerinnen und Schüler über ein ganz besonderes Geschenk freuen. Sie durften sich einen neuen ergonomischen Schulranzen inklusive Erstausrüstung aussuchen. Die Kosten von 6.750 Euro hierfür werden vom Lions Club Sonthofen übernommen. Mit Unterstützung des Kinderschutzbundes Sonthofen und in Kooperation mit der Sonthofer Firma Merk Schreibwaren wurden insgesamt

27 Gutscheine im Wert von jeweils 250 Euro an hilfsbedürftige Familien verteilt. Der Lions Club Sonthofen freut sich über die gelungene Aktion und wünscht allen Kindern einen guten Start ins Schulleben.

Beratungsstelle Donum Vitae

Angebote für Schwangere und Eltern

Zum Thema „Antragsdschungel bei Schwangerschaft und Geburt“ bietet die Schwangerenberatungsstelle DONUM VITAE Kaufbeuren am Mittwoch, den 11. Oktober, und am Mittwoch, den 22. November, jeweils von 18:00 bis 19:30 Uhr eine Online-Infoveranstaltung in Zusammenarbeit mit den Familienstützpunkten Ostallgäu. Eingeladen sind alle Eltern, die sich auf die Geburt eines Kindes vorbereiten und sich über die gesetzlichen Familienleistungen informieren möchten. Anmeldung per Mail unter kaufbeuren@donum-vitae-bayern.de.

Gleichzeitig beraten die Sozialpädagoginnen von Donum Vitae Kaufbeuren mit dem Außensprechtag in Immenstadt bei allen Fragen rund um Schwangerschaft und Geburt bis zum

dritten Lebensjahr des Kindes und begleiten Interessierte bei allen Themen rund um Kinderwunsch, Pränataldiagnostik, Trauer bei Tod- und Fehlgeburt. Sie informieren über gesetzliche Leistungen und können finanzielle Unterstützungen bei geringem Einkommen vermitteln. Zudem wird die Schwangerschaftskonfliktberatung nach § 219 StGB durchgeführt. Der Vortrag und die Beratungen sind kostenfrei, gerne werden Spenden entgegengenommen. Eine telefonische Terminvereinbarung ist möglich unter Tel. 08341/9993650.

Veranstaltung Vereinsfuchs

Pressearbeit – Schwerpunkt digital

Der Vereinsfuchs der Freiwilligenagentur Oberallgäu bietet ein Seminar an, wie Vereine ihre Pressearbeit, insbesondere auch digital, richtig angehen. Michael Scheyer, Journalist aus Lindau, gibt dazu am Donnerstag, den 19. Oktober, um 19:00 Uhr im Bürgerzentrum in Sulzburg die nötigen Tipps. Teilnehmende erfahren u.a., was gute Artikel ausmacht und wie sie ihre Ziele erreichen. Anmeldung bis 16. Oktober unter www.vereinsfuchs-oa.de.

Diabetes Selbsthilfegruppe

Vortrag „Cholesterin“

Am Montag, den 09. Oktober, um 19:00 Uhr wird beim Treffen der Diabetes Selbsthilfegruppe Sonthofen/Oberallgäu ein Vortrag zum Thema „Cholesterin“ gehalten. Der Vortrag ist kostenlos und findet im Haus Oberallgäu, Richard-Wagner-Str. 14, in Sonthofen statt. Eingeladen und herzlich willkommen sind alle Interessierten, Diabetiker und deren Angehörige.

Impressum



Herausgeber:	Stadt Sonthofen, 1. 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
Verlagssonderthema:	Werbe-Blank GmbH und Petra Tibken
Anzeigenleitung/ -annahme:	Nadine Seimer, Tel.: 08321/66260 dersonthofer@werbe-blank.com
Design, Layout & Satz:	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, auch außerhalb Sonthofens.
Titelbild:	Sonja Karnath



Plug-In-Hybrid & Allrad

Verschiedene Modelle
sofort verfügbar



Sonthoferstr. 5 | 87541 Bad Hindelang
Tel.: 08324/2420
www.mitsubishi-autohaus-fersch.de



**Günstige Leasing- &
Finanzierungsangebote**

Mobil in den Winter

Rundherum sicher

Diese Faustregel sollten alle Autofahrenden kennen: Winterreifen gehören von 0 bis 0 ans Auto – von Oktober bis Ostern. Wichtig zu wissen für den Besuch im benachbarten Österreich gilt Winterreifenpflicht vom 01. November bis 15. April. Trotz noch immer spätsommerlicher Temperaturen wird es allmählich auch im Flachland Zeit für den halbjährlichen Reifenwechsel. Und dieser ist auf jeden Fall ratsam. Denn Sommer- und Winterreifen haben nicht nur ein anderes Profil, sondern auch eine andere Gummimischung. Das sorgt dafür, dass Winterreifen nicht nur auf Schnee mehr Grip haben, sondern bei tieferen Temperaturen auch auf Asphalt mehr Haftung bieten. In der Praxis bedeutet das zum Beispiel einen deutlich kürzeren Bremsweg. Sommerreifen dagegen sind für höhere Temperaturen ausgelegt. Es gilt bei Glatteis, Schneeglätte, Schneematsch, Eisglätte oder Reifglätte Winterreifenpflicht (nicht für Zweiräder). Wenn das Fahrzeug mit Sommerreifen bei Winterwetter lediglich parkt und nicht fährt, dann gilt sie nicht. Unter die Kategorie „Winterreifen“ fallen Reifen, die mit dem Alpine-Symbol (Berg und Schneeflocke) gekennzeichnet sind. M+S-Reifen, die bis zum 31. Dezember 2017 produziert wurden, dürfen nur noch bis 30. September 2024 als Winterreifen verwendet werden.

Natürlich gehören auch ein Wintercheck und eine besondere Pflege des Fahrzeugs vor Wintereinbruch zum gängigen Ritual. Mit dieser Checkliste wird Ihr Auto garantiert fit für die kalte

Jahreszeit: Kühlerfrostschutz prüfen, Scheibenfrostschutz checken, Scheibenwischer kontrollieren, Türdichtungen und Türschlösser pflegen, Beleuchtung einstellen lassen und natürlich die Autobatterie checken. Der Autohändler Ihres Vertrauens berät sie gerne.

Es gibt zwei hilfreiche Tipps, wenn Sie keinen Garagenplatz fürs Auto haben. Ihre Front- und Heckscheibe schützen Sie vor Vereisung und Schnee mit einer klassischen Winterschutzfolie oder einfach mit einem Stück Karton. Auch Außenspiegel vereisen. Diese können Sie ebenso einfach schützen. Stülpen Sie dafür einfach jeweils einen alten Socken über die Spiegel. Das sieht nicht nur lustig aus, es hilft sehr gut.

Im Wasen 1 87544 Blainach 08321 673000
info@auto-richt.de www.auto-richt.de

SUZUKI

Ihr Allradprofi

AUTONHAUS RICHT
REHLENDORF

Continental
The Future in Motion

UNSERE WINTERREIFEN UND KOMPLETTRÄDER
In vielen Größen und Marken erhältlich!

169€

59,90€

Jetzt Termin vereinbaren!
 Telefon: 0800 423 44 44

Winterreifen ab **59,90 €**
 und Komplettträder ab **169€!**

Seitz
 www.autohaus-seitz.de

VW AUDI CUPRA SEAT SKODA Mercedes

Du liebst Sicherheit? Jetzt auf Winterreifen wechseln!

Termin vereinbaren unter:
<https://terminplaner.alternaiv.de/reifenschubert>

point S Reifen Schubert GmbH
Reifen, Räder, Auto-Service.

Sonthofen-Rieden • 08321-66120 • reifen-schubert.de



NATURHEILPRAXIS

Polyneuropathie

Was ist denn eine Polyneuropathie?

Die Polyneuropathie ist eine Erkrankung des peripheren Nervensystems. Zum peripheren Nervensystem gehören alle Nerven, die außerhalb des zentralen Nervensystems (Gehirn und Rückenmark) liegen. Es beginnt bei den Nervenwurzeln, die seitlich an der Wirbelsäule austreten und endet an den feinen Verästelungen in den Muskeln und der Haut.

Welche Symptome gibt es?

Liegt eine Polyneuropathie vor, ist die Reizweiterleitung gestört. Aufgrund der Länge der Nerven an Beinen und Armen machen sich die Symptome besonders dort bemerkbar. Sinnesreize werden entweder gar nicht, vermindert oder verstärkt an das Gehirn gemeldet. Die ersten Beschwerden sind häufig Missempfindungen wie Kribbeln und Brennen. Später treten Probleme wie zum Beispiel das verminderte Wahrnehmen von Berührungen und Schmerzen auf. Häufige Auslöser sind der fortgeschrittene Diabetes und chronischer Alkoholmissbrauch. Weitere Ursachen liegen in Vergiftungen durch Chemotherapie, Schwermetallbelastungen durch Amalgam und in einem lang andauernden Vitamin-B-Mangel.

Was hilft?

Da die Schulmedizin außer Schmerzmitteln und Antidepressiva keinerlei Optionen bietet, ist bei den Betroffenen Eigeninitiative gefragt. Im Gegensatz zur konventionellen Lehrmeinung sehen die an den Ursachen orientierten Therapeuten die Polyneuropathie nämlich nicht als unabdingbares Schicksal. Wie bei allen chronischen Erkrankungen sollte im Vorfeld eine ausführliche Blutlabor Diagnostik erstellt werden. Es ist dabei völlig unzureichend, nur Zucker und Langzeitzu-



PHYSIOTHERAPIE

cker zu bestimmen. Im Rahmen der ständigen Kostendiskussionen bei den gesetzlichen Krankenkassen wird hier leider am falschen Ende gespart. Die privaten Krankenkassen und Beihilfen erstatten innovative Blutlabordiagnostiken wie zum Beispiel die Entzündungsfaktoren CRP und ADMA, Homocystein, Spurenelemente, Vitamine und einiges mehr. Eine anschließende Substitution von fehlenden Vitalstoffen kann im Vorfeld die Nervendegeneration minimieren oder sogar verhindern und eine bestehende Problematik zumindest stark verbessern.



Gerd Petratschek, Geschäftsführer

Welche Ursachen gibt es?

Gerade bei den diabetischen Erkrankungen werden durch den ständig erhöhten Blutzuckerspiegel die Proteine im Körper verändert und durch die so genannte Glykolisierung geschädigt. Des Weiteren entsteht durch eine Insulinresistenz (Anm.: Das Insulin dockt in einem gesunden Körper an allen Zellmembranen an und sorgt für die Einschleusung der für die Zellenergie wichtigen Glukose) ein intrazellulärer Glukosemangel. Die Insulinresistenz kann ebenfalls im Labor durch den



REHA-SPORT-ALLGÄU

HOMA-IR getestet werden. Als Folge dieses Energiemangels degenerieren Nerven mit den neuropathischen Folgeschäden.

Therapie

Die Antwort auf diese Frage liegt in der Energiegewinnung der menschlichen Zellen. Jede unserer Körperzellen enthält mindestens 1.000 Mitochondrien, Nervenzellen sogar bis zu 5.000. Diese nur wenige tausendstel Millimeter kleinen Zellorganellen wandeln mit Hilfe von Adenosintriphosphat die zelluläre Energie in Lichtquantenenergie um. Jede gesunde unserer Billionen Zellen produziert pro Sekunde ca. 100.000 Informationen mit Hilfe von Photonenlichtblitzen.

Therapeutische Maßnahmen

Die MitoEnergy-Therapie (eine Form der Hochtontherapie) bietet einen völlig neuen Ansatz in der Behandlung der Polyneuropathie. In einigen wissenschaftlichen Studien wurden die schmerzstillende und nervenregenerierende Wirkung dieser innovativen Entwicklung nachgewiesen. Während der ca. 50-minütigen Behandlung werden computergesteuerte Frequenzen zwischen 4.000 und 32.000 Hertz durch den gesamten Körper gesendet. Der Patient spürt ein angenehmes, entspannendes Kribbeln. Kombiniert man diese Therapie mit Vitalstoff-Infusionen und/oder oralen Präparaten, liegen die Erfolgsquoten einer signifikanten Verbesserung bei noch nicht völlig degenerierten Nerven bei nahezu 100 Prozent. In schweren Fällen ist eine Erhaltungstherapie über einen längeren Zeitraum sinnvoll. Inzwischen arbeiten, laut Gerätehersteller, knapp 30 Ärzte und Therapeuten mit dieser Therapie, u.a. das Gesundheitszentrum Petratschek.