



Memmingen und Umgebung e. V.

# NATURHEILVEREIN MEMMINGEN

*Gemeinsam in der Natur*



**WANDERUNGEN**

**SPORTGRUPPEN**

**VORTRÄGE & KURSE**

**KINDERKURSE**

**PROGRAMMHEFT 2024  
MAI - AUGUST**

[WWW.NATURHEILVEREIN-MM.DE](http://WWW.NATURHEILVEREIN-MM.DE)



## ZETTLER

KÜCHEN & MÖBEL

NATÜRLICH  
INDIVIDUELL  
VON MEISTERHAND

Besuchen Sie unsere Ausstellung  
oder unsere Website unter  
[www.natuerlich-zettler.de](http://www.natuerlich-zettler.de)

Tel: 08331/22 25  
Mühlenweg 4  
87766 Memmingerberg



## MEMMINGEN UND UMGEBUNG E.V.

Liebe Vereinsmitglieder, liebe Freunde des Naturheilvereins,

auf drei Dinge möchten wir diesmal in unserem Programmheft besonders hinweisen.

Zum einen haben wir das Ergebnis der Mitgliederbefragung in unserer Mitgliederversammlung am 21.03.2024 vorgestellt.

Die Auswertung haben wir auf unserer Internetseite als Download hinterlegt und kann dort eingesehen werden.

Der andere Punkt ist ein anstehender Vereinsausflug zur Landesgartenschau am 17.05.2024.

Details dazu finden Sie im Programmheft.

Der dritte Punkt betrifft die Naturheiltage. Wir haben beschlossen, die Naturheiltage zum nächst möglichen Termin am 12. und 13. April 2025 durchzuführen. Zu weiteren Details halten wir Euch auf dem Laufenden.

Wir wünschen Euch allen viel Spaß bei unseren Aktivitäten und zählen auf rege Teilnahme.

Herzliche Grüße  
Dolores Caso und Ralf Haberland  
Vorsitzende



**Dolores Caso** **Ralf Haberland**  
Vorsitzende Vorsitzender

[www.naturheilverein-mm.de](http://www.naturheilverein-mm.de)

Schlafprobleme? erschöpft? dauernd krank? Krebs?

Stärken Sie Ihre  
natürlichen  
Selbstheilungskräfte!

Mit einem gesunden  
Schlaf(Platz)  
Die Basis für Gesundheit!

[www.dirr-at-home.de](http://www.dirr-at-home.de)\* Tel: 08331.640 2354

\* hier kostenlose Infos holen!

**Impressum:**  
NHV Memmingen und Umgebung e.V.  
Lindauer Str. 20 | 87700 Memmingen  
Tel. 08331 - 92 93 37 | Fax 08331 - 92 93 38  
[info@naturheilverein-mm.de](mailto:info@naturheilverein-mm.de)  
V.i.s.d.R.: Ralf Haberland  
**Fotos:** Werner Ackel, Christiane Wilhelm und  
Ralf Haberland

**Auflage:** 2.500 Stück  
**Gestaltung und Layout:**  
Werbeagentur Bartenschlager  
[werbeagentur-bartenschlager.de](http://werbeagentur-bartenschlager.de)  
**Druck:** FlyerAlarm GmbH  
Alfred-Nobel-Str. 18 | 97080 Würzburg

Für Inhalt und Anwendungen übernehmen wir keine Haftung!



# REGELMÄSSIGE TERMINE

## SPORTGRUPPEN

### GYMNASTIK 60 + UND YOGA AUF UND MIT DEM STUHL

Jeden Mittwoch ab 14.45 -15.30 Uhr

Yoga kennt kein Alter und kein Handicap. Wir erlernen so u.a. die 8 Bewegungsgrundlagen der Wirbelsäule und Übungsfolgen wie z.B. den Sonnen- und den Mondgruß - auch gut für den ‚Hausgebrauch‘ geeignet.

Information zu Zeit und Ort bei Inge Ottow, Tel. 08331 87200,  
E-mail: ingeborg.ottow@gmail.com

### YOGAKURS

Yoga macht Pause und startet nach den Sommerferien am 16.09.2024 von 17.00 Uhr bis 18.15. Uhr in der Realschulturnhalle in der Schlachthofstraße wieder. Wir wünschen euch bis dahin ‚Namaste‘ und bleibt aktiv.

### FUNKTIONSGYMNASTIK

Funktionsgymnastik findet jeden Dienstag von 17.00 Uhr – 18.30 Uhr in der Realschulturnhalle in der Schlachthofstraße statt. Ausgenommen sind Ferienzeiten, da ist die Turnhalle geschlossen.

**Diese Angebote sind für  
NHV-Mitglieder kostenlos!**

### ÜBUNGSLEITER GESUCHT!

Um unsere sportlichen Übungsstunden (Montag Yoga, Dienstag Funktionsgymnastik, Mittwoch Gymnastik 60 plus) auf eine breitere Basis zu stellen, suchen wir einen engagierten Übungsleiter (m/w/d).

Idealerweise ist ein Übungsleiterschein C (BLSV) vorhanden oder kann über Vereinsunterstützung erworben werden. Sollten wir Ihr Interesse geweckt haben oder Sie kennen jemanden auf den das zutrifft, sollte die Person sich per Mail an [info@naturheilverein-mm.de](mailto:info@naturheilverein-mm.de) wenden.

### Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Dienstag: 9.00 bis 11.30 Uhr

Mittwoch: 11.00 bis 17.00 Uhr

[www.naturheilverein-mm.de](http://www.naturheilverein-mm.de)

# MONATSÜBERSICHT



## Mai

Datum		Seite
Fr. 03.05.	SINNESTOUR DURCH MEMMINGEN	6
Sa. 04.05.	VOGELBEOBACHTUNG IM BENNINGER RIED	6
So. 05.05.	WANDERUNG ZUM NATURLEHRGARTEN IN...	7
Do. 09.05.	WALDBADEN IM MAI	7
Fr. 10.05.	KRÄUTERSALZE	7
So. 12.05.	RADTOUR RUND UM MEMMINGEN	8
Mo. 13.05.	BESUCH DER SALZGROTTE MEMMINGEN	8
Di. 14.05.	IST ARTHROSE OHNE SCHMERZEN MÖGLICH?	8
Do. 16.05.	ZUCKER, EIN TEIL DER ERNÄHRUNG...	9
Fr. 17.05.	VEREINSAUSFLUG	9
Fr. 17.05.	ABNEHMEN - KOCHEN - ERNÄHRUNGSUM...	9
Fr. 24.05.	BERGTOUR AUF DEN GRÜNTEEN	10
Sa. 25.05.	BROT BACKEN FÜR HOBBYBÄCKER	10
So. 26.05.	KOCHEN AM OFFENEN FEUER	10

## Juni

So. 02.06.	WANDERUNG BEI SIEBNACH ZUM GEISSBERG	11
Do. 06.06.	AKTIVVORTRAG: MÄRCHEN ERLEBEN	11
Fr. 07.06.	EINLADUNG ZU EINEM ANDEREN SPAZIERGANG	11
Fr. 14.06.	RÄUCHERTAG MIT HEIMISCHEN KRÄUTERN	12
Sa. 15.06.	TÖPFERN FÜR KINDER	12
So. 16.06.	TAGESRADTOUR NACH GUTENZELL	14
Mi. 19.06.	JOHANNIKRÄUTERWANDERUNG	14
Do. 20.06.	BERGTOUR ZUM GRÜNHORN 2039M	14
Do. 20.06.	VORTRAG: WIE SIE VON EINEM NEGATIVEN...	14
Do. 20.06.	BURNOUT UND DEPRESSION...	15
Fr. 21.06.	HEILKRÄUTERWOCHENENDE IN GRAMAIS (A)	16

## Juli

Mi. 03.07.	ABENDLICHE KRÄUTERWANDERUNG	16
Fr. 05.07.	KRÄUTERWOCHENENDE	16
Sa. 06.07.	UNSERE CHAKREN UND DIE ZUORDNUNG..	17
So. 07.07.	MORGENDLICHES WALDBADEN	17
Mi. 10.07.	BERGTOUR ZUR ALSPITZE BEI NESSELWANG	18
Do. 18.07.	KRISEN, KRANKHEITEN, KONFLIKTE, SCHLÜSSEL	18
So. 21.07.	RADTOUR RUND UM MEMMINGEN	20
So. 28.07.	WANDERUNG ZUM EISTOBEL	20

## August

So. 11.08.	RADTOUR RUND UM MEMMINGEN	20
So. 11.08.	KRÄUTERWANDERUNG UND BINDEN...	20
Fr. 23.08.	BERGTOUR AUF DIE KRINNENSPITZE	22
Sa. 31.08.	KIDS TIER-TOUR -TIERE IN MEMMINGEN	22

## Sonstiges

NATURHEILVEREIN EHRT „LANGJÄHRIGE“	19
NEWSLETTER INFO & TIERHEIM SPENDE	21
INFOS FÜR NATURHEILTAGE & MEMMINGEN BLÜHT	23
VIER NEUE EHRENMITGLIEDER ERNANNT	23

## Mai

### SINNESTOUR DURCH MEMMINGEN

Freitag, 03.05., 17:30 Uhr, Treffpunkt Marktplatz am Brunnen, Dauer ca. 1,5 Std.

Führung durch Frau Luisa Fischer (Stadtführerin)

Memmingen einmal ganz anders erfahren, ansehen und entdecken. In dieser speziellen Stadtführung erleben Sie Memmingen mit allen 5 Sinnen. Sehen, riechen, hören, fühlen und zum Schluss erwartet Sie eine leckere Überraschung am schönsten Platz der Stadt.

Anmeldung über die Geschäftsstelle des Naturheilvereins 08331 / 929337 oder 0160/92667664 oder email: dolores.caso@freenet.de

Kostenbeitrag 15 Euro inkl. Überraschung

### EXPEDITION: VOGELBEOBACHTUNG IM BENNINGER RIED

*für Kinder*

Samstag, 04.05., 09:00 – ca. 11:00 Uhr

Referenten: G. Frehner und Dr. R. Lücke

Veranstaltungsort: Benninger Ried

Seminarbegleitung: H.-J. Stopora

Blütenreiche Nasswiesen im Moor sind Heimat für viele Tier- und Pflanzenarten. Der NHV macht eine Führung durch das Benninger Ried für Kinder ab 6 Jahre durch. Mit etwas Glück können die Wasserramsel, der Eisvogel, Graureiher und der Weißstorch beobachtet werden. Auch die Riednelke, die weltweit nur noch hier zu finden ist können wir sehen. Die Führung übernehmen der Vogelexperte Georg Frehner und Dr. Reimund Lücke vom Museumsverein. Anschließend ist noch ein Besuch im Riedmuseum geplant. Wer ein Fernglas hat, sollte es mitbringen. Treffpunkt ist der Parkplatz am Kapellenweg. Von dort aus läuft man zum Riedmuseum, Riedkapelle 2 in Benningen. Dann geht es zur Expedition in das Quellmoor.

Beginn: 09:00 Uhr, Dauer ca. 2 Std. Feste Schuhe und je nach Wetter angepasste Kleidung sind erforderlich.

Anmeldungen unter Tel. 0171/6243071 oder per E-Mail juergen.stopora@t-online.de

Veranstaltung ist kostenfrei.



### WANDERUNG ZUM NATURLEHRGARTEN IN MINDELHEIM

Sonntag 05.05 mit Thea Loos, Teilnahme 5 €, für NHV-Mitglieder kostenfrei.

Diese Tour bietet neben einer leichten Wanderung auch im Lehrgarten Schautafeln mit Informationen z.B. über Gewächse an denen man oft achtlos vorbei läuft. Die gesamte Strecke hat ca.9,7 km und eine Gehzeit von etwa 3 Std. Treffpunkt und Abfahrtszeit sind bei der Anmeldung zu erfahren.Tel.08331/9252035. Anmeldung bitte möglichst bis Freitagabend.

Fahrkosten für Mitfahrer pro km 10ct.

### WALDBADEN IM MAI

Do. 09. Mai 2024 von 14.00- 18.00 Uhr

Ort: Hollerhüttenplatz in Niederrieden

Kostenbeitrag: 25.-€, für NHV- Mitglieder € 23.-

Leitung: Rosina Bartenschlager

Anmeldung und Wegbeschreibung unter 08331/2740 oder info@wildseintutgut.de

Bitte eine Decke oder eine Sitzunterlage und Brotzeit mitbringen.

Um diese Zeit ist es besonders schön, in den Buchenwäldern. Das zarte junge Grün ist zauberhaft und weckt in uns eine aufstrebende Energie voller Tatendrang.

Lausche dem Wald....für ALLE die Zeit für SICH brauchen! Die Verbundenheit mit der Natur spüren, eine Zeit, um den Wald mit allen Sinnen wahrzunehmen und mit der heilenden Kraft der Natur sich selbst neu zu entdecken.

Alleinsam aber Gemeinsam erlebt man die Stille, die jahreszeitliche Qualität des Waldes, das Baumportrait „der Buche“, bewusste Atemübungen, Waldkneippen, kurze Meditationen und eine Räucherung, erschaffen Naturkunst und stärken uns mit einer gemeinsamen Brotzeit.

### KRÄUTERSALZE

Fr. 10.05.2024 um 15.00 Uhr

Ort: Hollerhüttenplatz in Niederrieden im Tipi

Kostenbeitrag: € 18.- für NHV- Mitglieder € 16.-

Leitung: Rosina Bartenschlager

Anmeldung und Wegbeschreibung unter 08331/2740 oder info@wildseintutgut.de

Die Teilnehmer lernen die Herstellung der Kräutersalze mit getrockneten Kräutern und das Frischkräutersalz kennen. Eine ausführliche Rezeptesammlung stellt verschiedene Kräutersalzmischungen vor. Die Kräutersalze ergänzen unsere gesunde Ernährung und leisten für die „schnelle Küche“ wertvolle Dienste.



## RADTOUR RUND UM MEMMINGEN

Sonntag 12.05. mit Günter Fürst, Teilnahme 5 €, für NHV-Mitglieder kostenfrei.

Die Radtour rund um Memmingen führt über verkehrsarme, bekannte und unbekanntene Wegstrecken. Streckenlänge ca. 30-40 km. Treffpunkt und Abfahrtszeit sind bei der Anmeldung zu erfahren. Tel. 08331 /494549. Anmeldung möglichst bis Freitagabend.

## BESUCH DER SALZGROTTE MEMMINGEN

Montag 13.05. und 27.05.2024 17 Uhr Treffpunkt: Salzgrotte, Lindentorstr. 10

Kosten: 12,50 €, NHV Mitglieder 10 €

Anmeldung über die Geschäftsstelle ist nicht notwendig. Einfach sich vor Ort als Mitglied des Naturheilvereins zu erkennen geben.

Salzgrotte, Gesundheit, Ruhe und Entspannung! Genießen Sie spannende Ruhe und lassen Sie die Kraft des Salzes auf sich wirken. Durch die musikalische Begleitung und die einzigartige Beleuchtung in der Salzgrotte wird jeder zu Ruhe und Entspannung finden. Die Heilwirkung des Salzes ist schon seit vielen Jahrhunderten bekannt. Bitte ein Paar weiße Socken mitbringen!

Im Eintrittspreis für NHV-Mitglieder ist anschließend eine Tasse Kaffee oder Tee zum Ausklang inklusive.

**Dieses Angebot gilt nur zu den vereinbarten Terminen! Außerhalb der vereinbarten Termine gilt der reduzierte Eintritt, jedoch ohne das Getränk.**

Weitere Termine gibt es wieder im September, da die Salzgrotte über die Sommerzeit den Montag geschlossen hat.



## IST ARTHROSE OHNE SCHMERZEN MÖGLICH?

Allgemein heißt es, Arthrose ist eine Volkskrankheit die mit dem Alter kommt. Da kann man nichts machen. Haben Sie sich das auch schon mal gefragt? Vielleicht fehlt Ihnen die richtige Anleitung mit Arthrose umzugehen. Erfahren Sie in diesem Erlebnis-Vortrag, wodurch sich Arthrose vorbeugen oder verlangsamen lässt. Wir klären, welche kleine Veränderungen in der Ernährung und Bewegung helfen können, die Entstehung und das Vorschreiten von Arthrose zu reduzieren.

Dienstag, 14.05. 18:30 bis 21:00 Uhr;

Gebühr: 98,00 Euro / Mitglieder NHV 88,00 Euro. J.K. Molitor, genießen macht glücklich; Buxheim; Tel. 08331 991 2250

## ZUCKER, EIN TEIL DER ERNÄHRUNG – NICHT NUR FÜR SÜSSE MÄULER

Dieses Ernährungsseminar richtet sich sowohl an Naschkatzen als auch Zucker-Vermeider. Die Seele von Süße streicheln lassen und erfahren, wie mit Zucker und Süßstoffen richtig umgegangen werden kann. Ist Zucker immer ungesund oder gibt es gesunden Zuckergenuss? Und wie süßt der Diabetiker richtig? Und welche Unterschiede gibt es? Im Erlebnis-Seminar wird getestet und probiert, wie mit Süße richtig umgegangen werden kann und weshalb nicht zwingend darauf verzichten werden muss.

Donnerstag, 16.05. 19:00 bis 21:30 Uhr;

Gebühr: 52,00 Euro / Mitglieder NHV 49,00 Euro

J.K. Molitor, genießen macht glücklich; Buxheim; Tel. 08331 991 2250

## VEREINS-AUSFLUG

zur Landesgartenschau in das benachbarte Wangen.

Termin: Freitag, 17.05.2024 (Freitag vor Pfingsten).

Die Firma Karrer fährt uns mit einem Bus (50 Personen) zur LGS. Gestartet wird mit einer ca. 2-stündigen Führung.

Anmeldungen sind über die Geschäftsstelle unter Telefonnummer 08331 / 92 93 37 oder per Mail [info@naturheilverein-mm.de](mailto:info@naturheilverein-mm.de) möglich. Abfahrt ist vom Memminger Stadion Parkplatz um 08.30 Uhr, Rückfahrt um 17.00 Uhr.

Der Preis von 30,- Euro muss auf das Vereinskonto vorher einbezahlt werden und beinhaltet Busfahrt, Führung und natürlich die Eintrittskarte zur LGS.

(Hinweis an Hundebesitzer: Leider sind Hunde auf dem LGS-Gelände nicht erlaubt)

Wir freuen uns auf rege Teilnahme.

Dolores Caso und Ralf Haberland



## ABNEHMEN - KOCHEN - ERNÄHRUNGSUMSTELLUNG

Endlich abnehmen. Die vielen Pfunde verlieren, die sich über die Jahre angesammelt haben. Und diesmal soll das Gewicht auch bleiben! Diesen Wunsch haben viele. Aber was ist eigentlich gesunde Ernährung? Welche Nährstoffe gehören in eine gesunde Küche? In unseren Erlebnis-Seminaren wird die Theorie direkt am Herd gemacht. Erlernen Sie, wie einfach und schnell gesundes und kalorienreduziertes Kochen sein kann.

Freitag, 17.05. 10:00 bis 17:00 Uhr;

Gebühr: 235,00 Euro / Mitglieder NHV 215,00 Euro

J.K. Molitor, genießen macht glücklich; Buxheim; Tel. 08331 991 2250

## BERGTOUR AUF DEN GRÜNTE

Freitag 24.05. mit Kristina Wassermann, Teilnahme 5 €, für NHV-Mitglieder kostenfrei.

Von Burgberg führt die Tour am Grüntenhaus und der Antenne vorbei zum Grüntengipfel. Der Rückweg geht über die Obere Schwandalpe zum Berggasthof Alpenblick zurück zum Ausgangspunkt. Die Gehzeit beträgt ca.5 Std bei 900 Hm. Treffpunkt und Abfahrtszeit sind unter Tel.08331 / 86953 zu erfragen.

Die Fahrkosten für Mitfahrer betragen pro km 10 ct.

## BROT BACKEN FÜR HOBBYBÄCKER

Samstag, 25.05., 09:00 Uhr bis ca. 12:30 Uhr, Veranstaltungsort wird bei Anmeldung bekannt gegeben

Theorie und Praxis für alle, die das Brotbacken ausprobieren möchten. Um ein leckeres und gesundes Brot oder Seelen zu backen, muss man kein Bäckermeister sein. Man erfährt, wie man mit einfachen Mitteln ein wunderbares Brot backt.

Anmeldung über 0160/92667664 oder email: dolores.caso@freenet.de  
Kostenbeitrag 20 Euro plus Getränke

## KOCHEN AM OFFENEN FEUER

So., 26.05. Uhrzeit: 10.00 Uhr - ca. 17.00 Uhr

So., 21.07. Uhrzeit: 14.00 Uhr – ca.19.00 Uhr

Sa., 10.08. Uhrzeit: 14.00 Uhr – ca.19.00 Uhr

Ort: Hollerhüttenplatz in Niederrieden

Leitung: Rosina und Jürgen Bartenschlager

Kostenbeitrag für umfangreiches Skript und Rezepte: € 68.-  
für NHV- Mitglieder € 65.-

Anmeldung unter 08331/2740 oder info@wildseintutgut.de

„Ein Erlebnis für die Sinne“

Bevor das Feuer auf traditionelle Weise entfacht wird, werden Wildkräutern in der umliegenden Natur bestimmt und gesammelt. Diese schmackhaften Pflanzen sind voller Aromen und Nährstoffe, die uns oft unbekannt sind.

Die Zubereitung der Mahlzeit am offenen Feuer ist ein echtes Abenteuer. Verschiedene Kochgeräte stehen zur Verfügung, von einfachen Gittern über Pfannen bis hin zum Dutchoven und Keramiktopf. Unser Können und unsere Kreativität werden auf die Probe gestellt, wenn wir die richtige Hitze und Garzeit für jedes Gericht ausbalancieren.

Die Vielfalt der Zubereitungsarten am Feuer ist nahezu grenzenlos. Das Ergebnis ist nicht nur wohlschmeckend, sondern auch erfüllend. Kochen am Feuer ist ein Erlebnis für die Sinne, das uns näher zur Natur und zu unseren Mitmenschen bringt. Es erinnert daran,

10 dass die einfachsten Freuden oft die kostbarsten sind, und

dass die Kraft der Natur in jedem Gericht steckt, das über den offenen Flammen zubereiten worden ist.

Ein wunderbares Erlebnis.

Bitte auf geeignete Kleidung am Feuer achten!

## Juni

### WANDERUNG BEI SIEBNACH ZUM GEISSBERG

Sonntag 02.06. mit Günter Fürst, Teilnahme 5 €, für NHV-Mitglieder kostenfrei.

Die Geissberggrunde bei Siebnach hat eine Wegstrecke von ca.8-9 km mit einer Laufzeit von etwa 2,5 Std. Treffpunkt und Abfahrtszeit sind unter der Tel. 08331 / 494549 zu erfragen.

Die Fahrkosten für Mitfahrer betragen pro km 10 ct.

### AKTIVVORTRAG: MÄRCHEN ERLEBEN

Donnerstag, 06.06., 19:00 Uhr

Referentin: Leitung Frau Silke Fischer, Heilpraktikerin, Märchen-erzählerin und Astrologin

Veranstaltungsort: Seminarraum im Hotel Rohrbeck´s, Schranneplatz 4, Memmingen

Seminarbegleitung: H.-J. Stopora

Sie lieben Märchen und Geschichten? An dem Abend tauchen wir in eine Märchengeschichte ein und erleben sie mit allen Sinnen.

Mit sehr viel Spaß und Freude werden in der Gruppe einzelne Figuren nachgespielt und man erfährt die tiefen Archetypen dahinter. Dadurch kommt man in Kontakt mit seinen (verborgenen) Gefühlen. Dies hilft auf dem Weg der Selbst Wert Schätzung.

Anmeldungen über Tel. 0171/6243071 oder per E-Mail an juergen.stopora@t-online.de

Kostenbeitrag Euro 35 Euro, NHV-Mitglieder 30 Euro

### EINLADUNG ZU EINEM „ANDEREN SPAZIERGANG“ MIT INFORMATION AM NATURFRIEDHOF BABENHAUSEN

Freitag, 07.06., 17:00 Uhr, Ort: Naturfriedhof Babenhausen

Führung durch Frau Katja Schuhmacher

Der Naturheilverein Memmingen lädt am 07.06.2024 um 17.00 Uhr zu einem Spaziergang mit Information im Naturfriedhof Babenhausen ein.

Frau Katja Schuhmacher, Außendienstmitarbeiterin des Naturfriedhofes, wird durch den Naturfriedhof führen und über Besonderheiten und Ablauf dieses Konzeptes und über Waldbestattungen informieren.

Der Spaziergang führt über gut begehbare Wege mit Sitzmöglichkeiten und dauert ca. 45 Minuten.

Anmeldung über die Geschäftsstelle des Naturheilvereins  
08331/929337 oder 0160/92667664



## PROGRAMM Mai - Aug. 24

Der Naturfriedhof in Babenhausen befindet sich auf dem sog. Kreuzlesberg südlich angrenzend zum Fuggerweiher. Den Naturfriedhof erreicht man über die Verbindungsstraße zwischen Babenhausen und Klosterbeuren. Von Babenhausen kommend biegt man kurz nach Ortsausgang rechts auf einen asphaltierten, landwirtschaftlichen Weg ab und erreichen nach ca. 150 Metern eine T-Kreuzung. Hier links abbiegen erreicht man nach 100 Metern den Eingang zum Wald. Dem Waldweg einige 100 Meter folgend kommt man dann an den Waldparkplatz.

Veranstaltung ist kostenfrei.

### RÄUCHERTAG MIT HEIMISCHEN KRÄUTERN UND HERSTELLEN EINES RÄUCHERGEFÄSSES!

Fr. 14.06., 09.00 Uhr- ca. 17.00 Uhr

Ort: Hollerhüttenplatz in Niederrieden, vormittags / Trunkelsberg, Töpferwerkstatt, nachmittags

Kostenbeitrag für umfangreiches Skript und Räucherkräuter: € 68.- für NHV- Mitglieder € 65.- plus Materialkosten für Räuchergefäß

Leitung: Rosina Bartenschlager

Anmeldung und Wegbeschreibung unter 08331/2740 oder info@wildseintutgut.de

Tiefes Eintauchen in die Welt der heimischen Räucherkräuter, den Umgang mit speziellen Räucherritualen, Räucher- und Pflanzenmeditationen, das Räuchern ohne Kohle, Tuchräucherungen und das energetisieren unserer Fußsohlen und Handflächen mit den feinen Düften der Kräuter, sind Thema des Vormittages. Den Nachmittag verbringen wir in der Töpferwerkstatt, um dort ein individuelles Räuchergefäß zu gestalten.

Mittagsverpflegung und Getränke bitte selbst mitbringen!

Hinweis: Der Kurs ist für Schwangere nicht geeignet!

### TÖPFERN FÜR KINDER

*für Kinder*

Samstag, 15.06., 09:00 Uhr, Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben

Leitung: Frau Marianne Rau, Begleitung: Frau Dolores Caso, Frau Eva-Maria Schmidtbauer

Hallo Kids, wir laden Euch ein etwas ganz Besonderes zu machen. Wollt Ihr mal fühlen, wie schön kühl der Ton ist? Wie Ihr ihn kneten und formen könnt? Dann meldet Euch ganz schnell an, damit wir zusammen eine tolle Müslischale für Euer Frühstück zaubern können. Im 2. Schritt glasieren wir dann die Schale am 06.07.

Das fertige Kunstwerk könnt Ihr oder Eure Eltern dann in der Geschäftsstelle abholen.

Anmeldung über die Geschäftsstelle des Naturheilvereins 08331/929337 oder 160/92667664 oder email: dolores.caso@freenet.de

12 Teilnahme ist kostenfrei

# Calu.

KOSMETIK

## HOCHDOSIERTE WIRKSTOFFKOSMETIK



- pures Anti-Aging
- ohne kritische Inhaltsstoffe frei von Parabenen, Nanopartikeln, Silikonen, Mineralölen, PEG, Farb- und Konservierungsstoffen
- für sensible Haut geeignet
- nicht an Tieren getestet
- hergestellt in Deutschland

Calu. N° 3a

Hydro Intensiv Liftgel

mit 7 hochaktiven Meeresalgen

50 ml nur € 25,80

**GEFRO®**



GUTSCHEINE IM GEFRO-LADEN EINLÖSEN:



**GRATIS LIPSTICK**  
im Wert von € 8,90

ab € 28,- Einkaufswert



**GRATIS PRODUKT**  
im Wert von € 14,90

ab € 59,- Einkaufswert

Calu. Kosmetik, eine Marke der GEFRO GmbH & Co. KG  
Rudolf-Diesel-Str. 21 | 87700 Memmingen | 08331/95 95 600

## TAGESRADTOUR NACH GUTENZELL

Sonntag 16.06. mit Günter Fürst, Teilnahme 5 €, für Nichtmitglieder kostenfrei.

Diese Tagestour für die Radfahrer führt nach Gutenzell. Bei einer Gesamtfahrstrecke von ungefähr 70 km werden dabei überwiegend die Fahrradwege durch das Rottal befahren. Treffpunkt und Abfahrzeit werden bei der Anmeldung unter Tel 08331 / 494549 bekannt geben.

## JOHANNIKRÄUTERWANDERUNG MIT ANSCHLIESSENDEM SONNENWENDFEUER

Mi., 19.06., Uhrzeit: 18.30Uhr- ca. 21.30Uhr

Ort: Hollerhüttenplatz in Niederrieden

Kostenbeitrag: € 22.- für NHV- Mitglieder € 20.-

Leitung: Rosina Bartenschlager

Anmeldung und Wegbeschreibung unter 08331/2740 oder [info@wildseintutgut.de](mailto:info@wildseintutgut.de)

Mittsommer, hohe Zeit des Jahres, die Sonne hat ihren höchsten Stand erreicht. An Johanni gesammelte Kräuter gelten als besonders heilkräftig. Wir lernen die Heilkräfte der Johanniskräuter und deren Bevorratung auf einer kleinen Wanderung durch den Otterwald kennen. Am Feuerplatz der Hollerhütt entzünden wir ein Sonnenwendfeuer und hören Geschichten übers Brauchtum in dieser Zeit.



## BERGTOUR ZUM GRÜNHORN 2039M

Donnerstag 20.06 mit Rosi Graf, Teilnahme 5 €, für NHV-Mitglieder kostenfrei.

Die Bergtour startet in Baad und führt über das Starzeljoch zum Gipfel. Trittsicherheit ist erforderlich. Der Abstieg erfolgt über die Ochsenhofer Scharte und die Innere Stierhotalpe. Die Gehzeit beträgt 5-6 Std. bei 840 Hm.

Treffpunkt und Abfahrtszeit ist bei der Anmeldung unter Tel.08331 / 47414 zu erfragen.

Die Fahrkosten für Mitfahrer betragen pro km 10 ct.

## VORTRAG: WIE SIE VON EINEM NEGATIVEN DENKER ZU EINEM POSITIVEN DENKER WERDEN KÖNNEN

Donnerstag, 20.06., 19:00 Uhr

14 Referentin: Thea Wachtendorf, Heilpraktikerin für Psychothe-

rapie (n. Heilpr.G.), Autorin, Coach und spirituelle Lehrerin  
Veranstaltungsort: Seminarraum im UG Hotel Rohrbeck's, Schran-  
nenplatz 4, Memmingen  
Seminarbegleitung: H.-J. Stopora

Negatives Denken erschafft negative Emotionen, negative Lebenssituationen, negatives und aus Angst gesteuertes Verhalten. Positive Gedanken erschaffen positive Emotionen, positive Lebenssituationen und ein aus Zuversicht und Liebe gesteuertes Verhalten. Schon Jesus sagte „Dir geschieht nach deinem Glauben und was Du befürchtest, kommt über dich“. Wie können wir unser Denken positiver gestalten? Geht das und wenn ja, wie? Darum geht's in diesem Vortrag.

Wenn Sie schon positiv und glücklich sind, dann ist dieser Vortrag sicher nichts für Sie. Wenn Sie jedoch hier und da noch ein Thema haben, bei dem Sie sich sorgen oder Ihnen die Zuversicht fehlt, Sie Zukunftsängste haben oder unter sonstigen Lebenssituationen leiden, Sie sich selbst kritisieren und Ihr Selbstwert nicht hoch genug ist etc., dann lohnt es sich auf jeden Fall mehr Bewusstsein in dieses Thema zu bringen. Ich werde ein paar praktische Übungen aufzeigen, wie wir unser Denken verändern können.

Anmeldungen über Tel. 0171/6243071 oder per E-Mail an [juergen.stopora@t-online.de](mailto:juergen.stopora@t-online.de)

Kostenbeitrag Euro 12 Euro, NHV-Mitglieder 8 Euro

## BURNOUT UND DEPRESSION - WENN DIE SEELE SCHREIT UND ES KEINER HÖRT – AUS SCHAMANISCHER SICHT.

Veranstaltungsort: Memmingen, In der neuen Welt 8

Kosten: 20 €, Mitglieder NHV 15 €

Do,20.06. von 19:30 bis ca.21:00 Uhr

Nur mit Anmeldung unter [info@constantinbachfischer.com](mailto:info@constantinbachfischer.com)

Inhaltslos | Sinnlos | Aussichtslos

Was meine Reise in die Dunkelheit mir sagen möchte!

Ist diese Krankheit wie die Grippe von heute oder die Pest von damals? Ständig im Kreislauf von Arbeiten und Tun, ständig im Kopf und kaum zur Ruhe kommend. Immer mehr Menschen suchen den Ausstieg aus dem Hamsterrad.

Einsamkeit, Erschöpfung und gefühlte Leere sind die Dissonanzen, die für die Menschen spürbarer werden. Was steckt dahinter und was will mir meine Seele sagen?

Erfahre in meinem Vortrag auch meine dunklen Reisen in diese Welten, meine jahrzehntelangen Dämonen und Begleiter und meinen Weg zurück zu mir selbst. Ein Vortrag aus einer anderen Perspektive zu diesem aktuellen Thema.



## HEILKRÄUTERWOCHELENDE IN GRAMAIS (A)

Freitag 21. bis Sonntag, 23. Juni 2024

Ort: Berghaus Isidor in Gramais, Lechtal

Leitung: Rosina Bartenschlager Wildkräuterführerin/ Naturpädagogin

Kosten für Ü/VP, ausführliches Skript und Materialgebühr € 230,00 für NHV- Mitglieder € 210.-

Anmeldung und nähere Auskünfte über Anreise, Programm...

Tel.: 08331/2740 oder info@wildseintutgut.de

Die Bergruhe und der Aufenthalt inmitten der Blütenpracht der Alpenheilpflanzen, Wildkräuter und des alpinen Bergwaldes wirken heilsam auf Körper, Geist und Seele. Verbunden und angeregt mit vielen Übungen aus dem Bereich „Waldbaden“. Achtsames Sammeln und Verarbeiten von Heilpflanzen zu wertvollen Heilmitteln für die eigene Hausapotheke (Salbe, Tinktur, Tee, Oxymel...) lernen wir unter fachkundiger Anleitung kennen. Dazu gibt es ein ausführliches Skript mit vielen Tipps und Anregungen. In der guten Stube vom Isidor genießen wir die liebevoll zubereitete Verpflegung mit leckeren Wildkräutergerichten. Traditionell werden wir am Abend ein Sonnwendfeuer entzünden, räuchern und viele Brauchtumsgeschichten dazu hören.

## Juli

### ABENDLICHE KRÄUTERWANDERUNG

Mi., 03.07. um 18.30 Uhr

Ort: Hollerhüttenplatz in Niederrieden

Leitung: Rosina Bartenschlager

Kursgebühr inkl. Öl- oder Tinkturansatz und Skript: € 22.- für NHV-Mitglieder € 20.-

Anmeldung unter 08331/2740 oder info@wildseintutgut.de

Wir befinden uns in der sommerlichen Fülle, die Kräutersammelzeit erreicht nun ihren Höhepunkt. Die abendliche Kräuterwanderung führt uns zu Heilpflanzen die als sogenannte „Frauenkräuter“ bekannt sind. Deren Verwendung in der Naturkosmetik wird an einfachen Rezepten gezeigt und ausprobiert. An diesem Abend stellen wir einen Ölansatz oder eine Tinktur her. Bitte bringen Sie dazu ein Glas mit Schraubdeckel mit.

### KRÄUTERWOCHELENDE

Leitung: Ina Tenhündfeld – Allgäuer Wildkräuterführerin – www.naturwunderwerk.de

05.-07. Juli - Freitag bis Sonntag

Das Kräuterwochenende im schönen Gramais - Immer wieder eine wunderbare Auszeit um Energie zu tanken aber auch eine Zeit, um sich intensiv mit Wild- und Heilkräutern zu beschäftigen.

An diesem Wochenende lernen die Teilnehmer bei entspannten Spaziergängen die satten Bergwiesen als Natur-Apotheke kennen

und es wird dabei umfangreiches Kräuterwissen vermittelt.

Auch der praktische Umgang mit den Pflanzen kommt in diesen Tagen nicht zu kurz. Es werden Kräuter gesammelt und verarbeitet; gemeinsam werden die Teilnehmer unter Anleitung verschiedene Kräuterprodukte und Hausmittel herstellen. Natürlich werden diese „Schätze“ dann mit nach Hause genommen. Jeder erhält außerdem ein ausführliches Skript. Die Abende verbringt die Gruppe in gemütlicher Runde in der Stube oder draußen bei Kerzenschein. Für die Verpflegung ist ebenfalls bestens gesorgt. Die Teilnehmer erwarten eine hochwertige Vollverpflegung mit vielen, frisch zubereiteten Köstlichkeiten. Das Kräuterwochenende ist also auch kulinarisch ein absoluter Genuss.

Kursgebühr pro Person: 320,00 € / für Naturheilverein-Mitglieder: 300,00 € (die Kursgebühr beinhaltet: 2 x ÜN, Vollpension, Seminargebühr, Skript und Materialkosten)

Anmeldung unter 08331/499057 oder info@naturwunderwerk.de

### UNSERE CHAKREN UND DIE ZUORDNUNG DER PFLANZEN

Sa., 06.07. von 10.00 Uhr- ca. 17.00 Uhr

Ort: Hollerhüttenplatz in Niederrieden

Leitung: Rosina Bartenschlager

Kursgebühr inkl. Skript und Materialkosten: € 65.- für NHV-Mitglieder € 60.-

Anmeldung unter 08331/2740 oder info@wildseintutgut.de

Die sieben Chakren sind die Energiezentren unseres Körpers. Den einzelnen Chakren werden Pflanzen zugeordnet. Die jeweiligen Pflanzen werden besprochen und über ihre praktischen Anwendungstipps lernen die Teilnehmer die Wirkungsweise auf die Chakren kennen. Die Einführung in dieses Thema wird unterstützt durch wohltuende Farben, Düfte und Klänge. Die Pflanzenfülle des Sommers ermöglicht uns diese sachgemäß zu ernten, trocknen, aufzubewahren und anzuwenden. Die Herstellung von einem Chakrenölauszug, einem Chakrenbalsam und einer Chakrenräuchermischung begleitet uns durch diesen Tag. Lasst Euch ein auf diese vielfältige Erfahrungsweise.

Mittagsverpflegung und Getränke bitte selbst mitbringen!

### MORGENDLICHES WALDBADEN

So., 07.07. von 8.00- 12.00 Uhr

Ort: Hollerhüttenplatz in Niederrieden

Leitung: Rosina Bartenschlager

Kostenbeitrag: € 25.- für NHV- Mitglieder € 23.-

Anmeldung unter 08331/2740 oder info@wildseintutgut.de

Im Sommer ist es besonders schön, ausgedehnte Waldbesuche zu unternehmen und die sogenannten Monoterpene, die unter anderem für den typischen Waldduft verantwortlich sind zu tanken. „Waldluft- Medizin zum Einatmen“.

Lausche dem Wald....für ALLE die Zeit für SICH brauchen! Die Verbundenheit mit der Natur spüren, eine Zeit um den Wald mit allen Sinnen wahrzunehmen und mit der heilenden Kraft der Natur sich selbst neu zu entdecken.

Alleinsam aber Gemeinsam erleben wir die morgendliche Stille, die jahreszeitliche Qualität des Waldes, beschäftigen uns mit dem Baumportrait „der Fichte“, erleben bewusste Atemübungen, Waldkneippen, kurze Meditationen und eine Räucherung, erschaffen Naturkunst und stärken uns mit einer gemeinsamen Brotzeit.

Bitte eine Decke oder eine Sitzunterlage und eigene Brotzeit mitbringen!

## BERGTOUR ZUR ALPSPITZE BEI NESSELWANG.

Mittwoch 10.07. mit Otto Piendl, Teilnahme 5 €, für NHV-Mitglieder kostenfrei.

Ausgangspunkt ist der Parkplatz der Alpspitzbahn. Zunächst geht es durch den Wasserfallweg und den Wurzelsteig oft im schattigen Wald bis zum Sportheim Böck. Der weitere Anstieg auf den Gipfel bietet immer wieder herrliche Aussichten und die Letzen Meter führen über einen steilen und felsigen Pfad.

Der Rundweg verläuft zunächst steil abwärts, teils durch Wald zum Ausgangspunkt zurück. Die Tour hat ca. 685 hm bei einer Weglänge von 9 km und erfordert ein gewisses Maß an Trittsicherheit. Die Gehzeit wird mit etwa 4,5 Std angegeben.

Treffpunkt und Abfahrtszeit ist bei der Anmeldung unter Tel 08331 / 6908357 zu erfragen.

Die Fahrkosten für Mitfahrer betragen pro km 10ct,

## KRISEN, KRANKHEITEN, KONFLIKTE, SCHLÜSSEL UND SYMBOLSPRACHE ZU DEINER SEELE. ERKENNE DIE ZUSAMMENHÄNGE VON KRISEN, KRANKHEITEN UND KONFLIKTEN

In jeder Krise liegt auch die Chance zu erkennen, was gelebt werden will. Wiederkehrende Probleme mit dem Partner, anhaltende Konflikte oder Krankheitsbilder können gedeutet werden, um Veränderungen und eigene Entwicklungen im Leben besser zu verstehen.

Erkenne die Zusammenhänge von Krisen, Krankheiten und Konflikten. Erfahre, wie Du ihre Symbolik deuten kannst und was Deine Seele Dir damit sagen will. Dein Körper und das Leben senden Dir Botschaften, lerne sie zu verstehen und was sie bedeuten.

Krankheiten und Krankheitssymptome, Krisen und Konflikte in ihrer Bedeutung zu verstehen, bedeutet, die Einheit von Körper, Geist und Seele neu deuten zu lernen.

Veranstaltungsort: Memmingen, In der neuen Welt 8

Kosten: 20 €, Mitglieder NHV 15 €

Do, 18.07. von 19:30 bis ca. 21:00 Uhr

Nur mit Anmeldung unter: [info@constantinbachfischer.com](mailto:info@constantinbachfischer.com)

## NATURHEILVEREIN EHRT „LANGJÄHRIGE“

Bei der Jahreshauptversammlung im März wurden Mitglieder geehrt, die viele Jahre im Naturheilverein sind. Hier im Bild von links nach rechts:

Vorsitzender Ralf Haberland, Josef Miller (35 J.), Bayer Marlene (30 J.), Harzenetter Anneliese (30 J.), Hecht Sophie (30 J.), Lellek Rita (30 J.), Hummel Sieglinde (30 J.), Maucher Anne (30 J.), Urbauer Teresa (30 J.), Bielefeld Beate (25 J.)

Ralf Haberland bedankte sich bei allen für ihre treue Mitgliedschaft und die aktive Mitarbeit im Verein mit einer Urkunde und einem attraktiven Geschenk.



# brillen essmann

IHR SPEZIALIST FÜR  
BRILLEN UND  
KONTAKTLINSEN  
IN MEMMINGEN

## Weil gesunde Schuhe natürlich sind.

# CORNELIUS

## RADTOUR RUND UM MEMMINGEN

Sonntag 21.07. mit Günter Fürst, Teilnahme 5 €, für NHV-Mitglieder kostenfrei.

Die Radtour rund um Memmingen führt über verkehrsarme, bekannte und unbekanntene Wegstrecken. Streckenlänge ca. 30-40 km. Treffpunkt und Abfahrtszeit sind bei der Anmeldung zu erfahren. Tel. 08331 /494549. Anmeldung möglichst bis Freitagabend.

## WANDERUNG ZUM EISTOBEL

Sonntag 28.07. mit Thea Loos, Teilnahme 5 €, für NHV-Mitglieder kostenfrei.

Diese Wanderung ist als Rundweg ausgesucht und führt nach dem Ausgang vom Eistobel über aussichtreiche Wegabschnitte zur Riedholzer Kugel und zum Ausgangspunkt zurück. Die Gehzeit beträgt ca. 4 Std.

Treffpunkt und Abfahrtszeit ist bei der Anmeldung unter Tel 08331 / 9252035 bis Freitagabend zu erfragen. Die Fahrkosten für Mitfahrer betragen pro km 10 ct.

## August

## RADTOUR RUND UM MEMMINGEN

Sonntag 11.08. mit Günter Fürst, Teilnahme 5 €, für NHV-Mitglieder kostenfrei.

Die Radtour rund um Memmingen führt über verkehrsarme, bekannte und unbekanntene Wegstrecken. Streckenlänge ca. 30-40 km. Treffpunkt und Abfahrtszeit sind bei der Anmeldung zu erfahren. Tel. 08331 /494549. Anmeldung möglichst bis Freitagabend.

## KRÄUTERWANDERUNG & BINDEN EINES KRÄUTERBOSCHENS

So., 11.08. von 14.00 - ca. 18.00 Uhr

Ort: Hollerhüttenplatz in Niederrieden

Leitung: Rosina Bartenschlager

Kostenbeitrag: € 20.- für NHV- Mitglieder € 18.-

Anmeldung unter 08331/2740 oder info@wildseintutgut.de

Maria Himmelfahrt am 15. August ist der Auftakt zur wichtigsten Kräutersammelzeit des Jahres. Dies ist immer noch mit viel positiver Magie verbunden, einen solchen Kräuterboschen zusammenzustellen.

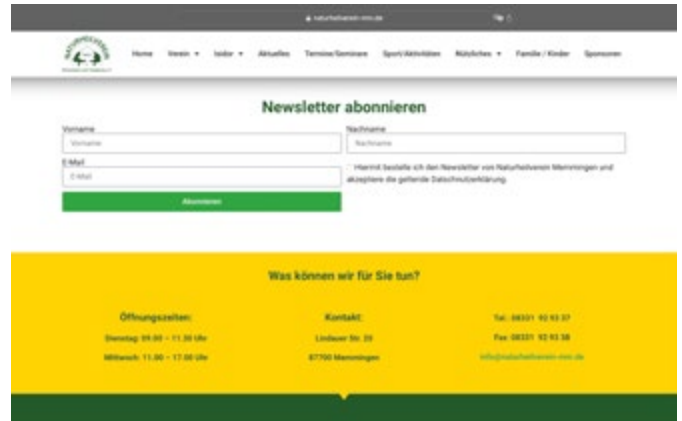
Zum Binden eines Kräuterboschens werden Kräuter wie Schafgarbe, Minze, Johanniskraut, Beifuß, Ringelblume, Salbei, Königskerze, Rainfarn, Frauenmantel Rose u.v.a. benötigt. Nach Möglichkeit bitte eigene Kräuter und zum Binden eine Paketschnur und eine Gartenschere mitbringen. Gerne kann der Kräuterboschen des vorigen Jahres mitgebracht werden, dieser wird dann am Feuerplatz traditionell verbrannt. Zum Abschluss sprechen wir im Kreis ums Feuer einen Kräutersegnungsspruch über unsere Kräuterboschen.

## IHR WEG ZUM NEWSLETTER

Aus Datenschutzgründen können wir Sie nicht selber in den Newsletter Verteiler einbringen.

**Dies müssten Sie am PC machen:** Webseite des NHV öffnen, auf Newsletter gehen und dort Ihre eigenen Daten eintragen, dann wegschicken.

Und schwups haben Sie ab dem Folgemonat den Newsletter, der immer interessante Neuigkeiten enthält!



[www.naturheilverein-mm.de](http://www.naturheilverein-mm.de)

## NATURHEILVEREIN SPENDET 2000 € ANS TIERHEIM MEMMINGEN

In der Adventszeit haben etliche Helferinnen des Vereins genäht, gebastelt, gehäkelt, gestrickt, Salben, Liköre, Marmeladen hergestellt, wunderbare Adventskränze kreiert und vieles mehr. Bis Weihnachten wurde so gut wie alles verkauft, vereinbart war, dass das gespendete Geld ans Tierheim Memmingen gehen soll, die finanziell immer in Not sind. Die beiden Vorsitzenden des Tierheims Dr. Martin Hofmann und Markus Feldmeier waren bei der Übergabe überglücklich und machten auch noch eine sehr informative Führung durchs Tierheim.

Im Bild von li. nach re: Gundi Raschel, Dolores Caso (Vorsitzende NHV), Ingrid Riedmiller, Dr. Martin Hofmann (Vorsitzender Tierheim), Nadja Rödel (Tierpflegerin), Markus Feldmeier (Vorsitzender Tierheim), Ralf Haberland (Vorsitzender NHV), Heidi Ritter, Rieke Lindner



## BERGTOUR AUF DIE KRINNENSPITZE

Freitag 23.08. mit Kristina Wassermann, Kosten 5 €, NHV-Mitglieder kostenfrei.

Vom Parkplatz am Haldensee führt die Wanderung über Forstwege und Steige zum Gipfel, mit einer grandiosen Aussicht über die Gräner Ödenalpe und die Nesselwängler Edenhalde für der Abstieg zurück zum Ausgangspunkt. Die Gehzeit beträgt 5 Std.

bei 900 Hm, Trittsicherheit ist erforderlich. Treffpunkt und Abfahrtszeit sind unter der Tel. Nr. 08331 86953 zu erfahren. Die Fahrkosten für Mitfahrer betragen pro km 10ct.

## KIDS TIER-TOUR -TIERE IN MEMMINGEN

*für Kinder*

Samstag, 31.08., 14:00 bis ca. 15:00 Uhr, Treffpunkt

Marktplatz am Brunnen

Führung durch Frau Luisa Fischer (Stadtführerin)

Wusstest du, dass wir ein Kamel in der Stadt haben? -Nein? Dann komm mit zu unserer Stadtführung durch Memmingen. Wir gehen auf die Suche nach weiteren Tieren in unserer Altstadt.

Für Kinder von 6 – 10 Jahren

Anmeldung über die Geschäftsstelle des Naturheilvereins unter 08331/929337 oder 0160/92667664 oder email: dolores.caso@freenet.de

Veranstaltung ist kostenfrei



## AUTOHAUS RABUS



WIR BEWEGEN MENSCHEN

LENZFRIEDER STR. 70-72  
87437 KEMPTEN

STADELWEG 3  
87761 LAUBEN

SCHUMACHERRING 2  
87700 MEMMINGEN

WWW.AUTOHAUS-RABUS.DE



**BEST OF THE BEST**  
PROUDLY RECOGNIZED AS ONE OF THE BEST DEALERSHIPS WORLDWIDE

SEIT ÜBER 50 JAHREN IHR ZUVERLÄSSIGER PARTNER VOR ORT

## 14. MEMMINGER NATURHEILTAGE AM 13. UND 14. APRIL 2025

Endlich ist es wieder so weit: nach langer coronabedingter Pause führt der Naturheilverein Memmingen wieder seine Naturheiltage durch mit vielen Ausstellern aus dem gesamten Gesundheitsbereich und zahlreichen Vorträgen. Ab Mai können in der Geschäftsstelle die Unterlagen dazu angefordert werden: Anmeldeformular, Ausstellerkonditionen, Standpläne, usw. unter [info@naturheilverein-mm.de](mailto:info@naturheilverein-mm.de) und 08331/929337 und 0171/6243071.

## VIER NEUE EHRENMITGLIEDER ERNANNT

Für ihre außerordentliche Mitarbeit im Naturheilverein und vielen aktiven Hilfen wurden 4 neue Ehrenmitglieder ernannt:

Im Foto von links nach rechts: Karlheinz und Gerda Westermayer, Günter Fürst und Rosi Graf – nicht im Foto: Ralf Haberland (re.) übergab mit großer Dankbarkeit die Ehrenurkunden sowie ein Geschenk.



## NATURHEILVEREIN BEI MEMMINGEN BLÜHT

Sa, 11.5. 9 – 17 Uhr am Schrankenplatz

Viel Blühendes und Selbstgebasteltes gibt es für den Muttertag beim Stand des Naturheilvereins Memmingen. Frische Blumen-gestecke, Strickwaren, Nährarbeiten, Leseknochen, Zirbenkissen, gefütterte Einkaufstaschen, Liköre, Marmeladen Salben u.v.m. Den Stand finden Sie auf dem Schrankenplatz. Der Reinerlös dieses Tages geht in die Spendenkasse einer sozialen Institution. Also kommen, schauen, kaufen! Bei Einkauf erhalten Sie einen kleinen Becher Frischsaft!





# GEFRO®

## Suppen, Soßen, Würzen und mehr ...

Super schnell & einfach lecker.  
100 % natürliche Zutaten.  
Allgäuer Familienbetrieb seit 1924.



GEFRO GmbH & Co. KG | Rudolf-Diesel-Straße 21 | 87700 Memmingen  
[www.gefro.de](http://www.gefro.de) · Tel.: 0 83 31 / 95 95 0