

jezza!

Ihr Magazin für Ammersee, Amper und Lech

106. Ausgabe
18. Jahrgang
August / September / Oktober 2024

Auflage: 23.000

Das Original seit 2006
—kostenlos—

Ortsporträt Schondorf: Gemeinschaft und Vielfalt am Ammersee

Seite
14

Architekturporträt

Wohn- und Atelierhaus in Utting

Seite
42

Soziales: Inklusion und Teilhabe

Handwerk aus inklusiver Produktion

Seite
48

Geburt und Schwangerschaft

Mehr Natürlichkeit wagen!



Volle Energie für
den Klimaschutz

100 % Ökostrom



Jetzt wechseln unter
oekostrom-ffb.de

Einfach für Sie nah.

Die schönsten Trachten für jedem Anlass!



IHR KOMPLETTAUSSTATTER

- ❖ Moderne und traditionelle Trachtenbekleidung
- ❖ Festliche Bekleidung für Hochzeit, Taufen, Kommunion, etc.
- ❖ Komplettene Vereins- und Gastronomieausstattung
- ❖ Gut sortierte Kinderabteilung
- ❖ Alle namhaften Markenfabrikanten
- ❖ Top Preis-Leistungs-Verhältnis
- ❖ Accessoires für Sie und Ihn
- ❖ Haferlschuhe, Stiefel, Sneaker, Pumps
- ❖ Eigene Schneiderei



SEDLMEIR EXKLUSIV-KOLLEKTION

Sämisch gegerbte Hirschlederhosen, rein pflanzlich gegerbte Wildbocklederhosen – gefertigt in Bayern. Auf Wunsch auch in Maßkonfektion.

Sag's mit einem
Gaudiknopf!

Voll im Trend – für jeden Anlass, jede Laune.



Schwabach
bei Schwabmühlhausen
86853 Langerringen
© 08248 1306

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 9.30-18.00 Uhr
Sa. 9.00-15.00 Uhr

www.sedlmeir-trachtenhof.de





Bildnachweise (v. l.): Sigrid Römer-Eisele, Sigrid Römer-Eisele, iStockphoto, Sandra Böhm

Inhalt

- 6 Veranstaltungen
- 14 Architekturporträt:
Nachhaltiges Wohn- und Atelierhaus in Utting
- 20 Ortsporträt Schondorf: Entspanntes Ambiente und engagiertes Miteinander in der Gemeinde am Ammersee-Westufer
- 36 Kalender – Veranstaltungstipps in unserer Region
- 40 Gewinner der zahlreichen Gewinnspiele aus dem letzten Heft
- 42 Soziales: Teilhabe durch der eigenen Hände Arbeit Werkstätten für Menschen mit Behinderung
- 48 Königsweg Kaiserschnitt? Warum die Kaiserschnitttrate steigt, und was man dagegen tun kann
- 50 Auf den eigenen Körper vertrauen: *jezza!* im Gespräch mit Hebammen
- 53 Regionale Initiativen und Hilfsangebote für Schwangere und junge Familien
- 60 Gesundheitsführer A-Z, regionale Kontakte für Ihre Gesundheit
- 63 Buchtipps: Neuerscheinungen regionaler Autoren
- 66 Mind-Gardening – Unkrautjäten im Kopf
- 68 Traubenrezepte erfrischend anders
- 70 Das letzte Wort! & Impressum



Lange Kunstnacht
Landsberg: Samstag,
21. September 2024

Für eine Nacht verwandelt sich die historische Altstadt in eine einzigartige öffentliche Kunstgalerie. Hinter jeder Ecke, hinter jeder Türe gibt es Neues, Überraschendes zu entdecken. Die Künstler und ihre Werke sind so unterschiedlich wie die Orte, an denen die Kunst an diesem Abend stattfindet.

Infos: www.lange-kunstnacht.de



Titelseite:
Ammersee-Dampfer legt in Dießen an
Foto:
Dr. Klaus Wittmann,
Geltendorf



Foto: www.der-fotograf-fallger.de

Liebe Leserinnen und Leser!

Nach einem wirklich nassen Frühsommer, der mit Hagelschäden (z. B. in Geltendorf), einer Schneckenexplosion (zum Schrecken aller Hobby-Gärtner und Gärtner) und einer Stechmückenplage v.a. am Ammersee (die Diskussionen um den Einsatz des *Bacillus thuringiensis israelensis* – BTI – zur Bekämpfung der Mückenflut ist wieder aufgeflammt) allerhand Widrigkeiten mit sich brachte, ist der Hochsommer nun endlich angekommen und lässt uns seine Vorzüge spüren: Radtouren durch die Region, Baden in den Seen, Restaurantbesuche im Freien – es macht immer wieder Freude, neue Facetten unserer Heimat zu entdecken.

Das haben wir auch beim Erstellen eines unserer Schwerpunktthemen im Heft festgestellt: Für unser Schondorf-Porträt (ab S. 20) haben wir die Ammersee-Westufer-Gemeinde ganz genau in den Fokus genommen und viele interessante Geschichten über die Leute und Initiativen im Ort zusammengetragen.

In diesem Zusammenhang möchte ich Ihnen die Entdeckung der Langsamkeit ans Herz legen: Eine meiner Lieblingswanderungen führt von meinem Wohnort Geltendorf an St. Ottilien vorbei durchs Pflaumdorfer Moos in die Ammersee-Gemeinde, die mit Badesee und Zuganschlus eine ideale Wanderdestination darstellt (Achtung: In den nächsten Monaten kommt es auf dieser Linie zu Streckensperrungen wegen Sanierungsarbeiten der BRB).

Für unsere Gesundheitsthemen, die wir traditionell im Spätsommer/Herbst aufgreifen, haben wir uns diesmal den Komplex Schwangerschaft und Geburt (ab S. 48) herausgesucht. Als Tochter einer Hebamme und dreifacher Mutter ist dies ein Herzenthema von mir, für das ich mir generell viel mehr Aufmerksamkeit wünsche. Frauen und Eltern sollten gemeinsam mit Hebammen verstärkt auch auf politischer Ebene für bessere Rahmenbedingungen für diese so wichtige Lebensphase kämpfen, in der begleitende Unterstützung mehr gefördert und damit Ängste und Probleme minimiert werden sollten. Zum Glück ist hier schon einiges auf einen guten Weg gebracht (siehe Initiativen ab S. 53) und auch in der medizinischen Geburtshilfe gibt es ein Bewusstsein für die Vorzüge der natürlichen Geburt (s. S. 48). Viel Freude beim Lesen!

Sigrid Römer-Eisele

Ihre Sigrid Römer-Eisele und das gesamte *jezza!*-Team.

Anzeige

LA VIDA BioMarkt Utting



Schondorfer Str. 15a
86919 Utting
Telefon 08806 / 72 49
biomarkt-lavida.de
Mo.-Fr.: 8.30–19.00
u. Sa.: 8.30–14.00



Fürstenfelder Töpfer- und Kunsthandwerkermarkt, 10. und 11. August 2024

Rund 100 sorgfältig ausgewählte Ausstellende präsentieren handgefertigte Waren aus Keramik, Leder, Holz, Textilien, Glas, Gold und Silber und geben Einblick in ihre Arbeitstechniken beim Fürstenfelder



© VF_R.Wieland

Töpfer- und Kunsthandwerkermarkt. Ein vielfältiges Begleitprogramm (täglich 11 bis 17 Uhr) lockert das Marktgeschehen auf: Fidelbogendrehkeln, Bastel- und Maltisch für Kinder, Kinderschminken sowie Musik und Gaukelei mit „Sterngucker's Spielleut“ und französische Bordunmusik von „Rue Lucet“. In diesem Jahr auch wieder mit dabei: die Zaubertöpferscheibe mit Thomas Bernirschke (jeweils 12 bis 16 Uhr). Schmankerl-Stände und zwei lauschige Biergärten laden zum Speisen und Verweilen ein.

Kinderprogramm: Bastel-Maltisch sowie Glitzertattoos: Sa. 12 bis 18 Uhr und So. 11 bis 17 Uhr, Kinderschminken tägl. 14 bis 16 Uhr.

Livemusik (bei gutem Wetter im Biergarten): Sa., 12 bis 15 Uhr: „Grass Root Ties“ (Blues, Swing und Country-Music)

So., 12 bis 15 Uhr: „Free Beer & Chicken“ (Blues, Karibik-Sound)

Termin: Sa./So, 10./11. August 2024, jeweils 10-18 Uhr
Eintritt frei, Infos unter: www.toepfermarkt-fuerstenfeld.de

Anzeige

10.+11. August '24
10-18 Uhr
Fürstenfeldbruck

Eintritt frei!

TÖPFER
KUNST
HAND
WERKER
MARKT

veranstaltungsforum fürstenfeld · www.toepfermarkt-fuerstenfeld.de

Fürstenfelder Kirta – Markt & Fest, 20.10.24

Das größte Kirchweihfest im Landkreis bietet alles, was Bayern lebens- und liebenswert macht, und eignet sich ideal für einen schönen Familienausflug, zum gemütlichen Beisammensein bei zünftiger Musik und herzhafter Brotzeit.

Über 50 Marktaussteller präsentieren schöne Dinge von früher und heute – Trachten, Hüte, Schönes aus Holz, Silberschmuck, Kindermode, pfiffige Accessoires – und zeigen ihre Handwerkskünste live vor Ort. Kleine und große Besucher können sich auf eine König-Ludwig-Schiffschaukel, ein nostalgisches Kinderkarussell und eine Strohhüpfburg freuen. Bei der Fürstenfelder Kirta verwöhnen die Fürstenfelder Gastronomie mit zünftiger Brotzeit sowie Schmankerlstände mit süßen Köstlichkeiten wie Auszognen und gebrannten Mandeln.

Zu Tanz & Musi spielen die Blasmusik Schöngesing, der Heimat- und Trachtenverein Almfrieden Gröbenzell, Boarisch Roas, der Trachtenverein d' Maisachtaler und Er & Sie auf der Stadtsaalbühne.

Termin und Ort: 20.10.2024, von 10-18 Uhr im Veranstaltungsforum Fürstenfeld (Tenne, Stadtsaalhof).

Eintritt: 3 €, Kinder bis 14 J. frei. Infos: www.kirta-fuerstenfeld.de



© VF

Anzeige

fürstenfelder
kirta
KIRCHWEI H

MARKT & FEST
SO 20.10.24
10-18 UHR

veranstaltungsforum fürstenfeld · www.fuerstenfeld.de

schauinsland reisen

URLAUB IN BESTEN HÄNDEN

Seit mehr als einem Jahrhundert sind wir dein zuverlässiger Begleiter – bei uns gibt's Vorfreude und Urlaubserlebnisse, die in bester Erinnerung bleiben.

KOMPETENTE BERATUNG IN DEINEM REISEBÜRO

Reisebüro Vivell GmbH & Co. KG
Hauptplatz 149 · 86899 Landsberg
08191 91740 · info@vivell.net
Veranstalter: schauinsland-reisen gmbh
Stresemannstraße 80 · 47051 Duisburg

DÉPART
Reisebüro Vivell

Öffnungszeiten
werktags ab 17:00
So + Feiertag ab 11:00
Do Ruhetag

Alter Wirt Eresing

11./12.10.24
19./20.10.24
25./26.10.24

Theatergruppe Eresing

Beginn:
Fr und Sa, 20 Uhr
So, 17 Uhr

Die Theatergruppe Eresing spielt die Boulevardkomödie „Eine Sprachbox namens Alessa!“
www.theater-eresing.de

30.11.24 20 Uhr

Bestes Kabarett mit Alfred Mittermeier

Einlass ab 18 Uhr, Beginn 20 Uhr

Fam. Prenzel ♦ Kaspar-Ett-Str. 14 ♦ 86922 Eresing ♦ Tel. 08193 8226
gasthaus@alter-wirt-eresing.com ♦ www.alter-wirt-eresing.com

Programm und Tickets: www.groundlift.de/events, telefonisch unter 08192 933345 oder an der Abendkasse.

TV- und Tonstudios · Veranstaltungen · Eventlocation Groundlift Media GmbH Alte Brauerei Stegen · Inning am Ammersee

Oide Wiesen, 8. Sept. 2024, Landsberg

Unter dem Motto „Wir bringen die Landwirtschaft in die Stadt“ veranstaltet die VR-Bank Landsberg Ammersee eG auch in diesem Jahr eine „Oide Wiesen“ mit Landwirtschaftsfest. Im Herzen der Lechstadt auf dem Georg-Hellmair-Platz findet das traditionelle Fest wieder am letzten Sommerferien-Sonntag statt.

Landwirtschaftliche Produzenten kommen mit ihrem Wissen, ihren Waren und mit ihrem Handwerkszeug zu den Verbrauchern in die Stadt. Die Bedeutung und Wertschätzung von regionalen Lebensmittelerzeugungen werden durch die Veranstaltung der VR-Bank unterstrichen und gleichzeitig wird für ein gutes Miteinander geworben.

Ein attraktives Programm begleitet das Familienfest in der Innenstadt: Starke Männer und Frauen jeden Alters können ihre Kräfte beim bayerischen Mehrkampf messen. Große und kleine Maschinen-Fans bestaunen modernste Maschinen neben Geräten aus dem letzten Jahrhundert bei der Landmaschinenschau „damals und heute“. Während des gesamten Tages ist im Zelt mit traditionellen Trachtengruppen, Goaßlschnalzern und Blaskapellen Unterhaltung geboten. Dazu gibt es kulinarische Highlights wie die Ochsenbraterei, Kaffee und Kuchen von den Landfrauen und Speisen regionaler Direktvermarkter. Für die kleinen Gäste sorgen Kinderschminken,

Pony-Kutschenfahrten, Kinderkarussell u.v.m. für ein abwechslungsreiches Programm.

Eine Neuerung gibt es beim jährlichen „Bürgermeister-Wettkampf“: Das Highlight ist heuer erstmalig ein „Bürgermeister-Wettsägen“! Am Nachmittag können die Gemeindeoberhäupter aus den 31 Landkreisgemeinden gegeneinander antreten, um einen Biergutschein für das nächste Gemeindefest zu gewinnen. 2024 wird das Bier „ersägt“ statt wie früher „ermolken“.

Termin: So, 8. Sept. 2024, Georg-Hellmair-Platz Landsberg



Anzeige

Oide Wiesen

Landsberg - Georg-Hellmair-Platz

08.09.2024

Ochsenbraten vom Ochs am Spiess



15 € pro Portion



Großer Markt mit regionalen Direktvermarktern und anderen Ausstellern



Landmaschinen „damals und heute“

Bürgermeister-Wettsägen



In Zusammenarbeit mit



Neue Brauereiführungen im Kloster Andechs

Mit „TIMERIDE GO“ und Virtual Reality die Kunst des Bierbrauens neu entdecken

Die Gäste der neuen „TIMERIDE“-Brauerei-Tour im historischen Kloster Andechs entdecken die faszinierende Welt des Bierbrauens mit neuen Augen. Durch die innovative Kombination von Virtual Reality und einer hochwertigen Bierprobe wird die Brauereiführung zu einem unvergesslichen Erlebnis für alle Sinne.

Zunächst werden die Gäste mit modernster Virtual-Reality-Technologie in die Klosterbrauerei Andechs eingeführt. Dort erhalten sie spannende Einblicke in den Bierbrauprozess und erkunden die historische Brauerei aus neuen Perspektiven. Von der Auswahl der erstklassigen Rohstoffe bis hin zur präzisen Filtrierung und Abfüllung des Bieres lässt sich so die Kunst des Brauens entdecken.

Die geschmackliche Reise durch die vielseitige Andechser Bierlandschaft beginnen die Gäste bei ihrer kostenfreien Bierprobe, die verschiedene Biersorten in Sommer- und Wintervariationen sowie eine alkoholfreie Alternative anbietet.

Eine einzigartige Gelegenheit für alle Bierliebhaber, das Brauhandwerk und die traditionsreiche Andechser Brauerei neu zu erleben.

Infos unter: <https://timeride.de/kloster-andechs/>

Gewinnspiel

jezza! und TIMERIDE GmbH
verlosen: 5 x 1 Familienticket zu je 80 €
(2 Erw. + 2 Kinder) für einen Rundgang
in der Klosterbrauerei Andechs mit
TimeRide Go! 360° (mit VR-Brillen, ohne
Bierprobe) im Gesamtwert von 400 Euro!

Einsendeschluss: 31.08.2024;
Rechtsweg ist ausgeschlossen, Barauszahlungen
sind nicht möglich. Teilnahme ab 18 Jahren.

E-Mail mit Stichwort: **TIMERIDE Andechs**
an redaktion@jezza.de
(unter Angabe des vollen
Namens mit Anschrift)



Anzeige

TIMERIDE GO!
KLOSTER ANDECHS

DIE VIRTUAL-REALITY- BRAUEREIFÜHRUNG

INKLUSIVE BIERPROBE
auch alkoholfreie Getränke verfügbar

Tickets sichern!



KLOSTER
Andechs
SEIT 1455



[WWW.TIMERIDE.DE/KLOSTER-ANDECHS](https://www.timeride.de/kloster-andechs)



FERIENPROGRAMM UND FAMILIENZEIT IM STEINZEITDORF PESTENACKER

jezza!
Family
& Kids
Tipp



Steinzeitdorf
Pestenacker

Hey Du! Schon was vor? Bald sind Sommerferien!

Das Steinzeitdorf Pestenacker bietet dieses Jahr ein aufregendes Ferienprogramm für Abenteurer jeden Alters. Erlebt spannende Workshops und taucht ein in die Welt der Steinzeit:

Vom 31. Juli bis zum 4. September könnt Ihr unter anderem töpfen wie in der Steinzeit, Euer eigenes Steinzeit-Instrument bauen, Höhlenmalerei entdecken und bei einem Kreativworkshop Pflanzenfarben herstellen und damit malen. Ein Highlight sind auch die Koch- und Backsessions nach Steinzeitart sowie die Herstellung von Steinzeitäxten und Gefäßen aus Birkenrinde.

Ein unvergessliches Erlebnis für die ganze Familie! Die Teilnahme kostet lediglich eine Pauschale von **5 Euro pro Workshop für die Materialien**. Sichert euch Euren Platz rechtzeitig unter: www.steinzeitdorf-pestnacker.de/veranstaltungs-kalender.

Sonderausstellung: Klima im Wandel – Eine Geschichte von Naturgewalten und menschlichem Einfluss

Im Steinzeitdorf Pestenacker eröffnete am 16. Juni 2024 die fesselnde Sonderausstellung: „Klima im Wandel – Eine Geschichte von Naturgewalten und menschlichem Einfluss“. Die Ausstellung beleuchtet eindrucksvoll die Verbindung zwischen Naturkatastrophen und menschlicher Entwicklung über die Jahrtausende hinweg. Historische Ereignisse werden mit aktuellen Herausforderungen des Klimawandels verknüpft, um die dringende Notwendigkeit von Klimaschutzmaßnahmen zu verdeutlichen. Ein besonderer Höhepunkt ist die Präsentation von sechs nachgebildeten Szenarien großer Naturkatastrophen, entwickelt von Schülerinnen und Schülern der Grundschule Erpfting.

Die Ausstellung, eine Kooperation mit dem Klimaschutzmanagement des Landkreises Landsberg am Lech, läuft noch bis zum **31. Oktober 2024** und ist bei **freiem Eintritt** während der Öffnungszeiten zugänglich. „Klima im Wandel“ ist nicht nur eine informative Schau, sondern Inspiration und Aufruf zum Handeln für die Zukunft unseres Planeten.

Für die ganze Familie
freier Eintritt



Foto © Julian Leitenstorfer

Ausstellung „Ansichtssache“, 11. bis 24. August im Blauen Haus, Dießen

Die in Dießen/St. Georgen lebende Künstlerin Marion Schlemmer stellt vom 11. August bis 24. August unter dem Titel „Ansichtssache“ Bilder im Kulturforum Blaues Haus in Dießen aus – Vernissage ist am Samstag, dem 10. August ab 19 Uhr. „Meine Kunstwerke entstehen intuitiv aus dem Moment, dem Gefühl und dem inneren Impuls. Dabei lasse ich mich auf den Malkörper ein, bis er mit mir klingt und schwingt. Beim Malen kann ich mich öffnen und einen leeren Raum entstehen lassen, ähnlich wie bei einer Meditation. In diesem Raum kann meine Kreativität frei fließen und ein ganz bestimmtes Bild entstehen lassen“, beschreibt die Künstlerin den Entstehungsprozess.

Da die Kunstausstellung in den Sommerferien stattfindet, lädt die Künstlerin auch gerne Kinder und Jugendliche in Begleitung ihrer Eltern in die Ausstellung ein.

Vernissage: Sa., 10.8.2024 um 19 Uhr | Ausstellung: So., 11. bis Sa., 24.08.2024, Öffn.zeiten: Mo. bis Fr.: 15-19 Uhr, Sa./So./Feiertage: 11-18 Uhr, Künstlerin ist anwesend, Kontakt: www.marys-kunst.de



KURZ GEMELDET

Ausstellung „Licht über Erde“ der Künstlerin Theresa Milerferli

Vernissage am 17. August 2024, 19 Uhr mit Barockmusik (Gitarre und Flöte), **weitere Termine: 18./24./25./31. Aug. und 1. Sept. 2024, jeweils 14 bis 19 Uhr, Ort: Rochlhaus, 86943 Thaining, Grasweg 20**



Ausstellung im Teehaus im Schacky-Park in Dießen

Inspirationen aus dem Schacky-Park. Pleinairmalerei von Angelika Böhm-Silberhorn, Matthias Czybulka, Ulrike Feth, Oliver C. Grüner, Ute Milotich, Ute Rossow, Hermann Silberhorn, Hanna Zwerger. Vernissage am Sonntag 15. September um 14 Uhr **Geöffnet: So 15. und Sa /So 21./22. September 2024 von 14-18 Uhr**



© Marion Ratz

Anzeige

uni
per

100-Jahr-Feiern am Walchenseekraftwerk und im Wasserkraftwerk Mühlthal a. d. Isar

Zum Erleben

Am **8. September 2024** von 9:00 bis 17:00 Uhr ist Tag des offenen Denkmals im Walchenseekraftwerk in Kochel a. See. Wasserschloss und Maschinenhalle sind für Besichtigungen für Sie geöffnet.

Am **15. September 2024**, 10:00 bis 17:00 Uhr feiert auch das Wasserkraftwerk Mühlthal an der Isar bei Straßlach seinen 100. Geburtstag. Wir laden Sie und Ihre Familie zu unserem Tag der offenen Tür ein. Erleben Sie Wasserkraft pur und noch viel mehr!



Alle Infos finden Sie in unserem Programm: www.uniper.energy/walchenseekraftwerk > Programm Wasserkraftwerk

Zum Zuhören

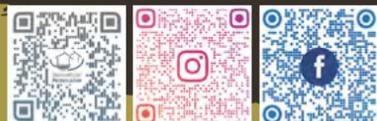
Am **8. August 2024**, erwartet Sie im Info-Zentrum im Walchenseekraftwerk ab 17:00 Uhr die Gastronomie am Kraftwerk mit dezenter Live-Musik für eine Brotzeit. Ab 18:30 beginnt der kostenlose Vortrag von **Enno Tank**, Leiter Portfoliomanagement Strom/Gas, DB Energie zum Thema: 100 Jahre Ökostrom für die Deutsche Bahn. Wo? Info-Zentrum Walchenseekraftwerk Altjoch 21, 82431 Kochel a. See

WIE? WAS? WO?

Adresse: Steinzeitdorf Pestenacker, Hauptstr. 100, 86947 Weil – Ortsteil Pestenacker

Öffnungszeiten: Montag 15 – 19 Uhr, Mittwoch 10 – 14 Uhr, Freitag/Samstag/Sonntag 13 – 17 Uhr, geschlossen an Feiertagen und von November bis März

Homepage: www.steinzeitdorf-pestnacker.de **E-Mail:** steinzeitdorf-pestnacker@lra-ll.bayern.de



LANDSBERG
AMMERSEE
LECH

fürstenfelder kinosommer

Filme unter freiem Himmel beim Fürstenfelder Kinosommer

Ferienbeginn heißt auch: Endlich Muse für die schönen Seiten der warmen Jahreszeit. Dazu gehört ohne Frage ein Besuch beim Fürstenfelder Kinosommer. Vom 31. Juli bis 17. August sind im Kloster Fürstenfeld wieder täglich Open-Air Filme zu sehen. Beim Durchschreiten des Klosters empfängt die Besucher der Duft von Popcorn und die einzigartige Stimmung des Stadtsaalhofs. Kühles Bier, leckere Cocktails und kinotypische Snacks gibt's an der Theke in der Tenne und französische Spezialitäten im kultigen Crêpes-Wagen „Le Broc“. Kurz bevor dann das Licht ausgeht und die Sterne vom Himmel funkeln, begrüßt Open-Air-Betreiber Tom Blum seine Besucher. Als Programm hat Blum wieder einen bunten Strauß ganz unterschiedlicher Filme zusammengestellt. Auch in einem Jahr ohne neuen Eberhofer Film muss dabei nicht auf das kultige Ermittlerduo verzichtet werden.

REHRAGOUT RENDEZVOUS eröffnet den Kinosommer am 31. Juli. Danach kommen Arthouse-Kinogänger mit Titeln wie ANATOMIE EINES FALLS (2.8.), DIE EINFACHEN DINGE (5.8.) oder KLEINE SCHMUTZIGE BRIEFE (15.8.) genauso auf ihre Kosten wie Liebhaber von Blockbustern: FALL GUY (3.8.), EINE MILLION MINUTEN (6.8.) oder GHOSTBUSTERS – FROZEN EMPIRE (14.8.), um nur einige zu nennen. Ein Highlight ist auch der Leinwand-Auftritt von Kult-Comedian Josef Hader in seinem neuen Film ANDREA LÄSST SICH

Anzeige

**fürstenfelder
kinosommer**

Ihr Kino-Open-Air mit Flair im Stadtsaalhof Fürstenfeld seit 2003

Spielplan 2024:

Mi	31.7.	REHRAGOUT-RENDEZVOUS
Do	1.8.	BOB MARLEY: ONE LOVE
Fr	2.8.	ANATOMIE EINES FALLS
Sa	3.8.	THE FALL GUY
So	4.8.	791 KM
Mo	5.8.	DIE EINFACHEN DINGE
Di	6.8.	EINE MILLION MINUTEN
Mi	7.8.	ANDREA LÄSST SICH SCHEIDEN
Do	8.8.	VERRÜCKT NACH FIGARO
Fr	9.8.	ARTHUR DER GROSSE
Sa	10.8.	GIRL YOU KNOW IT'S TRUE
So	11.8.	ES SIND DIE KLEINEN DINGE
Mo	12.8.	EIN FEST FÜRS LEBEN
Di	13.8.	B/O/F/F Bayerisches Outdoor Filmfestival
Mi	14.8.	GHOSTBUSTERS: FROZEN EMPIRE
Do	15.8.	KLEINE SCHMUTZIGE BRIEFE
Fr	16.8.	ZWEI ZU EINS
Sa	17.8.	ICH - EINFACH UNVERBESSERLICH 4

Infos, Karten, Filmtrailer etc. unter ffb-kinosommer.de

SCHEIDEN (7.8.). Den Abschluss macht dann am 17.8. der Familienhit ICH EINFACH UNVERBESSERLICH 4.

Plätze gibt es im Parkett (freie Platzwahl), auf der überdachten Tribüne (platzgenau) und im vorderen Bereich (Doppel-Liegestühle, platzgenau). Eine Online-Buchung wird dringend empfohlen, aber auch an der Abendkasse gibt es noch Karten, falls die Vorstellung nicht ausverkauft ist. **Infos:** www.ffb-kinosommer.de

Ausstellung Waldsichten im Blauen Haus Dießen, 11. bis 17. Sept. 2024

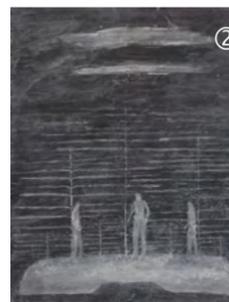
Ansichten, Einsichten und Geschichten rund um den Wald erwarten die Besucher vom 11. bis zum 17. September 2024 im Blauen Haus in Dießen. Dann nämlich bieten drei Künstler ihre Sicht auf den und in den Erlebnisraum Wald. Abgerundet wird das Programm durch einen Vortrag mit faszinierenden Rasterelektronenbildern zum Thema Kleinstlebewesen im Waldboden.

Die Tuschezeichnungen des Kölners **Rüdiger Tillmann** 1 sind deskriptive Impressionen, sie zeigen Wälder so wie sie heute sind, Hybride aus Kultur und Natur: einen Schießstand umgeben von wild wucherndem Unterholz, einen Waldweg, flankiert von Stämmen, die ein Sturm geknickt hat, eine Wildfütterung im Mischwald. Während seine Arbeiten durch Genauigkeit überzeugen, lädt der aus München kommende **Stephan Conrady** 2 dazu ein, den Wald selbst zu visualisieren. Die Bilder zeigen eine Art paradiesische, bühnenartige Scholle, ein Stück Urgrund im Nirgendwo, auf dem sich zumeist drei Menschen befinden. Das Bild vom Wald wächst, wie jedes abstrakte Landschaftsbild im Betrachter.

Zwei Installationen von **Nue Ammann** 3 bieten eine assoziative Annäherung an das Thema, so zeigt sie beispielsweise ein Gebäude, das auch ein Unterschlupf für ein Tier sein könnte. Knochensplinter erinnern an Gefahr, Jagd und das Existenzielle, dem wir uns aussetzen mussten, als wir noch alle Waldläufer waren. „Geformtes und gesammeltes Naturgut verknüpft die eigene Lebenszeit mit der aller Wesen vor uns“, so die Diessener Künstlerin.

Nach der Vernissage am Mittwoch, 11. September um 19 Uhr ist die Ausstellung im Blauen Haus, Prinz-Ludwig-Straße 23, in Diessen täglich von 14 bis 19 Uhr geöffnet.

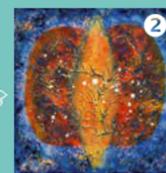
Zur **Finissage am Dienstag, 17. September, Beginn 19.30 Uhr, lenkt der Windacher Autor und Journalist Claus-Peter Lieckfeld** in seinem Vortrag „Wald unter dem Wald“ mit Hilfe von Rasterelektronenbildern der Künstler/Wissenschaftler von EYE OF SCIENCE den Blick auf das unfassbar subtile Geflecht aus Abermillionen Klein- und Kleinstlebewesen im Waldboden.



KURZ GEMELDET

15. Uttinger Ateliertage zum Thema Liebe 12./13. und 19./20 Oktober 2024

Öffnungszeiten 14-18 Uhr in den jeweiligen Ateliers und Ausstellungsräumen der Künstler und Künstlerinnen: Meike von Arndt, Angelika Böhm-Silberhorn 3, Kathleen Canady, Peter Dietz 1, Stamatina Medrisch 4, Christiane Noll 2, Trine Pesch, Marianne Rahneberg, Ute Rossow und Helmut Vizedum



Die perfekte Geschenkidee: Events auf dem Hofgut Algertshausen

Das Hofgut Algertshausen liegt idyllisch im Grünen, unweit des Ammersees zwischen Eresing und Greifenberg.

Längst hat sich das Hofgut als gut besuchter Veranstaltungsort in der Umgebung etabliert. Vor allem die Sundowner-Reihe im Sommer oder die gemütlichen Fondue-Abende im Winter sind inzwischen vielen in der Umgebung ein Begriff.

Regelmäßig werden hier auch abwechslungsreiche Shows aufgeführt – vom Krimi über Komödie bis hin zum Karl-Valentin-Dinner. Neben den unterhaltsamen Darbietungen ist ein weiteres Highlight das kreative, mehrgängige Menü, das den Gästen während der Aufführungen serviert wird.

Wer also noch auf der Suche nach einem besonderen Geschenk oder einer Idee für die nächste Firmenfeier ist, sollte in den Veranstaltungskalender des Hofguts schauen.

Infos und Kontakt: www.hofgut-algertshausen.de

© Simone-Sebastian



Events und Veranstaltungen auf dem Hofgut Algertshausen

Krimi Dinner „Dine & Crime“

Wenn Sie bei knisternder Atmosphäre neben einer Leiche sitzen, Kommissaren bei der Arbeit zusehen und dabei ein köstliches 3-Gang-Dinner genießen, spätestens dann wissen Sie, das ist Dine & Crime, ein aufregender Live-Krimi während des Dinners.

Freitag, 20. Dezember 2024, 19:00 Uhr

Freitag, 10. Januar 2025, 19:00 Uhr

Tickets unter www.eventbrite.de

98,50 €/Person 3-Gang-Menü inkl. Aperitif und Show

Dinner-Komödie „Ein Herz und eine Tante“

Unsere Komödie entführt Sie auf eine musikalische Zeitreise durch die 50er bis hin zu den strahlenden 70er Jahren.

Freitag, 24. Januar 2025, 19:00 Uhr

Freitag, 7. Februar 2025, 19:00 Uhr

Freitag, 21. Februar 2025, 19:00 Uhr

Tickets unter www.eventbrite.de

98,00 €/Person 3-Gang-Menü inkl. Aperitif und Show

Karl Valentin-Dinner mit Wilfried vom Ammersee

Lassen Sie sich von seinem Humor, den ihm innewohnenden Ängsten und seiner Selbstparodie mitreißen.

Freitag, 31. Januar 2025, 19:00 Uhr

Freitag, 14. Februar 2025, 19:00 Uhr

Tickets unter www.eventbrite.de

65,00 €/Person 3-Gang-Menü inkl. Aperitif und Show



Hofgut Algertshausen
Algertshausen 1 · 86926 Eresing
Tel. 08193 7020 ·
www.hofgut-algertshausen.de
www.instagram.com/hofgut.algertshausen/

Augustinum Φ

Hofgut Algertshausen

Nachhaltiges Wohn- und Atelierhaus in Utting

Text und Fotos: Sigrid Römer-Eisele

Ästhetische Architektur und zukunftsweisende Bauweise – der erfolgreiche Münchner Architekt und Innenarchitekt Sascha Arnold hat mit seinem Architekturprojekt in Utting – ein Einfamilienhaus mit Atelierhaus – sowohl stilistisch als auch in puncto Nachhaltigkeit Maßstäbe gesetzt.

„Bayerisch-japanisch“ beschreibt er mit humorvollem Unterton seine Inspiration für den Entwurf und meint damit, dass er sich bei der Konzeption zum einen von der schlichten Bauweise der Bootshäuser am Ammersee inspirieren ließ und zum anderen durch das Wohnhaus des berühmten japanischen Architekten Kenzo Tange – 1959 in Tokio errichtet.

Großen Einfluss auf Sascha Arnolds Entwurf hatte aber auch der Wunsch, das Konzept möglichst nachhaltig zu realisieren – durch umweltverträgliche Materialien, innovative Energiekonzepte, aber auch durch einfaches und intelligentes Bauen, wie es schon seit Jahrhunderten praktiziert wird.

Dazu gehören z.B. die Ausrichtung nach Süden und ein großer Dachüberstand als konstruktiver Regen- und Sonnenschutz für die Fassade und Fenster sowie für den umlaufenden Balkon im ersten Stock (wie man ihn von alten Bauernhäusern her kennt). Im Winter gelangt durch die tiefer stehende Sonne dennoch passive Wärmeenergie ins Haus.

Für ein klimapositives Bauen wurde nur die Bodenplatte aus Beton gefertigt (recycelter Beton; die Baumeisterarbeiten inklusive Terrasse übernahm die **Wammetsberger Bauunternehmung aus Eurasburg**).

Der Wandaufbau wurde aus Holzmaterialien umgesetzt. Dabei

Etwa 400 Meter vom Ammersee entfernt wurde dieses Uttinger Wohnhaus mit Atelierhaus (dahinterliegend) errichtet, für dessen Gestaltung sich der Münchner Architekt und Bauherr Sascha Arnold auf die typischen Ammerseehäuser und das Wohnhaus des japanischen Stararchitekten Kenzo Tange bezog.

entschied sich der Bauherr zusammen mit der **Südtiroler Firma Prensnerwerk**, die auch die Spenglerarbeiten am Dach ausführte, für eine Konstruktion in verschiedenen Holzschichten – jeweils verbunden durch Schrauben, um das organische Material (Thema: Kreislaufwirtschaft) im Falle eines Rückbaus einzeln recyceln zu können.

Auf die vorgefertigten Brett-schichtholz-Elemente (verleimte Fichte, 120 mm) wurden 220 mm Holzdämmplatten aufgebracht.

Die Regenschutzfolie ist das einzige nicht-organische Element der Fassade, die durch eine grün lasierte Außenverschalung aus gebürsteter Tanne abgeschlossen wird.

Bei der grünen Farbgebung, die sich auch gut in das Umgebungsgrün der hochstehenden Bäumen einfügt, standen die Ammersee-Bootshäuser Pate, die zumeist oxsenblutrot oder dunkelgrün gestrichen am Seeufer im Wasser stehen.

Großen Wert legte der Bauherr auf eine möglichst autarke Eigen-



Architekt Arnold präsentierte sein Wohn- und Atelierhaus bei den diesjährigen Architektoren den interessierten Besuchern.

versorgung: Die Photovoltaikanlage auf dem Atelierhaus ist kombiniert mit einem Batteriespeicher (10 kW) in der Garage, der die Wärmepumpe (heizt und kühlt das Haus) und die Wallbox speist (**Elektroinstallation und Service von Jan Volkmann aus Bad Schmiedeberg-Moschwig**).

Zur Minimierung des Wasserbedarfs fängt eine im Garten vergrabene Zisterne Regenwasser zur Bewässerung der Pflanzen auf.

Geschichte und zukunftsfähige Raumanordnung

Das Haupthaus betreten Bewohner und Gäste durch den Küchenraum – entlang eines ovalen Küchenblocks, der mit senkrechter Holzlamellen-Optik (aus Rüster/Erlenholz) und grünem Naturstein gestaltet ist, Funktionalität mit stilvollem Design verbindet und zum Verweilen einlädt (entworfen und gebaut durch die **Praller & Werner Schreinerei in Wolfratshausen**).

Nahtlos geht es in den großzügigen offenen Wohn- und Essbereich über. Zum Garten hin dominieren große Glasfronten, die eine harmonische Verbindung von In-

Das zwei Meter auskragende Dach mit flachem Rand ist ein Gestaltungselement, das an japanische Architektur erinnert. Die Dachrinne wurde hierfür aufwändig innenliegend verlegt.



nen- und Außenbereichen entstehen lassen. Die helle, einladende Atmosphäre der Wohnräume wird durch die verwendeten natürlichen Materialien – Holzdecken und Lehmwände – noch unterstrichen.

Der reduzierte klare Einrichtungsstil und die aus Metall und Holz gestaltete T-förmige Treppe, die zu den Schlafräumen im Obergeschoss führt, setzen Akzente und verleihen dem Raum eine moderne Ästhetik.

Maximale Flexibilität bietet der Grundriss des Haupthauses: Die Anordnung der Räume ist auf die Bedürfnisse einer Familie mit zwei Kindern zugeschnitten, kann aber auch altersgerecht umgenutzt werden: Wenn nicht mehr soviel Platz benötigt und die Treppe zum Hindernis wird, ist das Erdgeschoss mit Schlafzimmer, Bad und einem Wohn-Ess-Kochbereich auf einem Level nutzbar, während der erste Stock

über eine von außen angeschlossene Treppe erreicht und so abgekoppelt vermietet werden kann.

Alternativ könnte aber auch das Atelierhaus als Tiny-House-Variante für ein bis zwei Personen genutzt werden – ganz im Stil des Austragshauses von einst.

Im nördlichen Gartenteil am Rande des Grundstückes gelegen, bildet es zusammen mit dem Saunahaus und dem Haupthaus ein U-förmiges Ensemble und wird aktuell für Gäste genutzt.

Im Garten hat Sascha Arnold außerhalb der Rasenfläche einige Bereiche als Wildblumenwiese/Bienenweide angelegt. Regionaltypische Gehölze und Obstbäume wurden gepflanzt und Totholzbereiche integriert, um die Biodiversität zu fördern und ökologische Nachhaltigkeit zu unterstützen.

Das Atelierhaus bildet mit dem Saunahaus und dem Wohnhaus ein Ensemble in U-Form.



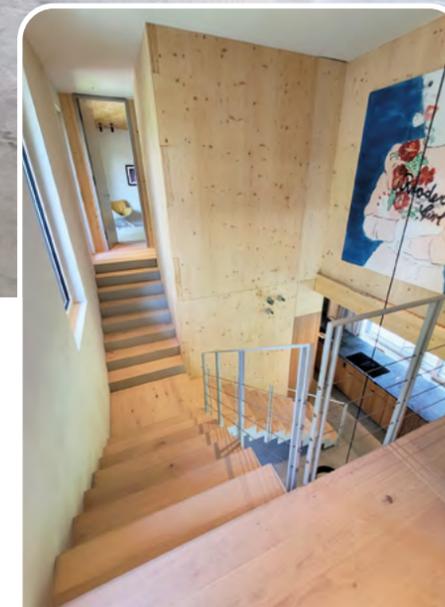
Die Photovoltaikanlage auf dem Atelierhaus ist kombiniert mit einem Batteriespeicher (10 kW) in der Garage.



Impressionen aus dem Wohn- und Essbereich im Atelierhaus/Tiny-House.



Auch im Innenraum wurde bei der Gestaltung auf Nachhaltigkeit geachtet: Auf dem flügelglätteten Estrich mit Wachs-Öl-Versiegelung ist kein Bodenbelag mehr nötig. Die Vorhänge sind aus Recycling-Material gefertigt.



Die T-förmige Treppe führt ins Obergeschoss zum Schlafbereich der Kinder auf der einen und dem der Eltern auf der anderen Seite.

Kooperationen mit lokalen Firmen für höchste Lebensqualität

Zur Nachhaltigkeit gehört auch die Zusammenarbeit mit regionalen Firmen (vier von ihnen wurden im Text schon genannt), die den hohen Ansprüchen des Innenarchitekten Sascha Arnold genügen und mit denen er seit vielen Jahren zusammenarbeitet, um

sinnliche Räume in höchster Lebensqualität entstehen zu lassen.

So lässt sich der Bauherr regelmäßig von **Lichtgestalter Markus Proschinger aus Augsburg** beraten, der Architektur und Einrichtungsgegenstände ins „rechte Licht rückt“ und dadurch Gestaltungselemente hervorhebt.

Ebenfalls aus **Augsburg kommt der Bodenspezialist Multifloor**, Experte für Holzbeläge, Teppich, Vinyl und Linoleum, mit dem Sascha Arnold den Bauwerkboden (Schweizer Parketthersteller) im Obergeschoss und auf der T-Treppe zum OG realisierte.

Auch als Ferienhaus buchbar
Sowohl das Wohnhaus als auch das Atelierhaus können als Ferienhäuser gebucht werden.
Infos: www.urlaubsarchitektur.de/de/atelierhaus-ammersee

Folgende beteiligte Gewerke empfehlen sich:

TW
WAMMETSBERGER
BAUUNTERNEHMUNG

Tony und Tobias Wammetsberger GmbH & Co. Bauunternehmung KG
Gewerbegebiet Eurasburg
Unterrhnhäuser Str. 4D
82547 Eurasburg
Tel.: 08179/435

Ausgeführte Arbeiten:
Baumeistertätigkeit

PRENNWERK
WIR GEBEN METALL CHARAKTER

Martin Prenn
Sandweide 3
I-39030 Mühlwald (Südtirol)
Tel. + 39 0474 656 270 oder 335 8335732
info@prennwerk.com
www.prennwerk.com

Ausgeführte Arbeiten:
Kompletter Holzbau inkl. Planung und Beratung • Spenglerarbeiten und Abdichtungsarbeiten

JAN VOLKMAN
KV

Jan Volkmann
Elektroinstallation
06905 Bad Schmiedeberg – Moschwig
Tel.: 0173/3771212
Email: info@jan-volkmann.de
Folgt mir auf Instagram!

Ausgeführte Arbeiten: PV-Anlage mit Speicher und Wallbox • Elektroinstallation, Beleuchtungsinstallation • Lichtsteuerung • Energieoptimierung • Beratung

praller & werner GmbH

Schreinerei Praller & Werner GmbH
Innenausbau • Möbel • Denkmalschutz-Fenster
Königsdorfer Str. 51
82515 Wolfratshausen
Tel.: 08171/29006
info@praller-werner.de
www.praller-werner.de

Ausgeführte Arbeiten:
Küche • Garderobe

mp Licht

mp Licht
Markus Proschinger
Schaezlerstraße 17
86150 Augsburg
Tel. 08 21 / 58 99 02 22
mp@mp-licht.de
www.mp-licht.de

Ausgeführte Arbeiten:
Lichtvisualisierung und Lichtplanung

Faßnacht
Malereibetrieb

Martin Faßnacht GmbH
Fraunhoferstraße 3 • 82152 Martinsried
Tel.: 089 / 8999610
fassnacht@fassnacht-gmbh.de
www.maler-fassnacht.de

Ausgeführte Arbeiten:
Hochwertiger Innenanstrich mit Sol-Silikatfarbe • Küchenfronten in unserer Werkstätte seidenmatt spritzlackiert mit Zwei-Komponenten Acryllack

MULTIFLOOR
bodenbeläge

designbelag _ linoleum _ teppich _ parkett

Multifloor Freund GmbH
Werner-Heisenberg-Str. 4 1/5
86156 Augsburg
Tel. 0821 51 98 70
service@multifloor.net
www.multifloor.net

Ausgeführte Arbeiten:
Parkettarbeiten im Haupthaus/OG sowie Parkettverlegung auf der Treppe

Der **Malerbetrieb Faßnacht aus Martinsried** übernahm Veredelungsarbeiten: Holzflächen wurden gestrichen, Gipskartonwände gespachtelt und verschiedene Lackierarbeiten ausgeführt.

In Zusammenarbeit mit dem **Münchener Meisterbetrieb Fliesen und Natursteine Mallon** wurden die hochwertigen Fliesen im Bad- und Sanitärbereich ausgewählt.

Ein echter **Allrounder ist Piotr Smoczynski aus München**. Er montierte die Lehm-

platten im Claytec-System und spachtelte sie je nach Farbwunsch, wurde aber auch als Trockenbauer tätig und legte den Garten mit an.

Für die Wohlfühlatmosphäre im Haus war das Aufgabengebiet der **Schwelle Haustechnik Türkheim** maßgeblich, die mit der Heizung und kontrollierten Wohnraum-Lüftung für ein gutes Raumgefühl sorgte. Zusätzlich wurden alle Sanitärarbeiten von Schwelle übernommen. ■



Die Holzdielen im Obergeschoss wurden im Leiterverband verlegt.



Folgende beteiligte Gewerke empfehlen sich:



Frank Mallon
Maria-Theresia-Str. 14 • 81675 München
Tel.: 089/12 76 27 15
mail@mallon-fliesen.de
www.mallon-fliesen.de

Idee, Material und Realisation



Baugewerbe
Piotr Smoczynski
Guffertstr. 36
81825 München

Ausgeführte Arbeiten:
Trockenbauarbeiten • Lehmputz



Ulrich Schwelle GmbH
Tussenhauser Str. 15 • 86842 Türkheim
Tel.: 08245/1449
Fax: 08245/680
info@haustechnik-schwelle.de
www.haustechnik-schwelle.de

Ausgeführte Arbeiten:
Heizungsanlage, Sanitär Installation,
Sanitäre Einrichtung, Lüftungsanlage

ZU KAUFEN!

WEILHEIMER STRASSE 26
86932 PÜRGEN / LANDSBERG

Buchten Sie noch heute Ihren Termin zur Besichtigung der Musterwohnung!

08232 - 95 97 80

BETREUTES WOHNEN

BEZUGSFERTIG!

LAYER

von ca. 53 m² bis 103 m² Wfl.

2 bis 3 Zimmer-Wohnungen

Erleben Sie die Vorteile einer sorglosen und komfortablen Lebensweise ab 55 Jahren, die Ihnen gleichzeitig Sicherheit und individuelle Betreuung bietet.

PRINURA

WWW.LAYER-GRUPPE.DE

Willi & Birgit Weigl

Seit 1933 steht unser Familienbetrieb für handwerkliche Tradition und erstklassige **Raumausstattung**. Aus einer Sattlerei entstanden, haben wir uns über 90 Jahre zu einem **renommierten Meisterbetrieb** entwickelt. Unser Leistungsspektrum beinhaltet folgende Bereiche: textile und nicht-textile **Bodenbeläge inkl. Verlegung**, Aufpolsterung und Neuanfertigung von **Polstermöbeln** jeglicher Art, **Fensterdekoration** mit Gardinen und Rollos, aber auch innen- und außenliegenden **Sonnenschutz**.

Fürstenfeldbruckerstr. 12
82272 Moorenweis
08146/262
www.willi-weigl.de

wieser

KÜCHEN

40 JAHRE
AUS LEIDENSCHAFT
ZUR PERFEKTION

ÜBER DEN TELLERRAND SCHAUEN

Heute würde man es in der Business-Sprache „Out-of-the-box-Denken“ nennen, wir bleiben beim traditionellen Tellerrand und blicken schon aus Prinzip darüber hinaus: Küchenlösungen nach Schema F und „weil wir das schon immer so gemacht haben“, gibt es bei wieserKüchen nicht. Wir denken immer vom Ende her – Ihre Vorstellungen von ihrer Traumküche sind das Maß der Dinge. Und wie wir da hin kommen, besprechen wir offen, ehrlich und auf Augenhöhe. **Wir freuen uns auf Sie!**

Persönlich. Professionell. Passend. wieserKüchen, Zadarstr. 6a, 82256 Fürstenfeldbruck, Telefon 08141 26001, www.wieser-kuechen.de

Feuchte Häuser? Nasse Keller? Modergeruch?

Kellerabdichtung • Sperr- u. Sanierputze - schnell • dauerhaft • preiswert

Wohnklimaplaten gegen Schimmel und Kondensfeuchte

VEINAL®-Kundenservice • E-Mail: BAUCHEMIE@veinal.de

kostenloses Info-Telefon 0800/8346250

Fordern Sie unsere kostenlose Info-Mappe an!

www.veinal.de



Entspanntes Ambiente und enormes ehrenamtliches Engagement

jezza! im Gespräch mit Schondorfs Bürgermeister
Alexander Herrmann

Text und Fotos: Sigrid Römer-Eisele

An Schondorf mag Bürgermeister Alexander Herrmann besonders das gut funktionierende soziale Miteinander: Und, dass man als Zugezogene Teil der Ortsgemeinschaft werden kann, wenn man möchte. Auch ihm ist es so gegangen: Er kam vor 25 Jahren nach Schondorf.

Ein persönliches Highlight ist für ihn in diesem Zusammenhang das Dorfvereinturnier der Stockschützen: „Alljährlich organisiert die kleine Abteilung des TSV dieses Turnier, bei dem auf den drei Kunsteisbahnen am alten Sportplatz die Mannschaften der Ortsvereine gegeneinander antreten.“

Aber ihm fallen viele weitere Initiativen und Vereine ein, die sehr rege sind und zu einem lebendigen Miteinander beitragen.

„Der Schondorfer Kreis macht sich sehr verdient um den Denkmalschutz und kümmert sich um den Erhalt schöner Orte und Plätze in Schondorf – z. B. wurde vor rund 25 Jahren viel Geld und Energie in den Umbau des Wilhelm-Leibl-Platzes gesteckt, der zuvor ein Parkplatz war“, erinnert er sich.

Neben ihren Rettungsaktivitäten gestaltet die Schondorfer Feuerwehr z. B. mit ihrer Tiefschneeparty – einer Open-Air-Disco mit zwei Zelten und Bar – das gesellschaftliche Leben mit.

Auch die Partnerschaft mit der ital. Gemeinde Boves wird durch gegenseitige Besuche und Aktivitäten lebendig gehalten – betreut durch Helga Gall als Referentin für Städtepartnerschaften.

Viele weitere Veranstaltungen sorgen für einen lebendigen Terminkalender im Ort: So ließ man z. B. vor ein paar Jahren das Fischerstechen wieder aufleben – oder auch den Christkindmarkt.

„Was ich daran aber persönlich besonders schön finde: Die Schondorfer machen das für die Schondorfer. Fremde sind gerne gesehen, aber es wird nichts aus dem Boden gestampft, um sie anzuziehen, sondern, um hier etwas für die Gemeinschaft zu tun.“

Tourismus in Schondorf

Und so geht es in Schondorf im Hinblick auf den Tourismus auch eher gemütlich zu. „Wir haben schon Touristen hier, aber die fallen nicht so auf“, resümiert Herrmann. „Die Besucher unseres Ortes (inzwischen wie auch andernorts eher Kurtouristen) schätzen die Ruhe und das Gemütliche: Außer Mini-Golf und viel Gastronomie gibt es keine `action`, aber das ist auch so gewollt: Unsere Besucher fahren gerne tagsüber nach München – schätzen dann aber auch wieder die abendliche Ruhe am See.“

Soziales Miteinander

Wie sehr man in Schondorf auf das soziale Miteinander setzt, zeigt auch das neue Dorfhhaus, das seit ca. vier Jahren in der Bahnhofstraße mehr Platz für gemeinsame Aktivitäten bietet. Vom Kinderkino über die Krabbelgruppe, Vereinsvorstandssitzungen bis hin zu Vorträgen, Seniorensport und Spieleabenden findet hier alles statt, was einen Raum im Ort braucht.

Parallel dazu läuft der Aufbau eines niederschweligen Betreuungsnetzes durch Alltagshelfer, so Herrmann. „Es gibt Menschen, die sehr einsam sind. Und so wurde vor drei Jahren eine Fachkraft eingestellt (unter dem Dach von Gemeinsam e.V.), die Alltagshelfer koordiniert, die für Bedürftige zum Einkaufen gehen, Fahrdienste übernehmen oder einfach mal zum Ratschen oder Zeitung Vorlesen vorbeikommen.“

„Das ehrenamtliche Engagement in Schondorf geht über das normale Maß hinaus – in vielen Bereichen“, sagt Herrmann. Und so gibt es hier auch noch einen aktiven Asylhelferkreis, wie er vielerorts 2015 gegründet wurde, inzwischen aber oft auch wieder eingeschlafen ist. Die Verwaltungsgemeinschaft Schondorf hat zusätzlich noch eine Mitarbeiterin eingestellt, Anne Pfefferkorn, die Sozial- und Integrationsarbeit macht. Sie lotst Asylbewerber, aber auch Schondorfer, die „Ämterwust“ zu bewältigen haben, durch die Formulare und Anträge.

Dieser Position und den guten Grund-



Alexander Herrmann ist seit 2014 Bürgermeister von Schondorf.

strukturen ist es zu verdanken, dass die relativ vielen Asylbewerber im Ort in Ausbildung, Job und eigener Wohnung sind und fast geräuschlos mitlaufen.

Jugendliche, Senioren, Gemeindewohnungen

„An die Jugendlichen und die Senioren wird nicht gedacht bei offiziellen gemeindlichen Pflichtaufgaben“, kritisiert Bürgermeister Herrmann. Während Schondorf hier einen Bedarf für präventive bzw. ambulante Arbeit sieht, sind diese Felder für Gemeinden nicht explizit als kommunales Aufgabengebiet definiert.

Das kann zu Problemen führen, wenn man als Kommune dennoch Geld für Jugendliche und Senioren aufwendet, dann aber Gelder für ausdrücklich definierte Pflichtaufgaben fehlen, so Herrmann: „Wir bräuchten dringend eine ambulante Seniorenpflege, wie sie die Uttinger haben.“

Aber in puncto Jugendarbeit gibt es ein Projekt, bei dem sich die Ammersee-Westufer-Gemeinden zusammengetan haben: Mit Dießen und Utting wurde ein Streetworker eingestellt. „Die Ansprache durch einen Pädagogen ist sehr wichtig und auch sinnvoll als präventive Maßnahme – dadurch verhindern wir, die Jugendlichen zu kriminalisieren und können größere Schäden vermeiden helfen“, erklärt der Rathauschef.

Allerdings müssen diese Entscheidungen, die ebenfalls einen sehr hohen Stellenwert haben, gerechtfertigt werden, wenn die Gemeinde Geld für Projekte aufnehmen muss, die ausdrückliche Gemein-



Im Wappen trägt die Gemeinde ein Einhorn, das vom einstigen Ortsadeligen Konrad von Schondorf entlehnt ist, der 1149 die St. Jakobs-Kirche errichten ließ. Das Einhorn trägt auf seinem Horn einen blauen Saphir-Ring – ein Symbol der Treue.

deaufgaben sind, z. B. der Bau eines Kindergartens. Und genau solch einer steht bevor und wird die Gemeinde zehn Millionen Euro kosten.

Ein anderes kostenintensives Projekt für die Zukunft sind die 60 gemeindlichen Wohnungen, die renoviert werden müssen, aber sehr günstig vermietet sind, um den sozialen Mix am Ammersee-Westufer zu erhalten. „Hier sollen auch Menschen mit Normaleinkommen (Mitarbeiter in Banken, Märkten, Gastronomie, Kindergärten) wohnen können, sonst fehlen uns diese Leute“, so Herrmann.

Wünsche und Ziele

Auf der Wunschliste des Bürgermeisters ganz oben steht eine Einrichtung für betreutes Wohnen oder ambulante Pflege.

Ein weiteres Ziel wäre ein gestaltetes Ortszentrum – das wird allerdings noch etwas dauern, schätzt er. Seit Unter- und Oberschondorf 1970 zusammengelegt wurden, fehlt nun an der Schnittstelle beider Ortsteile eine Mitte im städtebaulichen Sinn.

Auch der barrierefreie Ausbau des Bahnhofs ist ein Wunschprojekt – daran angegliedert der Anschluss an den MVV und eine größere Unterführung mit Aufzug auf den Bahnsteig.

Für die beiden Segelvereine und den Ruderverein hätte der Bürgermeister gerne ein Vereinshaus am See – aktuell gibt es nur Segelstege, und die Ruderboote sind auf Privatgrund untergebracht. So kann sich das soziale Vereinsleben nicht recht entfalten.

Bereits seit Monaten beschäftigt man sich in Schondorf mit Seethermie und sucht gemeinsam mit den anderen Bürgermeistern der Seeanrainer nach Möglichkeiten, diese nachhaltige Form der Wärmeversorgung zu realisieren, die allerdings wieder keine gemeindliche Pflichtaufgabe darstellt und dazu noch als Hürde eine große Anschubfinanzierung benötigt.

Warum lebe ich gerne in Schondorf?

Die Nähe zum Ammersee, das besondere Ambiente, das schon seit jeher Künstler anzog, das soziale Miteinander: Es gibt viele Gründe, sich in Schondorf wohlfühlen zu können. Wir haben die **Künstler Jan Davidoff und Andreas Kloker, die Reisebuchautorin Carmen Rohrbach, den Schondorf-Blogger Leo Ploner und Landrat Thomas Eichinger** befragt, was sie persönlich an Schondorf schätzen:

Obwohl ich erst seit 16 Jahren hier lebe, ist Schondorf meine Wahlheimat. Das liegt nicht allein am See und der naturnahen Alpenvorlandschaft, sondern vor allem an den Schondorfern, die mit zahlreichen Aktivitäten, Vereinen, Kunstausstellungen und spannenden sportlichen und kulturellen Ideen eine lebendige Dorfgemeinschaft bilden. **Autorin Carmen Rohrbach**, Foto: Peter von Felbert



Meine Familie mütterlicherseits lebt seit vier Generationen hier in Schondorf. So bin auch ich hier gelandet und hatte das Glück wie meine Vorfahren, den Ort etwas mitzugestalten: Ich denke an das Spielschiff, das Toilettenhäuschen, die Steine vor der Ammersee-Bank, den Wilhelm-Leibl-Platz und die Ortseingangsschilder.

Dazu gehören auch mein Skriptorium mit der Fassadengestaltung in der Bahnhofstraße sowie meine jährlichen Elementar-Zeichnungen im Studio Rose.

Der See nicht weit, freundliche, interessante Menschen um einen und viele inspirierende Aufgaben zu haben – da lebt man gerne. **Künstler Andreas Kloker**, Foto: Axel Wagner

Ich bin rund um den Ammersee aufgewachsen und habe meine Schulzeit hier in Schondorf verbracht. Nach meinen Studienjahren an der Akademie der bildenden Künste München hat es mich mit meiner wachsenden Familie wieder an den Ammersee gezogen. Wir haben noch eines der wenigen alten Bauernhäuser gefunden, von wo aus ich hier und in München an meinen Bildern arbeite.

Schondorf liegt für mich ideal: Schnell bin ich in München und noch schneller am Ammersee. Wir haben uns hier dank der großen Aufgeschlossenheit der Bewohner zügig in den Ort integriert und freuen uns über die große Hilfsbereitschaft, wenn man mal was braucht.

Die Kinder sind bestens aufgehoben in der wirklich enormen



Vielfalt der Vereine, die Schondorf bietet. Nicht zuletzt sei auch das für einen solch kleinen Ort unglaublich breite Kulturprogramm und die zahlreiche Gastronomie erwähnt, die Schondorf so lebenswert machen.

Man trifft mich im Sommer beim Forster, beim Sailer Wirt, im Steghaus oder natürlich im Kuba. Nur meinen Geheimplatz am See, den verrate ich nicht. Man kann hier nämlich auch mal für sich sein. **Künstler vom Ammersee: Jan Davidoff**

Jan Davidoffs Bilder sind neben Messebeteiligungen (u. a. Art Cologne, ArtMiami, Pulse New York, Zürich) in Gruppenausstellungen zu sehen, z. B. 2011 „Davidoff meets Polke“ gemeinsam mit Sigmar Polke, 2012 „Les Fleurs du Mal“ mit u. a. Andy Warhol und Mel Ramos sowie bei Einzelausstellungen in Europa und USA. Neben der Zusammenarbeit mit Kunstvereinen (Kunsthalle Altötting, Kunstverein Dießen, Studio Rose Ammersee) werden seine Werke in Museen im In- und Ausland gezeigt (Villa Stuck München, Denver Art Museum, Landschaftsmuseum Seligenstadt, Rosenhag Museum/Weilburg). Foto: Corinna Teresa Brix

Ich bin in Schondorf aufgewachsen, war 18 Jahre im Gemeinderat und bin mit dem Ort auch heute noch eng verbunden. Hier leben einige meiner Jugendfreunde, und ich spiele seit 25 Jahren bei der Schondorfer Jakobsbühne, die dieses Jahr ihr Jubiläum feiert.

Besonders schätze ich die wunderschöne Lage am Ammerseeufer, die nicht nur Erholung bietet, sondern auch das besondere Gemeinschaftsgefühl der Schondorfer fördert. **Landrat Thomas Eichinger**, Foto: Julian Leitenstorfer

Ich lebe gerne in Schondorf, weil hier angepackt wird. Sobald eine Idee in der Welt ist, finden sich Gleichgesinnte, die mithelfen, sie zu verwirklichen. Beispiele sind der soziale Fahrdienst der Schondorfer Rikscha, die Open Air Festivals Sammersee und Seehkraft2 oder der solidarische Ackerbau von Seelawi. Zum Glück unterstützt die Gemeinde dieses Engagement mit Initiativen wie dem Bürgerbudget oder dem Bürgertreff im Dorfhäus. So entsteht Gemeinschaft.

Leopold Ploner ist in Tirol aufgewachsen, lebt seit 25 Jahren in Bayern, und ist seit 2010 in Schondorf zuhause.



Das Schondorfer Wirtschaftswunder

Ganz Bayern klagt über das Wirtshaussterben. Ganz Bayern? Nein! Ein von Einheimischen und Zuagroasten bevölkertes Dorf am Ammersee verteidigt das bayerische Lebensgefühl. In Schondorf blüht das (Gast-)Wirtschaftswunder.

In nicht weniger als elf Wirtshäusern wird bayerisch, international, italienisch, japanisch, kroatisch und vietnamesisch gekocht. Dazu kommen noch drei Cafés, in denen man auf einen Espresso oder Aperitif einkehren und zumindest einen Snack essen kann. Und überall trifft man Bekannte, einfach, weil die Schondorfer gerne in die Wirtschaft gehen. Man sitzt zusammen, isst, trinkt und redet, so wie es in Bayern immer schon der Brauch war. Nach einer Runde durch die Gasthäuser weiß man garantiert alles, was im Ort und in der Welt vorgeht.

Alles perfekt also? Nicht ganz, einen kleinen Wermutstropfen gibt es: Das Gasthaus am Sportgelände ist zur Zeit nicht bewirtschaftet. Aber die Gemeinde ist bereits auf der Suche nach einem Pächter.

Die Rockmacherin

Als Caroline Lauenstein vor 25 Jahren von Hamburg nach Schondorf zog, entwickelte sie den Wunsch nach einem modernen und bequemen Trachtenrock, der täglich tragbar ist und sowohl zu einem legeren wie eleganten Outfit passt. Mit viel Liebe zu hochwertigen Stoffen und schönen Details entwickelte sie kurzerhand ihren ersten Rock – mit Sattel und seitlicher Knopfleiste – den plötzlich alle tragen wollten, weil er sich nach Heimat anfühlt ohne zu volkstümeln.

Damit war der Grundstein für die ROCKMACHERIN gelegt – inzwischen ein kleiner Betrieb mit sieben Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen (u. a. auch Tochter Luise Herrmann). Hier wird mit großer Leidenschaft für Handwerk, Details, Materialien, Farben und Muster faire und individuelle Kleidung (inzwischen auch für Männer) produziert, die anspruchsvoll und zeitgemäß ist.

In Schondorf gibt es kein Ladengeschäft, aber regelmäßig Lagerverkäufe (Termine über Anmeldung zum Newsletter „Rockgeflüster“).

jezza!-Leser und Leserinnen lädt die „Rockmacherin“ ein, bis zum 24. August 2024 einen 5%-Gutschein auf einen Online-Einkauf einzulösen – Code: JEZZA



SCAN ME

Kontakt: www.rockmacherin.de

ROCKMACHERIN



Villa Rustica

Das die Römer auch die Ufer des Ammersees besiedelt hatten, war lange bekannt, nur sah man davon keine Spuren mehr. Das änderte sich erst 1924 mit dem am Landheim unterrichtenden Geschichtslehrer Dr. Blendinger. Er hatte von Bauern gehört, dass sie beim Pflügen immer wieder auf Tuffsteine stießen. Also grub er mit seinen Schülern den Boden um und stieß prompt auf antike Fundamente. Wie wir heute wissen, sind es die Reste eines römischen Badehauses, das zu einem Landhaus, einer Villa Rustica, gehörte. Zum Schutz der historischen Mauern wurden sie wieder mit Erde bedeckt und nur an der Oberfläche mit Kies nachgezeichnet. Weil dieses Kiesbeet im Lauf der Jahre zunehmend verwitterte, nahm sich der Verein „Schondorfer Kreis“ der Sache an. Jetzt ist der Grundriss am gemeindlichen Badeplatz mit Ziegelfliesen und -mäuerchen nachgebaut, und die einzelnen Räume sind beschriftet. So bekommen wir heute einen lebendigen Eindruck von der hochentwickelten römischen Badekultur.



Art Déco in Schondorf

Das von Maler und Architekt Max-Joseph Gradl gestaltete „Sonnenbad Ernst“ (siehe Fotos) ist mit schlichter Form, kräftigen Farben und den typischen Art Déco-Details eines der wenigen verbliebenen Art Déco-Gebäude am Ammersee und wird daher gerne im Rahmen von Exkursionen von Architekturstudenten besichtigt. Der ebenfalls von Gradl entworfenen Ufermauer in der Schondorfer Seeanlage droht der Abriss. Bei einem von der Gemeinde veranstalteten Gestaltungswettbewerb für die Seeanlage wurde ein Entwurf auf den ersten Platz gewählt, bei dem die Mauer durch eine Treppenanlage zum Ufer hin ersetzt wird.



Schondorfer Rikscha



Seit rund drei Jahren gibt es die Schondorfer Rikscha, ein dreirädriges E-Bike mit Platz für zwei Passagiere. Sie wurde über Spenden finanziert und wird heute von einem Team Ehrenamtlicher bewegt. Gedacht ist sie für Menschen, die nicht mehr gut zu Fuß sind. Ihnen bietet die Rikscha für die Fahrt zum Arzt, zum Einkaufen oder zum Besuch bei Freunden eine umweltfreundliche Alternative. Nicht nur umweltfreundlich, sondern auch umweltfreundlich. Im Gegensatz zum Auto hat man auf dem Dreirad nämlich unmittelbaren Kontakt zu den Vorübergehenden. Sie habe sich „wie eine Königin gefühlt“, berichtet ein Fahrgast, weil sie allen Bekannten auf der Straße zuwinken und mit ihnen plaudern konnte. Man muss übrigens nicht gebrechlich sein, um sich kutschieren zu lassen. Gegen eine kleine Spende fährt die Rikscha jedermann zu kleinen Ausflügen in der Umgebung, beispielsweise in den Dießener Schackypark, nach St. Ottilien oder am Ammersee entlang. **Infos und Kontakt: www.schondorfer-rikscha.de**

Anzeige

MALERBETRIEB DOLDI

BODENVERLEGUNG UND SCHIMMELPILZBESEITIGUNG

- Maler- und Lackierarbeiten
 - Tapezierarbeiten
 - Moderne Anstrichtechniken
 - Fassadenanstriche
 - Teppichböden, PVC
 - Laminat, Fertigparkett
- liefern und verlegen

Christian Doldi
Hofgereuth 9
86926 Neugreifenberg
Telefon: 08192 / 997269
Fax: 08192 / 997252
www.maler-doldi.de
info@maler-doldi.de



Gemeinschaft erleben, Vorbild werden



jezza! im Gespräch mit
Stiftungsleiter Rüdiger
Häusler

Herr Häusler, das Landheim Ammersee hat eine lange Tradition, die mit der Schulgründung 1905 durch Julius Lohmann begann.

Rüdiger Häusler: Julius Lohmann startete mit dem Anspruch, Schule besser zu machen als der Staat es vorgab – mit einem ganzheitlicheren Bildungsanspruch und einer liberaleren Weltanschauung. Im Prinzip sind diese Ideale bis heute für unser Landheim Ammersee erhalten geblieben. Wir wollen weiterhin die besten Bedingungen für die Entwicklung der uns Anvertrauten bieten, z. B. mit einer bewussten Förderung in unseren außerschulischen Aktivitäten, die wir für extrem wichtig halten, auch wenn der höchste Bildungsabschluss weiterhin im Mittelpunkt steht.

Sie sprechen z. B. von den Werkstätten?

Genau. Im Rahmen unseres breiten Werkstatt-Angebots entsteht oft zwischen Lehrern und Schülern eine besondere Beziehung, die wiederum dem normalen Schulunterricht sehr zuträglich ist.

Zusätzlich dazu bieten diese außerunterrichtlichen, gemeinschaftlichen Aktivitäten – auch Sport gehört dazu – die Möglichkeit, Talente und Interessen zu entdecken, sich als Mensch voll zur Entfaltung zu bringen. Wir sehen Schüler nicht nur als Leistungserbringer, sondern möchten jedes Kind dabei begleiten, seine persönliche Leidenschaft zu entdecken. Denn: Nur leidenschaftliche Menschen können beruflich und privat glücklich werden.

Gibt es beim Unterricht Unterschiede zu staatlichen Schulen?

Unterrichtet wird in Doppelstunden – das Hetzen von Raum zu Raum entfällt, was zu einer Entschleunigung führt. Zusätzlich haben wir zwei betreute Lernzeiten am Tag: eine Vertiefungs- und eine Hausaufgabenphase, in der eigenständig gelernt wird. Bei Fragen steht ein Lehrer zur Verfügung. Die akademische Arbeitszeit findet also größtenteils bei uns statt. Der Übergang in die außerunterrichtlichen Aktivitäten ist fließend. Die Schüler und Schülerinnen bleiben über den Unterricht hinaus am Landheim, das für viele ein zweites Zuhause ist – und das ist unser Ziel: Die Schulzeit sollte die schönste Zeit des Lebens sein – trotz aller Anforderungen.

Aktuell entstehen neue Gebäude für das Landheim.

Wir haben in den vergangenen Jahren unsere Infrastruktur optimiert. Durch die Rückkehr zum 9-jährigen Gymnasium wurden neue Räumlichkeiten nötig, und so werden aktuell drei Internatshäuser errichtet, die jeweils 16 Schüler und einen Erzieher aufnehmen.

Als Bekenntnis zur Gemeinschaft haben wir uns bewusst für Doppelzimmer entschieden – zusätzlich bietet jedes Haus einen Gemeinschaftsraum. Der krönende Abschluss unserer Baumaßnahmen wird ein Oberstufenzentrum nach modernsten Kriterien werden, so ist das Landheim zukunftssicher aufgestellt. Bereits jetzt ist das Schulgelände absolut einzigartig – die Ausstrahlung der historischen Gebäude, ausgestattet nach modernsten Gesichtspunkten, gepaart mit dieser Lage am See und durchflossen von einem Bach – ein echter Wohlfühlort.

Das Landheim Ammersee – Ort für akademische
Erfolge, persönliche Reife, Freude und Freundschaften

Das Wichtigste, das eine Schule und besonders ein Internat Schülern auf ihren Lebensweg mitgeben kann, ist Haltung, innere Ruhe und Optimismus. Das Landheim Ammersee vermittelt neben exzellenter Bildung jene Werte, die die Schüler befähigt als Persönlichkeit Verantwortung zu übernehmen und Entscheidungen zu treffen – mit starkem Gemeinschaftssinn, Empathie, ressourcenbewusstem Umgang und einem optimistischen, demokratischen Zukunftsbild.

Hier werden Kinder auf individuellem Weg von Klasse 1 bis zum bayerischen Abitur geführt. Im Rahmen altersgerechter Gemeinschaftskonzepte steht bei den Jüngeren das Thema „Kindheit erleben“ im Vordergrund. Den Jugendlichen wird innere Ruhe gegeben, um sich zu (er-)finden und eigene Talente und Interessen zu entdecken. Für die Abiturjahrgänge stehen die Persönlichkeitsbildung und die individuelle Zukunftsorientierung mit Berufs- und Studienberatung im Vordergrund.

Das Internat und Tagesheim bieten eine Grundschule und zwei Gymnasien (das innovative Julius-Lohmann-Gymnasium ebnet auch Schülern den Weg zum Abitur, denen dies trotz individueller Eignung aufgrund strenger Übertrittsregelung verwehrt wird). Akademische Tutoren begleiten die Schüler persönlich durch die Oberstufe.



LANDHEIM AMMERSEE

Lernen Sie das Landheim Ammersee kennen:

- Beim Tag der offenen Tür (Termine: 16.11.2024, 22.2. und 3.5.2025) oder einem indiv. Termin (persönlich oder digital)
- Beim International Summer Camp (Termin: 2.-16.08.2025) für Kinder im Alter von 9-13 Jahren.

Infos und Kontakt: www.landheim-ammersee.de

studioRose

Das studioRose steht in Schondorf auf dem Grundstück, auf dem die Brüder Heinz und Walter Rose ihr Wohnhaus und ihre Ateliers hatten. Das Gebäude ließ Heinz Roses Witwe errichten, um die Bilder ihres Mannes zu präsentieren. Nach ihrem Tod ging das Haus 2014 an die Gemeinde Schondorf, die es seither als Ausstellungsraum nutzt. Um eine hohe Qualität zu gewährleisten, wurde Dr. Silvia Carola Dobler als Kuratorin angestellt. Sie organisiert seither ein abwechslungsreiches Programm, sowohl mit regionalen Kunstschafern als auch mit international erfolgreichen Künstlern. Zu Gast im studioRose waren unter anderem schon der Streetart-Künstler Martin Blumöhr, die documenta-Teilnehmerin Manuela Hartel oder Gotlind Timmermanns, deren Arbeiten auch auf der Biennale Arte in Venedig zu sehen waren.

Das studioRose findet auch überregional Beachtung. Beispielsweise wurde die Schau über den Spätimpressionisten Paul Paede später auch im Münchner Künstlerhaus am Lenbachplatz gezeigt.

Infos und Kontakt:
www.studiorose.de

studio ROSE



Anzeige

Simon Gall – Amor Fati

Amor Fati bedeutet Liebe zum Schicksal – mit Allem, was dazu gehört. Simon Gall trägt diesen Namen nicht nur als Tattoo, sondern hat ihn auch in Schondorf und darüber hinaus bekannt gemacht: 2022 gründete er – als Betroffener einer psychischen Erkrankung – die Selbsthilfegruppe Amor Fati – eine Initiative für mentale Gesundheit. Die Idee dahinter war zuerst, das Tabu zu brechen, dem Stigma zu entgehen. Doch seitdem ist viel mehr passiert: Im Dorfhaus in der Bahnhofstrasse 28 finden jeden Mittwoch ab 19 Uhr Treffen statt. Männer und Frauen jeden Alters können ohne Anmeldung einfach dazukommen – und viele nutzen dieses Angebot, sich offen auszutauschen und sich nicht mehr mit seinen Belastungen allein zu fühlen oder sich verstecken zu müssen. Manche sind von Beginn an dabei, andere nur eine Zeit ihres Lebens, das sich danach hoffentlich leichter anfühlt. Wer vorher oft nicht ernst genommen wurde, weder von Ärzten oder Freunden, findet hier Verständnis. Jeden Sonntag schreibt Simon Gall in seinem Newsletter, was ihm gerade wichtig erscheint; diese Zeilen stärken und geben einen Impuls für die kommende Woche – das Schicksal anzunehmen und es selbst in die Hand zu nehmen.

E-Mail: amorfati.ammersee@gmail.com



Alfons Kifmann: Schondorf oder wir Barackenkinder

Mit seiner Erzählung „Schondorf oder wir Barackenkinder“ lädt Autor Alfons Kifmann (ehem. Pressesprecher des ADAC) seine Leser und Leserinnen in seine Schondorfer Kindheit in den 1950er-Jahren ein.

In 35 Episoden beschreibt er autobiografisch das Leben seiner Familie auf dem Land, das sehr von Konventionen geprägt war. Der Dorflehrer und der Pfarrer waren seinerzeit Instanzen mit großem Einfluss, und nicht immer ging es dabei gerecht zu: So war für Alfons als Sohn einer Arbeiterfamilie der Zugang zu Bildung nicht so einfach möglich. Und der Kauf eines eigentlich bereits zugesagten Bauplatzes, der den Auszug aus der ärmlichen Baracke ermöglicht hätte, wurde vom Pfarrer vereitelt.

Alfons Kifmann schildert die Realität des täglichen Lebens zu jener Zeit und ordnet seine persönliche Geschichte in die damaligen Zusammenhänge ein. Das Büchlein ist bei der Buchhandlung Timbooktu verfügbar.



www.timbooktu-ammersee.de

Timbooktu

Buchhandlung

Bahnhofstr. 24
86938 Schondorf
Mo - Fr 9 bis 18 Uhr 08192-9988 234
Sa 9 bis 13 Uhr timbooktu@t-online.de

Ufermauer Seeanlagen, Foto: Sigrid Römer-Eisele



Bella Italia liegt am Ammersee

Wer einen Kurzurlaub in Italien verbringen möchte, muss nicht weit fahren: Authentisches italienisches Flair findet sich zusammen mit dem Genuss italienischer Spezialitäten im von Familie Martorana geführten Restaurant „La Fontanina“ mitten in Schondorf. Hier trifft Tradition auf herzliche Gastfreundschaft und macht italienische Küche in ihrer schönsten Form erlebbar.

Direkt am Eingang begrüßt die Gäste eine Auswahltheke mit frischen Antipasti, die nach Wunsch zusammengestellt werden. Handgemachte Pasta-Kreationen, frisch gebackene Pizzen, Fleisch- und Fischgerichte sowie verführerische Desserts – zusammen mit dem familiären Ambiente im La Fontanina erlebt man hier ein echtes Stück Italien. Und so ist es kein Wunder, dass die Tische immer gut besetzt sind in dem Restaurant, das seit drei Jahrzehnten hier eine Institution ist und schon „La Fontanina“ hieß, als es nebenan am Rathaus noch gar keinen Brunnen (Fontana) gab.

Übrigens: jezza!-Chefredakteurin Sigrid Römer-Eisele liebt es, von Geltendorf aus nach Italien zu wandern – denn so fühlt es sich an, wenn Danijela oder Nunzio mit einem Aperol Spritz auf dem Tablett zum Tisch kommen, um die Bestellung der Speisen aufzunehmen. Benvenuti in Bella Italia.

Öffnungszeiten:
Di bis So: 11.30 bis 14.30 und
17.30 bis 23 Uhr
www.lafontanina-schondorf.de



Schöne Dinge mit Stil – bei Rosarot

Wer einmal den Weg zu Rosarot in Schondorf gefunden hat, der kommt so schnell nicht mehr heraus aus diesem wunderschönen Laden, der ganz und gar die Handschrift von Inhaberin Juliane Zimmerhackl trägt. Rosarot, das weder knalliges Pink noch flammendes Rot ist, steht für Harmonie, Weiblichkeit und Schönheit – und in genau diesem Stil trägt Zimmerhackl mit traumwandlerischer Sicherheit Produkte aus verschiedenen Ländern zusammen, die ein stilvolles Zuhause noch schöner machen. Neben Heimtextilien und Wohnaccessoires, z.B. Körbe, Plaids, Kissen und Tischkultur, bietet Rosarot aber auch Mode wie Kleider, Schals, Tücher und Taschen, Kosmetik und Düfte. Und nicht zu vergessen der ausgefallene Schmuck – modisch und elegant. „In meinem Konzeptstore gibt es ein einzigartiges Sortiment an individuellen Geschenken, die von uns auch gerne kostenlos professionell eingepackt werden“, sagt Juliane Zimmerhackl. Ein echter Klassiker ist dabei Glückglück, eine Wasserkaraffe in Fischform, die gluckert und glückt und damit sofort ein Lächeln ins Gesicht zaubert. Schönes und Ausgefallenes, dafür steht Rosarot.

Rosarot, Bahnhofstr. 24, 86938 Schondorf,
www.rosarot-ammersee.de, Tel. 08192/9959563,
M: 0176/30430085, info@rosarot-ammersee.de,
@rosarot_am_ammersee
Geöffnet: Mo – Fr: 9.30 – 13 Uhr
und 15 – 18 Uhr, Sa: 9.30 – 14 Uhr



Yogatherapie
Online Termine möglich.
Laufende Yogakurse
(anerkannt von den Krankenkassen)
Ayurveda
Praxis für
ganzheitliche Körpertherapie
Landsberger Str. 74, 86938 Schondorf
Katja Seeger
M.A., M.Sc. (Ayu),
Heilpraktikerin, zertifizierte
Yogatherapeutin C-IAYT,
TCTS-Y-F, E-RYT 500
email: post@yogaraum-ammersee.de
www.yogaraum-ammersee.de

WEINE & SPEZIELLES
MAYA SALLINGER
BESONDERE WEINE, SPEZIALITÄTEN UND ACCESSOIRES
Di. – Fr. 17.00-18.30 UHR, SA. 10.00-14.00 UHR
GREIFENBERGER STR. 12, 86938 SCHONDORF
www.weineundspezielles.de

ME TIME genießen oder verschenken
Genieße ein weltweit einzigartiges Konzept - im schönen Inning am Ammersee.
Beauty & Health meets Coaching & Mindset. Schönheit, Regeneration und Entspannung für Dein Innen und Außen.
Besuche unsere Website und erfahre mehr über unser exklusives SPA-Konzept.
www.the-silent-mountain.de
Als perfekte Geschenkidee: Schnell & bequem Gutscheine zum sofort Ausdrucken.
Termine kannst Du rund um die Uhr online buchen.
The Silent Mountain - Mühlstrasse 3 -
82266 Inning am Ammersee

Schondorfer Brauverein

Der Schondorfer Brauverein wurde 2020 gegründet mit dem Ziel, als Verein Bier zu brauen und das Handwerk zu zeigen.

Die Idee, in ehemaligen Feuerwehrräumen unter dem Rathaus eine Microbrauerei aufzubauen, scheiterte an den Brandschutzbestimmungen. So gelang es den Vereinsmitgliedern nur hin und wieder, in angemieteten Räumen ein Fässchen Bier zu brauen.

Die Gruppe schaffte es aber dank ihrer bewundernswerten Hartnäckigkeit nun, dass der Gemeinderat mit großer Mehrheit dem Umbau der seit 2011 unter Denkmalschutz stehenden Güterhalle zustimmte, wo nun nicht nur das Standesamt, sondern auch der Brauverein ein neues Zuhause finden sollen. In Zukunft möchte der Verein Bier am Dorfmarkt ausschenken, Schaubrauen veranstalten und sofern Interesse besteht, Bier für Vereinsfeste brauen.

Johannes Gronau vom Schondorfer Brauverein beim Hopfenkochen.

Foto: Timm Haug



Café & Restaurant & Pizzeria Panini

Gesundes Essen ist schon immer das Motto von Ruth Koldziej vom Panini, und so praktiziert sie schon lange mit Konstanz, was heute Trend ist: Bio und vegan. Tierwohl steht bei ihr an oberster Stelle, alle tierischen Produkte werden ausschließlich in Bio-Qualität verwendet. Das Panini ist eins der wenigen Bio-zertifizierten Restaurants in der Region. So steht es für Genuss – ob deftig oder süß – mit gutem Gewissen. Konsequenterweise wird mit frischen Zutaten gekocht und neben Weizenmehl das weitaus besser verträgliche Bio-Dinkelmehl verwendet (für Kuchen ausschließlich). Die große Speisekarte sowie die Tageskarte bieten für alle Genießer eine üppige Auswahl – ob mit Fleisch, vegetarisch oder vegan. Hausgemachte Pizzen, indische Currys, exotische Suppen oder Burger: Alles wird stets frisch und mit Liebe zubereitet. Eine weitere Besonderheit im Panini ist die durchgehend warme Küche von 12 bis 22 Uhr – und natürlich die reichhaltige Kuchentheke, die auch glutenfreie und vegane Kuchen bietet, wie Schoko- und Limetten-Avocadotorte. Gerade jetzt im Sommer lassen sich die Köstlichkeiten am Besten unter den alten Bäumen auf dem idyllischen Wilhelm-Leibl-Platz genießen.

Wilhelm-Leibl-Platz 4, Schondorf,
Tel. 08192/23 79 83,
www.cafe-panini-ammersee.de,
geöffnet: Do - So & Feiertage: 12 - 23 Uhr



Verein Gemeinsam

Der 1995 gegründete Verein Gemeinsam ist in Schondorf eine Institution, bietet er doch einerseits die Möglichkeit, an sozialen Aufgaben mitzuwirken und andererseits Hilfsbedürftigen die notwendige Unterstützung (beschränkt auf das Ammersee Westufer und das Hinterland). Dafür gibt es mehrere Angebote: das Sozialmobil (Mo. bis Fr. von 8 – 17 Uhr unter Tel.: 0170/8961302 erreichbar) bietet hilfsbedürftigen Menschen Fahrten zum Arzt, Einkaufen etc.

Wer in eine finanzielle Notsituation gerät, kann um eine Einzelfallhilfe anfragen. Gerade ältere Menschen sollten ihre Scheu davor überwinden, denn der Verein hilft schnell und unbürokratisch. 2023 wurden Einzelfallhilfen in Höhe von 56.500 Euro gewährt, so für Reparaturen, Brillen, Klassenfahrten oder Arztrechnungen. Seit 2014 besteht die Nachbarschaftshilfe, die z.B. Hausbesuche macht, stundenweise betreut oder Einkaufshilfe leistet. Seit Juni gibt es eine neue Fachkraft für Alltagsbegleitung, Angelika Benz. Sie baut die Alltagsbegleitung sowie die Gruppenangebote weiter aus, auch für an Demenz erkrankte Menschen, und bietet jeden Mittwoch Vormittag von 10 bis 12 Uhr Seniorenberatung im Dorfhause. Angebote gibt es auch für die Jüngsten: Kinderparks in Utting und Greifenberg bieten zuverlässige Kinderbetreuung.

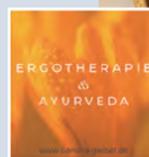
www.gemeinsam-ammersee.de



Ganzheitlich behandeln mit Ergotherapie und Massagen

Ergotherapie ist so individuell wie die Menschen. Aber sie hat immer das gleiche Ziel: Ein selbstbestimmtes, bewegliches und schmerzarmes Leben in jedem Alter“, sagt die Schondorfer Ergotherapeutin Daniela Gleiser. Durch ihren ganzheitlichen Ansatz arbeitet sie gerade bei Menschen in schwierigen Lebensphasen psychisch-funktionell, was nicht nur körperliche Beschwerden verbessert, sondern auch der Seele wieder Halt gibt. Durch ihre langjährige Erfahrung wirkt sie insbesondere bei neurologischen Erkrankungen wie MS, Schlaganfall oder Parkinson hilfreich und bietet mit vielen erlernbaren Übungen Hilfe zur Selbsthilfe. Durch Wahrnehmungstraining des Körpers können Haltung, Bewegung und Sinneswahrnehmung verbessert werden, durch Hirnleistungstraining wird Konzentration, Aufmerksamkeit und Merkfähigkeit gesteigert. Vielen Patienten konnte sie bereits nach Unfällen oder Operationen wieder zu mehr Lebensqualität verhelfen. Ergänzend bietet Daniela Gleiser ayurvedische oder intuitive Massagen an, die das Wohlbefinden steigern und die Selbstheilungskräfte aktivieren. Hausbesuche sind nach Absprache möglich.

Daniela Gleiser
Ergotherapie & Ayurveda
Praxis in Schondorf und
Hausbesuche
Tel. 01 51 / 72 31 41 65,
www.daniela-gleiser.de





Ihr Meisterbetrieb in Schondorf
Elektrische Lösungen, die funktionieren!
Ihr Partnerbetrieb für

- ✦ **Elektroinstallationen für Neubau und Sanierungen**
- ✦ **Netzwerktechnik**
- ✦ **Photovoltaikanlagen**
- ✦ **Smart-Home**

Lindenstr. 5 ✦ 86938 Schondorf am Ammersee
Tel: 08192/934557 ✦ Fax: 08192/934558
Mail: info@elektro-steer.de ✦ www.elektro-steer.de

BESTE FEISCHQUALITÄT





MITTAGSMENUE
täglich wechselnd
& hausgemacht



- Schweine-, Rind-, Lamm- und Kalbfleisch von der Erzeugergemeinschaft Schwäbisch-Hall
- Bio-Putenschnitzel
- Große Käseauswahl & Brotaufstriche
- Antipasti und reichhaltiges Salatbuffett
- Partyservice



Metzgerei Gall • Schondorf 86938 ☎ Metzgerei Gall • Greifenberg 86926
Landsberger Str. 17 • Tel. 0 81 92/2 13 ☎ Hauptstr. 55 • Tel. 0 81 92/99 92 50
Mo - Fr 7:30 - 18 Uhr • Sa 7 - 12 Uhr ☎ Mo - Do 7 - 14 Uhr • Fr 7 - 18 Uhr • Sa 7 - 13 Uhr
www.metzgerei-gall.de



Restaurant & Pension

Das historische Haus aus der Jahrhundertwende ist mit seiner urig gemütlichen Atmosphäre ein beliebter und einzigartiger Treffpunkt am Ammersee.

Genießen Sie unsere mediterran angehauchten Spezialitäten in netter Gesellschaft mit einem guten Glas Wein oder einem süffigen Augusta Kellerbier. Sollten Sie ein paar Urlaubstage am Ammersee planen, bieten sich unsere gemütlichen Gästezimmer als ideale Bleibe für erholsame Tage in unserer wunderschönen Region an.

Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams:

Küchenhilfe (m/w/d)
in Vollzeit

mit oder ohne Berufserfahrung

Bitte melde dich telefonisch oder komm bei uns vorbei!

Öffnungszeiten:
täglich von 17 – 01 Uhr
warme Küche bis 24 Uhr

Adresse & Kontakt:
Bahnhofstraße 41
86938 Schondorf am Ammersee
Tel.: 08192 5729671
Email: info@schondorfer.de



Das Wirte-Team
Tanja Bottesch & Martin Soppa

Reiseschriftstellerin Carmen Rohrbach

Carmen Rohrbach, eine der bekanntesten Reiseschriftstellerinnen, wuchs in Freyburg an der Unstrut in der damaligen DDR auf. Die Biologin, ausgestattet mit einem großen Fernweh in der Brust, flüchtete, wurde gefasst und saß zwei Jahre im Gefängnis, bevor sie freigekauft wurde. Seitdem hat sie viele Länder bereist und ebenso viele Bücher über ihre Erlebnisse geschrieben – einige von ihnen in Schondorf, ihrer Wahlheimat seit 2008, mit der sie sich sehr verbunden fühlt.

Zwei besondere Bezugspunkte gibt es hier für sie: der Ammersee, den sie gern schon in der Früh und auch im Winter ansteuert, um schwimmen zu gehen. Und die Kirche St. Anna, die sie auf ihren Spaziergängen, die immer auch Natur- und Tierbeobachtungen sind, gern besucht. „Mein ruhige gelegene Schriftsteller-Häusl mit Garten eignet sich wunderbar, um zu entspannen und neue Ideen zum Schreiben zu entwickeln“, erzählt Rohrbach. Vollgefüllt mit Erlebnissen von ihren Reisen kommt sie hier wieder an und findet dann an ihrem Schreibtisch den idealen Ruhepool, an dem ihre Bücher entstehen, so z.B. über Island, Kanada, das Elbsandsteingebirge – oder den Ammersee: **Mein Ammersee – Unterwegs im Fünfseenland, Malik Verlag**. Zu dessen Entstehen trug die Corona-Pause bei, die Rohrbach für die ihr eigene Neugier auf Fremdes, das manchmal auch ganz nah liegen kann, nutzte. So inspizierte sie die Gegend rund um den Ammersee, fuhr mit dem Fischer Ernst frühmorgens hinaus, schaute bei Zinngießern und Töpfern vorbei. „Dadurch habe ich mich noch einmal mehr verwurzelt“, sagt sie.

www.carmenrohrbach.de



Stay tuned: 10 Jahre Schondorf-Blog

Eine ideale Möglichkeit, sich auch als Außenstehender über Schondorf zu informieren, bietet der Schondorf-Blog von Leo Ploner. Etwa zweimal pro Woche veröffentlicht Leo seit 2014 Neuigkeiten, Eindrücke oder Gedanken zum kulturellen, gesellschaftlichen oder politischen Leben – stets informativ, kurzweilig und pointiert.



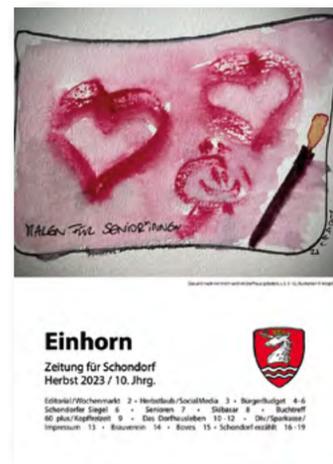
Durch sein vielfältiges ehrenamtliches Engagement in unterschiedlichen Schondorfer Initiativen ist er immer am Puls der Zeit und sammelt auf seinen Spaziergängen mit Labrador-Dame Fräulein Rosa regelmäßig Eindrücke zur aktuellen Situation vor Ort, die er mit seinen Lesern und Leserinnen teilt. Sehr zu empfehlen!

Kontakt: www.schondorf.blog

Gemeindezeitung Einhorn

Innerorts gibt es die quartalsweise erscheinende Gemeindezeitung „Einhorn“, die seit 2014 mit großem Engagement ehrenamtlich unter Leitung von Christiane v. Bechtolsheim und Susanne Lücke-David produziert wird. Das „Einhorn“ mit seinen vielen gemeindlichen, lokalpolitischen, kulturellen und historischen Infos und Beiträgen ist das parteiunabhängige offizielle Mitteilungsblatt von Schondorf und kann ausgabenweise heruntergeladen werden:

www.schondorf-ammersee.de/rathaus-verwaltung/gemeindezeitung-einhorn



Theater aus Schondorf

Die Schondorfer Jakobsbühne wurde vor 25 Jahren gegründet, weil Burgi Dietrich anlässlich der Jubiläen der beiden historischen Schondorfer Kirchen das Stück „Die Jakobslegende“ geschrieben hatte und Schauspieler zur Aufführung suchte.

In den vergangenen Jahren hat die Jakobsbühne viele sehr erfolgreiche Theateraufführungen inszeniert und im Landheim und dem Stadttheater Landsberg aufgeführt.

Für das diesjährige Jubiläum wurde das Dietrich-Stück wieder aufgenommen und mit der damaligen Urbesetzung und dem Kirchenchor (Leitung: Erich Unterholzner) auf die Bühne gebracht.



Schönheit und Schönes bei Green Luxury Cosmetic

Schönheit ist die Leidenschaft von Monika Krucker. Das spiegelt sich auch in den edlen Räumen ihres Kosmetikinstituts Green Luxury Cosmetic. Dort vereinen sich Fachwissen, die neuesten Behandlungsmethoden und wirkungsvolle, hautfreundliche Produkte, um ein frischeres Hautbild zu erreichen und Alterungsprozesse der Haut abzumildern. Monika Krucker entwickelt ihr Angebot stets weiter - nun ging sie eine Kooperation mit Skinmade und dem Fraunhofer Institut Stuttgart ein. „Wir führen eine Hautanalyse mit einer Hyperspektralkamera durch. Entsprechend der gemessenen Biomarker, die im Labor ausgewertet werden, wird dann eine personalisierte Hautcreme hergestellt“, erklärt sie. Das Angebot ist unschlagbar günstig und konkurrenzlos in der Region. Kein Wunder, dass Green Luxury Cosmetic bereits zum 2. Mal in Folge die Auszeichnung Top Rated 2023 bei Treatwell erhalten hat. Gleich nebenan betreibt Monika Krucker zudem eine kleine Boutique mit exquisiter Mode, ausgefallenen Geschenken und edlen Parfüms. Dabei ist ihr wichtig, dass die Produkte natürlich sind und in privat geführten Manufakturen vorzugsweise in Deutschland hergestellt werden – Green Luxury!

Green Luxury Cosmetic Institut und Boutique, Bahnhofstr. 13 und 15, 86938 Schondorf, www.greenluxurycosmetic.com



Jubiläen von St. Anna und St. Jakob

Die beiden historischen Schondorfer Kirchen St. Anna (Bild links) und St. Jakob (rechts) feiern heuer Jubiläen: St. Anna thront seit 525 Jahren über Oberschondorf, die romanische Kirche St. Jakob steht schon seit 875 Jahren auf der Anhöhe direkt am Ammersee und ist damit einer der ältesten Sakralbauten der Region.

St. Anna wurde nach dem Hagelschaden von 2019 vor einem Jahr mit einem neuen statisch ertüchtigten Turm ausgestattet und ist als Wahrzeichen von Schondorf weithin sichtbar.



Terrassendach • Lamellendach • Pergolen • Sonnensegel



- Exklusiver Sonnen- und Wetterschutz für die Terrasse
- Hochwertige pulverbeschichtete Aluminiumprofile, wartungsfrei
- Größte Langlebigkeit und immer geschützt vor Sonne, Wind und Wetter

Modernste Technik in höchster Qualität



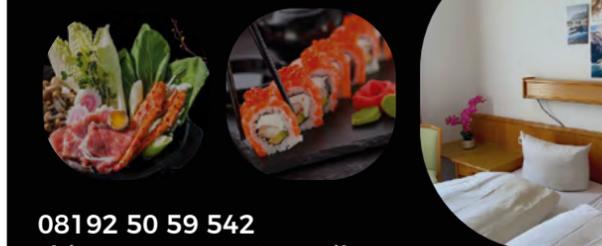
Weingartner Rolllädentechnik GmbH,
Moosstr. 2 • 82279 Eching a. A. • Tel. 08143 1056
info@weingartner.de • www.weingartner-sonnenschutz.de

SHIRO SUSHI AMMERSEE

Unsere Angebote umfassen:

- Sushi, Shabu Shabu (japanisches Fondue), Internationale Küche
- Sushi To Go & Lieferung
- Zwei Veranstaltungsräume
- Hotelzimmer
- durchgehend warme Küche

MONTAG BIS SONNTAG
12:00-21:00
DURCHGEHEND WARME KÜCHE



08192 50 59 542
shiro.ammersee@gmail.com

86938 Schondorf am Ammersee
Landsberger Straße 58

Katharinenstraße 53 | 86899 Landsberg am Lech



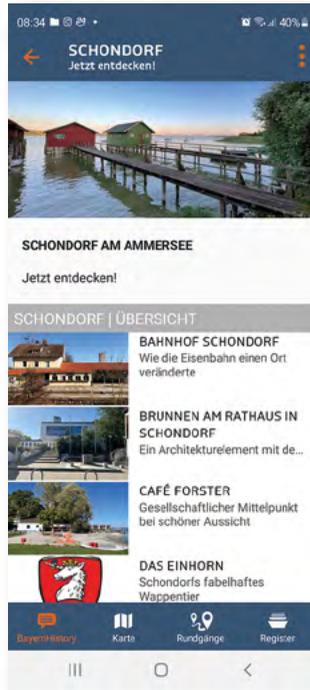
Die BayernHistoryApp für Schondorf ist online

Seit letztem Oktober können Smartphone-Nutzer einen virtuellen Spaziergang durch Schondorf machen bzw. sich bei einer Runde durch den Ort von erklärenden Infos zu den einzelnen Sehenswürdigkeiten begleiten lassen.

Die BayernHistoryApp ist eine mobile Anwendung für Smartphones, die die reiche Geschichte Bayerns interaktiv erlebbar macht – kostenfrei, unterhaltsam und damit auch niederschwellig für die junge Generation. Sie wurde auf Anregung durch Projektinitiator Wolfgang Hauck und begleitet von Redakteur Alois Kramer von „dieKunstBaustelle“ in Kooperation mit der Berlin History App entwickelt und mit finanzieller Unterstützung des Kulturfonds Bayern, des Bezirks Oberbayern, des Landkreises Landsberg und zehn Gemeinden realisiert.

Für Schondorf sind historische Karten, Bilder, Texte und Audioguides hinterlegt. Die rund 20 Beiträge wurden gemeinsam mit Schondorfer Experten zur Heimatgeschichte entwickelt, z. B. Mitgliedern des Schondorfer Kreises, und laden Interessierte ein zu entdecken, wie z. B. die Eisenbahn Schondorf veränderte, warum das Stüssihaus auch „Haus zur Wühlmaus“ heißt und wie die Villa Rustica am Seeufer einst aussah.

Infos: www.BayernHistory.de, App-Store: *BayernHistory*



Ammersee-Winery – der Wein vom Ammersee

2000 Jahre jung ist die Idee, die Südhänge des Ammersees zum Weintraubenanbau zu nutzen. Begünstigt wird diese Idee, damals wie heute, durch das abgemilderte Klima rund um den See, der als natürlicher Wärmespeicher dient, sowie durch die bis zu 30 Föhntage pro Jahr, die warme Luft aus den Alpen in unsere Region bringen.

Die römische Villa Rustica, die sich zur Römerzeit auf den Feldern des Ammersee Biohofs von Familie Ernst zwischen Schondorf und Utting befand, hatte damals den Auftrag, die in der Region lebenden Soldaten und Beamten mit Lebensmitteln wie Wein zu versorgen. Es sind vermutlich dieselben Lagen, die heute die Ammersee-Winery nutzt, um auf kalkhaltigen Böden, die die Kalkalpen zu uns brachten, aromenreiche Bio-Weine anzubauen. „Unsere weißen Rebsorten Sauvignac, Muscaris, Solaris und Souvignier gris sind Neuzüchtungen aus klassischen Rebsorten und kombinieren die positiven Aspekte der einzelnen Trauben zugunsten der Komplexität und Vielfalt an Aromen. Mit der roten Rebsorte Cabernet jura planen wir, künftig den ersten Rosé vom Ammersee zu produzieren“, so Bio-Landwirt Uli Ernst.

Zu kaufen gibt es den Wein der Ammersee Winery jederzeit am Weinautomaten im Eierhäuserl zwischen Schondorf und Utting (da gibt es auch Eier und weitere Produkte des Ammersee Biohofs) sowie freitags, 16 – 18 Uhr, beim Live-Verkauf dort vor Ort – ideal für alle, die etwas mehr bestellen möchten oder Fragen zur Weinproduktion haben.

Außerdem kann man den Wein in der lokalen Gastronomie probieren, z. B. bei Lenas am See Utting, Ammara Dießen etc.

Infos: www.ammersee-winery.de



Anzeige

Der Bio-Wein vom Ammersee

So aromenreich wie das Fünfseenland vielseitig.



Ammersee Winery
Schondorfer Str. 22
86919 Utting

www.ammersee-winery.de





Heute in, morgen out: Warum Haartrends oft verunsichern

Bei Art Nouveau Friseure in Schondorf zählt neben der Handwerkskunst die Ehrlichkeit, denn die braucht es für eine gute Beratung – vor allem dann, wenn Kundinnen und Kunden den ständig wechselnden Frisurentrends in Lifestyle-Magazinen unreflektiert folgen wollen.

„So viele Style-Neuheiten, wie dort angepriesen werden, gibt es gar nicht. Oft werden traditionelle Haarschnitte wie der Bob einfach umbenannt“, kritisiert Detlev Beier von Art Nouveau Friseure. Auch von den üblichen Ratgebern hält er nicht viel, Stichwort: Welcher Haarschnitt passt zu welcher Gesichtsform?

Nicht nur, dass diese oft selbst schlecht definiert werden kann. Ein Haarschnitt sollte sich eben nicht nur am Gesicht, sondern auch an



den eigenen Wünschen, der Haarqualität u.v.m. orientieren.

Detlev Beier ist hier Meister seines Fachs und berät gemeinsam mit seinem Team ehrlich, so dass nach dem Haarschnitt beim Blick in den Spiegel ein Strahlen von Kunde und Kundin die Folge ist – und keine unliebsame Überraschung.

„Auch die Definition der eigenen Naturfarbe ist nicht für jeden einfach“, weiß Beier. So erlebt er es oft bei Selbstfärbe-Experimenten von Neukunden. Da wird oft nicht der richtige Farbton getroffen, und die gängigen Drogeriemarkt-Produkte pflegen nicht. So wirkt das Haar angegriffen, statt zu glänzen.

Dass bei Art Nouveau Friseure sowohl Beratung als auch das Handwerk und

die Produktqualität stimmen, hat sich herumgespröchen. Deshalb vergrößert der beliebte Friseur und sucht neue Team-Mitglieder mit der gleichen Leidenschaft für Qualität. „Wir bieten ein tolles Miteinander, echtes Wohlfühlambiente und eine überdurchschnittliche Bezahlung“, freut sich Detlev Beier auf zahlreiche Bewerbungen.

**Kontakt: Tel.: 08192/998 70 10,
www.artnouveaufriseure.de,
info@artnouveaufriseure.de**

**Foto: Detlev Beier,
Inhaber von Art Nouveau Friseure**



Nah am Menschen, nah am Zahn

Zahnarztpraxis Lemkamp & Lemkamp in Schondorf

Ob zum strahlenden Lächeln oder festen Biss: Unsere Zähne sind wichtig und bedürfen bester Pflege, Kontrolle und Reparatur – Leistungen, die bei kleinen und großen Patienten die Zahnarztpraxis Lemkamp in Schondorf zuverlässig und verbindlich erbringt. Das besondere: Trotz dem hohen fachlichen Niveau und der Spezialisierung auf Fachbereiche wie Paradontologie, Chirurgie, Endodontie, Implantologie und Zahnersatz, Kinderzahnheilkunde sowie Prophylaxe ist die Praxis nahbar und bodenständig. „Wir Zahnärzte verstehen uns als Begleiter, nehmen Anteil am Leben unserer Patienten und sind da, wenn man uns braucht“, sagt Dr. Vera Lemkamp. In diesem vertrauensvollen Verhältnis auf Augenhöhe lassen sich kleine Zahnreparaturen ebenso wie strategische Planungen für Zahnerhalt oder -ersatz entspannt



Lemkamp Lemkamp

Ihre Zahnärzte

und angstfrei durchführen, stets konsequent mit Liebe zum Detail, wie Dr. Lemkamp betont.

Nah am Menschen sein, ist die Devise des Zahnärztehepaares Lemkamp seit der Praxiseröffnung 2006. Mittlerweile arbeiten dort fünf Zahnärztinnen und -ärzte, so werden auch Spezialgebiete optimal abgedeckt. Das von Dr. Vera Lemkamp ist die Paradontologie. „Ein gesundes Zahnbett ist die Basis für gesunde Zähne und damit für die allgemeine Gesundheit“, erklärt sie.

Dr. Michael Lemkamps Fachgebiet ist die Chirurgie. In seinen Händen liegt neben der Entfernung von Weisheitszähnen

oder einer Wurzelspitzenresektion der Knochenaufbau, um zahnlose Kieferbereiche optimal mit Implantaten und Zahnersatz versorgen zu können. Eine „Institution“ in der Praxis ist Dr. Karin Hohberger, die sich insbesondere der kleinen sowie Angst-Patienten annimmt.

Großes Augenmerk legt die Praxis Lemkamp auf die Vorsorge – damit gesunde Zähne gesund bleiben.

**Zahnarztpraxis Lemkamp & Lemkamp
www.zahnarzt-ammersee.de
Tel. 08192/7999,
E-Mail: lemkamp@zahnarzt-ammersee.de**

sehfeldoptik

Kein **EYE** gleicht dem anderen

sehfeldoptik

Marion Lohmann :: Augenoptikermeisterin
:: Funktionaloptometristin ::
Hauptstraße 34 :: 82229 Seefeld
Telefon 08152 983 30 50 :: Fax 08152 486 00 22
info@sehfeldoptik.de :: www.sehfeldoptik.de

mobileroptikservice

Wir machen Hausbesuche

Lange Kunstnacht Landsberg: Samstag, 21. September 2024

Für eine Nacht verwandelt sich die historische Altstadt in eine einzigartige öffentliche Kunstgalerie. Hinter jeder Ecke, hinter jeder Türe zu einem Laden, einem Restaurant oder einer Institution gibt es Neues, Überraschendes zu entdecken. Es erwarten die Besucher Malerei und Fotografie, Bildhauerei, Kunsthandwerk, aber auch Performance, Musik und Aktionen in außergewöhnlicher Form und Qualität.

So unterschiedlich die Künstler und ihre Werke sind, so unterschiedlich sind auch die Orte, an denen die Kunst im Rahmen dieser 24. Langen Kunstnacht stattfindet. **Infos: www.lange-kunstnacht.de**



Das kleine Format: Thema „Natur“, Zeitraum: 28. Sept. bis 13. Okt. 2024

Zum elften Mal laden die künstlerische Leiterin Annunciata Forresti zusammen mit dem gemeinnützigen Kulturverein Kunst-Format e.V. Besucher und Besucherinnen ein, unterschiedliche Bilder und Skulpturen regionaler und überregionaler Künstler und Künstlerinnen im Blauen Haus in Dießen kennenzulernen. Eines haben die Exponate miteinander gemein: Ein kleines Format in großer bildnerischer Qualität.

Auch in diesem Jahr wird es wieder einen Publikumspreis geben, den Bürgermeisterin Sandra Perzul für die Marktgemeinde Dießen ankauft. Außerdem wird ein Jurypreis vom Landkreis Landsberg am Lech vergeben – überreicht von Landrat Thomas Eichinger.

Die Ausstellung wird am **Fr., 27. September 2024 um 20 Uhr eröffnet** – Einlass ist bereits um 19 Uhr.

Ort: Kulturforum Blaues Haus, Prinz-Ludwig-Str. 23, Dießen
Ausstellungsdauer: 28. Sept. bis 13. Okt. 2024 geöffnet: Fr., Sa., So, sowie am Do., den 3.10.: von 14 bis 18 Uhr

Infos: www.das-kleine-format.de



MAYSR
boxenstopp

Wir geben **Vollblut-Schrauber** (m/w/d) ein neues Zuhause.
Reifenfach an und kommt vorbereitet

Mit Herz und Verstand – die KFZ-Werkstatt nah am Ammersee

KFZ Reparaturen | freie Werkstatt für alle Marken | HU/AU Abnahme | Reifenfachhandel mit Einlagerung | ProfiService-Werkstatt

Tel. 08193 999580
www.maysrboxenstopp.de

Biolandhof Huber wird Paartal-Biohof

Einen ebenso professionellen wie harmonischen Übergang in neue Hände erfuhr im Juli der Biolandhof Huber in Walleshausen, der weithin für seine Kartoffelproduktion im Ökolandbau bekannt ist und künftig als „Paartal Biohof“ firmieren wird.

Bio-Kartoffelbauer Martin Huber, der vor 35 Jahren den malerischen Hof erwarb (im 15. Jhd. erwähnt als „Obere Mühle“), auf Biobetrieb umstellte und zu einem großen Kartoffelbetrieb (u.a. für Feneberg, Ökoring und Direktvertrieb) ausbaute, übergab nun den Hof in beste Hände: Der bereits seit 18 Jahren am Hof tätige (seit zehn Jahren in der Funktion des Betriebsleiters) Christoph Ehrhardt und seine Frau Laura Ehrhardt übernahmen den Hof.

Die beiden sind bestens mit allen Abläufen und Prozessen vertraut und wohnen schon seit zwei Jahren im Hofhaus direkt über dem Bachlauf der namensgebenden Paar.

„Die Übergabe war ein intensiver, längerer Prozess. So ein Rollenwechsel findet ja nur einmal im Leben statt, und so haben wir uns rechtlich, steuerlich, betriebswirt-



(V. l.): Christoph und Laura Ehrhardt mit Söhnen sowie Ellen Klepper und Martin Huber.

schaftlich und auch psychologisch dabei begleiten lassen – nun sind alle sehr froh und zufrieden, dass es wirklich gut gelungen ist“, freut sich Martin Huber.

Und auch Laura Ehrhardt hebt die stets positive Grundhaltung hervor, die trotz auch mal schwieriger Themen während des Übernahmeprozesses herrschte.

So wird der historische Hof in einem schönen Miteinander weiter bewohnt, während der Betrieb nun durch Laura und Christoph Ehrhardt fortgeführt wird, die beide durch ihre landwirtschaftliche Ausbildung und Erfahrung die Produktion in bekannter Qualität weiterführen. Für die Kunden ergibt sich bis auf den Namenswechsel keine Änderung.

Auch die wissenschaftliche Arbeit am Hof soll fortgeführt werden. In Zusammenarbeit mit landwirtschaftlichen Instituten wurden hier neue Züchtungen getestet, die zum Teil auch zum Einsatz kommen – wie z. B. die neue krautfäule resistente Sorte Melia, die im aktuell regenreichen Produktionsjahr bereits überzeugen konnte. **Infos und Kontakt: www.gutekartoffeln.de**

Anzeige

Biolandhof HUBER ▶ **PAARTAL Biohof**

Aus dem Biolandhof HUBER wird der PAARTAL Biohof.

Beste Kartoffeln aus ökologischem Anbau erhältlich in unserem Hofladen in Walleshausen, Naturkostläden, Feneberg-Filialen und der Amperhof Ökokiste. Infos über unseren Hof, die guten Kartoffeln und den biologischen Anbau finden Sie unter: www.gutekartoffeln.de



Einfach gute Kartoffeln!



Kartoffel-SB:
Montag-Sonntag
7-21 Uhr





Vitametik®:
Entspannung für Muskulatur, Wirbelsäule und Nervensystem und eine Antwort auf Stress

Ich bin für Sie da.

Elisabeth Gall-Kaiser
Auf der Höhe 3 - 86923 Finning
Tel. 08806/95 64 43 - 0172/44 15 849
Termine nach Vereinbarung

Vita METIK
DIE GESUNDHEITSPFLEGE

Die Vitametik® ersetzt nicht die Behandlung durch einen Arzt oder Heilpraktiker, ist jedoch eine wertvolle Ergänzung zu Behandlungen. Liegende ärztliche Behandlungen und Anordnungen sollen weitergeführt, bzw. nötigenfalls nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt oder Heilpraktiker weitergeführt werden.

Bäckerei – Konditorei Christine Lindner
Landsberger Straße 49 • 86938 Schondorf am Ammersee
Tel: 08192/231 • Email: baeckerei-lindner@t-online.de
www.baeckerei-schondorf.de

Qualität aus Meisterhand in Tradition seit 1933

Hier läuft die Ware nicht vom Band, hier schafft man noch mit Herz und Hand.

www.mn-kommdesign.de * Marienbrunnen

Corporate Design
• Logo • Geschäftsausstattung
• Prospekte und Flyer • Plakate
• Anzeigen • Internetauftritt ...

Editorial Design
• Bücher • Zeitungen • Zeitschriften ...
Illustrationen / Grafiken / Muster

M. Monika Niedermair Kommunikationsdesign
Landsberg am Lech Tel. 08191 - 970 72 42

donnerstag 1.8.
21.00 Fürstfelder Kinosommer 2024, XXL-Kino im Klosterhof, VA-Forum FFB (www.ffb-kinosommer.de), täglich noch bis 17. August)

freitag 2.8.
14.39 Ferienprogramm: Musikwerkstatt - Dein eigenes Steinzeit-Instrument bauen, Anmeld. erf. steinzeitdorf-pestnacker.de, Steinzeitdorf

montag 5.8.
11.15-12.15 Yoga ab 60, Kurs mit 8 Terminen, Gesundheits i-Tüpfel Steindorf

15.00 Ferienprogramm: Steinzeitliche Höhlenmalerei, Anmeld. erf. steinzeitdorf-pestnacker.de, Steinzeitdorf Pestnacker

15.30-16.30 Yoga mit Stuhl, Kurs mit 8 Terminen, Gesundheits i-Tüpfel Steindorf

18.00 Rhapsodie im August, Gedenken an Hiroshima, Lichtspielhaus FFB

dienstag 6.8.
17.30-21.00 Sommerworkshops „BACHATA & SALSA“, Gesundheits i-Tüpfel Steindorf

mittwoch 7.8.
10.00-11.00 Yoga Familienworkshop, Gemeinsam Yoga ausprobieren, Gesundheits i-Tüpfel Steindorf

11.00 Ferienprogramm: Kreativworkshop Pflanzenfarben Herstellen & Malen, Anmeld. erf. steinzeitdorf-pestnacker.de, Steinzeitdorf Pestnacker

donnerstag 8.8.
17.00 Vortrag Enno Tank (DB Energie): 100 Jahre Ökostrom für die Deutsche Bahn, 100 Jahr-Feier Walchenseekraftwerk, Kochel am See

freitag 9.8.
11.00 Ferienprogramm: Steinzeitküche - Kochen und Backen, Anmeld. erf. steinzeitdorf-pestnacker.de, Steinzeitdorf Pestnacker

samstag 10.8.
10.00-18.00 34. Töpfer- und Kunsthandwerkermarkt, VA-Forum FFB

19.00 Vernissage Ausstellung „Ansichtssache“ im Blauen Haus, Dießen, Blaues Haus Dießen

20.50 Good-bye Lenin, Saturday Night Movies, Lichtspielhaus Fürstfeldbruck

montag 12.8.
Action und Abenteuer in der Natur (12.8.-16.8.), Ferienprogramm ohne Übernachtung (8-16 Jahre), Naturschutz- und Jugendzentrum Wartaweil

dienstag 13.8.
19.00-21.00 Selbsthilfegruppe Verwaiste Eltern, Tod und Trauer vor, während und kurz nach der Geburt, Familienoase LL

mittwoch 14.8.
18.00 Simon & Garfunkel Revival Band - Open Air, Info: info@widmanns-kabarett.de, Schmiechachhalle, Schmiechen

samstag 17.8.
19.00 Vernissage der Ausstellung „Licht über Erde“ der Künstlerin Theresa Milerferli, mit Barockmusik (Gitarre und Flöte), Rochlhaus in Thaining

sonntag 18.8.
9.00-13.30 Yoga Tagesretreat, Auszeit vom Alltag, Gesundheits i-Tüpfel Steindorf

mittwoch 21.8.
20.00 Der Clou, Filmklassiker mit Paul Newman und Robert Redford, Lichtspielhaus Fürstfeldbruck

donnerstag 22.8.
18.00-19.00 Qigong, Qigong ab jetzt wiederkehrend jeden Donnerstag, Gesundheits i-Tüpfel Steindorf

sonntag 25.8.
16.00-17.00 Vortrag Aromä: Duft & Gesundheit, Lilly Dießen

montag 26.8.
14.00 Ferienprogramm: Feuerstein und Holz: Herstellung von Steinzeitäxten, Anmeld. erf. steinzeitdorf-pestnacker.de, Steinzeitdorf Pestnacker

17.00-18.00 Schnupperabend Osteopathie & Paartanz, Gesundheits i-Tüpfel Steindorf

dienstag 27.8.
CAVALLUNA Kids (27.8.-8.9.), Sommercamp total verrückt!, Showpalast München

mittwoch 28.8.
10.00-11.00 Acro- & Partnernyoga, Für Kinder & Jugendliche ab 12 Jahren oder Eltern gemeinsam mit ihren Kindern, Gesundheits i-Tüpfel Steindorf

11.00 Ferienprogramm: Steinzeitküche - Kochen und Backen, Anmeld. erf. steinzeitdorf-pestnacker.de, Steinzeitdorf Pestnacker

freitag 30.8.
14.00 Ferienprogramm: Gefäße der Vorzeit - Handwerk mit Birkenrinde, Anmeld. erf. steinzeitdorf-pestnacker.de, Steinzeitdorf Pestnacker

17.00-19.00 Mittelaltermarkt zu Fürstfeldbruck (30.8.-1.9.), mit großem Ritterturnier, Amperauen FFB

17.30-19.00 Sommerworkshop „Discofox & Latin Hustle“, Gesundheits i-Tüpfel Steindorf

19.00-21.00 Sommerworkshop Tanzabend, Gesundheits i-Tüpfel Steindorf

samstag 31.8.
10.00-17.00 Dein Weg zur ausdrucksstarken Stimme, Gesundheits i-Tüpfel Steindorf

15.00-16.30 Heilpflanzen rund ums i-Tüpfel, Kräuterwanderung, Gesundheits i-Tüpfel Steindorf

sonntag 1.9.
16.00-17.00 Vortrag: Achtung Tiger! - oder warum boykottiere ich mich selbst?, Lilly Dießen

montag 2.9.
14.00 Ferienprogramm: Höhlenfackeln - Steinzeitliches Handwerk, Anmeld. erf. steinzeitdorf-pestnacker.de, Steinzeitdorf Pestnacker

mittwoch 4.9.
11.00 Ferienprogramm: Steinzeitliche Feuertechniken erlernen, Anmeld. erf. steinzeitdorf-pestnacker.de, Steinzeitdorf Pestnacker

freitag 6.9.
19.00 Cosmic Dreams, Party, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

samstag 7.9.
20.00 JOSH. Open Air Tour 2024, Konzert, VA-Forum FFB

sonntag 8.9.
Oide Wiesen, „Oide Wiesen“-Festzelt LL
9.00-17.00 Tag des offenen Denkmals im Erlebniskraftwerk Walchensee, Walchenseekraftwerk Kochel

mittwoch 11.9.
Ausstellung Waldsichten (11.9.-17.9.), Blaues Haus Dießen

19.30-21.00 Frauenchor Sing & Groove, BODHI Dießen

donnerstag 12.9.
20.00 BluesFirst: Dr. Will & the Wizzards, Jubiläumstour - Acoustic Performance, VA-Forum FFB

freitag 13.9.
9.00 Mode aus der Region, Vintage & mehr, Verkauf von Neuware & hochwertigen Vintageteilen, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

18.00 Theater conterBande „Der ÖD“, Schauspiel, Stadttheater Landsberg

samstag 14.9.
8.15-11.00 Herbstflohmarkt der Stillgruppe, Sport- und Veranstaltungszentrum

13.00-15.00 Kinder-Kleiderbasar Weil, Schule Weil

18.00 Dreiecksmusi, Konzert, Happberger Kulturförderverein Ludenhausen

sonntag 15.9.
10.00-17.00 Tag der offenen Tür im Wasserkraftwerk Mühlthal, Straßlach a.d. Isar

13.00 Bachata & Salsa Workshop & Party, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

14.00 Vernissage der Ausstellung im Teehaus, Inspirationen aus dem Schacky-Park Dießen

14.00-15.00 Führung am letzten Tag „Auf Spurensuche“, Anmeld. erf. 08131 5675-13, Gemäldegalerie Dachau

mittwoch 18.9.
20.15 Die Unbestechlichen, Filmklassiker von Brian de Palma, Lichtspielhaus FFB

donnerstag 19.9.
18.00 er Jugendballett, „La dolce vita... fino al punto culminante“, Ballett- und Tanzstudio Beatrix Klein, Stadttheater Landsberg

freitag 20.9.
16.30-19.00 Kinderkleidersecondhandmarkt Sportfreunde Untermühlhausen e.V., Pfarrstadt

18.30-21.00 Kinder-Abend-Flohmarkt, Kleidung-Spielzeug-Fahrzeuge, Kinderhaus Maria Himmelfahrt Kaufering

samstag 21.9.
Lange Kunstnacht, Landsberg, Infos unter: www.lange-kunstnacht.de

18.00 Rupidoo Global Music Club, Party, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

sonntag 22.9.
13.00 Tanz-Tee mit dem City Swingtett, Tanz, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

mittwoch 25.9.
18.00 Urgewald, Agenda-21-Kino in Kooperation mit dem Nord-Süd-Forum, Lichtspielhaus FFB

freitag 27.9.
18.00 Premiere „Nebenan“, Theaterlust, Stadttheater Landsberg

18.00 Sweetspot Acapella live, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

samstag 28.9.
10.00-17.00 Workshop Weiblichkeit mit Fotografie, Gesundheits i-Tüpfel Steindorf

12.00-15.00 Führung im magischen Eibenwald, Anmeld. erf. reconnect-tumbach.com, Gasthof „Zum Eibenwald“ Paterzell

18.00 Juli Linden Quartett: Animé meets James Bond, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

18.00 Kabarettabend Wellbrüder: Alpinissimo Tropical, Happberger Kulturförderverein Ludenhausen

sonntag 29.9.
17.00 Christian Brückner & Martin Auer Quintett „Hinab in den Maelström“, Konzert, Literatur, Stadttheater Landsberg

dienstag 1.10.
12.00 Tag der offenen Tür in den Groundlift Studios, Ein Blick hinter die Kulissen, Alte Brauerei Stegen

18.00 Stoppok & Artgenossen, Konzert, Stadttheater Landsberg

donnerstag 3.10.
17.30 Severin Groebner: „Überhaltung“, s' Maximilianeum, Stadttheater Landsberg

freitag 4.10.
13.00 „Gute Nacht, Gorilla“, Kindertheater ab 3 Jahren, Stadttheater Landsberg

20.00 Bülent Ceylan: Yallah Hopp!, VA-Forum Fürstfeldbruck

samstag 5.10.
16.00-22.00 Lange Yoga Nacht 2024 - Für Gesundheit, Yoga & Spiritualität, Das Original in Augsburg, Zeughaus Augsburg

18.00 ImproLLetten, Improvisationstheater, Happberger Kulturförderverein Ludenhausen

20.00 Fürstfelder Konzertreihe: Morgenstern Klaviertrio, VA-Forum FFB

sonntag 6.10.
10.00-13.00 Winter- und Skibasar des Gemeindekindergartens Geltendorf, Bürgerhaus Geltendorf

Ihr bio-zertifiziertes Wohlfühlcafé mit eigener Konditorei in Dießen am Ammersee

GOLDAMMER

Gute Zeit!
Immer Donnerstag von Zwei bis Drei:
Cappuccino & Kuchen für 8 €

Do - Mo 08:30 - 17:00 Uhr
Dienstag und Mittwoch Ruhetag
Feiertage geöffnet

Café | Konditorei | Bistro | Hotel garni
Bahnhofstr. 10 • 86911 Dießen a. Ammersee
Telefon 0 88 07 - 331 • www.diegoldammer.com

Die gute Energie des Ammersees spüren. Raus aus der Stadt. Raus aus dem Alltag. Raus aus dem Stress. Ruhe, Gelassenheit und Wohlfühlen in der

Praxis für Systemisches Coaching & Mentoring Mazen Moussli
Business Coach & Mentor

Die Ammerseer Denkfabrik

Für wen?

- Für alle, die 2024 beruflich oder privat neue Wege gehen wollen
- Für alle, die gerne in der Gruppe lernen
- Für alle, die gerne in ihre Zukunft investieren möchten
- Für alle, die wertvolles Netzwerken und gute Kontakte zu schätzen wissen

Erstmalig am Ammersee
Für nähere Infos:
ip.moussli.de

Wo?
In der gemütlichen Kaminlounge und im Coaching Garten der Praxis für Systemisches Coaching findet unser monatliches Zusammenkommen statt.

Windachstr. 1 • 82279 Eching am Ammersee
Tel. 01525 4237181
www.moussli.de • info@moussli.de

dienstag 8.10.

18.30-21.00 Sterbe-Mund: Tut Wahrheit kund, Lesung mit Petra Frey zum Welthospiztag, Lechsport-halle Veranstaltungssaal Landsberg

mittwoch 9.10.

20.00 Jazz First: Shuteen Erdenebaatar Quartet, Rising Sun, VA-Forum FFB

donnerstag 10.10.

18.00 Jan Weiler: "Älternzeit", Kabarett, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

freitag 11.10.

18.00 Wally & Ami Warning: Groove and Soul, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

20.00 Eine Sprachbox namens Alessa!, Alter Wirt Eresing

samstag 12.10.

14.00-18.00 15. Uttinger Ateliertage zum Thema Liebe, Ateliers und Ausstellungsräume Utting

19.30-22.30 VOX ORANGE, Benefizveranstaltung des Eine Welt Förderkreis, Pfarrsaal Windach

sonntag 13.10.

19.00 Florian Wagner: Funk you, VA-Forum FFB

mittwoch 16.10.

20.00 Literatur Fürstenfeld: Uschi Glas, Ein Schätzchen war ich nie. Zum 80. Geburtstag der Filmikone, VA-Forum FFB

freitag 18.10.

18.00 Juli Linden Quintett: Bravo Buenosayres, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

20.00 Africa meets Gospel: Mano Michael, 200 Stimmen aus FFB, VA-Forum FFB

samstag 19.10.

10.00-12.00 Bekleidungs-basar vom Elternbeirat der KiTa, Pfarrheim der Kirche zu den Heiligen Engeln Geltendorf

18.00 Pulse: The Best of Pink Floyd, Konzert - Immersive Audio, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

18.00 Weinfest der Freiwilligen Feuerwehr Geltendorf, Turnhalle Geltendorf

20.00 Der Tod: Gevatter Unser, VA-Forum FFB

sonntag 20.10.

10.00-18.00 16. Fürstenfelder Kirta, Markt - Fest - Tanz, VA-Forum FFB

16.00-18.00 Yoga meets Klang, Anmeld. erf. reconnect-tumbach.com, Bliss in Denklingen

17.00 Schariwari, immer weida-Tour, Folkrock, Schmiechachhalle, Schmiechen

19.00 Verleihung Kulturförderpreis, VA-Forum FFB

19.00 Alte Musik in Fürstenfeld, VA-Forum FFB

donnerstag 24.10.

18.00 Trio Nautico: "Via con me", Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

18.00 Paulaner Solo Finale 2024, VA-Forum FFB

19.00 Voodoo Jürgens: "Wie die Nacht noch jung wor", Konzert, Stadttheater LL

donnerstag 31.10.

19.00 Halloween Rocknacht: Mit der Groundlift-Band, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

14.30-18.00 Zeit für Trauer, Anmeld. erf. reconnect-tumbach.com, Bliss in Denklingen

15.30 Traumelodien der Operette, Eine festliche Revue, VA-Forum FFB

18.00 Groove Galaxy & Hard Days Night Big Band, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

18.00-21.30 Ricardo Volkert & Friends, Benefizveranstaltung des Eine Welt Förderkreis Windach e.V., Pfarrsaal Windach

19.00 Christine Eixenberger: "Einbildungsfreiheit", Kabarett, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

19.00 Paulaner Solo Finale 2024, VA-Forum FFB

19.00 Voodoo Jürgens: "Wie die Nacht noch jung wor", Konzert, Stadttheater LL

19.00 Halloween Rocknacht: Mit der Groundlift-Band, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

14.30-18.00 Zeit für Trauer, Anmeld. erf. reconnect-tumbach.com, Bliss in Denklingen

15.30 Traumelodien der Operette, Eine festliche Revue, VA-Forum FFB

18.00 Groove Galaxy & Hard Days Night Big Band, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

18.00-21.30 Ricardo Volkert & Friends, Benefizveranstaltung des Eine Welt Förderkreis Windach e.V., Pfarrsaal Windach

19.00 Christine Eixenberger: "Einbildungsfreiheit", Kabarett, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

19.00 Paulaner Solo Finale 2024, VA-Forum FFB

19.00 Voodoo Jürgens: "Wie die Nacht noch jung wor", Konzert, Stadttheater LL

19.00 Halloween Rocknacht: Mit der Groundlift-Band, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

14.30-18.00 Zeit für Trauer, Anmeld. erf. reconnect-tumbach.com, Bliss in Denklingen

15.30 Traumelodien der Operette, Eine festliche Revue, VA-Forum FFB

18.00 Groove Galaxy & Hard Days Night Big Band, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

18.00-21.30 Ricardo Volkert & Friends, Benefizveranstaltung des Eine Welt Förderkreis Windach e.V., Pfarrsaal Windach

19.00 Christine Eixenberger: "Einbildungsfreiheit", Kabarett, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

19.00 Paulaner Solo Finale 2024, VA-Forum FFB

19.00 Voodoo Jürgens: "Wie die Nacht noch jung wor", Konzert, Stadttheater LL

19.00 Halloween Rocknacht: Mit der Groundlift-Band, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

14.30-18.00 Zeit für Trauer, Anmeld. erf. reconnect-tumbach.com, Bliss in Denklingen

18.00-21.30 Ricardo Volkert & Friends, Benefizveranstaltung des Eine Welt Förderkreis Windach e.V., Pfarrsaal Windach

19.00 Christine Eixenberger: "Einbildungsfreiheit", Kabarett, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

19.00 Paulaner Solo Finale 2024, VA-Forum FFB

19.00 Voodoo Jürgens: "Wie die Nacht noch jung wor", Konzert, Stadttheater LL

19.00 Halloween Rocknacht: Mit der Groundlift-Band, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

14.30-18.00 Zeit für Trauer, Anmeld. erf. reconnect-tumbach.com, Bliss in Denklingen

15.30 Traumelodien der Operette, Eine festliche Revue, VA-Forum FFB

18.00 Groove Galaxy & Hard Days Night Big Band, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

18.00-21.30 Ricardo Volkert & Friends, Benefizveranstaltung des Eine Welt Förderkreis Windach e.V., Pfarrsaal Windach

19.00 Christine Eixenberger: "Einbildungsfreiheit", Kabarett, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

19.00 Paulaner Solo Finale 2024, VA-Forum FFB

19.00 Voodoo Jürgens: "Wie die Nacht noch jung wor", Konzert, Stadttheater LL

19.00 Halloween Rocknacht: Mit der Groundlift-Band, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

14.30-18.00 Zeit für Trauer, Anmeld. erf. reconnect-tumbach.com, Bliss in Denklingen

15.30 Traumelodien der Operette, Eine festliche Revue, VA-Forum FFB

18.00 Groove Galaxy & Hard Days Night Big Band, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

18.00-21.30 Ricardo Volkert & Friends, Benefizveranstaltung des Eine Welt Förderkreis Windach e.V., Pfarrsaal Windach

19.00 Christine Eixenberger: "Einbildungsfreiheit", Kabarett, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

19.00 Paulaner Solo Finale 2024, VA-Forum FFB

19.00 Voodoo Jürgens: "Wie die Nacht noch jung wor", Konzert, Stadttheater LL

19.00 Halloween Rocknacht: Mit der Groundlift-Band, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

14.30-18.00 Zeit für Trauer, Anmeld. erf. reconnect-tumbach.com, Bliss in Denklingen

15.30 Traumelodien der Operette, Eine festliche Revue, VA-Forum FFB

18.00 Groove Galaxy & Hard Days Night Big Band, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

18.00-21.30 Ricardo Volkert & Friends, Benefizveranstaltung des Eine Welt Förderkreis Windach e.V., Pfarrsaal Windach

19.00 Christine Eixenberger: "Einbildungsfreiheit", Kabarett, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

19.00 Paulaner Solo Finale 2024, VA-Forum FFB

19.00 Voodoo Jürgens: "Wie die Nacht noch jung wor", Konzert, Stadttheater LL

19.00 Halloween Rocknacht: Mit der Groundlift-Band, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

14.30-18.00 Zeit für Trauer, Anmeld. erf. reconnect-tumbach.com, Bliss in Denklingen

15.30 Traumelodien der Operette, Eine festliche Revue, VA-Forum FFB

18.00 Groove Galaxy & Hard Days Night Big Band, Konzert, Groundlift - Alte Brauerei Stegen

SauNa(h)e Sauna-Planung

Wer eine Sauna kauft, möchte das passende Modell nicht aus dem Katalog auswählen, sondern sich ganz bewusst für die richtige Größe, das passende Zubehör, die einzelnen Gestaltungselemente und technischen Features entscheiden.

Bisher fuhren die Kunden von Sauna-Fachmann Karsten Zepp, der bereits seit 34 Jahren Interessenten hier in der Region als Sauna-Experte berät, in die Ausstellungsfläche nach Germering, um dort die ganze Fülle an Sauna-Optionen vor Ort anzusehen.

Doch nun hat Zepp nach entsprechenden Umbau- und Gestaltungsarbeiten in den Räumlichkeiten einer ehemaligen Schreinerwerkstatt in Pflugdorf (Kohlstattstraße 11) und damit in unmittelbarer Nähe seines Issinger Büros eine neue Ausstellungsfläche in unserer Region geschaffen, wo er die ganze Vielfalt seiner Saunenlandschaft präsentieren kann.

Hier können sich Interessenten viele Ideen auch für die Ruhebereiche holen und neben den bewährten Sauna- und Infrarotkabinen eine moderne Elementsaunakabine (Holzart „Rot-Erle“) begutachten. Diverse neue LED-Beleuchtungssysteme, ein innovatives Soundsystem und eine digitale Ofenüberwachung nach modernsten technischen Standards werden ebenso präsentiert wie der mit Holz beheizbare Saunaofen.

Sauna-Fachmann Karsten Zepp verspricht Besuchern seiner neuen Ausstellung eine professionelle und hochwertige Beratung, damit der private Wellness-Traum in Erfüllung geht. Jede von ihm konzipierte Sauna-Kabine ist ein Unikat – individuell abgestimmt auf die Kundenwünsche. **Infos: www.sauna-fachmann.de**



DER SAUNA-FACHMANN

Saunen • Infrarot-Wärme



34 Jahre Erfahrung im Saunabau

- Unsere Saunen sind individuelle Einzelfertigungen. Nach Ihren Wünschen und räumlichen Gegebenheiten – für jede Grundrissvariante.
- Hergestellt in Bayern in bester Schreinerqualität
- Persönliche Beratung und Betreuung unserer Kunden



Farblicht • Zubehör

Der Saunafachmann Karsten Zepp



Büro
Lindenweg 2 b • 86946 Vilgertshofen-Issing
Tel. 08194 / 99 89 366 • 089 / 8402 702
info@sauna-fachmann.de

Ausstellung
Kohlstattstraße 11 • 86946 Vilgertshofen-Pflugdorf
Achtung - Termine nur nach Absprache!

www.sauna-fachmann.de

Natürlich!
100%
torffrei

Wir produzieren nachhaltig vor Ort für Sie!



ÜBERZEUGEN SIE SICH SELBST:

- Pflanzenstärkung mit EFFEKTIVEN MIKROORGANISMEN
- Pflanzenschutz durch NATÜRLICHE GEGENSPIELER (Nützlinge)
- Wir verwenden in unserer Gärtnerei nur Pflanzensubstrat mit 100% TORFFREIEM GEHALT und produzieren unsere Pflanzen mit überwiegend organischem Dünger

Gärtnerei Dumbsky, An der Schweinach 1, 86949 Hechenwang

Telefon 08806 2064 | www.gaertnerei-dumbsky.de



Pflanzen aus unserer nachhaltigen Produktion erkennen Sie am Dumbsky Topf

Die Gewinner unseres großen jezza!-Sommerheft-Gewinnspiels

Preise
im Wert von
3750 Euro waren
zu gewinnen!

In der letzten jezza!-Ausgabe gab es Preise im Wert von über 3750 Euro zu gewinnen! Wir geben die Gewinner bekannt.



Im Zusammenhang mit unserer Berichterstattung hatten wir für unsere letzte jezza!-Ausgabe einige Veranstalter um Tickets für unsere Leser und Leserinnen gebeten und konnten so unter der überwältigenden Menge an Teilnehmenden viele attraktive Preise verlosen.

Über **je zwei Tickets für die 70er-Party im Groundlift-Studio Stegen** (in der Alten Brauerei Stegen) konnten sich freuen: **Sonja Haseneder** (Lamerdingen) und **Ellen Vorbröcker** (Landsberg)

Zum **Tollwood** konnten wir 16 Leser und Leserinnen in drei verschiedene Konzerte einladen:

Je zwei Tickets für **Kaffkiez** gewannen **Stefan Thurner** (Schondorf) und **Claudia Hoppmann** (Greifenberg).

Je zwei Tickets für **Lena** gingen an **Stefanie Dreßler** (Kaufering), **Kristina Knoll** (Seefeld) und **Werner Ernst** (Weil)

Über je zwei Tickets für **Haindling** freuten sich **Ursula Mader** (Fürstenfeldbruck), **Petra Enthofer** (Unterdießen) und **Brigitte Sommer-Feder** (Dießen).

Für **sieben Konzerte des Musiksommers am Walchensee**

hatten wir jeweils zwei Karten zu verlosen.

Karten gewonnen haben für die Konzerte von: Banana fishbones: **Theresa Nau** (Grunertshofen)

Claudia Koreck: **Andreas Rill** (Penzing)

Pippo Pollina: **Jochen Bermann** (Fuchstal)

Pam Pam Ida: **Christiane Deissinger** (Oberdießen)

Brustmanns Lust: **Wolfgang Schulz** (Entringing)

Wiener Blond: **Andrea Kuner** (Utting)

Italo Pop Night: **Cornelia Misch**, (Dießen)

8 x 1 Puls-Festivalticket gewannen:

Sonja Weißenbach (Walleshausen), **Christina Bald** (München), **Jürgen Beinlich** (Schondorf), **Theresa Drexler** (Moorenweis), **Silvia Zimmer** (Türkenfeld), **Katharina Kiderle** (Geltendorf), **Brigitte Großkopf** (Landsberg am Lech) und **Noah Birnbaum** (Epenhausen).

Mit der historischen **Ammersee-Dampfbahn** (Familienticket) fuhren die Familien **Weis** (Schondorf) und **Pflegler** (Utting).

3 x 2 Eröffnungskonzertkarten für die **Ammerseerenade** gingen an: **Julia Kammerloher** (FFB), **Anna Schneider** (Schondorf) und **Barbara Suhr** (München).

Die fünf **Werkstattkonzert-Karten des Greifenberger Instituts für Musikinstrumentenkunde** gingen an: **Marianne Nowak** (Eresing), **Robert Glatt** (Schondorf), **Traudi Helfer** (Egenhofen), **Birgit Wegmann** (Türkenfeld), **Marion Herr** (Grafrath).

Den historischen **Roman von Renate Greil „Die Kranichfrauen“** verlost wir drei Mal. Gewonnen haben **Sissi Guddat** (Oberschweinbach), **Stefan Brummer** (Unterdießen) und **Hildegard Blachnitzky** (Kaufering).



Auf den Spuren der Landsberger Reisebuchautorin Silke Feltes wandern können mit deren **Salzkammergut-Reiseführer: Tina Sackmann** (Türkenfeld), **Sabine Stannecker** (Obermeitingen) und **Antje Kölbl** (Mammendorf).

Anzeige



BODHI

Neues Programm

The BODHI Way

Her mit dem schönen Leben

jeden Mittwoch

WIR BIETEN NEUE PERSPEKTIVEN

- Ab 11.09.: „Sing & Groove“ – Frauenchor, 19.30 - 21 Uhr im BODHI
- 1. Okt. Wochenende: „Dießener Gesundheitstage“ BODHI und Ammerfit präsentieren „Release“ – das 6-Monats-Gesundheitscamp, lokale Aussteller, Probetrainings, Schnupperkurse, Vorträge uvm.
- Ab November: Ausbildungen „Aromapraktiker – Wellness/Pflege“
- Ab sofort: traditionelle Lomi Lomi-Wellness-Ausbildung
- Interessante Vorträge:
 - 25.08.: Aromaöle – Duft & Gesundheit;
 - 01.09.: Achtung Tiger!! – oder warum boykottiere ich mich selbst?
 Die Vorträge finden im Lilly in Dießen statt, jeweils 16 – 17 Uhr
- Es gibt noch freie Termine, um unseren tollen Seminar-Raum zu mieten Infos bei Lilly, Brunnenstrasse 5, Dießen oder 0172-8678588 oder hs@uniqueworks.eu

The Bodhi Way, Inh. Sabine Hechendorfer & Christiane Lübke
Lachener Straße 62 • 86911 Dießen (im Gebäude Fa. Lecker)

www.thebodhiway.de

Je ein Ticket für die **Brucker Kulturnacht** ergattern konnten:

Gudrun Schamberger (Penzing), **Gisela Paunoski** (Gröbenzell), **Nicole Metzger** (Geltendorf), **Verena Demir** (Eresing), **Jochen Bermann** (Fuchstal), **Ute Leibrecht-Scheufele** (Pflaumdorf), **Elvira Sollinger** (FFB), **Bettina Brunner** (Landsberied), **Jutta Grundling** (Bobingen), **Andrea Sachse** (Schondorf), **Katharina Börkey** (Kottgeisering), **Elisabeth Furlan** (München), **Margit Lechner** (Türkenfeld), **Julia Kammerloher** (FFB), **Ingrid Frühholz** (Geltendorf), **Laila Maderholz** (Landsberg), **Annette Simon** (Kottgeisering), **Gaby Weixler** (FFB), **Michael Schmid** (Landsberg) und **Regina Sailer** (Fürstenfeldbruck).

Das **Kinderbuch „Giraffenhund und Kratzbürste“** ging an **Franziska Schwinn** (Inning), **Annette und Mariella Wolfgardt** (Türkenfeld) und **Stefanie Dreßler** (Kaufering).



Jeweils einen **Kindereintritt in die Feuerwehrlebniswelt Augsburg** gewannen **Gisela Erhardt** (FFB), **Veronika Krauß** (Geltendorf), **Ingrid Frühholz** (Geltendorf), **Maria Drexl** (Weil), **Nora Schumitz** (Geltendorf), **Angelika Warmuth** (Adelshofen), **Manuel Botzenhardt** (Lagerringen), **Britta Krieg** (Geltendorf), **Katharina Deml** (Eresing), **Jürgen Bransch** (Geltendorf).

5 x 1 Tickets für die **Cavalluna-Sommershow** verlost wir an **Antonia Raith** (Adelshofen), **Gisela Paunoski** (Gröbenzell), **Cornelia Misch** (Dießen), **Simone Bauer** (Kaufering) und **Miriam Gossner** (Geltendorf).

Und zuletzt unsere **Kreativausflüge in die Landeshauptstadt:**
2 x 1 Ticket für **The Happy Club** gingen an **Thea Vollmer** (Arnstadt) und **Katrin Bittscheidt** (Herrsching)
1 Gutschein für die **Silberfabrik** ging an **Sonja Wörle** (Mering)
3 x 2 Tickets für das **Kunstlabor 2** an **Kerstin Wesendorf** (Adelshofen), **Renate Zeller** (Schondorf) und **Theresa Kuhnke** (Starnberg)

Anzeige

Meisterbetrieb
JW
Wasser
Heizung
Solar

Meisterbetrieb Josef Widmann
St.-Nikolaus-Ring 6
82269 Hausen b. Geltendorf
Telefon: 08193/4526
www.widmann-bad-heizung.de



Aus unserem
Leistungskatalog

- Neubau
- Badsanierung
- Kesseltausch
- Heizungs wartung
- Wärmepumpe
- Öl-Gasheizungen
- Holzheizungen
- Solar
- Regenwasser-nutzungsanlagen
- Wasserenthärtungs-anlagen
- Speichere ntkalkung
- Rohrreinigung
- Spenglerarbeiten



Genießen Sie Ihr Homeoffice!

Kanfanar® – Giallo d'Istria®
Terrassenplatten · Pflaster
Mauersteine · Verblender



Selmayr Natursteine GmbH & Co. KG
Nassenhausener Str. 2 · 82291 Mammendorf
Tel. 0 81 45/9 96 87-17 · www.selmayr-natursteine.de



naturbau
ammersee

FACHMARKT FÜR ÖKOLOGISCHES
BAUEN, RENOVIEREN & GESTALTEN

Geöffnet Mo - Fr 9:00 - 17:00

Verkauf · Beratung · Verarbeitung

Umfangreiche Auswahl an Materialien
für den ökologischen Hausbau

- ▶ Parkett & Bodenbeläge
- ▶ Farben & Putze
- ▶ Lacke & Öle u.v.m.



Besuchen Sie
uns in unserem
Fachmarkt in
Utting!

Dießener Str. 30 · 86919 Utting · Telefon 08806 9 59 07 50 · info@naturbau-ammersee · www.naturbau-ammersee.de

TEILHABE

durch der eigenen Hände Arbeit

Wie Menschen mit Behinderung Schönes in Werkstätten entstehen lassen

Text und Fotos: Dagmar Kübler

Nina Lössl (34) stehen die Schweißperlen auf der Stirn. Es ist keine einfache Arbeit, die sie hier in der Weberei bei **Regens Wagner** in Holzhausen ausführt. „Der Rand ist das Entscheidende“, sagt sie und fädelt das Schiffchen mit der gefilzten Wolle durch die Kettfäden. Dann zieht sie den Holzbalken des Handwebstuhls runter, es scheppert laut, die Bahnen des Wollteppichs, der durch ihre Hände Arbeit entsteht, sind verdichtet, und Lössl zupft akribisch noch den Rand zurecht. „Vielen ist es hier zu laut und die Arbeit ist kognitiv anspruchsvoll“, sagt Maria Degle, Gruppenleiterin in der Weberei. Lössl dagegen fühlt sich hier wohl, seit sie vor einigen Jahren von der Industriemontage hierher gewechselt ist. Ihr ist es wichtig, auch mal Abwechslung bei der Arbeit zu haben, und sie freut sich, dass sie damit Geld verdienen kann. An Arbeit mangelt es in der Weberei nicht, viele Teppiche werden auf Maß bestellt. Aber es entstehen auch welche, die exakt als Sitzfläche in die hölzernen Schaukelliegestühle passen, die von Menschen mit Behinderung in einer Werkstatt in Ungarn angefertigt und von Regens Wagner zugekauft werden – ein Schmuckstück für Terrasse oder Wohnzimmer!

Nina Lössl ist eine von rund 240 Menschen mit einer geistigen Behinderung, die in den Werkstätten mit insgesamt 13 Arbeitsbereichen an vier Standorten von Regens Wagner arbeiten. Menschen mit Behinderung haben ein Recht auf einen Beruf, bei Regens Wagner – und auch vielen anderen Trägern – gibt es gemeinsam mit den Betreuern eine persönliche Berufsplanung sowie soziale Begleitung. Nicht jede Arbeit ist für jeden geeignet, aber manchmal sind die Wünsche groß. „Dann darf auch mal etwas Neues ausprobiert werden“, sagt Werkstättenleiter Vincent Jousma, einer von 850 Mitarbeitenden bei Regens Wagner in Holzhausen und seit 24 Jahren dabei. Wer in den Werkstätten arbeitet, ist zu einhundert Prozent erwerbsunfähig, arbeitet deshalb auf dem Reha-Arbeitsmarkt und erhält dafür auch einen Lohn. Bei Regens Wagner ist dieser punkte-basiert, entsprechend der Fähigkeiten und dem Umfang der Betreuung. Er wird zum Grundlohn, der jedem zusteht, addiert. Ziel ist die (Wieder-)Eingliederung in den ersten Arbeitsmarkt. „Das schaffen maximal ein Prozent unserer Beschäftigten“, schätzt Jousma. Manche arbeiten aber in einem sog. Außenarbeitsplatz, so bei Landmanns oder OBI in Landsberg, und werden dort durch Regens Wagner betreut (Firmen können sich bei Interesse gerne melden). Jousma weiß, wie wichtig Arbeit für Menschen mit Behinderung ist. Sie gibt Tagesstruktur, fördert Ent-



Nina Lössl fertigt Wollstoffe am Webstuhl.

Mit den gewebten Stoffen werden hölzerne Schaukelliegestühle bespannt.



wicklung und ermöglicht zwischenmenschliche Beziehungen. Auf vielfältige Arbeitsangebote wird besonders Wert gelegt. So gibt es die Möglichkeit, in der Wäscherei, Gärtnerei, Landwirtschaft oder Weberei zu arbeiten, aber auch mit Metall oder Keramik, auf dem Wochenmarkt oder in den CAP-Märkten in Penzing oder Landsberg – eine besondere, aber wichtige Herausforderung bietet hier der Kundenkontakt. Eine ganz andere Arbeitssituation bringt die Industriemontage mit sich, sowohl für die Arbeitenden als auch für diejenigen, die Arbeit organisieren. Denn: Oberstes Ziel ist es, Menschen mit Behinderung in Arbeit zu bringen. Deshalb muss die Arbeit zu den Menschen passen und nicht umgekehrt. Sprich: Lässt sich ein Auftrag nicht in für die Menschen machbare Einzelschritte herunterbrechen, kann er nicht angenommen werden.

Werkstätten bringen Leistung – trotz Arbeitnehmern mit Behinderung

Eine besondere Aufgabe kommt dabei der Arbeitsvorbereitung, Produktionsleitung und dem Vorrichtungsbaue zu. Vorrichtungen sorgen dafür, dass ein Arbeitsschritt sicher und fehlerfrei durch-

führt werden kann. Einen „Bonus“ für Werkstätten für Menschen mit Behinderung gibt es bei der Industriemontage nicht: Sowohl Preis als auch Qualität müssen stimmen, Liefertermine und Vorgaben sind einzuhalten. „Unsere Werkstätten sind für Auftraggeber vor allem dann interessant, wenn die Stückzahlen noch nicht so hoch sind, dass sich eine Automatisierung lohnt“, erklärt Jousma. Auch Lagerhaltung sowie der Transport der Waren von und zu den Auftraggebern gehört mit zur Industriemontage, die vor allem für hiesige Betriebe wie Rational, Hilti und Dittel durchgeführt wird – auch in Kooperation mit IWL.



Im Laden der IWL findet sich eine sehenswerte Schau der selbst produzierten IWELO-Möbel.

Bei den **IWL Werkstätten für Menschen mit Behinderung gGmbH** in der Rudolf-Diesel-Straße in Landsberg sowie in Machting und München finden rund 500 Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung sowie Menschen mit psychischer Erkrankung Arbeit – in Landsberg arbeiten 230 davon. Dort, in der mit modernsten Maschinen ausgestatteten Halle für Holzverarbeitung, trifft unsere Redaktion drei der Beschäftigten, nämlich Benjamin Lips, der die Leitern, sprich die Seitenteile, für die beliebten IWELO-Möbelssysteme, eine Eigenmarke der IWL, montiert – sowie Fabian Richard, für den Holzzuschnitt zuständig, und Manfred Fleischer, der die Möbel zu den Kunden bringt und dort aufbaut. IWL wird 2025 50 Jahre alt. Seit 30 Jahren gibt es die IWELO-Möbel aus heimischem Holz, natürlich, langlebig und erweiterbar und mittler-



Benjamin Lips, Manfred Fleischer und Fabian Richard mit einem Regal-Seitenteil (Leiter genannt) in der Halle der Holzverarbeitung.

Regens Wagner



Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt

Heilerziehungspfleger/innen	Erzieher/innen
Gesundheits- und Krankenpfleger/innen	Altenpfleger/innen
Heilerziehungspflegehelfer/innen	Kinderpfleger/innen
Mitarbeitende Schulbegleitung	Betreuungshelfer/innen
Mitarbeitende Ehrenamt	Reinigungskräfte

Informiere dich über deine Möglichkeiten bei uns!

<http://www.regens-wagner-holzhausen.de/jobs>
oder direkt per QR-Code

wir freuen uns auf dich!



Regens Wagner Holzhausen
Magnusstraße 1, 3-10 • 86859 Igling-Holzhausen • Telefon: 08241 999-0
Kontakt für Bewerbungen: hz-bewerbung@regens-wagner.de



www.iwl-ggmbh.de
IWL
Werkstätten für Menschen mit Behinderung gGmbH

Menschen stark machen - Wir gestalten berufliche Qualifizierung und Teilhabe am Arbeitsleben für Menschen mit Behinderung.

Mit unserem breiten Produktions- und Dienstleistungsspektrum bieten wir unseren Kunden individuelle Lösungen.

Gemeinsam schaffen wir Perspektiven und stärken Talente.

Telefon: 08191 9241 - 0



www.iwelo.de
IWELO
Eine Marke der IWL gGmbH

Für ein natürliches Wohngefühl. IWELO Möbelsysteme aus Fichte-Massivholz.

iWELO steht für hochwertige Naturholzmöbel, die mit der Natur und dem Menschen verbunden sind. Hinter der Produktion von IWELO steckt jede Menge Know-how, Engagement und Inklusion.

Eine Marke der IWL gGmbH.

Telefon: 08191 9241 - 814



weile aus 500 Einzelkomponenten bestehend. Alles wird nach Industriestandard in den Werkstätten gefertigt, Unfallschutz spiele aufgrund der Maschinen einen große Rolle, sagt Werkstattleiter Harry Sporer. Barrierefreiheit, speziell gebaute Vorrichtungen oder auch Teamarbeit, wo sich Menschen mit ihren unterschiedlichen Fähigkeiten ergänzen, sind Mittel, die hier Teilhabe an Arbeit ermöglichen.

Hilfe geben, nicht nur nehmen

Gerade der Aspekt, anderen zu helfen, z. B. im Team oder wenn jemand neu dazukommt, wird im Gespräch mit den drei Beschäftigten deutlich, und „dass wir etwas ausprobieren dürfen, dass man uns etwas zutraut“, sagt Fabian Richard. Die Werkstätten sind für viele sowohl Sprungbrett als auch sicherer Hafen, in den man wieder zurückkehren kann, wenn es an einem Außenarbeitsplatz nicht optimal gelaufen ist. Über die Marke Wunsch.Arbeit der IWL können Menschen mit Behinderung in Betrieben des ersten Arbeitsmarktes kennenlernen, so in der Hauswirtschaft der Psychosomatischen Klinik Dießen, im Tierheim oder Kindergarten. Ziel ist immer Entwicklung: weiterlernen und mutig bleiben, auch wenn mal was schiefgeht. Erfreulich sei das zunehmende Engagement von Wirtschaftsunternehmen, sagt Betriebsleiterin Alexandra Beckmann: „Die Türen öffnen sich. Es wird immer mehr erkannt, dass die Teilhabe von Menschen mit Behinderung gewinnbringend sein kann, wenn man es schafft, Barrieren abzubauen. Oft bekommen wir die Rückmeldung, dass die Menschen, die wir vermitteln, sehr zuverlässig sind und gern arbeiten.“ So wie der gelernte Schreiner Fabian Richard. Mit 33 Jahren hätte er krankheitsbedingt auch in Rente gehen können. Doch arbeitet er lieber bei IWL. Auch Kollege Benjamin Lips sagt: „Arbeit ist wichtig. Wenn man nur zuhause sitzt, fällt einem die Decke auf den Kopf.“

Menschen mit Behinderung in Arbeit zu bringen ist auch erklärtes Ziel der **Diakonie Herzogsägmühle**. In der Peitinger Werkstatt, einem Zweigbetrieb der Herzogsägmühler Werkstätten, arbeiten in sechs verschiedenen Gruppen Menschen mit einer geistigen oder seelischen Erkrankung in der Montage- oder Eigenproduktfertigung. Deike Trautmann ist Abteilungsleiterin der Werkstatt Weberei/Textil. Dort nähen, weben und montieren derzeit 21 Menschen mit geistiger und/oder psychischer Behinderung. Sie lassen z.B. aus regionaler Wolle Sitzauflagen – auch für Bierbänke - Kissen, Taschen und Teppiche entstehen. „Gespandete Bettwäsche wird in Streifen geschnitten, daraus werden Fleckerlteppiche gewebt“, erklärt Trautmann ein weiteres Produkt, das wie alle anderen im Werkstattden oder im Herzogsägmühler Laden in Weilheim erworben werden kann.

Damit kann auch ein sinnvoller Recycling-Prozess unterstützt werden, auf den in Herzogsägmühle großer Wert gelegt wird – für die Kerzenmanufaktur werden z. B. Wachreste auf den Wertstoffhöfen im Ostallgäu gesammelt.

Die Werkstatt ist übrigens viel mehr als nur ein Arbeitsplatz: dort finden auch Begleitmaßnahmen wie Sport oder Englischunterricht statt, aber auch Gottesdienste und Feiern – so entsteht Gemeinschaft.



In der Diakonie Herzogsägmühle entstehen in verschiedenen Werkstätten unterschiedlichste Produkte. Von Kerzen in variantenreichsten Formen und Größen über Töpferwaren bis hin zu Web- und Textilprodukten, die sich z. B. als Auflage für Bänke eignen. Foto: Herzogsägmühle



Im MühlenMarkt in Herzogsägmühle kann man aus einer großen Auswahl an Produkten aus den eigenen Werkstätten auswählen. Foto: Römer-Eisele

Förderstätte: Tätig sein ist wichtiger als das Produkt

Wer aufgrund von mehrfachen Schwerstbehinderungen nicht in Werkstätten arbeiten kann, findet sinnstiftende Tätigkeiten in Förderstätten und trägt damit zum Gelingen in der Gemeinschaft bei – so wie im Sonnenhof des Sozialtherapeutischen Netzwerks (STN) in Eresing. „Bei uns ist das Tätigsein wichtiger als das Produkt“, sagt die Leiterin der Förderstätten, Christina Huber. Dennoch: Was hier entsteht, kann sich sehen lassen, so z.B. Karten, Geschenkpapier, selbstgekochte Marmeladen, gewebte Stoffe für Schals, Kissen und Taschen (das Nähen übernehmen Mütter oder Mitarbeitende), selbst gezogene Kerzen, Kaminanzünder oder Holzbrettchen. Eine wunderbare Auswahl ist auf dem Tisch im ersten Stock des Gebäudes ausgestellt und kann hier oder gegenüber bei BioVerde im Eresinger Gewerbegebiet käuflich erworben werden. Eine gute Gelegenheit zum Einkauf bietet auch der Adventsmarkt in Eresing.

28 Menschen finden im Sonnenhof Arbeit. Einer von ihnen ist Stefan, der die Holzbrettchen von Hand zuerst grob und dann fein schleift. „Anschließend werden sie noch gewässert und geölt“, führt Betreuer Moustafa Choukri die weiteren Arbeitsschritte vor. Mehrere Wochen dauert die Herstellung eines Brettchens. Ist es fertig, zeigt es Stefan voller Stolz den Kollegen in der Werkstatt. Die meisten der Bewohner können maximal eine Stunde an einer Sache arbeiten, stets mit Begleitung. Ziel ist jedoch auch in der Förderstätte die Weiterentwicklung, in wenigen Fällen gedeiht sie so weit, dass eine Arbeit in den IWL-Werkstätten möglich ist, berichtet Huber.

Stefan schleift an seinem Arbeitsplatz Holzbrettchen – ihm zur Seite steht sein Betreuer in der Werkstatt, Moustafa Choukri. Foto: STN



jezza!-Tipp: Wer über die Lebenswelten von Menschen mit Behinderung mehr erfahren möchte, findet viele Videos auf Instagram unter **Barrierebrecher**. Initiiert wurde das Projekt von vier Menschen mit Behinderung des Dominikus-Ringeisen-Werkes.



ALBERTHOF

URLAUB ZWISCHEN AMPER UND LECH



Stilvolle Ferienwohnung und Tiny House in Geltendorf zu vermieten.

www.fewo-geltendorf.de



Das **Sozialtherapeutische Netzwerk e.V.** ist ein anthroposophisch orientierter Träger von vier kleinen, familiären Wohngruppen und zwei Förderstätten für erwachsene Menschen mit mehrfacher Behinderung.

KOMM IN UNSER TEAM!

Für unsere kleinen Wohngruppen (7-10 Personen) in **Grafrath, Eresing oder Windach** suchen wir ab sofort in Teilzeit (15 – 35 Std / Woche):

Qualifizierte Fachkraft (m/w/d) aus Pädagogik oder Pflege

- Wir suchen zuverlässige, offene Mitarbeiter*innen:
- mit **Herz und Engagement**
 - für ein **erfülltes Arbeiten mit Spaß und Sinn**
 - in unseren **tollen Teams auf Augenhöhe**
 - mit **guten Konditionen** in einem **harmonischen Umfeld**

Weitere Informationen zu unseren Stellen findest Du unter: www.stn-sozialtherapie.de oder ruf uns gerne an.

Wir freuen uns auf Deine Bewerbung:

Sozialtherapeutisches Netzwerk e.V.
Frau Katharina Hammerl / Leitung Wohnen
Gewerberg 5 | 86922 Eresing
Tel: 08193 / 93730-0
bewerbung@stn-sozialtherapie.de



#MitDirFürMorgen

– Sinnstiftende und wertvolle Aufgaben

– Sichere und beständige Arbeitsplätze

– Verschiedene und flexible Zeitmodelle



Werde Teil unseres tollen Teams!

Diakonie Herzogsägmühle **Zusammen wachsen in Vielfalt**

Mehr Miteinander

Ein Kommentar von jezza!-Autorin Dagmar Kübler



Am 3. Mai 2024, dem Europäischen Protesttag zur Gleichstellung behinderter Menschen, veranstaltete der Beirat für Menschen mit Behinderung in der Fußgängerzone in Landsberg einen Aktionstag unter dem Motto „Wir haben viel vor mit der Inklusion! Selbstbestimmtes Leben – ohne Barrieren“ (siehe Foto). Dieser gab Menschen mit Behinderung die Möglichkeit, sich und ihre Anliegen sichtbar zu machen. Auf den selbstgestalteten Plakaten riefen sie zu mehr Barrierefreiheit auf, vor allem in Bezug auf den ÖPNV, für mehr Selbst- und Mitbestimmung – auch beim Wohnen – zu mehr Toleranz und Bürokratieabbau. „Inklusion ist ein Menschenrecht“ war zu lesen, aber auch „Der Mensch ist mehr als Leistung“. Grundtenor der Botschaften war jedoch immer: Nehmt uns so an, wie wir sind. Tun wir das wirklich? Jeder sollte das einmal für sich hinterfragen.



Menschen mit Handicap sind im Alltag kaum sichtbar, obwohl es Millionen von Betroffenen gibt. Allein in den Werkstätten in Deutschland sind 320.000 von ihnen beschäftigt und leisten mit ihrer Arbeit auch ei-



Dagmar Kübler

nen wertvollen Beitrag zur Gesellschaft. Wir sollten versuchen, mehr mit Menschen mit Handicap in Verbindung zu kommen. Eine schöne Gelegenheit sind die Feste, Kulturprogramme oder der Tag der offenen Tür, den die Einrichtungen veranstalten. Aber auch beim Einkauf, z.B. auf dem Regens Wagner Stand auf dem Wochenmarkt in Landsberg, in den CAP-Märkten oder in den Läden der jeweiligen Einrichtungen kann Begegnung stattfinden. Wer Produkte aus den Werkstätten kauft, unterstützt und zeigt gleichzeitig Wertschätzung. Ein gutes Beispiel für gelebte Inklusion ist auch das Theater Unbegrenzt in Landsberg, bei dem Schauspieler mit und ohne Handicap gemeinsam auf der Bühne stehen.

Anzeige

RÖMERHOF

URLAUB IN LECHBRUCK AM SEE

Wunderschön renoviertes Bauernhaus von 1890 auf einem Traumgrundstück in ruhiger Lage mitten im Urlaubsgebiet des Ostallgäus

Haupthaus für bis zu 4 Erwachsene + 2 Kinder

- » 2,5 Schlafzimmer und 2 Bäder
- » voll ausgestattete Küche
- » gemütliches Wohnzimmer mit Sichtbalken
- » privater Naturpool im großzügigen Garten

Studio für bis zu 2 Erwachsene + 2 Kinder

- » Wohn-/Essbereich mit Küchenzeile und Schlafcouch
- » Doppelbett im offenen Dachspitz
- » Balkon und Freisitz unterm Apfelbaum

www.roemerhof.bayern

Das Theater Unbegrenzt (in Zusammenarbeit mit der Lebenshilfe Landsberg und gefördert durch die Aktion Mensch), bei dem Schauspieler mit und ohne Handicap gemeinsam auf der Bühne stehen, hat unter Leitung von Schauspielerin Mirjam Kendler bereits mehrere Stücke inszeniert und im Stadttheater Landsberg aufgeführt. Foto: Saskia Pavek

Das Brucker Fenster der Caritas – ein sozialer Betrieb im Herzen der Stadt



Im wunderschönen denkmalgeschützten Gebäude an der Hauptstr. 5 in Fürstenfeldbruck hat sich ein ganz besonderes Café mit dazugehörigem Gebrauchtbuchladen etabliert. Hier finden Menschen mit seelischer Behinderung und Langzeitarbeitslose Beschäftigung und soziale Teilhabe. Eine Teilnehmerin berichtet: „Ich komme gerne hierher. Hier kann ich meine Fähigkeiten einbringen, mich mit anderen austauschen und ich probiere Tätigkeiten aus, an die ich mich sonst nicht herantrauen würde.“

Das Hofcafé bietet seinen Gästen täglich ein vegetarisches oder veganes Mittagessen, mittwochs in Bioqualität mit Gemüse vom Amperhof, verschiedenen Salaten und hausgemachten Kuchen. Im Gebrauchtbuchladen gibt es eine große Auswahl an Büchern und gebrauchtem Spielzeug.

Infos: www.caritas-biq-fuerstenfeldbruck.de/de

Für mehr Sicherheit im Wasser

„Wasserwacht Herrsching und Rotary Club Ammersee organisieren Schwimmsicherheitstraining für Kinder und Jugendliche

Text: Dr. Martin Greiff

Ganz im Sinne von „Schwimmen im Ammersee? Aber sicher!“ fand im Juni und Juli ein Schwimmsicherheitskurs statt, der sich über insgesamt fünf Samstage erstreckte. Initiiert wurde er vom Rotary Club Ammersee gemeinsam mit der Wasserwacht Herrsching, die v.a. Familien unterstützen wollen, die ihren Kindern aufgrund schwieriger Umstände, knapper Angebote und oft fehlender finanzieller Mittel leider nicht immer die Teilnahme an solchen Kursen ermöglichen können, und deren Kinder in der Vergangenheit noch nicht ausreichend schwimmen lernen konnten. Wie wichtig dieses Thema gerade in einer Region mit fünf Seen ist, zeigt sich dabei nicht zuletzt an der aktuellen Bilanz der DLRG vom Februar 2024, wonach leider im vergangenen Jahr in Deutschland abermals mehr Menschen als im Vorjahr ertranken.

Getragen wird das für alle Teilnehmer kostenfreie Projekt vom begeisterten und vollkommen ehrenamtlichen Engagement sowohl der Schwimmtrainer der Wasserwacht Herrsching, die die Kinder im Schwimmbad Weilheim unterrichten, als auch der Clubmitglieder des RC Ammersee, die das Schwimmbad zu diesem Zweck extra angemietet und jeweils den Transport der Kinder dorthin und zurück persönlich übernommen haben. Auf diese Weise konnten nun bereits 12 Kinder aus Herrsching und Umgebung, unter denen sich viele mit Flüchtlings- und Migrationshintergrund befinden und die dank der Unterstützung von Ansprechpartnern aus Schul- und Sozialeinrichtungen gefunden werden konnten, mehr Schwimmsicherheit gewinnen, die sie am Ende sogar durch Schwimmabzeichen belegen konnten. Die unmittelbaren Organisatoren und Ansprechpartner für das Projekt sind bei der Wasserwacht Herrsching Felix Schärfl und beim RC Ammersee Dr. Martin Greiff.



Dr. Martin Greiff (Jugendbeauftragter RC Ammersee), Felix Schärfl (Wasserwacht Herrsching), Rudi Stadler (Wasserwacht Herrsching), Simone Schmidt (Post SV Weilheim) und Wolfgang Lösche (Präsident RC Ammersee 2023/20204).

Hinten v. l.: Oliver König (Jugendleiter Wasserwacht Herrsching), Rudi Stadler (Wasserwacht Herrsching) und Simone Schmidt (Post SV Weilheim) sowie einige Kinder des Kurses mit ihren Abzeichen.

Königsweg Kaiserschnitt?

Die Anzahl der Kaiserschnitte bei den Geburten steigt – wie sehen Klinik-ärzte diese Entwicklung?

© Foto: iStock | FotoDuetts

Text: Dagmar Kübler

Mittlerweile kommt jedes dritte Kind per Kaiserschnitt zur Welt. In den letzten 30 Jahren haben sich die Kaiserschnittraten verdoppelt. Spiegelt sich dieser Trend auch im Klinikum Landsberg wider? Was sind die Gründe dafür und wie wirkt sich die Schließung von Geburtsstationen und Krankenhäusern in umliegenden Regionen aus? Ist Geburt komplizierter geworden? *jezza!* hat nachgefragt.

Ein Kind zu gebären, ist die natürlichste Sache der Welt. Es geschieht seit Jahrtausenden, mal schnell und einfach, andere Geburten sind dagegen komplizierter – und ja, blickt man auf die Säuglingssterblichkeit, dann war diese früher weitaus höher als heute, und eine Geburt konnte auch den Tod der Mutter bedeuten. In den letzten Jahrzehnten hat sich die Medizin rasant weiterentwickelt – und tut es stetig weiter.

Die Möglichkeiten, in höherem Alter, trotz gesundheitlicher Risikofaktoren oder zunächst unerfülltem Kinderwunsch Kinder zu bekommen, sind gestiegen. Verbessert haben sich auch die Überwachung der Schwangerschaft sowie Aufklärung und Beratung.

In weiten Teilen hat sich die Medizin aber auch zu einer sogenannten Gerätemedizin entwickelt. Hausgeburten nehmen heute nur noch einen kleinen Teil ein. Ein Kreißsaal bietet mehr Sicherheit – insbesondere wenn die Grundvoraussetzungen nicht optimal sind (gesundheitliche Einschränkungen z. B. bei der Mutter), sich die Geburt nicht so einfach gestaltet oder ein Notfall eintritt. Beim Kaiserschnitt verlagert sich die Geburt gar in den OP.

Ein Fünftel aller Kaiserschnitte werden durchgeführt, weil im Verlauf einer vaginalen Geburt die medizinische Notwendigkeit dafür erkannt wird, z. B. wenn die kindlichen Herztöne schlechter werden. Das berichtet Dr. Britt Kerler, Chefärztin der Geburtshilfe und Gynäkologie im Klinikum Landsberg. Zusammen mit Dr. Alexander Schnelke, Chefarzt der Kinder- und Jugendmedizin, und Alexa Dorow, Stillspezialistin*, hat sie sich Zeit genommen, um

unserer Redaktion Einblick in das Geburtsgeschehen am Klinikum Landsberg zu geben. Denn: Das Thema steigender Kaiserschnittraten beschäftigt auch sie.

„Kaiserschnitte sind aber auch medizinisch angeraten, wenn Mütter aus gesundheitlichen Gründen nicht pressen dürfen, so zum Beispiel, wenn sie aufgrund eines Aneurysmas am Gehirn operiert wurden.“ Auch eine frühere Beckenfraktur der Schwangeren mit Bewegungseinschränkungen ist ein Grund, zum Kaiserschnitt zu raten – ebenso eine Beckenendlage des Kindes.

Angst führt zu einer psychischen Blockade

Es gibt noch einige weitere medizinische Gründe, die für Kaiserschnitte sprechen. ABER: Eine ganz bestimmte Ursache ist in den letzten Jahrzehnten verstärkt dazugekommen: Die Angst der Mutter vor einer normalen Geburt. Diese Angst kann so stark sein, dass sie zu einer psychischen Blockade führt und sich die Frau deshalb nicht auf eine normale Geburt einlassen kann. In diesen Fällen, bei denen es keinen medizinischen Grund gibt, hilft Überreden gar nichts, weiß Dr. Kerler. „Manche Schwangere kann man nicht von ihrer Überzeugung abbringen. Wir klären über Risiken und Unterschiede beider Geburtsarten auf und helfen den werdenden Müttern dabei, ihre Entscheidung zu überdenken. Aber letztlich liegt diese immer bei ihnen.“

Geburtsgewicht der Babys und Alter der Eltern steigt

Sind es also die ängstlichen Frauen, die die Kaiserschnitttrate nach oben treiben? Nein, sie sind nur ein Teil davon. Fakt ist auch, dass das Geburtsgewicht bei Neugeborenen steigt. Wonnepropfen mit 5,6 kg hat Dr. Kerler bereits zur Welt gebracht, wobei es

in Deutschland bereits noch schwerere gab. Nicht jedes Becken ist für solche Gewichte gebaut – ein Kaiserschnitt kann nötig sein.

Ein weiterer Grund schlägt zu Buche: Paare werden älter. Damit sind auch mehr Risiken verbunden. „Die Reproduktionsmedizin hat große Fortschritte gemacht. Heute werden auch Frauen schwanger, für die es früher nicht möglich gewesen wäre“, sagt Dr. Kerler. Gerade für diese Risiko- und Spätgebärenden steht Sicherheit an erster Stelle – und die wird beim Kaiserschnitt gesehen. Aber ist dieser wirklich sicherer? Er kann es sein, sagen die Ärzte, gerade in besonderen Fällen – das Risiko von Geburtsschäden könne verringert werden.

Ist der Kaiserschnitt also der Königsweg? Dr. Alexander Schnelke schüttelt den Kopf. „Für die Babys ist der Kaiserschnitt ein Nachteil, sie kommen unvorbereitet und ohne den üblichen und für sie wichtigen Geburtsstress zur Welt. Dadurch können sie vermehrt Probleme mit der Anpassung an das Leben außerhalb des Mutterleibs haben.“ Ein Problem ist, dass mehr Wasser in der Lunge des Neugeborenen zurückbleiben kann. Außerdem fehlt der Kontakt mit den Darm- und vaginalen Bakterien der Mutter, dem Mikrobiom. Auch der erste Körperkontakt, das sogenannte Bonding, verläuft anders. Es wird meist mit dem Papa durchgeführt, da die Mutter noch im OP ist, ergänzt Dr. Schnelke. Und: Nach einer Sectio (Kaiserschnitt), bei der Probleme beim Kind auftreten, sind Mutter und Kind erstmal räumlich getrennt (wenn auch auf derselben Etage.) Im geplanten Neubau wird es für solche Fälle künftig Mutter-Kind-Einheiten geben.

Alexa Dorow, Stillbeauftragte im Klinikum Landsberg, nennt noch einen weiteren Nachteil fürs Kind: Nach einem geplanten Kaiserschnitt (ohne vorherige Wehen) beginnt die Milchbildung bei der Mutter häufig verspätet. Dies hat zur Folge, dass die Säuglinge zugefüttert werden müssen. Der normale familiäre Alltag beginnt also verzögert und mit Schwierigkeiten.

Dank der Neonatologie sind im Klinikum Landsberg Entbindungen ab der 32. Schwangerschaftswoche möglich. Durch die Schaffung dieser medizinischen Möglichkeit ist der Anteil der Frühgeborenen gestiegen. Auch bei den Hebammen gibt es Veränderungen. Sie sind allesamt fest angestellt. Seit das Dreischichtsystem eingeführt wurde, sind auch die Dienste besser planbar. Zwar herrsche deutschlandweit ein Mangel an Hebammen, das Klinikum sei jedoch gut besetzt und bilde auch aus, sagt Dr. Kerler.

Zum Schluss noch ein Blick auf die Geburtenzahlen. Entgegen dem bundesweiten Trend steigen diese im Klinikum Landsberg, 2019 wurde erstmals die 1000er-Marke geknackt. Die Gründe dafür sind vielfältig: Auch überregional zieht das Klinikum aufgrund seiner als optimal empfundenen Größe und Ausstattung und seinem guten Ruf sowie der Premiumstation Mütter an. Zudem ist

Landsberg nach wie vor Zuzugsgebiet.

Und durch die Schließungen der Geburtsstationen in Bobingen und Schwabmünchen und die Schließung des Krankenhauses Schongau kommen vermehrt auch Mütter aus diesen Regionen.

Geburtenzahlen Klinikum Landsberg

1.1. bis 21.6.2024: **665 Geburten** (32,3 % als Kaiserschnitt)

1.1. bis 21.6.2023: **597 Geburten** (35,5 % als Kaiserschnitt)

2023 insgesamt **1.435 Geburten**

2022 insgesamt **1.342 Geburten**

2021 insgesamt **1.306 Geburten**

2020 insgesamt **1.258 Geburten**

2019 insgesamt **1.056 Geburten**

Mama-Angebote Klinikum Landsberg

ENTSPANNT STILLEN – Stillvorbereitungskurse für werdende Mamas / Eltern (Privatleistung!) von Stillspezialistin* Alexa Dorow

Termine: Kurs Oktober: 19. Oktober 2024

Kurs Dezember: 7. Dezember 2024

jeweils samstags von 14.30 – 17.30 Uhr

oder individueller Termin bei einer Gruppe ab fünf Mamas
Anmeldung/Anfrage: alexa.dorow@klinikum-landsberg.de

Mama Workout – Beckenboden/Rückbildung (Präventionskurs!), 25. Sept. bis 27. Nov. 2024 (mittwochs, 19.30 bis 20.30 Uhr)

Mama Workout – Ganzkörpertraining (Privatleistung)
24. Sept. bis 27. Nov. 2024 (dienstags, 18 bis 19 Uhr)

Mama Workout – Babybauch, Fit in der Schwangerschaft (Privatleistung), 8 Termine: 19. Sept. bis 14. Nov. 2023, 19.30-20.30 Uhr

Babymassage meets Babyyoga (Privatleistung)
19. Sept. bis 17. Okt. 2023: 10.00-10.45 Uhr (4x)
14. Nov. bis 5. Dez. 2023: 10.00-10.45 Uhr (4x)

Beckenbodenschule (Tanzberger Konzept, Präventionskurs)
25. Sept. bis 27. Nov. 2024 (mittwochs von 18 bis 19 Uhr)
Anmeldung/Anfrage: info@physio-praevention-simon.de



© Foto: iStock | imaphoto 16



Auf den eigenen Körper vertrauen

So gelingt eine natürliche und beglückende Geburt – jezza! im Gespräch mit Hebammen

Text: Dagmar Kübler

Es ist ein Phänomen unserer Zeit: Immer mehr gesunde Schwangere trauen sich eine normale Geburt nicht zu, entwickeln Ängste oder gar psychische Blockaden. Hebammen können eine große Hilfe auf dem Weg zur Entbindung sein. jezza! sprach mit Pia Schmucker und Daniela Deiler von „Hebammen am Lech“ in Landsberg über die neuen Anforderungen an ihren Beruf und Wege aus der Angst.

Die beiden Hebammen Pia Schmucker und Daniela Deiler treffen wir in ihrem wunderbaren Raum unterm Dach eines Altstadt-Hauses in Landsberg. Die beiden haben sich trotz ihres vollen Terminkalenders (sie haben zusätzlich zum Beruf große Familien, Pia Schmucker hat fünf, Daniela Deiler drei Kinder) Zeit genommen für ihr Herzenthema, die Begleitung von Schwangeren.

„Hebamme zu sein ist der schönste Beruf, den es gibt. Ich würde ihn jederzeit wieder machen“, sind sich die beiden einig. Doch betrachten sie eine Entwicklung mit Sorge und benennen diese auch als größte Veränderung in ihrem langjährigen Berufsleben: die Angst der Schwangeren vor der natürlichen Geburt. Zwar ist ein Trend bei jungen Paaren zurück zu mehr Natürlichkeit zu erkennen, doch wird diese allzu oft durch Angst verhindert. Angst vor Schmerzen, Wehen, Abort, Abnormalitäten beim Baby, gesundheitlichen Schäden, den Geburtsprozess nicht durchzustehen.

Gründe dafür gibt es viele. Oft ist bei Erstgebärenden die Anbindung an die Familie nicht mehr wie früher gegeben. Mütter und Großmütter, von deren Erfahrungen profitiert werden kann, fehlen als stärkendes Element. Zudem leben wir heute in einer Welt des Wissens, das überall zugänglich ist, über Apps, in Ratgebern, bei Ärzten. Alles wird gemessen, gewogen und berechnet, bestimmte

Werte werden als normal, andere als nicht normal eingestuft. Den Menschen in solche Schablonen zu pressen, halten die Hebammen nicht für zielführend, denn Durchschnittswerte hat kaum jemand und jede Abweichung, z. B. das Kind ist zu klein oder zu groß, sorgt für Verunsicherung. Hinzu kommt: Ärzte haben die Pflicht zur Aufklärung, jedoch werden dadurch auch Ängste geweckt.

Unsere Gesellschaft neigt zum Dramatisieren. Besonders wird dieses Phänomen durch die Sozialen Medien geschürt. Selbsternannte Expertinnen geben dubiose Ratschläge, berichten von ihren traumatischen Erlebnissen. Promis leben vermeintlich angesagten Life Style vor. Getriggert dadurch gehen Erstgebärende auf Risikosuche bei sich selbst, anstatt auf ihr natürliches Bauch- und Körpergefühl zu hören, das zunehmend verloren geht.

Selbstverständnis und Selbstvertrauen statt Risikosuche

„Ich bin gesund, also werde ich auch ein gesundes Kind auf die Welt bringen!“ Dieses Selbstverständnis möchten Deiler und Schmucker bei den Frauen, die sie begleiten, stärken, durch Zuhören, dem Vermitteln von Zusammenhängen und natürlichen Vorgängen in der Schwangerschaft. „Eine Schwangere war besorgt,

weil sie in den ersten drei Monaten ihrer Schwangerschaft dauernd müde war. Das ist aber ganz normal, denn so sorgt der Körper dafür, dass die Frau mehr ruht und sich die Plazenta gut einnisten kann“, nennt Schmucker ein Beispiel. Die Besucherinnen ihrer Praxis schildern Deiler und Schmucker als hochmotiviert. „Sie sind meist mütterlich geprägt und wollen das Beste für ihr Baby.“ Jedoch ist es Trend geworden, in Projekten zu denken. So wird auch die Schwangerschaft eines, das es bestmöglich zu bewältigen gilt – in diesem Fall ein falscher Ansatz, der oft Selbstinszenierung nach sich zieht (anstatt einfach auf den Körper zu vertrauen). So erkennen manche Frauen schnell, dass sie mit dem Stempel „Risikoschwangere“ mehr Aufmerksamkeit bekommen.

Wer mit Angst durch die Schwangerschaft geht, findet gerade in den Sozialen Medien viel Bestätigung, was die Angst so sehr verstärken kann, dass sogar der Wunsch nach einem Kaiserschnitt reift. Damit kann Verantwortung an die Ärzte abgegeben werden. Angstbesetzte Schwangerschaften führen nicht selten zu unschönen Geburten, depressiven Mamas, das Stillen klappt nicht, die Bindung zum Kind wird nicht richtig aufgebaut – ein Rattenschwanz an Problemen, wo doch eigentlich das Glück über den kleinen neugeborenen Erdenbürger leuchten sollte.

Psyche durch positive Einstellung stärken

Wie können Schwangere zu einer gelungeneren Schwangerschaft und Geburt beitragen? Pia Schmucker: „Die Psyche spielt eine große Rolle, deshalb helfen eine positive Einstellung und innere Haltung sowie eine gesunde Ernährung.“ Ständige Ablenkung, gerade durch Medien, ist dagegen kontraproduktiv. Auch raten die Hebammen dazu, sich frühzeitig zu vernetzen, dazu eignen sich u. a. Schwangerschaftsgymnastik und Geburtsvorbereitungskurse, wie sie auch die „Hebammen am Lech“ anbieten. Außerdem räumen die beiden mit Falschinformationen bezüglich eines Kaiserschnitts auf: Er hat keinerlei Vorteile für die Figur, verursacht mehr Verletzungen im Körper (Muskeln und Nerven benötigen bis zu einem Jahr, um sich vollständig zu regenerieren, drei Wochen dauert die oberflächliche Verheilung der Narbe) als eine vaginale Geburt, birgt Risiken wie jede OP (z. B. Thrombosen und Infektionen). Zudem gäbe es langfristig weniger sexuelle Probleme bei vaginaler Geburt,

wie eine neue Studie bestätige, ergänzt Schmucker. Auch das vielfach genannte Argument der Überbeanspruchung des Beckenbodens lässt die Hebamme nicht gelten: „Der weibliche Beckenboden ist dafür gemacht, ein Kind zu gebären.“

Hebammen-Hotline

Text: Ulrike Osman

Nach der Geburt eines Babys hat jede Frau Anspruch auf eine Nachsorge-Hebamme. Diese besucht die Wöchnerin in der Regel zu Hause, überwacht Rückbildung und Wundheilung, übernimmt beim Neugeborenen die Nabelpflege und kontrolliert sein Gewicht, beantwortet die vielen Fragen rund um Stillen, Ernährung und Säuglingspflege.

Um die Wochenbett-Betreuung muss man sich allerdings rechtzeitig kümmern. Am besten startet die Suche nach der Nachsorge-Hebamme, sobald man den Geburtstermin weiß. Was aber, wenn man kurz vor der Geburt noch umzieht? Wenn man neu in die Region kommt und dann auf die Schnelle keine Wochenbett-Betreuung mehr organisiert bekommt?

Im Landkreis Landsberg gibt es für diese Fälle eine Hebammen-Hotline. Fünf freiberufliche Hebammen haben sich zusammengefunden, um Frauen und Familien

in der beschriebenen Situation zu unterstützen. Daniela Deiler (Kaufering), Martina Ferlemann (Schondorf), Andrea Hoffs (Weil), Cornelia Michel (Landsberg) und Barbara Utecht (Kaufering) wollen, dass keine junge Mutter in den Wochen nach der Geburt alleine gelassen wird.

Notwendig ist das Angebot allemal, denn den Umgang mit einem Baby lernt heute kaum noch jemand im familiären Kontext. Gerade Erstgebärende brauchen die Unterstützung einer Nachsorge-Hebamme. Doch auch beim dritten oder vierten Kind können noch neue Fragen und Probleme auftauchen, bei denen der Rat einer Expertin Gold wert ist.

Die Hotline wurde 2019 auf Initiative der Hebammen eingerichtet und wird vom Landkreis finanziell gefördert. Die Nachsorge wird von den gesetzlichen Krankenkassen gezahlt, die Zuschüsse decken die Kosten für Telefon, Homepage, Flyer etc. Das Angebot ist in der weiteren Region einmalig, was die Hebammen daran merken, dass u. a. Anfragen aus den Nachbarlandkreisen kommen.

Wichtig: Das Angebot richtet sich ausschließlich an Frauen, die niemanden gefunden haben und nach der Entbindung mit dem Baby ohne Wochenbett-Betreuung dastehen. Mo. bis Fr. von 9 bis 13 Uhr sowie Sa. und an Feiertagen von 9 bis 18 Uhr ist jeweils eine der Hebammen unter Tel.: 01567/8359620 zu erreichen und beantwortet Fragen rund um das Wochenbett. Je nach Bedarf und Kapazität sind innerhalb des Landkreises auch Hausbesuche möglich, oder die junge Mutter kommt mit dem Baby in die Räumlichkeiten der Hebamme.

Die Hebammen der Hotline (v. l.):

Martina Ferlemann, Cornelia Michel, Andrea Hoffs, Barbara Utecht, Daniela Deiler



Daniela Deiler und Pia Schmucker am Fenster ihrer Praxis direkt in der Landsberger Altstadt. Foto: Kübler

Doulas: Unterstützung und Empowerment für werdende Mütter

Während in Deutschland Doulas noch relativ unbekannt sind und erst in den letzten Jahren mehr wahrgenommen werden, werden sie in vielen Ländern wie z.B. USA, Kanada und Großbritannien schon seit langem als Bestandteil der Geburtsbetreuung geschätzt.

Zusammen mit der Hebamme können sie eine entscheidende Rolle während der Schwangerschaft, Geburt und im Wochenbett übernehmen – haben jedoch unterschiedliche Aufgaben und Verantwortlichkeiten.

Während Hebammen pränatale Untersuchungen durchführen, Geburten leiten und medizinische Eingriffe vornehmen können – also den Gesundheitszustand von Mutter und Kind überwachen und für eine sichere Geburt sorgen, bieten Doulas keine medizinischen Dienstleistungen an. Ihre Rolle ist unterstützend und konzentriert sich auf die emotionale, physische und informative Begleitung der Mutter. Während der Geburt bieten Doulas beruhigende Techniken, Massage und Atemübungen an, fördern das Wohlbefinden der Mutter und stärken ihr Vertrauen in den Geburtsprozess.

Beide Berufsgruppen ergänzen sich und sorgen dafür, dass die Geburtserfahrung für die Mutter so positiv und stressfrei wie möglich verläuft.

Andrea Geßl (52) aus Fuchstal hat gerade diesen Juli den theoretischen Teil ihrer Doula-Ausbildung am Bodensee abgeschlossen. Die Erfahrungen bei ihren eigenen Geburten sowie bei der Begleitung einer Freundin weckten in ihr „den Her-

zenswunsch Frauen wieder in ihre Urkraft und Natürlichkeit zu führen und sie darin zu bestärken, selbstbestimmt und selbstbewusst in die Geburt zu gehen, weil so viel gutgehen kann, wenn man ein gutes Bauchgefühl hat“, so Andrea Geßl.

Sie selbst habe seinerzeit extrem von der guten mentalen Vorbereitung durch ihre Hausgeburtshebamme profitiert, die ihr vermittelt hat, dass sie die Kraft für die Geburt habe.

„Diese Gewissheit ist leider vielen abgewöhnt worden – sie lassen sich etwas überstülpen“, kritisiert Geßl, die ihre Klientinnen dagegen mit dem richtigen Mindset und mentalem Training auf die Geburt vorbereiten möchte, weil eine mental entspannte Frau sich auch körperlich weniger anspannt und damit in der Regel auch weniger Schmerzen hat.

Ein Jahr lang hat Andrea Geßl zusammen mit 14 Kolleginnen in Präsenz Themenbereiche wie Stillen, Wochenbettdepression, Selfcare, Geburtsrituale, alternative Medikation, Traumata, Trauerbegleitung etc. aufgearbeitet.

Ihre Vertiefungsarbeit hat Andrea Geßl über die homöopathische Begleitung während der Schwangerschaft, Geburt und dem Wochenbett geschrieben. Im Rahmen ihrer Ausbildung macht sie aktuell ein Praktikum bei der freiberuflichen Hebamme Margit Reitmayer aus Eresing, die ihre Schwangeren oder Wöchnerinnen vor und nach der Geburt ganzheitlich begleitet – z.B. mit Homöopathie, Akkupunktur und osteopathischen Handgriffen.

Im Oktober wird Andrea Geßl eine Geburt

betreuen und ihr Praktikum im Garmischer Krankenhaus abschließen, dann wird sie in der Region als Doula tätig werden.

„Ein bisschen ist das hier noch Pionierarbeit, denn Doulas müssen leider noch privat bezahlt werden“, bedauert Andrea Geßl. „Das fällt nicht allen leicht – oder das Geld wird lieber in die Babyausstattung gesteckt.“ Dabei ist die ideale Vorbereitung und Begleitung vor, während und nach der Geburt für werdende Mütter so wichtig. **Infos und Kontakt zu Andrea Geßl: www.lichtdoula.de**



Andrea Geßl

„Wie wir geboren werden und selbst gebären, beeinflusst unser ganzes Leben“

Anzeige

„Unter jedem Dach ein Ach...“
Sie sind nicht allein.
Zusammen lösen wir den Knoten.

Paartherapie-Ammersee
Herz - Hand - Fairstand

Paartherapie
Familientherapie
Elternberatung

Ralf Bürger | Paartherapeut und systemischer Coach (anerkannt DBVC)
Paartherapie Ammersee | info@paartherapie-ammersee.de
Fon 0 81 44 - 99 99 96 9 | Mobil 0 17 2 - 86 86 46 6
Online und Hausbesuche möglich | Termine nach Vereinbarung

Rafael Milonas

Osteopathie
für Schwangere, Säuglinge,
Kinder und Erwachsene

Telefon 0151.70523962 – www.osteopathie-milonas.de
Heilpraktiker und Physiotherapeut Mitglied im ROD

Regionale Initiativen und Hilfsangebote für Schwangere und junge Familien

Familienpaten – Stärkung für Familien

Wer kennt sie nicht, die Zeiten, in denen alles zu viel wird. Familien sind nicht selten besonders belastet, z.B. bei chronischer Krankheit, während Trennung oder Scheidung, aber auch, wenn es in der Schule nicht klappt oder behördliche Vorgänge unverständlich sind. Wer in diesen Situationen auf Familie oder Nachbarn zurückgreifen kann, ist fein raus. Wer nicht, hat oft das Gefühl, selbst keinen Freiraum mehr zu haben und gleichzeitig weder dem Partner noch den Kindern mehr gerecht zu werden. Seit 2015 gibt es deshalb das Projekt „Familienpaten“ im Landkreis Landsberg. Dazu sind die Familienoase, die Koordinierungsstellen Frühe Kindheit (KoKi) sowie Engagierte Bürger in Landsberg (k.e.b.) eine Zusammenarbeit eingegangen.

Wer als Familienpate arbeiten möchte – neue Ausbildungen dafür starten wieder in 2025 – kann sich bei Melanie Leutner in der Familienoase melden. Sie betont, wie wichtig dieses Ehrenamt ist: „Wir haben immer Familien auf der Warteliste, die Familienpaten benötigen.“ Insgesamt wurden bereits 51 Familienpaten geschult und 90 Familien betreut.

Den erschöpften Eltern ein offenes Ohr bei ihren Problemen schenken, mal mit dem Kind an die frische Luft gehen, damit die Eltern Zeit für sich haben, oder bei den Hausaufgaben helfen – es sind oft kleine Dinge, die entlasten. Ein Jahr dauert eine Patenschaft, während der es vielen Fami-

lien gelingt, sich zu stabilisieren. Wo die Chemie stimmt hat, bleibt der Kontakt oftmals auch darüber hinaus bestehen, weiß Leutner.

Damit die passenden Familien und Paten zusammenfinden, gibt es zuerst eine Kennenlernphase. Auch während der Patenschaft besteht für die Paten keine Verpflichtung: Wer z.B. krank wird oder aus anderen Gründen zurücktreten will, kann das jederzeit. „Unsere Paten sind zumeist in Rente oder am Ende ihres Berufslebens“, berichtet Leutner. Jedoch gibt es auch jüngere, die selbst noch in der Familienphase sind und andere zu einem glücklicheren Familienleben begleiten wollen.

www.familienoase.org/familienpaten



Depression und Angststörung rund um die Geburt

Ängste und Unsicherheit in der Schwangerschaft sind gar nicht so selten. Statt Mutterglück überwiegen Tränen und Schuldgefühle. Schwangere oder frisch gebackene Mütter erleben eine seelische Krise, die sich z.B. durch Traurigkeit, innere Leere und Rückzug von Freunden, Erschöpfung und Konzentrationsproblemen, Panikattacken, Schlaflosigkeit oder fehlenden bzw. zwiespältigen Gefühlen dem Kind gegenüber äußern.

„Rund 15 % aller Mütter, in Deutschland etwa 100.000, sind davon betroffen“, sagt Dr. Karin Romberg. Sie kennt diese Gefühle aus eigener Erfahrung und hat zusammen mit Naomi Busse vor 1,5 Jahren die Selbsthilfegruppe (SHG) Schatten & Licht in Landsberg gegründet. Diese erfährt inzwischen so großen Zulauf, dass die Gruppentreffen in den Räumen der Familienoase in Landsberg in der Waldheimer Straße 11 mittlerweile zweimal monatlich stattfinden, und zwar jeden 1. Freitag und jeden 3. Mittwoch. Mittlerweile ist die SHG

überregional vernetzt, so mit dem Selbsthilfzentrum München, KoKi, der Schwangerenberatungsstelle, Kinderärzten und Hebammen und ist Teil des psychosozialen Netzwerks Landsberg. „Auch Eltern der betroffenen Mütter und Hebammen kontaktieren uns“, berichtet Romberg. Durch Fördergelder kann die SHG auch Schnupperkurse z.B. zu Entspannungsmethoden anbieten sowie Fachliteratur anschaffen. Was leistet Schatten und Licht zudem? „Wir beraten Betroffene und Angehörige und vermitteln Kontakte von Ärzten und Therapeuten im Landkreis Landsberg“, sagt Romberg, die auch **Telefonberatung anbietet unter Tel. 0151/70143577, E-Mail: shg-landsberg@schatten-und-licht.de**

Neu: Im Juli startete eine weitere Selbsthilfegruppe „Verwaiste Eltern Landsberg“ unter der Leitung von Livia Mayer. Auch sie bietet zudem telefonisch Beratung an unter Tel. 0 88 06 / 64 39 754, E-Mail: verwaiste-eltern-ll@schatten-und-licht.de. Die Treffen finden einmal im Monat in der Familienoase statt, Termine werden auf der Webseite veröffentlicht.

Ob Fehlgeburt, Schwangerschaftsabbruch, Totgeburt oder früher Kindstod – der Verlust eines Kindes ist unermesslich. Bei der Verarbeitung kann es helfen, der Trauer um das Sternenkind Raum zu geben und sich mit anderen betroffenen Eltern auszutauschen.

www.shg-schatten-und-licht-landsberg.de

Schatten & Licht e.V.

Selbsthilfegruppe
Landsberg am Lech



Harle.kin: Nachsorge-Projekt für früh- und risikogeborene Kinder

Harle.kin heißt ein neues Projekt der Kooperationspartner Interdisziplinäre Frühförderstelle SOS-Kinderdorf und Klinikum Landsberg. Jedes zehnte Kind wird in Bayern zu früh geboren, jährlich rund 11.500 Kinder. Bei diesen kann es neben medizinischen Problemen und schweren Erkrankungen auch zu Auswirkungen auf die Gehirnentwicklung kommen. Seit April werden Landsberger Eltern im Rahmen der Harle.kin-Nachsorge nun kostenlos beraten und unterstützt, z.B. bei typischen Entwicklungsproblemen, so beim Trinken oder Ein- und Durchschlafen, Wickeln und Baden.

Im Harle.kin-Projekt sind eine Kinderkrankenschwester aus der Kinderklinik und eine mobile Fachkraft aus der Frühförderstelle als fachliches Tandem im Einsatz.

„Das Schöne an diesem Projekt ist, dass wir Eltern auf allen Ebenen fachlich beraten können, sowohl in medizinischen Angelegenheiten als auch in Bezug auf die Entwicklung des Kindes“, erklärt Lisa Hegen, Bereichsleiterin der SOS-Frühförderstelle in Landsberg am Lech.

Die Harle.kin-Nachsorge beginnt meistens in der Klinik. Nach der Geburt begleitet die Kinderkrankenschwester vor Ort, klärt Fragen und Sorgen der Eltern. Die pädagogische Mitarbeiterin aus der Frühförderstelle macht Hausbesuche und kümmert sich in den Familien um mögliche Schwierigkeiten und Unsicherheiten.

Wer verunsichert ist und Fragen hat in Bezug auf sein zu früh geborenes, schwer erkranktes Kind oder bei Mehrlingen, kann sich auch direkt an die Koordinatorin der Harle.kin-Nachsorge in Landsberg am Lech wenden unter Tel. 08191 – 911890, E-Mail: Harlekin.landsberg@sos-kinderdorf.de



Das Landsberger Eltern-ABC



Landsberger Eltern-ABC Ein Elternbildungsprogramm

Das Elternbildungsprogramm Landsberger Eltern-ABC unterstützt Eltern, die ihr erstes Kind bekommen, und begleitet sie vom Familienstart bis zum dritten Geburtstag ihres Kindes.

Die Inhalte der 18 Bausteine werden praxisnah und alltagstauglich, dem Lebensalter des Kindes angepasst, vermittelt. Die Referentinnen und Referenten stellen den Eltern verschiedene Handlungsmöglichkeiten vor. Dabei können Eltern Vertrauen in ihre eigenen Ressourcen und Intuitionen entwickeln, lernen, positiv mit ihren Kindern umzugehen, angemessen auf Konflikte und Stress zu reagieren und ihren Kindern darin ein gutes Vorbild zu sein.

Aber auch der Blick auf die Partnerschaft und die eigenen Bedürfnisse soll nicht aus den Augen verloren werden.

Die Teilnahme wird für alle Ersteltern aus dem Landkreis Landsberg bis zum dritten Geburtstag des ersten Kindes mit einem Bonus von 20 Euro pro Baustein belohnt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Die begleitende Familienfibel enthält alle wichtigen Adressen für junge Familien – sie liegt bei Sparkassen, Ärzten, in vielen Geschäften, im Landratsamt sowie im SOS-Familien- und Beratungszentrum aus.

www.landsberger-eltern-abc.de und auf Instagram und Facebook

Anzeige

BIRKEN-zauber
Harald Walch

Birkenstämme für individuelle Ideen

www.birken-zauber.de
harald.walch@gmail.com
0179 . 294 7398

Einzel von Hand aus regionaler nachhaltiger Forstwirtschaft geerntet.




Für einen guten Start ins Kinderleben: Koordinierungsstelle Frühe Kindheit

Als Anlaufstelle für Schwangere und Eltern mit Kindern von 0–3 Jahren informiert und berät die Koordinierungsstelle Frühe Kindheit – Frühe Hilfen (KoKi) gerne und möchte Familien auch in schwierigen und belastenden Situationen beistehen. In enger Zusammenarbeit mit den verschiedenen Fachstellen vor Ort wurde ein Netzwerk gegründet, das mit Hilfesuchenden Möglichkeiten und Wege finden möchte, damit aus Sorgen keine Probleme werden.

Zum Angebot für Schwangere, Eltern und Familien gehört z. B.

- die allgemeine und umfassende Informationen über Hilfsmöglichkeiten und Angebote im Landkreis Landsberg am Lech
- Beratung und Unterstützung rund um die Geburt und bei finanziellen oder pädagogischen Fragen sowie auch in speziellen Belastungssituationen.

Beraten wird vertraulich (auf Wunsch auch anonym) telefonisch, persönlich oder zuhause. Kontakt: Mail: KoKi@ira-ll.bayern.de
Tel.: 08191/129-1258/ -1259 / -1260



Von der Geburt bis ins Schulalter

Ein echter Allrounder ist der Holz-Hochstuhl Alpha+ von der Firma Hauck, der mit seinem Neugeborenen-Aufsatz (die rückenverstellbare Wippe mit Mobile für 79,90 € kann auch separat genutzt werden) und seinen vielen Verstellmöglichkeiten für jede Altersgruppe bis zum Schulalter genutzt werden kann. Der

Esstisch mit Spielaufsatz (Holz) zu 44,99 € und die Sitzkissen für den Hochstuhl ab 29,99 € (verschiedene Farben) bieten weitere Varianten. Der Holz-Hochstuhl kann bis zu 90 kg belastet werden. Gesehen bei Krabbelkinder 1-2-3, Max-Planck-Str. 2, Landsberg oder: www.krabbelkinder123.jimdo.com

Verlosung
Krabbelkinder 1-2-3
verlost 3 x 1 Gutschein im Wert von je 25 Euro.
Interessenten schreiben bis zum 15. Sept. 2024 eine E-Mail an: redaktion@jezza.de mit dem Stichwort „Krabbelkinder 1-2-3“.



Überblick Selbsthilfegruppen im Landkreis Landsberg Gesundheitsregion Plus

Jeder von uns kann in eine schwierige Lebenssituation kommen, z. B. durch den plötzlichen Verlust eines lieben Menschen, durch einen Unfall oder eine Krankheit. Als Betroffener oder Betroffene ist man dann mit seinen Gedanken und Ängsten (gefühl) allein und manchmal auch hilflos.

In dieser Zeit braucht es ein stabiles Netz, das einen unterstützt. Fachpersonal wie Mediziner oder Psychologen können einen wichtigen Teil der notwendigen Hilfe leisten. Ergänzend dazu kann Erfahrungswissen und Betroffenenkompetenz das Leben eines jeden deutlich erleichtern. Menschen also, die einem das Gefühl geben, mit den eigenen Problemen nicht alleine zu sein und bei deren Bewältigung zur Seite stehen.

Selbsthilfegruppen stellen hierbei einen geschützten Ort zur Verfügung, an dem man offen und ohne bewertet zu werden über seine Probleme sprechen kann und an dem es Menschen gibt, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben, die Situation aufgrund dessen verstehen können und aus ihrer Erfahrung heraus Wege in Richtung einer positiveren Sichtweise oder Entwicklung aufzeigen können.

Psychische Probleme, organische Erkrankungen, Suchterkrankungen, Trauergruppen etc.: Die folgende Website der Gesundheitsregion plus bietet einen Überblick über das Angebot:

<https://www.gesundheitsregionplus-landsberg.de/projekte/selbsthilfe>

Anzeige

AOK



Selbsthilfe zeigt Wege auf

Sprechen Sie uns an

Selbsthilfegruppen sind wichtige Anlaufstellen, insbesondere für chronisch Kranke und ihre Angehörigen. Wir unterstützen die Selbsthilfe.

Infos unter der Telefonnummer 08191 325-315

Gesundheit nehmen wir persönlich.
AOK Bayern. Die Gesundheitskasse.

Ambulante Hospizarbeit im Wandel

Die Hospizbewegung wurde von engagierten Menschen gegründet, um die Versorgung von

Hospiz- und Palliativverein
Landsberg am Lech e.V.



Sterbenden wieder vermehrt in die Familien zurückzubringen und Angehörige auf dem Weg des Abschieds zu begleiten.

Eine Herzensangelegenheit war und ist es, Sterbenden einen würdevollen Abschied im gewohnten Umfeld zu ermöglichen. Der Beratungs- und Unterstützungsbedarf hat in den letzten Jahren noch weiter zugenommen, da die Anzahl älterer Menschen, die alleine leben, stetig steigt.

Der Hospiz- und Palliativverein Landsberg am Lech e.V. (HPV) ist in diesem Zusammenhang eine der tragenden Säulen in unserer Region – insbesondere durch den Einsatz seiner qualifizierten Ehrenamtlichen.

Außer der Beratung und Begleitung Sterbender und ihrer Familien bietet der HPV auch kostenfreie Beratung an für die Themen „Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht“ sowie „Letzte-Hilfe-Kurse“.

Und selbst mit dem Tod eines Menschen endet nicht zwangsläufig die Begleitung: Die Angehörigen dürfen auch in der Zeit danach auf die Erfahrungen des HPV bauen und sich Rat und Hilfe holen, z. B. bei der Trauerarbeit.

Info und Kontakt: www.hpv-landsberg.de

SILVANA POPA
PHYSIOTHERAPEUTIN

NEU IN UTTING · Noch Termine frei!

Privatpraxis für Physiotherapie
Am Dorfbrunnen 1 · 86919 Utting
0179 4740878 · s.popa@gmx.net

§ **RENTENBERATER CARL**

Unabhängig & Professionell
Rechtsberatung & Rechtsvertretung Sozialrecht

www.mein-rentenberater.de

Ihr Experte in:
Renten- und Krankenversicherung
Betriebsprüfung · Betriebsrente
Unfallversicherung · Versorgungsausgleich

Burgstraße 16 · 86932 Pürgen/Ot Stoffen · Telefon: 0 81 96 / 9 98 90 52

PFLEGE ZENTRUM
Windach-Ammersee
GmbH

Häusliche Kranken- & Altenpflege • Tagespflege • Betreute Senioren-WG
• 24-Stunden Rundum-Betreuung • Essen auf Rädern • Beratungseinsätze nach § 37 • Hauswirtschaftliche Versorgung • Stundenweise Betreuung bei Ihnen zu Hause • Einkaufs- und Besorgungsfahrten • Angehörigenschulung

Münchenerstraße 1 • 86949 Windach • Tel. 08193 / 93 97 08 • Fax 08193 / 93 87 52
info@pflegezentrum-ammersee.de • www.pflegezentrum-ammersee.de

Wir lassen Sie nicht allein

Füreinander da sein – im Leben und im Sterben

Hospiz- und Palliativverein
Landsberg am Lech e.V.

Ihre Spende hilft!
DE14 7005 2060 0000 5561 00
www.hpv-landsberg.de

ENDLICH SCHMERZFREI!

ALPHA COOLING®

DIE REVOLUTIONÄRE KÄLTETHERAPIE

Schmerzfrei ohne Medikamente?
Wie das funktioniert?

Das Verfahren nennt sich **Alpha Cooling Professional® (ACP)**. Dabei werden die Hände bis zu 5 Mal hintereinander für zwei Minuten in die Unterdruck-Kühlkammern des Gerätes gelegt. Die Körperkerntemperatur wird über die Handflächen um etwa 1,5 Grad Celsius abgesenkt.

Der Unterdruck verhindert, dass sich die Blutgefäße der Hände durch die Kälteeinwirkung verengen. Die Absenkung der Bluttemperatur **bewirkt die Ausschüttung körpereigener Endorphine**, was Entzündungen hemmen, weitere förderliche Prozesse anstoßen und zur **Schmerzreduktion** oder sogar bis zur **Schmerzfreiheit** führen kann.

Obwohl nur die Hände auf die Kühlflächen gelegt werden wirkt Alpha Cooling Professional® auf den gesamten Körper. Mit diesem Verfahren konnten wir in den letzten Monaten schon vielen Menschen mit verschiedensten Schmerzarten helfen.



IN KAUFERING

ACP WIRD EMPFOHLEN BEI:

- ✓ Schmerzzuständen
- ✓ akuten und chronischen Entzündungen
- ✓ Rheuma, Arthritis, Fibromyalgie
- ✓ Nerven-, Muskel- u. Gelenkschmerzen
- ✓ Multiple Sklerose
- ✓ Polyneuropathie
- ✓ Long-COVID, Impfnebenwirkungen
- ✓ Karpaltunnelsyndrom
- ✓ Kopfschmerzen und Migräne
- ✓ Stärkung des Immunsystems
- ✓ Blutdruckregulierung
- ✓ Lipödem (Fettverteilungsstörung)
- ✓ Gürtelrose
- ✓ Haut- und Gewichtsproblemen

und bei
**Vielem
mehr!**

10er Karte
ACP Kältetherapie
€ 379,-
+ 2 Einheiten gratis!

(pro Pers. 1 Coupon einlösbar.
Gültig bis 30.11.2024)

Jetzt testen!
GUTSCHEIN
ACP Kältetherapie
1. Anwendung gratis

(pro Pers. 1 Coupon einlösbar.
Gültig bis 30.11.2024)

UNSERE WEITEREN LEISTUNGEN

- EMS/EMA-Training
- EMS-Rücken-Schmerz-Therapieliege
- Massagen u. Schmerzbehandlungen
- Ernährungsberatung
- Firmenfitness/ Betriebl. Gesundheitsmanagement

Alle Infos auf www.personalfit-rk.de

PARTNER EGYM
VON: **WELLPASS wellhub**

Hans-Meier-Str. 16 Tel. 0176 10211827 Im Internet unter:
86916 Kaufering info@personalfit-rk.de www.personalfit-rk.de



Bilderspende für das neue Hospiz in Greifenberg

Text und Fotos: Dagmar Kübler

Seit zehn Jahren gibt es bereits das ambulante Kinder- und Jugendhospiz TheoKiDi Theotinum in Dießen. 17 Jahre besteht inzwischen die „Mutter“ des ehrenamtlichen Hospizdienstes, Hosdiam, in Greifenberg.

Ein Meilenstein in der Entwicklung ist die Einrichtung einer barrierefreien und pflegegerechten Wohnung, ebenfalls in Greifenberg, als stationäres Hospiz mit einem neuen Konzept, ganz im Sinne des Vereins. Hier können palliativ erkrankte Kinder und Erwachsene mit ihren Angehörigen nicht nur die letzte Zeit verbringen, sondern auch Familien mit ihren unheilbar Erkrankten eine Auszeit finden, bei guter Betreuung durch ehrenamtliche Hospiz- und Kinderhospiz-Begleiterinnen und, wo nötig, durch Pflege- und ärztliche Dienste.

Die Räume hat der Verein besonders schön ausgestattet, um in die letzte Lebensphase, die oft von Trauer und Schwermut begleitet ist, etwas Heiterkeit zu bringen. Einen großen Beitrag dazu leisten die farbenfrohen Bilder der Malerin Gisela Sippel, die in ihrer Wahlheimat, dem Augustinum in Dießen entstehen. Schon einmal hat Sippel dem Hospizverein Bilder für den Ess- und Wohnbereich des Hospizes überlassen.

Nun verschenkte sie zwei weitere Werke, leuchtende Sonnenblumen, für den guten Zweck. „Die Sonnenblumen sind, inspiriert durch eine Vorlage, mitten im Winter ent-

standen“, sagt Sippel lächelnd. In ihrem Zimmer im Augustinum hat sie eine Mal-ecke mit Staffelei eingerichtet. „Ich male immer zwischen 15 und 16.30 Uhr, da ist das Licht am besten“, erzählt sie. Zur Zeit entständen v.a. Venedigmotive, aber auch von anderen Orten, wo sie früher gerne war und gern noch einmal hinreisen würde. „So male ich mich um die Welt“, scherzt Sippel. Schon früher erlebte sie bei Ausstellungen, z. B. im Therapiezentrum Burgau, wie wohltuend die positive Wirkung ihrer Bilder auf Patienten ist. Das erhofft sie sich nun auch von den Sonnenblumen.

Die Räume des stationären Hospizes werden vielfältig genutzt, so bieten sie Menschen in Trauer eine Auszeit, und vom Theotinum begleitete Trauergruppen für Kinder und Erwachsene finden dort statt. Dazu ist der Verein auf Spenden angewiesen; deshalb freut sich Koordinatorin Irmgard Schleich stets über kleine und große Beträge. Einen kleinen, aber von Herzen kommenden Beitrag gab es kürzlich von einem Schulkind, das sein Monats Taschengeld mitsamt einem Briefchen in einen Umschlag steckte und in den Briefkasten des Theotinum-Büros im Klosterhof warf. Das Theotinum durfte heuer aber auch schon größere Summen, so anlässlich von runden Geburtstagen, entgegennehmen. „Auch Schauspieler Heino Ferch spendete bereits mehrfach Gewinne aus Rateshows an unseren Verein und unterstützt uns damit nachhaltig“, freuen sich die Vorstandsmitglieder Irmgard Schleich und Ute Humpert.



Malerin Gisela Sippel (links) und Irmgard Schleich, Koordinatorin der Vereine Theotinum und Hosdiam.



Wohnraum im neuen stationären Hospiz in Greifenberg.

Termine (jeweils Anmeldung erforderlich)

Trauergruppe für Sternenerltern:

Mi., 17-18.30 Uhr: 18.09., 16.10., 13.11.

Trauergruppe für verwaiste Eltern:

Mi., 13-14.30 Uhr: 18.09., 16.10.

Trauergruppe für Kinder mit paralleler Elterngruppe:

Sa., 14-15.30 Uhr, 21.09., 19.10., 23.11.

Trauergruppe für Jugendliche und junge Erwachsene:

Sa., 15-16.30 Uhr: 07.09., 12.10., 16.11., 14.12.

Trauer-Café für Erwachsene:

Mi., 15-16.30 Uhr: 18.09., 16.10., 13.11.

Anzeige

Eine Vision wird Wirklichkeit – 10 Jahre Theotinum Kinderhospiz Dießen

Text und Foto: Dagmar Kübler

Irmgard Schleich vom Theotinum Kinderhospiz Dießen kann es selbst kaum glauben: Der Verein feiert heuer bereits sein zehnjähriges Bestehen. Was mit einer Vision 1994 begann, hat mittlerweile so viele Früchte getragen, dass Schleich und ihr Team voller Dankbarkeit dafür sind, wie sich alles gefügt hat. Besonders zu erwähnen sind dabei die 71 Personen, die zu Hospiz- und Palliativbegleitern ausgebildet wurden und weitere zwölf für die Begleitung speziell für Menschen mit Behinderung. Viele dieser Menschen leisten Begleitung von Schwerkranken, ein Ehrenamt, das gar nicht hoch genug angerechnet werden kann. Denn wenn es um Tod und Trauer geht, zählt die Mitmenschlichkeit.

Zuerst war das Theotinum Kinderhospizbüro im Klosterhof 7 in Dießen zu finden. Inzwischen ist es im Klosterhof 8. „Bereits im Gründungsjahr haben wir Kinderhospizbegleiter ausgebildet und in den ambulanten Einsatz geschickt“, erinnert sich Koordinatorin Irmgard Schleich. Bald darauf folgten Schulungen zum Trauerbegleiter, aufbauend auf die Ausbildung zum Hospiz- und Palliativbegleiter. Inzwischen ist es gerade die Trauerbegleitung, die beim Theotinum Verein stark nachgefragt wird. Neben dem Trauer-Café mit selbstgebackenen Kuchen gibt es Trauer-Selbsthilfegruppen. „Unter den derzeit zehn



Regelmäßig werden Ehrenamtliche vom Theotinum Verein als Hospiz- und Palliativbegleiter ausgebildet.

Trauergruppen sind Angebote für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, für Menschen mit Behinderung, verwaiste Eltern und Eltern von Sternenkinder“, zählt Schleich auf.

Vor zwei Jahren ging ein großer Wunsch in Erfüllung: Betroffene Eltern, die noch heute im Verein engagiert sind, konnten ihr Versprechen einlösen, ein stationäres Hospiz – das Theotinum – zu eröffnen. Schwerkranken (Kinder, Jugendliche oder Erwachsene) und ihre Angehörigen können in diesen Räumen in Greifenberg zur Ruhe kommen und eine gemeinsame letzte Zeit erleben, die nicht von Stress und Überlastung geprägt ist – ganz ohne Einweisung vom Arzt. „Sich fallen lassen,

gemeinsam Abschied feiern“ – das ist es, was hier ermöglicht wird. Kooperationen mit Ärzten und Pflegediensten gewährleisten eine medizinische Betreuung. Palliativ geschulte Hospizbegleiter und Trauerbegleiter unterstützen. Ist die Wohnung frei, kann sie auch als Erholungsort in Zeiten von Krisen und Trauer genutzt werden. Die Betreuung erfolgt in enger Kooperation mit dem Schwesternverein Hosdiam Hospizdienst Ammersee, mit dem vor 17 Jahren einmal alles anfing.

**Theotinum Verein e.V., www.theotinum.de
E-Mail: info@theotinum.de,
Tel. 08807/3519088**

Anzeige

HosDiAm
Hospizdienst Ammersee e.V.

Hospizdienst Ammersee e.V.

Hauptstrasse 55 • 86926 Greifenberg
Klosterhof 8 • 86911 Dießen
Fon: 081 92/997381 • Fon: 08807/3519088
info@hosdiam.de • www.hosdiam.de
Einsatzkoordination und telefonische Beratung: täglich 8–18 Uhr
Termine nach Vereinbarung • Rufbereitschaft
Bürozeiten in Dießen: Mi. von 10 – 15 Uhr



Wir sind für Sie da!

- Hospizbegleitung ambulant/stationär
- Kinder- und Jugendhospizbegleitung
- Palliativberatung und -begleitung
- Beratung zur Patientenverfügung, Vorsorge- und Betreuungsvollmacht
- Spiritual Care / Trauerbegleitung
- Wir schulen Sie zum zertifizierten: Hospiz- und Palliativbegleiter, Hospizbegleiter in der Behindertenhilfe, und zum zertifizierten Trauerbegleiter.



Theotinum Verein e.V.

- * **NEU** Stationäres Kinder- und Jugendhospiz
- * Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst
- * Palliativberatung und -begleitung
- * Kinder- und Jugendhospizbegleiter-Ausbildung
- * spezialisierte Krisen- und Trauerbegleitung, Trauer-Café
- * Therapiestützte Trauergruppen mit zertifizierten Trauerbegleitern und ausgebildeten Hunden für:
Kinder 4-12 J., Jugendliche, junge Erwachsene, verwaiste Eltern, Eltern von Sternenkinder und Schwangere in Trauer und Krisen (vor oder nach Indikation)



THEotinum KInder- und Jugendhospiz Dießen
Klosterhof 8, 86911 Dießen
Tel. 08807-351 90 88 und 08192-99 73 81
info@theotinum.de
Telefonisch täglich erreichbar von 9 bis 18 Uhr
und Bürozeit: Mittwoch 10 bis 15 Uhr

www.theotinum.de



Der *jezza!* Gesundheitsführer A-Z

Unsere Seiten für Ihre Gesundheit

In unserem **jezza! Gesundheitsführer A-Z** geben wir Ihnen eine umfangreiche Sammlung kompetenter Ansprechpartner rund um das Thema Gesundheit und gesunde Lebensführung in unserer Region. Im Rahmen eines immer gesundheitsbewussteren Lebensstils gehören auch alternative und naturkundliche Heilmethoden zum nachgefragten Angebot. So stellen sich auf den folgenden Seiten regionale Experten aus den Bereichen Gesundheit, körperliches und geistiges Wohlbefinden, Fitness sowie Alternativ- oder Schulmedizin vor. Übersichtlich nach Themen sortiert finden Sie sie jedes Jahr in unserer Herbstausgabe – aber auch online unter: www.jezza.de/ghf/



Ganzheitliche Heilkunde



Dein Leben in Balance – mehr Lebensqualität für Mensch und Tier. Als empathische Heilerin mit langjähriger Erfahrung ver helfe ich zu mehr Lebensfreude. Geh leichter durchs Leben! Ich unterstütze dich mit Heilsitzungen, ganzheitlicher Lebensberatung, Klangschalenmeditation/-massagen und Trauerbegleitung. Entwickle dich persönlich weiter und lebe dein Potenzial. Ergänzt wird das Angebot durch Führungen im Eibenwald, Heilsitzungen für Tiere sowie Tierkommunikation. Neugierig? Ich freue mich, dich kennenzulernen. www.reconnect-tumbach.com



Karlstraße 5 · 86916 Kaufering
Telefon: 08194 71 999 00
Mail: reconnect-tumbach@t-online.de

www.reconnect-tumbach.com

Dein Leben in Balance

Familienbegleitung



Begleitung und Beratung von Familien ist mir ein Herzensanliegen, z.B. mit der **FenKid-Kursreihe**, dem bindungsfördernden Konzept, bei dem Kinder von 3 bis 24 Monaten in ihrer Bewegungs- und Persönlichkeitsentwicklung begleitet und Eltern durch viele Anregungen unterstützt werden. Gruppenangebote finden wöchentlich in einer geschützten Umgebung statt und orientieren sich an den Bedürfnissen der Kinder in ihrer jeweiligen Entwicklungsphase. Ergänzende Kurselemente: Achtsamkeitsschulungen, Lieder, Reime, Informationen zu wichtigen Themen sowie ein gemeinsamer Austausch. **Infos und Kontakt: www.tanjawelker.de**

Begleiten.
Beraten.
Coaching.

Tanja Welker

Bahnhofstr. 93a
82269 Geltendorf
www.tanjawelker.de
info@tanjawelker.de
0173 / 808 08 77
08193 / 204 45 66

Von Wurzeln zu Flügeln

Heilpraktiker



Wenn Sie Schmerzen in Schulter, Wirbelsäule, Knie, Hüfte etc. haben, wende ich die für Sie passende Therapieform zur Schmerzlinderung an. Ihr Bewegungsapparat liegt mir besonders am Herzen, und ich nehme mir Zeit für Ihre Beschwerden! Ganzheitlich suche ich den Ursprung Ihres Problems, um es zu lindern. Das Immunsystem spielt dabei eine wichtige Rolle! Mit Heuschnupfen, Allergien, Entzündungen etc. spiegelt der Körper ein geschwächtes Immunsystem, das ich als zertifizierter Immuncoach professionell unterstütze. Seit Jahren helfe ich als Burn-Out-Trainerin meinen Patienten aus der Stress-Spirale. www.heilpraktikerin-spingies.de

Ganzheitliche Heilpraktikerin

- Wirbelsäulentherapie
- Blutegeltherapie
- Schmerztherapie
- Craniosacrale Therapie
- Systemische Aufstellungen



Daniela Spingies, Kaagangerstr.52, 82279 Eching
Tel. 0176-23314975 • www.Heilpraktikerin-Spingies.de



Mediation



Wo Menschen zusammenkommen, entstehen oft aus unterschiedlichen Meinungen Konflikte: In der Familie, Ehe und Schule genauso wie unter Nachbarn, Eigentümern oder im Betrieb zwischen Mitarbeitern, Arbeitgeber und Mitarbeitervertretung. Eine Mediation fördert das gegenseitige Verständnis der Konfliktparteien und unterstützt sie, eine einvernehmliche, faire und nachhaltige Lösung selbst zu finden, ohne den Streit mit Abbruch der Beziehung oder dem Gang zu Gericht zu beenden. Der Konflikt wird zügig entschärft; die Kosten bleiben niedrig. Dies unter der Prämisse von Freiwilligkeit und Vertraulichkeit. www.mediation-pascalino.de

Seit 1992

Ihr Experte für Lösungen bei Konflikten

- unter Nachbarn
- in der Familie
- in der Ehe
- in der Schule
- zwischen Arbeitgebern und Arbeitnehmern
- unter Führungskräften
- zwischen Unternehmen

Mediation | Konfliktmanagement
Moderation von Gruppen
Teamentwicklung & Coaching

jetzt auch **Online Mediationen**

Mario Pascalino, Dipl. Math.
Zertifizierter Mediator
Am Bahnhof 23
82269 Geltendorf
Tel: 081 93/63 14
mobil: 0171/9541004

www.mediation-pascalino.de
mario.pascalino@mediation-pascalino.de

Therapie



Ihre Fähigkeiten und Lebenserfahrung bieten zusammen mit den Methoden aus der Systemischen Therapie die Grundlage, lösungsorientierte Wege zu Ihren Anliegen zu suchen. Über neue Blickwinkel und Standpunkte kann ich Sie dabei unterstützen, Lösungen zu Themen in Partnerschaft, Ehe, Gesundheit oder zum Umgang mit Krisen zu entwickeln. „So viel wie nötig, so wenig wie möglich“ ist meine Devise, so sind max. 10 Einheiten für eine Therapie oder Beratung angedacht. Ich freue mich darauf, Sie auf Ihrem neuen Weg zu begleiten! **Praxis für systemische Therapie, Beratung + Coaching.**

Michaela Witt

Dipl. Sozialpädagogin (FH)
Systemische Paar- und Familien-Therapeutin

Gesselweg 5 · 86492 Egling/Paar
Tel.: 0157/348 774 55
Mail: info@witt-systemischetherapie.de
Web: witt-systemischetherapie.de



Physiotherapie



Herzlich Willkommen in meiner Privatpraxis für Physiotherapie im wunderschönen Fünfseenland in Finning. Nach Ihrem erfüllten Alltag gönnen Sie sich eine AusZeit in familiärer Umgebung. Kommen Sie herein und fühlen Sie sich wohl. Nehmen Sie sich Zeit zur Entschleunigung in einer sich schnell bewegenden Welt und tanken Sie Kraft für Ihre nächsten Abenteuer. Ob klassische Physiotherapie, Massage, Fußreflexzonenmassage oder CMD, wir finden zusammen den für Sie passenden Therapieansatz. Ich freue mich auf Ihre Behandlung! Please contact me in case of need for treatments in English.

Physio Meister

- Physiotherapie
- KG
- KG ZNS (nach PNF)
- Massage
- Manuelle Lymphdrainage (MLD)
- CMD
- CMD nach Tuina
- Wärmetherapie
- Kinesiotaping
- Fußreflexzonenmassage

Physio Meister - Meike Meister, B. Sc.
Raiffeisenweg 9 | 86923 Finning
Telefon 0160 364 0 362 | www.physio-meister.de

Zahnheilkunde



Spielerisch führen wir schon die Kleinsten an die zahnärztliche Untersuchung heran, denn Angst soll gar nicht erst aufkommen. Doch auch Erwachsene gehen nicht immer gerne zum Zahnarzt. Mit **ausführlichen Erklärungen des Behandlungsablaufs** und einem **Ohr für persönliche Nöte und Sorgen** geben wir ein Gefühl der Sicherheit. Gerne nehmen wir uns Zeit, Ängste aufzufangen. Der regelmäßige Besuch in der Praxis hilft dabei, Unbehagen abzubauen. Unsere Praxis ist **barrierefrei** zu erreichen; Parkplätze direkt am Haus, www.zahnarzt-geltendorf.de

Dr. med. dent. Ute Maier Zahnarztpraxis

Sanfte Zahnmedizin mit Herz

- Individual-Prophylaxe
- Ästhetische Zahnkorrekturen
- R.E.S.E.T - zur Entlastung des Kiefergelenks
- Bioaktiver Zahnschutz & Zahn-Anti-Aging
- **barrierefrei mit Parkplätzen direkt vor dem Haus**

Dr. med. dent. Ute Maier
Waldstr. 5 · 82269 Geltendorf · Tel.: 081 93 / 9 37 14 81
www.zahnarzt-geltendorf.de



Dagmar Kübler

Freie Journalistin



tätig für das jezza!-Magazin und das Landsberger Tagblatt, hat noch Kapazitäten frei für Texte aller Art:

- Presstexte
- Firmenbroschüren
- Webseiten
- Ansprachen
- Textoptimierung

Gerne schreibe ich auch Ihre **Biografie**. Ihr Leben ist es wert, in Erinnerung zu bleiben.

Kontakt: Tel. 0152 0988 3088 • **E-Mail:** dagmar.kuebler1@gmail.com

Gesundheit und Sauberkeit nachhaltig verändern

Wie man in den eigenen vier Wänden ein Reizklima schaffen und damit Atemwegs- und Hauterkrankungen lindern kann, weiß Andrea Klotz aus Eresing. Sie empfiehlt HYLA – das Luft- und Raumreinigungssystem und erklärt, dass Hyla die Gesundheit spürbar und nachhaltig verändern wird. Zusätzlich zu diesem Effekt reinigt man das Zuhause mit dem Hyla effektiv, langanhaltend, zeitsparend und hygienisch.

Der Hyla arbeitet vollständig ohne Filter und Beutel – allein das eingefüllte Wasser dient als Bindemittel. Eingesaugter Schmutz und Staub können dadurch nicht mehr aus dem Gerät entweichen, und der typische Staubsaugergeschmack gehört der Vergangenheit an. Bei regelmäßiger Anwendung lässt sich so die Staubbelastung im Zuhause um bis zu 80 Prozent verringern.

Der Hyla verfügt insgesamt über bis zu 30 verschiedene Anwendungsmöglichkeiten und ist demnach ein wahres Multitalent.

Informationen darüber gibt **Andrea Klotz, Hyla Vertriebspartnerin, Eresing, Tel.: 01 72/73 82 458, E-Mail: klotz_andrea@web.de**



Anzeige

HYLA

Lerne auch Du das Luft- und Raumreinigungssystem mit seinen bis zu 30 Anwendungsmöglichkeiten kennen.

Andrea Klotz | Hyla Beraterin aus Eresing
0172 – 7382458 | klotz_andrea@web.de
andrea_und_hyldegard

Landsberger Stadtgeschichten – ein literarischer Streifzug durch die historische Stadt

Die Autorin Monika Sadegor, die vor einem Jahr die Romanbiografie „Die Englische Tochter. Das Leben der Gwendydd Herkomer“ über die Tochter von Hubert von Herkomer sehr erfolgreich herausgebracht hat, hat nun ein neues Buch publiziert.

Mit zehn spannenden Episoden aus der Landsberger Stadtgeschichte führt das Buch „Landsberger Stadtgeschichten – ein literarischer Streifzug durch die historische Stadt“ die Leser und Leserinnen mit Stadtplan in jeweils drei Schritten durch die Stadt: Zunächst der „Sitz im Leben“, in der Gegenwart, dann die fiktive, gut recherchierte und nahe an den historischen Begebenheiten erzählte Geschichte und als dritten Schritt die Verifizierung „Was wirklich geschah“.

Begleitet werden die Erzählungen von historischen Gemälden, teilweise aus privater Sammlung, die so noch nie gezeigt wurden, und die dem Geschehen zusätzlich emotionale Tiefe verleihen.

Von der Buchhandlung Osiander in Landsberg wurde Monika Sadegors Neuerscheinung kürzlich als „Lieblingsbuch“ vorgestellt. Auch im Tourismusverband Landsberg liegt das Buch als „literarischer Stadtführer“ auf.

Nächste Lesung: Mi., 27. November 2024, um 19.30 Uhr in der Buchhandlung Osiander, Ludwigstr. 157, Landsberg.

Landsberger Stadtgeschichten
Monika Sadegor
140 Seiten,
10 Abbildungen, 16 €
ISBN:978-3-86408-324-2



Schafskälte – Science Fiction Roman

In naher Zukunft: Ansgar Weiß führt ein beschauliches Leben. Nur an seinem Geburtstag schiebt er regelmäßig Frust. Die durch Regen und Kälteeinbrüche versauten Geburtstage sind mehr als eine Zumutung, sie sind ein kosmischer Wink des Schicksals, eine stochastisch belegbare Wetteringularität, die er – unfreiwillig – überallhin mitzunehmen scheint.

Das ruft auch andere auf den Plan, deren Absichten inmitten einer klimakollabierenden Erde schwer zu durchschauen sind, und für Ansgar beginnt ein gefährliches Abenteuer um den halben Erdglobus und weit darüber hinaus. Eine Reise, die er sich in seinen kühnsten Träumen niemals hätte vorstellen können ...

Schafskälte wurde von Autorenneuling Wolfram Weisse Ende 2023 veröffentlicht und war bereits Anfang dieses Jahres auf Platz 2 der Science-Fiction-Charts beim Bücherportal LovelyBooks zu finden. Im März dieses Jahres titelte die Süddeutsche Zeitung über Schafskälte: „Überirdische Erfahrung“ und „Eine in jedem Sinne fantastische Geschichte.“

Wolfram Weisse lebt mit seiner Familie und Kater Bonçi in der Nähe des Ammersees. Er selbst ist leidgeprüftes Opfer der im Juni häufig auftretenden Schafskälte. Ein völlig verregener Geburtstag zu viel inspirierte ihn schließlich zu seinem Erstlingswerk, das in der nahen Zukunft spielt. Ein weiterer Roman ist bereits in Vorbereitung.



Verlosung

jezza! verlost
3 x je 1 Exemplar von
„Landsberger Stadtgeschichten“
und „Schafskälte“.
Interessenten schicken bis zum 31. August eine E-Mail an: redaktion@jezza.de und benennen neben ihrer Postadresse auch den Wunschtitel. Das Los entscheidet.



Schafskälte
Wolfram Weisse
372 Seiten, Preis: 16.99 €
ISBN: 979-8-867826-92-5

Anzeige



GEDO TERRASSEN



Wir bauen Terrassen - Für Euch, für Alle.

Individuell und maßgefertigt, vom ersten Aufmaß bis zur letzten Schraube. In höchster handwerklicher Qualität, bevorzugt aus heimischen Hölzern.

Für mehr Inspiration & persönliche Terrassenplanung bei Ihnen vor Ort, sprechen Sie uns gerne an. Daniel Heinkelein, Forellenweg 3, 82279 Moorenweis, Tel 0170 78 13 538, heinkelein@gmx.de
gedoterrassen // www.gedo-terrassen.de



Sigurd Ott

gesprengte-ketten.de

0170/3475379 sigsieg@yahoo.de
Geltendorf

- Hypnotiseur • Wellness-Masseur
- Motivator • Osteopath • Ernährungsberater
- Spezialist für fernöstliche Philosophien
- Schamanismus

Wenn Du Herausforderungen in Deinem Leben meistern möchtest, kann ich Dir Wege zeigen, wie Du Deine Ziele erreichen kannst!

WORTE UND ZEREMONIEN FÜR DIE BESONDEREN MOMENTE IM LEBEN

Es gibt Anlässe im Leben, da braucht es die richtigen Worte. Worte, die einem bei Trauerfeiern aufgrund der eigenen Betroffenheit selbst nicht über die Lippen kommen. Worte, die bei einer freien Trauung innerlich berühren und spürbare Atmosphäre schaffen. Worte, die ein Kinderwillkommensfest zu einem lebensfrohen Ereignis machen. Individuelle Reden hält für all diese Feierlichkeiten die Freie Rednerin Barbara Baum – stets mit den Auftraggebern gemeinsam erarbeitet. „Wie jeder Mensch, um den es geht, und wie jeder Anlass ist auch jede meiner Reden ein Unikat, das es kein zweites Mal gibt“, sagt Barbara Baum.

Kommunikation und Brückenbauen – diese beiden Eigenschaften ziehen sich wie ein roter Faden durch ihr privates und berufliches Leben, in dem sie u.a. als Mediatorin tätig ist. Gereift an Lebensaufga-

ben und den Menschen zugewandt bringt sie die für besondere Anlässe notwendige Herzenswärme, Lebensfreude und -weisheit sowie Achtsamkeit mit. So gelingt es ihr, Gefühlslagen und Wünsche aufzunehmen und sowohl in ihrer Rede als auch in der gesamten Zeremonie die Menschen und ihr Leben authentisch in den Mittelpunkt zu stellen und zu würdigen.

Zeitlich und räumlich flexibel geht Barbara Baum dabei gern auch auf ungewöhnliche Ideen ein: Ob See oder Berg, ob London oder New York – sie ist auch zu weiteren Anreisen gerne bereit. Für Feiern im kleinen Rahmen stellt sie auf Wunsch in



Barbara Baum Freie Reden

Barbara Baum – Freie Rednerin (IHK)
www.barbara-baum.de
E-Mail: kontakt@barbara-baum.de
Tel.: 0177/2378 594

ihrem großzügigen Haus mit viel Licht und wunderbarer Gartenlandschaft den Raum „Aurum“ zur Verfügung – ein weiteres Puzzlestück ihres professionellen Angebotes, das gerade in puncto Individualität weit über das Übliche hinausgeht. „Bei den von mir geführten Zeremonien mache ich die Einzigartigkeit der Menschen sichtbar und schaffe eine zuversichtliche Atmosphäre der Verbundenheit“, fasst Baum das Wesentliche zusammen. Ein besonderes Angebot für die tragenden Momente im Leben.





Ihr Bio-Lieferservice seit 1985

- > 100% Bio <
- > regional, saisonal, keine Flugware <
- > faire Erzeugerpreise <
- > wenig Verpackung <
- > fachkundige Kundenbetreuung <
- > Rezepte passend zur Kiste <
- > bequem online bestellen <

Jetzt Ökokiste bestellen & 25€ Gutschrift erhalten!*

Telefonisch unter 08142 40879 oder auf www.amperhof.de

Beispiel für aktuelle Regionalkiste mit Wassermelone, Physalis und frischem Ingwer

* Gültig nur für Neukunden bei Abschluss des Mini-Abos über www.amperhof.de.

AMPERHOF ÖKOKISTE 100% BIO – FRISCH VOM FELDE IN DIE KÜCHE
Kundentelefon 08142 40879 | kundenbetreuung@amperhof.de | amperhof.de | DE ÖKO 006

DIE GESCHENKIDEE
Gutscheine erhalten Sie bei uns an der Kasse



MEINE MASSAGE

Dem Alltag entfliehen und einfach mal die Seele baumeln lassen? Unser Wellnesssteam verwöhnt Sie gerne mit einer Massage aus unserem umfangreichen Angebot. Erleben auch Sie die wohltuenden Effekte, die Sie bei uns natürlich mit einem spannenden Sauna- oder Schwimmbadbesuch ergänzen können.



**LECHTAL
BAD**

Info-Telefon 08191-129 11 63
www.lechtalbad.de

Hilfe gegen Schnarchen und Knirschen: Neuartige Schlagschiene von Winterdentaltechnik

Gesund schlafen heißt gut schlafen – den neuen Tag ausgeruht und voller Energie zu beginnen. Bei hoher psychischer Belastung durch alltäglichen Stress in Beruf und Familie ist die Regeneration des Körpers im Schlaf umso wichtiger. Jedoch äußert sich die innere Unruhe im Schlaf oft durch Symptome wie Knirschen und Schnarchen. Hierbei verspannt sich die Gesichtsmuskulatur, durch das Schnarchen wird das Gehirn nicht mit ausreichend Sauerstoff versorgt. Folgen hiervon können Kiefergelenk- und Spannungskopfschmerzen sein.

Die unphysiologische Rotationsbewegung des Kiefers während des Knirschens führt langfristig dazu, dass das Kiefergelenk, die Zähne und das Gebiss in Mitleidenschaft geraten.

Mit der Schlagschiene können die psychischen und medizinischen Ursachen von Schlafproblemen zwar nicht behoben werden. Symptome wie Schnarchen, Knirschen und deren Begleiterscheinungen können aber ganz ohne Medikamente gelindert werden, erholsamer Schlaf kann sich einstellen.

Eine individuell angepasste Schlagschiene verbessert den Schlaf – ganz ohne Druck und Zwangsbisserrhöhung.

Den Abdruck des Oberkiefers können Patienten über ihre Zahnärzte oder mittels eines Abdruck-Kits ganz einfach selber erstellen. **Bestellformular über Tel.: 08141/ 525012 oder www.winterdentaltechnik.de, Fürstenfeldbruck.**

Anzeige



ApnoeComfort
die Schlagschiene aus
Meisterhand

Sofortige Hilfe
bei Schnarchen
und
Knirschen!

für mehr Informationen
www.winterdentaltechnik.de
oder 08141 525012

Herzlich willkommen bei Steber Hörgeräte im Herzen von Landsberg!

Wir sind das Ehepaar Anna & Andreas Steber und begrüßen Sie herzlich in unserem inhabergeführten Hörakustik-Fachgeschäft in der Altstadt von Landsberg am Lech. Wir haben uns im Jahre 2004 während unserer Ausbildung zum Hörakustiker in der Hansestadt Lübeck kennengelernt, haben uns im Jahr 2008 während der Meisterausbildung in Braunschweig lieben gelernt, dann schließlich 2012 in Landsberg geheiratet und leben seit 2019 mit unseren zwei Söhnen im Fuchstal.

Jeder von uns bringt über 20 Jahre Berufserfahrung als Hörakustiker und jede Menge Herzblut für unseren Beruf mit. Anna Steber konnte in dieser Zeit Erfahrungen und Fertigkeiten in ganz Deutschland von Hameln bis Buchloe kennenlernen, und Andreas Steber ist als Einheimischer seit 20 Jahren in der Region als Hörakustiker tätig und fühlt sich den Landsbergern damit sehr verbunden. Unser modernes Ladenkonzept ist eine Mischung aus optischen Hinguckern und wohnlicher Atmosphäre, mit großen Schaufenstern auf barrierefreien 90 qm, das Sie einladen soll, sich bei uns wohl zu fühlen. Der offene Werkstattbereich ermöglicht es Ihnen, uns bei der Arbeit über die Schulter zu sehen und soll den handwerklichen Teil unserer Arbeit in den Vordergrund stellen. Denn nur ein individuell auf Ihre Ohren und Bedürfnisse abgestimmtes Hörsystem wird zu Ihrem geliebten Alltagsbegleiter. Wir freuen uns auf Ihren Besuch und auf nette Gespräche.

Ihre Hörakustiker Anna & Andreas Steber



© Fotograf, Jürgen Farenholz

Steber
HÖRGERÄTE

Herzog-Ernst-Straße 179 A | 86899 Landsberg
08191 9850398 | www.steber-hoergeraete.de

MIND GARDENING – UNKRAUTJÄTEN IM KOPF



Text und Fotos: Sandra Böhm

Der Kopf ist mal wieder viel zu voll, Gedanken drehen sich im Kreis, man weiß gar nicht mehr, wo man anfangen soll. Keine Seltenheit in unserer schnelllebigen Zeit, umso wichtiger ist es, seine Gedanken zu reflektieren und zu sortieren. Eine wundervolle Art dies zu tun ist das Mind Gardening.

Beim Mind Gardening geht es darum, seinen Geist zu pflegen wie einen Garten – pflanzen, kultivieren, beschneiden, jäten. Gedankenunkraut wird entsorgt, Gedanken, die uns weiterbringen werden hingegen kultiviert und gedüngt. Statt Informationen beliebig und passiv aufzunehmen, ist Mind Gardening eine proaktive Art, Wissen und Ideen zu nutzen. Der Begriff geht zurück auf den französischen Ausspruch *Cultiver son jardin interieur* – Kultiviere deinen inneren Garten.

Durch Mind Gardening können wir wieder lernen zu unterscheiden, welche Gedanken von Nutzen sind und welche getrost entsorgt werden können.

Wie funktioniert das Mind Gardening?

Zunächst sollte man die Art und Weise, wie man Informationen konsumiert, überdenken und ganz genau hinschauen, was interessiert mich wirklich und was daran interessiert mich?

Hilfreich dabei ist es, sich Notizen zu machen. Egal wie, ob kurz oder lang, wichtig ist, einmal auszuformulieren, was an der Information interessant ist und ganz bewusst auszuwählen, welche Gedankenpflanzen wirklich in den eigenen Gedankengarten passen. Welche Ideen lassen sich gut mit anderen, bereits vorhandenen Ideen verknüpfen?

Das gilt sowohl für den Informations-Konsum über Social Media

Anzeige

wahine soul and bodywork
achtsame hawaiianische Massagekunst

Sonja Leanda Kußmaul
Johann-Sedlmeir-Str. 13
86919 Utting am Ammersee
08806 9582821
info@manaloea-kussmaul.de

Termine nach Vereinbarung

Nur für Frauen

Manaloea
slow down be happy

Sanfte Massage
~ Lomi Hapai ~
für Schwangere

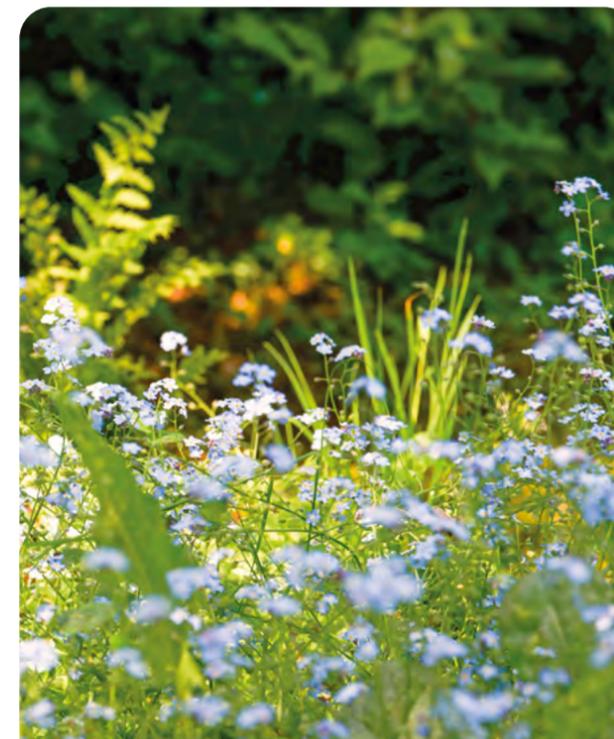
als auch für die Auswahl bei Büchern, Podcasts, Sendungen etc. Denn hier werden Samen in den Gedankengarten gepflanzt, um die man sich kümmern sollte.

Journaling kann eine nützliche Methode sein, um den Mind Garden zu pflegen. Beim Journaling werden Gedanken, Gefühle, Erfahrungen und Ideen schriftlich festgehalten, um besser reflektieren zu können. So bekommt man mehr Klarheit und Struktur in die eigene Gedankenwelt und gleichzeitig wird Stress abgebaut und Emotionen werden verarbeitet.

Wer es lieber digital mag, für den gibt es zahlreiche Apps, mit denen man Journaling betreiben kann.

Damit sich nützliche Gedanken im Mindset auch wirklich festsetzen können, sollte man das Geschriebene nochmals durchlesen, gerne auch mehrfach und immer wieder.

Ein wunderbarer Dünger für unsere Gedankenpflanzen ist übrigens Dankbarkeit. Darum ruhig mal täglich überlegen, wofür man eigentlich dankbar ist.



Um schließlich die Früchte des Mind Gardenings ernten zu können, gilt: Dranbleiben!

Mag es anfangs auch ein bisschen schwer fallen, sich täglich mit seinen Gedanken auseinanderzusetzen, wird auch dies irgendwann zur Routine, und wir können die Ernte in Form von mehr Lebensfreude, Erkenntnisgewinn sowie weniger Stress einfahren.

Die Art, wie wir Informationen konsumieren, ändert sich, es wird leichter, zwischen gut und unnützlich zu unterscheiden. So werden Grübeleien weniger, die Gedanken klarer und produktiver und unser Mind Garden kann wachsen und gedeihen.

Mit neuer Perspektive das Leben kraftvoll anpacken

Die systemische Paar- und Familientherapeutin (DGFSF) und Mediatorin Sabine Sonnabend aus Inning unterstützt Interessierte dabei, ihre eigenen Ressourcen und Potenziale zu erkennen, und damit den „Inneren Garten“ zum Blühen zu bringen. „Ich unterstütze dabei, das zu stärken, was wachsen soll und das loszulassen, was verabschiedet werden kann“, so die Therapeutin.

Sie begleitet ihre Klienten dabei, Kraft aus den eigenen Wurzeln und Beziehungen zu schöpfen und mit Belastungen so umzugehen, dass ihr Vertrauen in sich und ihre Beziehungen wächst. So entsteht eine neue Perspektive, die dabei hilft, alles im Leben kraftvoll anzupacken, was man kultivieren möchte. Die Systemische Paar-, Einzel- und Familienberatung unterstützt auf dem Weg, mit sich und mit den persönlichen Beziehungen im Einklang zu sein. Und wer bei starken Konflikten in den persönlichen Kontakten eine faire Lösung finden möchte, kann sich von Sabine Sonnabend mit Mediation in dieser Herausforderung begleiten lassen.



Sabine Sonnabend
Mediatorin, Systemische Paar- und Familientherapeutin (DGFSF)
Salzstraße 10, 82266 Inning am Ammersee
Mobil: 0151/59469694
Mail: info@sabinesonnabend.de, www.sabinesonnabend.de

Anzeige

25 Jahre Erfahrung

DAUERHAFTE HAARENTFERNUNG
SANFT - SCHNELL - SENSATIONELL

MIT DEM MEDIZINISCHEN
HOCHLEISTUNGSDIODENLASER VON ASCLEPION

- Haarfrei für SIE & IHN
- sichtbar nach der ersten Anwendung
- für alle Körperzonen geeignet
- Behandlung aller Haar- & Hauttypen

Susanne Maier **Fon: 0 88 06-92 46 14**
www.dauerhafte-haarentfernung-landsberg.de

**System und Familie
Sabine
Sonnabend**

Systemische Paar- und Familientherapeutin (DGFSF)
Systemische Paar-, Familien- und Einzelberatung

Mobil: 0151-594 696 94 Web: www.sabinesonnabend.de
82266 Inning Salzstr. 10 E-Mail: info@sabinesonnabend.de

TRAUBENREZEPTE

ERFRISCHEND ANDERS

Text und Fotos:
Vital-Autorin Sandra Böhm

Trauben – die süßen, saftigen Beeren sind nicht nur ein köstlicher Snack für heiße Sommertage, sondern auch vielseitig einsetzbar in der Küche. Trauben enthalten viele Mineralstoffe, die wichtig für Nerven-, Hirn-, Zahn- und Knochengesundheit sind. Sie fördern die Verdauung und die Nierentätigkeit – zudem



Vorspeise: Frischkäse mit Weintrauben und Baguette

Zutaten für 4 Portionen:

125 g grüne, kernlose Weintrauben, ½ rote Chilischote, 100 ml Holunderblütensirup, ½ Zimtstange, 1 Gewürznelke, feiner Abrieb von ¼ Bio-Orange, 400 g Hirten- oder Fetakäse

Zubereitung:

Die Weintrauben halbieren, Chilischote in feine Ringe schneiden. Den Holunderblütensirup zusammen mit Chili, Zimtstange, Nelken und Orangenschale erhitzen. Weintrauben zugeben und 5 min. köcheln. Danach abkühlen lassen. Käse zerbröckeln und mit den Weintrauben anrichten. Mit ofenfrischem Baguette servieren.

stärken zahlreiche Vitamine das Immunsystem.

Um den Verzehr abwechslungsreich zu gestalten, präsentieren wir in diesem Heft eine Auswahl an verlockenden Traubenrezepten – von der leichten Vorspeise über eine erfrischende Limo bis hin zur raffinierten Haupt- und köstlichen Nachspeise.



Getränk: Traubenlimo

Zutaten für 10 Gläser:

2 Bio-Zitronen, 5 Beutel Früchtetee nach Wahl, 1 Liter Traubensaft, 1 EL Flüssigsüße (Agavendicksaft, Ahornsirup o. ä.), 500 ml Mineralwasser mit Kohlensäure

Zubereitung:

Zitronen zunächst heiß abspülen, trocknen und anschließend die Schale sehr dünn abschälen (die weiße Haut sollte nicht mitgeschält werden). Tee aufkochen und die Zitronenschale und den -saft zum Tee geben und gemeinsam aufkochen. 15 Minuten ziehen lassen und anschließend durch ein Sieb gießen. Nun den Traubensaft dazugeben und mit Süße und etwas Zitronensaft abschmecken. Gut kühlen und vor dem Servieren mit Mineralwasser auffüllen.

Übrigens: Besonders gut schmecken freilich die heimischen Trauben, auf die wir zurückgreifen können, wenn der Sommer sich langsam verabschiedet und der Herbst in den Startlöchern steht.



Hauptspeise: Tagliatelle mit Pilzen und Trauben

Zutaten für 4 Portionen:

600 Gramm Pilze, ein paar Schalotten, 320 g kernlose Weintrauben, 2 Bio-Zitronen, Petersilie gehackt, Chiliflocken nach Geschmack, Tagliatelle oder Spaghetti, Salz, Olivenöl, 8 EL Sauerrahm

Zubereitung:

Die Pilze putzen und in Streifen schneiden. Schalotten je nach Größe halbieren oder vierteln. Zitrone und Weintrauben waschen. Etwas Zitronenabrieb mit Petersilie und Chili mischen.

Nudeln nach Packungsanleitung zubereiten.

Schalotten und Pilze mit Olivenöl anbraten. Wenn die Zwiebeln glasig und die Pilze angebräunt sind, die Trauben zugeben. Danach etwas Zitronensaft und Sauerrahm unterrühren.

Nudeln abgießen und ca. 3 EL Nudelwasser auffangen. Nudeln und Kochwasser zu der Pilz-Traubensauce geben und mit Zitronen-Chili anrichten.

Nachspeise:
Buchteln mit Trauben-
Sanddornkompott

Zutaten für den Hefeteig:

700 g Mehl, 100 g Rohrzucker (Dattel- oder Kokoszucker), 150 g Butter oder Margarine, 100 g pflanzlicher Joghurt z.B. Soja-Vanille, 250 ml Milch oder Hafermilch, 1 Würfel Hefe

Zubereitung:

Mehl und Zucker in einer großen Schüssel vermengen und eine Mulde in die Mitte drücken. Butter stückig auf dem Rand der Mehl-Zucker-Mischung verteilen.

Milch in einem Topf lauwarm erhitzen und die Hefe zusammen mit 1 EL Zucker auflösen. Die Milch-Hefemischung in die Mulde gießen, pflanzlichen Joghurt hinzugeben und alles miteinander mit dem Knetbalken für einige Minuten zu einem glatten Teig verkneten. Der Teig sollte nicht mehr an den Händen kleben bleiben.

Zugedeckt an einem warmen Ort mind. 90 min. ruhen lassen.

Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

Den gegangenen Teig nochmals mit den Händen durchkneten. Nun in etwa gleichgroße Stücke teilen und zu Kugeln rollen. Eine Auflaufform einfetten. Wer mag, kann diese nun noch mit einer Zimt-Zucker-Mischung bestreuen. Buchteln in die Form setzen, mit zerlassener Butter bepinseln und ein paar Minuten ruhen lassen. Auf mittlerer Schiene ca. 40 min. im Ofen goldbraun backen.

Zutaten für das Kompott:

200 g rote kernlose Weintrauben, 200 ml Sanddornfruchtsauce oder Apfelmus mit Sanddorn, 1 TL Speisestärke, 2 EL Ahornsirup oder Honig

Zubereitung Kompott:

Feigen und Trauben gut abspülen und trocken tupfen. Die Feigen in Spalten

schneiden und Trauben von den Stielen zupfen.

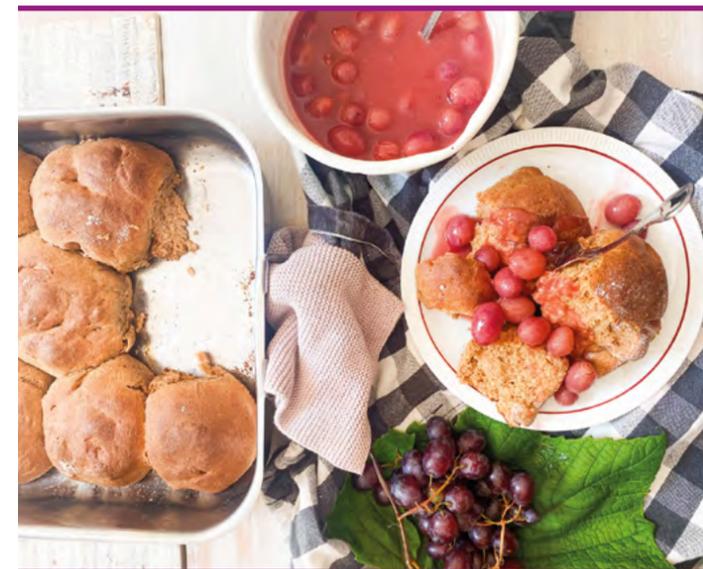
Sanddornsauce mit 100 ml Wasser, den Trauben und Feigen ca. 3 Minuten kochen lassen.

Speisestärke mit 2-3 EL Wasser verrühren und in das noch kochende Kompott einrühren. Kurz aufkochen, mit Ahornsirup abschmecken und abkühlen lassen.

Ofen auf 190°C vorheizen.

Wenn der Teig genug gegangen ist, nochmals mit den Händen kräftig durchkneten, ggf. etwas Mehl zugeben. Teig zu einer Rolle formen und in 12 Stücke schneiden. Jede Portion zu einer Kugel rollen. Auflaufform einfetten. Restliche Butter schmelzen. Jetzt die Teigkugeln in die Auflaufform geben und mit der geschmolzenen Butter bestreichen.

Buchteln auf der mittleren Schiene für ca. 30 Minuten backen. Etwas abkühlen lassen, mit Puderzucker bestreuen und zusammen mit dem Kompott servieren.



GUTEN APPETIT!

Anzeige

ASAM
MODE

Schlossergasse 376
86899 Landsberg am Lech
www.asam-mode.de

Folgen Sie uns auf



CAMBIO



Anzeige



© Carolin Jacklin

"EINFACHHEIT IST
DIE GRUNDLAGE
GUTEN STILS."

Anne Beißwenger - mein Stilgefühl
Stylisten und Kleiderschrank-Coach

» CHECK DEINEN SCHRANK «

Jetzt exklusiv buchen im PRINZ LUDWIG N°6
und per Email an servus@prinzludwigo6.de



Mode Geschenke Accessoires
Simone Kramer
Prinz Ludwig Straße 6
86911 Dissen am Ammersee
+49 8807 949 55 19
+49 172 72 72 922



Ein Hoch auf die Alten

In der Siedlung meiner Eltern wohnt Frau Korb, eine alte Dame von über 90 Jahren. Weil ihre Tochter mit im Haus wohnt, kann sie sich dort mit deren Hilfe noch selbst versorgen. Neulich haben wir sie zusammen mit unseren Kindern besucht. Es öffnete uns eine kleine, gebückte Frau die Türe, die sich sichtlich über die unerwartete Gesellschaft freute. Das folgende Gespräch mit ihr war in mehrerlei Hinsicht bemerkenswert:

Erstens: Das Klischee von der verwirrten Alten, die über nichts mehr Bescheid weiß und nur noch im Gestern lebt, widerlegte sie überaus eindrucksvoll. Sie war informiert über das aktuelle Zeitgeschehen, konnte sich gut auch in unsere jugendlichen Kinder hineinversetzen und bezog sie sogar ganz aktiv ins Gespräch mit ein.

Zweitens: In den Alten schlummert ein großer Schatz an Wissen aus alten Zeiten. Als wir die Dame auf Schwarz-Weiß-Fotos an der Wand ansprachen – Aufnahmen von Menschen und einem Dorf – erzählte sie uns von ihrer Kindheit und Jugend im heutigen Tschechien und wie sie mit ihrer Familie nach dem Krieg vertrieben wurde. Da machten auch unsere Kinder große Augen.

Drittens: Der Besuch zeigte uns wiederum, wie gut gegenseitiges Zuhören einer Gesellschaft tun kann. Der Austausch zwischen den Generationen, wie er früher zumindest innerhalb der Familie üblich war, ist heute leider in den meisten Fällen zum Erliegen gekommen. Ein großer Verlust! Denn dieser würde Verständnis für die Lebenssicht und Wünsche der jeweils anderen Generation fördern, Wissen über unsere Vergangenheit aus erster Hand verständlich machen und gleichzeitig die Einsamkeit lindern, die viele alte Menschen umgibt.

Die alte Dame meinte zum Abschied bedauernd: „Mein Mann, alle Freunde und Verwandte aus meiner Generation sind schon gestorben!“ Wir fanden, dass sie dieses Schicksal mit einer ungläublichen Würde trägt.

Wir wollen wiederkommen.

Ihr Markus Eisele

Impressum

jezza! Verlag GmbH, Neuenstr. 6a, 82269 Geltendorf
Geschäftsführer: Markus Eisele, verlag@jezza.de

V.i.S.d.P.: Sigrid Römer-Eisele

Redaktion: Sigrid Römer-Eisele, Markus Eisele, Neuenstr. 6a, 82269 Geltendorf, redaktion@jezza.de, Tel.: (0 81 93) 21 23 18
Freie Mitarbeiter: Dagmar Kübler, Ulrike Osman, Sandra Böhm, Renate Greil

Layout und Satz: Gerald Risch, www.risch-grafik.de

Buchhaltung: Elke Tumbach, buchhaltung@jezza.de

Heftverteilung: Lorenz Wittmann, wittmann@jezza.de, Tel.: 081 93 / 204 44 02

Anzeigen und Mediadaten:



Tina Jehle, Anzeigenleitung,
Tel.: (0 81 93) 20 44 160
E-Mail: jehle@jezza.de
Zuständig für das jezza!-Gebiet in den Landkreisen LL, STA, FFB und FDB

Scan me:
jezza! Verteilgebiet



Erscheinungsweise: 3-monatliche Verteilung über Geschäftsauslage sowie bei Behörden, Banken und öffentlichen Auslagestellen.

Auslagestellen nach Orten sortiert siehe www.jezza-magazin.de/auslage

Auflage: 23.000 Exemplare, mit „Regionalteil Nord“ bzw. „Regionalteil Süd“.

Leserzuschriften: Bitte an untenstehende Anschrift oder per E-Mail an: leserforum@jezza.de

Anschrift: jezza!-Redaktion, Neuenstr. 6a, 82269 Geltendorf

Internet: www.jezza-magazin.de

Druck: EOS Verlag u. Druck, Erzabtei St. Ottilien, 86941 Sankt Ottilien

Vorschau jezza! WINTERHEFT

NEU im 3-Monatsrhythmus
November – Dezember – Januar 2024/25

Schwerpunkte:

- * Weihnachten
- * Rezepte, Bastel- und Backtipps
- * Lifestyle, Hygge & Mode
- * Tradition & Heimat

Redaktions- und Anzeigenschluss
ist der **25. Oktober 2024**.

Erscheinungstermin: 16. November 2024



Anzeige

auto-Schröder

seit 1976

- Freie Meisterwerkstatt für alle Fabrikate
- Lackierung + Unfallinstandsetzung

Meisterbetrieb der Kfz-Innung

- Ihre Dorfwerkstatt aller Marken in Türkenfeld in S-Bahn Nähe
- Ihr Reisemobilfachbetrieb (für Citroen+Fiat+Peugeot Chassis)
- Ihre Lackiererei + Karosseriewerkstatt

Auto Schröder GmbH & Co KG • Beurer Straße 10 • 82299 Türkenfeld • Tel. 08193/8419 • www.auto-ffb.de

OSMIUM

UNFALLCHIRURGIE • ORTHOPÄDIE • ÄSTHETISCHE MEDIZIN

Unfälle & Verletzungen
UNFALLCHIRURGIE

Eine konsequente, kompetente Nachbehandlung nach einer Verletzung ist der Schlüssel zu einer raschen Heilung.

Einzigartig schön
ÄSTHETISCHE MEDIZIN

Sich selber wertschätzen und feiern, sich einfach und verlässlich etwas Gutes tun.

Abschied von Schmerzen
ORTHOPÄDIE

Probleme bei der Bewegung und Belastung, Schmerzen in Gelenken – alles kann den Alltag erheblich einschränken.

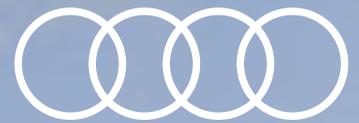
IHRE PRIVATPRAXIS IN DIESSEN AM AMMERSEE

Herrenstraße 9
86911 Dießen

0174 - 198 34 05

www.osmium-praxis.de
info@osmium-praxis.de

10% Rabatt auf alle ästhetischen Leistungen



Die eigenen Erwartungen überholen.

Der neue, rein elektrische Audi Q6 e-tron.

Mit einer elektrischen Reichweite von bis zu 625 km¹ und dank des kraftvollen Antriebs sowie der hervorragenden Ladeperformance beim Schnellladen gewinnt das Reisen mit dem Audi Q6 e-tron eine neue Qualität. Vereinbaren Sie gleich eine Probefahrt und überzeugen Sie sich selbst!

Energieverbrauch (kombiniert): 19,4 - 17,0 l/100km; CO₂-Emission (kombiniert): 0 g/km;
CO₂-Klasse: A

¹ Je nach Derivat und Motorisierung haben die Audi Q6 e-tron Modelle eine Reichweite zwischen ca. 540 und 625 km.

Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes.

AUTOHAUS HUTTNER

Autohaus Huttner GmbH

Graf-Zeppelin-Str. 2, 86899 Landsberg am Lech
Tel.: 0 81 91 / 9 85 15-0
audi@autohaus-huttner.de, www.huttner-landsberg.audi

Code scannen und mehr erfahren.

