



Memmingen und Umgebung e. V.

NATURHEILVEREIN MEMMINGEN

Gemeinsam in der Natur



WANDERUNGEN

SPORTGRUPPEN

VORTRÄGE & KURSE

**PROGRAMMHEFT 2025
MAI - AUGUST**

WWW.NATURHEILVEREIN-MM.DE



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



Gerhard Rabus
Geschäftsführer

Autohaus Rabus e.K.
Schumacherring 2
87700 Memmingen
08331 75090-0

Stadelweg 3
87761 Lauben
08336 545

Autohaus Rabus GmbH
Lenzfrieder Straße 70-72
87437 Kempten
0831 990939-0

verkauf@autohaus-rabus.de
www.autohaus-rabus.de



MEMMINGEN UND UMGEBUNG E.V.

Herzlich willkommen im neuen Jahr!

Liebe Mitglieder und Freunde des Naturheilvereins,

wir freuen uns, Ihnen unser neues Programmheft vorzustellen! Hier finden Sie sicherlich viele spannende Angebote, die Sie begeistern werden.

Besonders hervorzuheben sind unsere Teilnahme an „Memmingen blüht“ am 10. Mai, die Mitgliederversammlung am 22. Mai sowie die Bergmesse am 03.08. in Gramais.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und sind stets offen für neue Ideen! Bitte zögern Sie nicht, uns Ihre Vorschläge mitzuteilen.

Genießen Sie die Schönheit der Natur und lassen Sie sich inspirieren!

So toll sieht unser Appartement „Paradies“ in Haus Isidor in Gramais auskann auch alleine gebucht werden ohne ganzes Haus



Herzliche Grüße

Ihr Team des Naturheilvereins

Vorsitzende Dolores Caso und Ralf Haberland

www.naturheilverein-mm.de

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
V.i.s.d.R.: Ralf Haberland
Fotos: Werner Ackel, Christiane Wilhelm und Ralf Haberland

Auflage: 5.000 Stück

Gestaltung und Layout:
Werbeagentur Bartenschlager
werbeagentur-bartenschlager.de
Druck: FlyerAlarm GmbH
Alfred-Nobel-Str. 18 | 97080 Würzburg

Für Inhalt und Anwendungen übernehmen wir keine Haftung!

SPORTGRUPPEN

PILATES UND MEHR

Pilates findet jeden Montag (außer in den Ferien) von 17.00 bis 18.00 Uhr in der Realschulturnhalle in der Schlachthofstraße statt. Kräftigung und Entspannung von Kopf bis Fuß für Körper und Geist. Ein sanftes und effektives Ganzkörpertraining. Kräftigen, dehnen und bewegen von Beckenboden, Rücken, Bauch, Gesäß, Arme und Beine. Teilnahme nur mit vorheriger Anmeldung bei Birgit Piendl, Tel. 08331 / 6908357 möglich.

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

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!**



stock.adobe.com / 277137656

MONATSÜBERSICHT

Mai

Datum

So. 04.05.	SONNTAGSWANDERUNG UM KATZBRUI	6
Fr. 09.05.	WALDMEISTER- MIT RÖCKCHEN	6
Fr. 09.05.	THEATERFÜHRUNG: HINTER DIE KULISSEN...	6
Sa. 10.05.	NATURHEILVEREIN BEI MEMMINGEN BLÜHT	6
So. 11.05.	RADTOUR RUND UM MEMMINGEN	7
Mi. 14.05.	BESUCH DER SALZGROTTE MEMMINGEN	7
Do. 15.05.	DIE ENERGIE DER STERNZEICHEN	7
Do. 22.05.	KRÄUTERSALZ SELBER HERSTELLEN!	8
Fr. 23.05.	BERGTOUR AUF DEN GRÜNTEN	8
So. 25.05.	"RADTOUR INS BLAUE" IN KOOPERATION...	8
Do. 29.05.	ENTFALTE DEINEN SELBSTWERT FÜR MEHR...	8

Juni

So. 01.06.	FAHRT ZUR FRAUENSCHUHBLÜTE INS...	9
Do. 05.06.	DIE 4 SÄULEN DER GESUNDHEIT	9
Fr. 06.06.	FREIHEIT – REFORMATION UND 12 ARTIKEL	10
Mi. 11.06.	VOLLMOND WANDERUNG	10
Fr. 13.06.	HEILKRÄUTERWOCHELENDE IN GRAMAIS (A)	10
Do. 19.06.	KOCHEN NACH AYURVEDA! KOCHKURS	11
Fr. 20.06.	FLORISTIK -KURS, FÜR DEN GARTENTISCH	11
Sa. 21.06.	JOHANNIKRÄUTERWANDERUNG	11
So. 22.06.	ROSENNACHMITTAG, EIN DUFTENDES...	12
So. 22.06.	RADTOUR NACH OBERGÜNZBURG	12
Do. 26.06.	SCHATTENARBEIT - DER WEG ZUR...	12
Do. 26.06.	JOHANNISKRAUT- DIE SEELENSONNE	14
Fr. 27.06.	GARTENPARTY - KOCHEN UND ESSEN...	14
Fr. 27.06.	BERGTOUR ZUR ALPSPITZE...	14
Mo. 30.06.	FLORISTIK KURS, PFFIFFIGE SOMMERLICHE...	14

Juli

Fr. 04.07.	KRÄUTERWOCHELENDE IN GRAMAIS	15
Sa. 05.07.	UNSERE CHAKREN & DIE ZUORDNUNG...	15
Sa. 05.07.	WAKEBOARD FAHREN IM LGS GELÄNDE	16
So. 06.07.	RADTOUR RUND UM MEMMINGEN	16
Fr. 11.07.	ABENTEUER WALD	16
Fr. 11.07.	BEIFUSS- MÄCHTIG UND HEILIG	16
Sa. 12.07.	RÄUCHERTAG MIT HEIMISCHEN KRÄUTERN	17
So. 13.07.	SONNTAGSWANDERUNG SEEN TOUR	17
So. 20.07.	SOMMERKRÄUTERWANDERUNG	17
Fr. 25.07.	BERGTOUR TANNHEIMER HÜTTE	17

August

So. 03.08.	BERGMESSE IN GRAMAIS	18
Sa. 09.08.	SCHACHTELHALM- VOLLER MYTHEN	19
So. 10.08.	KRÄUTERWANDERUNG UND BINDEN...	19
So. 17.08.	SONNTAGSWANDERUNG RONSBERG	19
Fr. 22.08.	BERGTOUR AUF DEN SONNENKOPF	20
So. 24.08.	RADTOUR RUND UM MEMMINGEN	20

Mai

SONNTAGSWANDERUNG UM KATZBRUI

So, 04.05. mit Thea Loos, Teilnahme 5 €, für NHV-Mitglieder kostenfrei

Start ist an der Mühle Katzbrui. Die Tour ist etwas hügelig und führt uns nach Mussenhausen. Über einen Rundweg gelangen die Teilnehmer wieder zum Ausgangspunkt zurück. Die Strecke hat etwa 9 km und eine Gehzeit von ca. 3Std.

Treffpunkt & Abfahrtszeit sind bei der Anmeldung unter Tel. 08331/9252035 zu erfahren. Die Fahrkosten für Mitfahrer betragen 10ct pro km.

WALDMEISTER- MIT RÖCKCHEN

Fr. 09.05 um 16.00 Uhr | Treffpunkt: Niederrieden, Hollerhüttenplatz
Leitung: Rosina Bartenschlager Wildkräuterführerin/Naturpädagogin | Kostenbeitrag inkl. Skript und Material: € 30.-, NHV-Mitglieder € 28.- | Anmeldung und Wegbeschreibung unter 08331/2740 oder info@wildseintutgut.de

Bei Vollmond wird eine Waldmeisterwiese auch als Feentanzplatz bezeichnet. Die Teilnehmer lassen sich auf den betörenden Duft ein, genießen eine Waldmeisterbowl, stellen ein Waldmeisterduftkissen her und gehen auf die vielseitigen Verwendungs- und Heilmöglichkeiten des „Sternenleberkrautes“ ein. Fülle Dein Herz mit Waldmeisterfreude!

THEATERFÜHRUNG: HINTER DIE KULISSEN SCHAUEN *für Kinder*

Fr, 09.05. 16.00 – 17.30 Uhr | Treffpunkt am Landestheater | Organisation: Christiane Wilhelm

„Herein spaziert“ in all die Räume, in denen Theaterzauber entsteht und die den ZuschauerInnen normalerweise verschlossen bleiben. In einer Führung für alle Kinder von 8 – 12 Jahren werden gemeinsam die Abteilungen des Landestheaters Schwaben entdeckt. Wo werden die Kostüme hergestellt? Woher wissen die SchauspielerInnen, wann sie auf die Bühne müssen? Und wie sieht es eigentlich hinter der Bühne aus? Anmeldung unter info@naturheilverein-mm.de & 08331/929337 & 0160/7254768. Für Kinder ist die Teilnahme kostenfrei.

NATURHEILVEREIN BEI MEMMINGEN BLÜHT

Sa, 10.05. von 9 – 16 Uhr Schrankenplatz – neben Optik Tröger

Viel Blühendes und Selbstgebasteltes gibt es für den Muttertag beim Stand des Naturheilvereins. Frische Blumengestecke, Strickwaren, Näharbeiten, Zirbenkissen, Einkaufstaschen, Liköre, Marmeladen, Salben und vieles mehr. Also kommen, schauen, kaufen. Der Reinerlös dieses Tages geht in die Spendenkasse einer sozialen Institution.

RADTOUR RUND UM MEMMINGEN

So. 11.05. mit Günter Fürst, Teilnahme 5 €, für NHV-Mitglieder kostenfrei.

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

BESUCH DER SALZGROTTE MEMMINGEN

Mittwoch, 14.05., 18.06., und 16.07., 16 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! Die Teilnehmer genießen entspannende Ruhe und lassen 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 inclusive. Dieses Angebot gilt nur zu den vereinbarten Terminen! Außerhalb der vereinbarten Termine gilt der reduzierte Eintritt, jedoch ohne das Getränk.



DIE ENERGIE DER STERNZEICHEN – ENTFALTE DEIN POTENZIAL

Voraussetzung: Stier Jungfrau Steinbock Sternzeichen, Aszendent oder Mondzeichen | Do, 15.05. Vortrag von Constantin Bachfischer, von 19:30 bis 21 Uhr | Memmingen, In der neuen Welt 8, Kosten: 20 €, Mitglieder NHV 15 € | Verbindliche Anmeldung per E-Mail: info@constantinbachfischer.com

Verstehe die Energien deines Sternzeichens, Aszendenten und Mondzeichens, um dein wahres, kraftvolles Potenzial zu entfalten. Erkennen von inneren Kräften und Talenten für mehr Energie, Leichtigkeit, erfüllte Partnerschaften und harmonische Beziehungen. Finde deine Klarheit über deine Berufung und Orientierung für dein Leben, lebe deine wahre Natur und schöpfe dein volles Potenzial aus, für mehr Zufriedenheit, Erfolg und Lebensfreude. Wenn du endlich mehr vom Leben für dich haben möchtest, ist dieses Event für dich.

KRÄUTERSALZ SELBER HERSTELLEN!

Do, 22.05. 18:00 bis 21:00 Uhr; An der Weide 14 · 87740 Buxheim |
Gebühr: 72,00 Euro / Mitglieder NHV 67,00 Euro | Anmeldung unter:
info@molitor-kontor.de; Tel. 08331 991 2250

Kräutersalz ist für viele eine einfache Möglichkeit, Lebensmittel schmackhafter zu würzen. Warum nicht mal in angenehmer Umgebung in Anleitung von einem Profi ein eigenes Kräutersalz mischen. Keine Gedanken zu machen welche Gewürze sind notwendig, welche davon sind zu Hause vorrätig und welche müssen noch gekauft werden. Und das alles in einem lustigen Event mit anderen die auch Spaß am Essen haben.

BERGTOUR AUF DEN GRÜNTEN

Fr, 23.05 mit Kristina Wassermann, Teilnahme 5 €, Für NHV-Mitglieder kostenfrei

Von Burgberg führt die Tour am Grüntenhaus und an der Antenne vorbei zum Grüntengipfel. Der Rückweg geht über die Obere Schwandenalpe zum Berggasthof Alpenblick und 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 10ct.

"RADTOUR INS BLAUE" IN KOOPERATION MIT DEM ADFC.

So. 25.05. mit Günter Fürst, für NHV-Mitglieder und ADFC-Mitglieder kostenfrei.

Die Radtour rund um Memmingen ist mit einigen Haltestationen verbunden, bei denen zum Thema „Freiheit & Kunst“ ein paar Denkanstöße gegeben wird. Die Streckenlänge beträgt ca. 30-40 km. Treffpunkt und Abfahrtszeit sind bei der Anmeldung zu erfahren. Tel. 08331 / 494549.

Die Anmeldung sollte möglichst bis Freitagabend erfolgen.

ENTFALTE DEINEN SELBSTWERT FÜR MEHR KRAFT, LIEBE UND POTENZIAL IM LEBEN

Do, 29.05. Vortrag von Constantin Bachfischer, von 19:30 bis 21 Uhr, Memmingen, In der neuen Welt 8, Kosten: 20 €, Mitglieder NHV 15 €
Verbindliche Anmeldung per E-Mail: info@constantinbachfischer.com

...lerne, dich Selbst - Wert zu schätzen und mehr zu lieben...

Selbstwert und Selbstliebe stärken, um in die eigene Kraft zu kommen und das eigene wahre Potential zu leben. Lerne dich selbst mehr zu schätzen, alte Glaubenssätze und Muster, welche dich noch blockieren und durch positive Affirmationen zu ersetzen und deinen Wert zu erkennen. Gerade in Zeiten in denen viele sich beruflich, finanziell oder in Partnerschaften unterbewerten, zeigt dieser Vortrag, wie du deine innere Stärke wiederfindest kannst und ein erfülltes, selbstbestimmtes Leben führst.

Juni

FAHRT ZUR FRAUENSCHUHBLÜTE INS LECHTAL - MIT PICKNICK

So, 01.06. Abfahrt um 9.00 Uhr ab Aldi Parkplatz Süd
Organisation: Christiane Wilhelm

Das Frauenschuhgebiet in der Martinau/Lechtal ist Europas größtes zusammenhängendes Frauenschuhgebiet und eines der wertvollsten Auengebiete Mitteleuropas. Über 7.000 Frauenschuhpflanzen gedeihen hier auf 2,5 ha und sie finden im halbschattigen Unterwuchs auf nährstoffarmen, wasserdurchlässigem Kalkschotterboden eines Kiefern – Trockenauwaldes ihren idealen Standort. Ein Naturerlebnis, das man gesehen haben muss.... und sie blühen nur wenige Tage! Anschließend gibt es am Lech ein gemeinsames Picknick! Bitte Decke oder Sitzkissen, Brotzeit und Getränk mitbringen..... eine Überraschung gibt's auch!

Eintritt ins Frauenschuhgebiet beträgt 6 €, die Mitfahrer zahlen den Fahrern 12 € Fahrgeld. Anmeldung unter christiane.wilhelm.mm@gmail.com und 0160/7254768



DI E 4 SÄULEN DER GESUNDHEIT – CHANCEN FÜR EINE GESUNDE ZUKUNFT

Do., 05.06., 19:00 – 20:30 Uhr | Referent: Patrick Zentner, Sport- und Gesundheitswissenschaftler, Kinesiologe, Dorn-Anwender, gesundheitsmentor.zentner@t-online.de | Veranstaltungsort: GEFRO GmbH & Co KG, Show-Küche, Rudolf-Diesel-Straße 21, 87700 Memmingen/Hinweis: Durch das Tor fahren, der Seminarraum befindet sich nach 50 Meter links im 1. Stock und ist über eine Außentreppe zu erreichen. Seminarbegleitung H.-J. Stopora

Gesundheit ist mehr als ein Verzicht auf Nahrungs- und Genussmittel. Der Impulsvortrag dient dazu die Ganzheitlichkeit unserer Gesundheit darzustellen. Es werden Schritte aufgezeigt, um sich bestmöglich zu stärken. Welche alltäglichen Einflüsse wirken sich auf die Gesundheit aus?

Anmeldung über Tel.-Nr. 0171/6243071 oder per E-Mail an juergen.stopora@t-online.de. Der Vortrag ist kostenfrei – über eine Spende freut sich der Verein.

FREIHEIT – REFORMATION UND 12 ARTIKEL – WIE HÄNGT ALLES ZUSAMMEN

Fr, 06.06. 18.00 – ca. 19.30 Treffpunkt am Marktplatz | Leitung: Sabine Streck, Heimatpflegerin und Stadtführerin

Im Gedenkjahr der berühmten 12 Artikel gehen die Teilnehmer mit Sabine Streck an den einstigen Schauplätzen in Memmingen vorbei und erfahren dabei die spannende Entwicklung der Reformation und die Abfassung der 12 Bauernartikel. Auf dem Land brodelte es damals durch soziale Ungerechtigkeiten bei den zumeist leibeigenen und unterdrückten Bauern. Da die Stadt Memmingen eine gemäßigte Haltung zeigte, wählten die Bauernführer aus Oberschwaben, dem Allgäu und dem Bodenseeraum Memmingen als ihr Tagungszentrum. Die Lebensbedingungen sollten durch Forderungen nach Freiheit, Gerechtigkeit und Mitbestimmung verbessert werden. Die 12 Artikel gelten heute als eine der ersten schriftlich verfassten Menschen- und Freiheitsrechte in Europa. Teilnehmergebühr beträgt 8 €. Anmeldung unter 08331/929337 und 0160/7254768 und info@naturheilverein-mm.de

VOLLMOND WANDERUNG MIT CONSTANTIN BACHFISCHER

Mi, 11.06. 19:00 bis ca. 21:00 Uhr | Mitglieder NHV 15 €, für Nichtmitglieder 20 € in Bar bitte mitbringen. Treffpunkt wird bei verbindlicher Anmeldung unter info@constantinbachfischer.com bekannt gegeben.

Spirituelle und meditative Wanderungen im Allgäu. Tauche ein in die Magie des Waldes bei Nacht. Mit der Energie des Mondes zur Reflektion, Ruhe und Achtsamkeit. Mit Geschichten und Mythen zum Wald, Mond und Jahreszeiten. Meditation, Coachingfragen, Räucherung, Stille, Besinnlichkeit, Geselligkeit und Bewegung. Mitbringen: wetterfeste Kleidung und gutes Schuhwerk, Matte, Taschenlampe. Länge: ca. 5-7 km und ca. 120 Höhenmeter. Bei jedem Wetter, außer bei Unwetterwarnung, Gewitter. Termine ohne Gewähr und nur mind. Teilnehmerzahl.

HEILKRÄUTERWOCHELENDE IN GRAMAIIS (A)

Freitag 13. bis Sonntag 15. Juni 2025 | Ort: Berghaus Isidor in Gramais, Lechtal | Leitung: Rosina Bartenschlager Wildkräuterführerin/Naturpädagogin | Kosten für Ü/VP, ausführliches Skript und Materialgebühr € 230,00 | 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, Oxydel...) lernen die Teilnehmer unter fachkundiger Anleitung kennen. Dazu gibt es ein ausführliches Skript mit vielen Tipps und Anregungen. In

der guten Stube vom Isidor genießt man die liebevoll zubereitete Verpflegung mit leckeren Wildkräutergerichten. Traditionell werden wir am Abend ein Sonnwendfeuer entzünden, räuchern und viele Brauchtumsgeschichten dazu hören.

KOCHEN NACH AYURVEDA! KOCHKURS

Do, 19.06. 18:00 bis 21:00 Uhr; An der Weide 14 · 87740 Buxheim
Gebühr: 72,00 Euro / Mitglieder NHV 67,00 Euro
Anmeldung unter: info@molitor-kontor.de; Tel. 08331 991 2250

Es ist faszinierend, wie die traditionelle Gesundheitslehre nach Ayurveda aus Indien nicht nur den Körper, sondern auch den Geist und die Seele in Einklang bringen möchte. Die Verwendung von Gewürzen spielt dabei eine zentrale Rolle, da sie nicht nur den Geschmack der Speisen bereichern, sondern auch die Balance der drei Doshas unterstützen. Das klingt nach einem großartigen Kochseminar mit Gleichgesinnten! Es ist so wichtig, ein Verständnis dafür zu entwickeln, wie unser Körper funktioniert und welche Nährstoffe er benötigt, um optimal zu funktionieren.

FLORISTIK -KURS, FÜR DEN GARTENTISCH WERDEN HAUSWURZEN ZUM BLICKFANG

Fr, 20.06. ab 18:00 bis 19:30 Uhr | Ort: 88451 Dettingen im Schleifweg 13 | Kursgebühr inklusive Materialkosten zwischen ca. 29€ und 39€ je nach Material Verbrauch | Anmeldung: Floristik-Kurs.info@gmx.de, Tel. 07354 8463 oder auch per WhatsApp Tel. 0151 590 756 14 | Kursleitung: Martina Niedermaier.

In einem mitgebrachten Teller oder Schale lassen sich die Hauswurzeln zu einer besonderen Deko gestalten, passend und pflegeleicht für den Outdoor-Bereich.



JOHANNIKRÄUTERWANDERUNG MIT ANSCHLIESSENDEM SONNWENDFEUER

Sa, 21.06. Uhrzeit: 18.00 Uhr | Leitung: Rosina Bartenschlager Wildkräuterführerin/Naturpädagogin | Kostenbeitrag: € 22.- NHV- Mitglieder € 20.- 7 Treffpunkt: Niederrieden, Hollerhüttenplatz
Anmeldung unter 08331/2740 oder 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 Hollerhütte entzünden wir ein Sonnwendfeuer und hören Geschichten übers Brauchtum in dieser Zeit.



PROGRAMM Mai - Aug. 25

ROSENNACHMITTAG, EIN DUFTENDES ERLEBNIS

So, 22.06. Uhrzeit: 14.00 Uhr | Leitung: Rosina Bartenschlager Wildkräuterführerin/Naturpädagogin | Kostenbeitrag: € 30,00 NHV-Mitglieder € 28,- | Veranstaltungsort: in Trunkelsberg | Anmeldung unter 08331/2740 oder info@wildseintutgut.de

Seit Jahrtausenden begleitet die Rose die Menschen. Wohl kaum eine Blume ist so berühmt, so häufig zitiert und bewundert wie die Rose. Dieser Nachmittag führt tief in kulinarische Genüsse, in die Heilwirkung, in die praktische Herstellung eines Lippenbalsams und Rosengewürzsalzes begleitet von einem Duftitual.

RADTOUR NACH OBERGÜNZBURG

So. 22.06. mit Günter Fürst, Teilnahme 5 €, für NHV-Mitglieder kostenfrei.

Die Teilnehmer starten vom Memminger Marktplatz aus Richtung Otto-Beuren über Ronsberg auf dem Günztal Radweg nach Obergünzburg. Dort findet unsere Mittagspause statt. Über Haldenwang, Probstried, Zieglerberg und Woringen erreicht man wieder Memmingen. Streckenlänge ca. 80-85 km. Treffpunkt und Abfahrtszeit sind bei der Anmeldung zu erfahren. Tel. 08331/494549. Die Anmeldung sollte spätestens bis Mi, 18.06. erfolgen.



Foto: Werner Ackel

SCHATTENARBEIT - DER WEG ZUR EMOTIONALEN FREIHEIT

Do, 26.06. Vortrag von Constantin Bachfischer, von 19:30 bis 21 Uhr, Memmingen, In der neuen Welt 8, Kosten: 20 €, Mitglieder NHV 15 € Verbindliche Anmeldung per E-Mail: info@constantinbachfischer.com

... befreie dein Selbst und erkenne, wie echte Schattenarbeit dir hilft, deine emotionale Freiheit zu erlangen...

Schatten zeigen sich oft in Konflikten, Streit, Partnerschaftsproblemen oder stressigen Begegnungen mit anderen Menschen. Immer wenn uns Menschen oder Situationen antriggern und alte Muster aktiviert werden können wir Schatten erkennen.

Durch Schattenarbeit kannst du lernen, dich deinen inneren Dämonen zu stellen, diese zu verstehen und zu transformieren. So findest du mehr Lebensfreude, Harmonie und inneren Frieden.

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 LIPPENPFLEGE
im Wert von € 3,90

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

JOHANNISKRAUT- DIE SEELESONNE

Do. 26.06. Uhrzeit 18.00 Uhr | Leitung: Rosina Bartenschlager Wildkräuterführerin/Naturpädagogin | Treffpunkt: Niederrieden, Hollerhüttenplatz | Kostenbeitrag inkl. Skript und Material: € 30.-, NHV-Mitglieder € 28.- | Anmeldung und Wegbeschreibung unter 08331/2740 oder info@wildseintutgut.de

Das Johanniskraut entfaltet die heilenden Eigenschaften der Sonne ganz wunderbar im Menschen. Das Öl des Johanniskrauts gilt als umgewandeltes Sonnenlicht. Ein Ölsatz aus dem Johanniskraut sollte in keiner Notfallapotheke fehlen und wird deshalb von uns eingesetzt. Über die Pflanzenmythologie, -meditation und Räucherung treten die Teilnehmer in tiefe Verbindung mit dieser Sonnenpflanze.

GARTENPARTY - KOCHEN UND ESSEN AM GRILL!

Fr, 27.06. 18:00 bis 21:00 Uhr; An der Weide 14 · 87740 Buxheim | Gebühr: 72,00 Euro / Mitglieder NHV 67,00 Euro | Anmeldung unter: info@molitor-kontor.de; Tel. 08331 991 2250

Eine Gartenparty mit einer Kochveranstaltung klingt nach einer tollen Möglichkeit, gemeinsam Spaß zu haben und gleichzeitig etwas über das Kochen zu lernen! Die Idee, Kleinigkeiten zu kochen und zu probieren, ist perfekt, um verschiedene Geschmäcker und Techniken auszuprobieren. Tipps vom Profi können dabei helfen, die Zubereitung zu optimieren und neue Tricks zu lernen, die das Kochen noch einfacher und unterhaltsamer machen.

BERGTOUR ZUR ALPSPITZE BEI NESSELWANG

Fr, 27.06. mit Otto Piendl, Teilnahme 5 €, für NHV-Mitglieder kostenfrei.

Ausgangspunkt ist der Parkplatz der Alpspitzbahn. Zunächst geht es durch den Wasserfallweg oft im schattigen Wald bis zum Sportheim Böck. Der weitere Anstieg auf den Gipfel bietet immer wieder herrliche Aussichten. Die letzten 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 08331 / 6908357 zu erfragen. Die Fahrkosten für Mitfahrer betragen pro km 10 ct.

FLORISTIK KURS, PFIFFIGE SOMMERLICHE KRÄNZE INDIVIDUELL GESTALTET.

Mo, 30. 06. ab 17:30 Uhr und ab 19:30 Uhr | Ort: 88451 Dettingen im Schleifweg 13, Kursgebühr inklusive Materialkosten 55,00 € | Anmeldung: Floristik-Kurs.info@gmx.de, Tel. 07354 8463 oder auch per WhatsApp Tel. 0151 590 756 14 | Kursleitung: Martina Niedermaier.

Aus verschiedenen Naturmaterialien und auserwählten Blüten und Gräsern zeigt Floristin Martina Niedermaier in diesem Kurs

wie ein sommerlicher Blütenkranz gebunden wird. Mit der Schritt für Schritt Anleitung fällt es auch ohne besondere Vorkenntnisse leicht einen wunderbaren schönen Kranz selbst zu kreieren. Das tolle daran ist, dass sich der Kranz prima zum Trocknen eignet und man lange eine Freude daran hat.

Juli

KRÄUTERWOCHELENDE IN GRAMAIS

Leitung: Ina Tenhündfeld – Allgäuer Wildkräuterführerin – www.naturwunderwerk.de | Fr, 04.- So, 06. Juli | Kursgebühr pro Person: 345,00 € / für Naturheilverein-Mitglieder: 325,00 € (die Kursgebühr beinhaltet: 2 x ÜN, Vollpension, Seminargebühr, Skript und Materialkosten) | Anmeldung unter 08331/499057 oder info@naturwunderwerk.de

Das Kräuterwochenende - 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 rund um Gramais 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. Neben einem ausführlichen Skript nimmt jeder auch die selbst hergestellten „Kräuterschätze“ mit nach Hause. Die Abende verbringt die Gruppe in gemütlicher Runde in der Stube oder bei Kerzenschein draußen unterm Sternenhimmel. Für die Verpflegung ist ebenfalls bestens gesorgt. Die Teilnehmer erwartet eine hochwertige Vollverpflegung mit vielen, frisch zubereiteten Speisen – überwiegend in Bioqualität. Das Wochenende ist auch kulinarisch ein Genuss.

UNSERE CHAKREN UND DIE ZUORDNUNG DER PFLANZEN

Sa, 05.07. Uhrzeit: 10.00 – ca. 17.00 Uhr | Leitung: Rosina Bartenschlager Wildkräuterführerin/Naturpädagogin | Kostenbeitrag inkl. Skript und Materialkosten: € 68,00 NHV- Mitglieder € 65.- | Treffpunkt: Niederrieden, Hollerhüttenplatz | Anmeldung und Wegbeschreibung 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 wohlthuende Farben, Düfte und Klänge. Die Pflanzenfülle des Sommers ermöglicht uns diese sachgemäß zu ernten, trocknen, aufzubewahren und anzuwenden. Die Herstellung von einem Chakrenölsatz, einem Chakrenbalsam und einer Chakrenräuchermischung begleitet uns durch diesen Tag. Lasst Euch ein auf diese vielfältige Erfahrungsweise.

WAKEBOARD FAHREN IM LGS GELÄNDE

Sa, 05.07. 10 – 12 Uhr Treffpunkt an der Wakeboard Anlage im LGS Gelände | Leitung: Basti Dörr, Trainer | Organisation: Christiane Wilhelm

für Kinder

Wakeboarden ist eine Wassersportart, bei der die Kinder auf einem Wakeboard stehend über das Wasser und vor allem über Kuppen fahren. Der Vormittag ist für Kinder von 7 bis 12 Jahren - Voraussetzung ist, dass jeder schwimmen kann. Sportliche leichte Kleidung tragen und trockene zusätzlich mitbringen. Wakeboards und sonstige Geräte sind vor Ort für jeden vorhanden. Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldung unter 08331/929337 und 0160/7254768 und info@naturheilverein-mm.-de Teilnehmerzahl ist auf 12 begrenzt!

RADTOUR RUND UM MEMMINGEN

So. 06.07. mit Günter Fürst, Teilnahme 5 €, für NHV-Mitglieder kostenfrei.

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

ABENTEUER WALD

Fr, 11.07. 15.00 – 17.30 Uhr | Treffpunkt: Trimm-dich-Pfad Dickenreis Führung: Stadtförster Stefan Honold | Organisation: Christiane Wilhelm

für Kinder

Auf die Kinder von 8 – 12 Jahren wartet ein Nachmittag mit Spielen, Entdeckungen, Rätsel, Kreativität, Forschergeist und viel Bewegung im Wald. Die Teilnehmer lernen viel Neues über Waldbäume, Blätter, Rinden, Waldtiere und auch das Thema „Klimawandel des Waldes“ kommt nicht zu kurz. Mit allen Sinnen wird der Wald an diesem Nachmittag erlebt! Brotzeit und Getränk bitte mitnehmen. Die Teilnahme ist kostenfrei! Anmeldung unter info@naturheilverein-mm.de und 08331/929337 und 0160/7254768



BEIFUSS- MÄCHTIG UND HEILIG

Fr. 11.07 Uhrzeit: 18.00 Uhr | Leitung: Rosina Bartenschlager Wildkräuterführerin/Naturpädagogin | Treffpunkt: Niederrieden, Hollerhüttenplatz | Kostenbeitrag inkl. Skript und Material: € 30,-, NHV-Mitglieder € 28,- | Anmeldung und Wegbeschreibung unter 08331/2740 oder info@wildseintutgut.de

Mutter aller Pflanzen heißt Artemisia wegen ihrer umfassenden Heilkräfte und weil sie zu einem der am längsten bekannten Heilkräuter zählt. Beifuss als vielseitig eingesetzte Räucherpflanze bietet uns starken Schutz für unser eigenes Energiefeld. Aus den Pflanzenteilen wird ein Räucherbündel gebunden. Begegne dieser 16 eindrucksvollen Mondpflanze!

RÄUCHERTAG MIT HEIMISCHEN KRÄUTERN UND HERSTELLEN EINES RÄUCHERGEFÄSSES

Sa, 12.07. Uhrzeit: 09.00 bis ca. 17.00 Uhr | Leitung: Rosina Bartenschlager Wildkräuterführerin/Naturpädagogin | Kostenbeitrag für umfangreiches Skript und Räucherkräuter: € 68,00 NHV-Mitglieder € 65.- plus Materialkosten für Räuchergefäß | Treffpunkt: Niederrieden, Hollerhüttenplatz, vormittags / Trunkelsberg, Töpferwerkstatt, nachmittags

Tiefes Eintauchen in die Welt der heimischen Räucherkräuter, den Umgang mit speziellen Räucherritualen, Räucher- und Pflanzenmeditationen, das Räuchern ohne Kohle, Tüchräucherungen und das energetisieren unserer Fußsohlen und Handflächen mit den feinen Düften der Kräuter, sind Thema des Vormittages. Den Nachmittag verbringen die Teilnehmer in der Töpferwerkstatt um dort ein individuelles Räuchergefäß zu gestalten. Anmeldung unter 08331/2740 oder info@wildseintutgut.de Mittagsverpflegung und Getränke bitte selbst mitbringen! Hinweis: Der Kurs ist für Schwangere nicht geeignet!

SONNTAGSWANDERUNG SEEN TOUR BEI IMMENRIED

So, 13.07. mit Werner Ackel, Teilnahme 5 € | für NHV-Mitglieder kostenfrei

Die Tour verläuft als Rundweg auf größtenteils ebenen Gelände und führt uns auf ruhigen Forstwegen an den verschiedenen Weihern und Seen dieser walddreichen Landschaft vorbei. Treffpunkt und Abfahrtszeit sind unter der Tel. 08331 / 2261 zu erfragen. Die Fahrkosten für Mitfahrer betragen pro km 10 ct.

SOMMERKRÄUTERWANDERUNG

So, 20.07. Uhrzeit: 17.00 | Leitung: Rosina Bartenschlager Wildkräuterführerin/Naturpädagogin | Kostenbeitrag € 15,00, NHV-Mitglieder € 13.- | Anmeldung unter 08331/2740 oder info@wildseintutgut.de | Treffpunkt: Niederrieden, Hollerhüttenplatz

Wir befinden uns in der sommerlichen Fülle, die Kräutersammelzeit erreicht nun ihren Höhepunkt. Diese Kräuterwanderung führt uns zu Heilpflanzen die als sogenannte „Frauenkräuter“ bekannt sind.

BERGTOUR TANNHEIMER HÜTTE

Fr, 25.07. mit Kristina Wassermann, Teilnahme 5 €, für NHV-Mitglieder kostenfrei.

Die Teilnehmer starten unsere Hüttentour bei der Talstation am Krinnenlift. Von dort geht es auf stetig ansteigendem schönem Wanderweg erst in Richtung Schneetalalm. Kurz vor der Alm biegt der Weg dann zur Tannheimer Hütte ab. Er wird jetzt etwas anspruchsvoller ist aber gut begehbar. Unterwegs trifft man auf einen schönen Rastplatz und erreichen bald die wunderschön gelegene Tannheimer Hütte. Über das Gimpelhaus steigt man dann steil ab ins Tal und gelangen so wieder zum Ausgangspunkt zurück. Die Gehzeit liegt bei ca. 5 Stunden, 650 hm sind zu bewältigen. Die genaue Abfahrtszeit ist zu erfragen unter der Tel. 08331 / 86953. Die Fahrkosten für Mitfahrer betragen pro km 10 ct.

August

HERZLICHE EINLADUNG AN ALLE MITGLIEDER UND FREUNDE ZUR BERGMESSE IN GRAMAIS

Sonntag, 03.08.2025

ANFAHRT:

Ein Bus fährt um **8.00 Uhr** ab Aldi Parkplatz Süd

Voranmeldung ist dringend notwendig!

Rückfahrt ca. 17.00 Uhr.

BERGMESSE:

Die Messe beginnt um 10.30 Uhr mit unserem Gramais Pfarrer Otto Walch und den Memminger Jagdhornbläsern beim „Haus Isidor“. Es ist die letzte Messe mit Pfarrer Otto – danach geht er in seinen wohl verdienten Ruhestand.

MITTAGESSEN UND KAFFEESTUNDE

Auch dieses Mal bekommen wir unser Mittagessen als Catering vom Storfwirt aus Reutte – Beginn ab 12.15 Uhr. Es gibt zweierlei Fleischgerichte mit Gemüse und sonstigen Zutaten sowie ein tolles, schmackhaftes, vegetarisches Gericht. Anschließend gibt's noch ein pfiffiges Dessert. Freut Euch drauf!

Ab 14.30 Uhr können die Gäste am reichhaltigen Kuchenbuffet einschl. Kaffee und Tee bedienen.

UNTERHALTUNG:

Wie all die Jahre werden uns die „Illertaler“ mit zünftiger Musik unterhalten einschl. besonderer Einlagen..... und es darf auch getanzt werden. Unsere Nina vom Dorf zeigt kleinen und großen Kindern wieder ihre Seifenblasenkünste.

PREISE:

Mittagessen einschließlich Dessert, Kuchenbuffet, Kaffee und Tee beträgt 28 €. Die Busfahrt kostet 25 €. Der Betrag muss vorher in der Geschäftsstelle bar bezahlt oder auf das Konto des Naturheilvereins eingezahlt werden.

Anmeldung unter info@naturheilverein-mm.de und 08331/929337 und 0160/7254768



SCHACHTELHALM- VOLLER MYTHEN

Sa. 09.08. Uhrzeit 17.00 Uhr | Leitung: Rosina Bartenschlager Wildkräuterführerin/Naturpädagogin | Treffpunkt: Niederrieden, Hollerhüttenplatz | Kostenbeitrag inkl. Skript und Material: € 30.-, NHV-Mitglieder € 28.- | Anmeldung unter 08331/2740 oder info@wildseintutgut.de

Der Schachtelhalm ein Überlebenskünstler der Urzeit. Die Heilwirkungen des Schachtelhalmes kennenlernen und die verschiedenen Schachtelhalmmarten sicher erkennen und bestimmen ist unser Ziel. Den vielseitigen Einsatz in der Kosmetik machen wir uns zu Nutze und stellen ein wertvolles Kosmetikprodukt her.



KRÄUTERWANDERUNG & BINDEN EINES KRÄUTERBOSCHENS

So, 10.08. Uhrzeit: 14.00 Uhr | Leitung: Rosina Bartenschlager Wildkräuterführerin/Naturpädagogin | Kostenbeitrag: € 20,00 NHV-Mitglieder € 18.- | Treffpunkt: Niederrieden, Hollerhüttenplatz | 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.

SONNTAGSWANDERUNG RONSBERG MINDELQUELLE

So, 17.08. mit Werner Ackel, Teilnahme 5€, für NHV-Mitglieder kostenfrei

Die Tour beginnt am Sportgelände von Ronsberg. Stetig ansteigend erreichen wir eine aussichtsreiche Hochfläche über Ronsberg und im weiteren Verlauf unserer Wanderung den Ursprung der Mindelquelle. Der Rückweg führt beim Abstieg am Ortsrand vorbei zum Parkplatz zurück.

Treffpunkt und Abfahrtszeit sind unter der Tel. 08331 / 2261 zu erfahren. Die Fahrkosten für Mitfahrer betragen pro km 10 ct.

BERGTOUR AUF DEN SONNENKOPF

Fr, 22.08 mit Otto Piendl, Teilnahme 5 €; für NHV-Mitglieder kostenfrei

Vom Parkplatz bei der Sonnenklause wandert man vorbei an Weidflächen, dann folgt eine kurze Waldpassage. Der weitere Anstieg führt durch eine langgestreckte Lichtung hinauf auf einen breiten Gratrücken. Auf diesem geht es bei oft guter Aussicht zum Gipfel des Sonnenkopf. Der Rückweg führt erst zum Altstätter Hof und dann zurück zur Sonnenklause. Die Tour hat ca. 675 hm und ca. 8 km Wegstrecke sowie eine Gehzeit von 4,5 Std.

Treffpunkt und Abfahrtszeit sind bei der Anmeldung unter Tel. 08331 / 6908357 zu erfahren

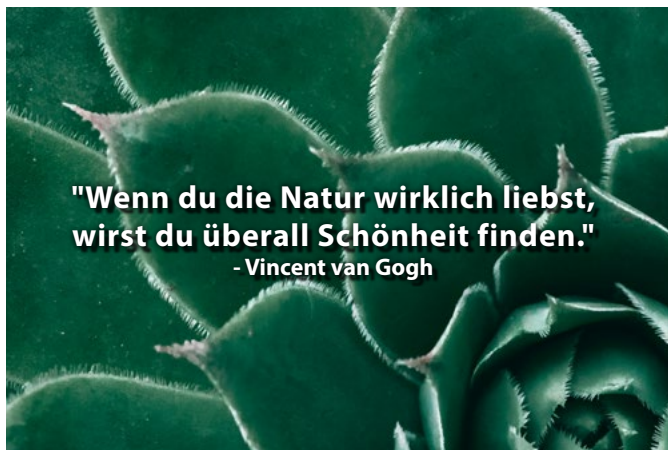
Die Fahrkosten für Mitfahrer betragen pro km 10ct.

RADTOUR RUND UM MEMMINGEN

So. 24.08. mit Günter Fürst, Teilnahme 5 €, für NHV-Mitglieder kostenfrei.

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

Die Anmeldung sollte möglichst bis Freitagabend erfolgen.



**"Wenn du die Natur wirklich liebst,
wirst du überall Schönheit finden."
- Vincent van Gogh**

ÖFFNUNGSZEITEN GESCHÄFTSSTELLE:

Dienstag: 09.00 – 11.30 Uhr

Mittwoch: 11.00 – 17.00 Uhr

SPENDE ÜBER 2.650 €

vom Naturheilverein Memmingen an die Albert-Schweitzer-Kindertagesstätte.

Die Basargruppe des Naturheilvereins Memmingen hat in den letzten Monaten gestrickt, genäht, gebastelt, Salben hergestellt, Holzarbeiten gemacht und vieles mehr. Der Verkaufserlös von 2.650 Euro wurde nun an die Albert-Schweitzer-Kindertagesstätte überreicht. Der Leiter, Herr Mayer – Heinrich, freute sich riesig. Von dem Geld würden nun endlich für den „Mittags – Schlummerraum“ Verdunklungsvorhänge genäht und neue Fahrzeuge für den Garten angeschafft. Bei der Übergabe bedankte sich die Vorsitzende Dolores Caso abschließend bei der Basargruppe für ihren unermüdlichen ehrenamtlichen Einsatz im Basarverkauf.



Im Bild von re. nach li.: Ralf Haberland, Vorsitzender, Heidi Ritter, Dolores Caso, Vorsitzende, Herr Mayer – Heinrich, Kitaleiter, Gundi Raschel, Ingrid Riedmiller, Rieke Lindner,

Bildquelle: Christiane Wilhelm

14. MEMMINGER NATURHEILTAGE

Wir laden Sie herzlich ein zu unseren 14. Memminger Naturheiltagen

Eröffnung:

Samstag, 12. April 2025 09.30 Uhr mit den Vorsitzenden Dolores Caso und Ralf Haberland
Oberbürgermeister Jan Rothenbacher
MdL Klaus Holetschek
Landrat Alex Eder

Die Eröffnung wird musikalisch von der Städtischen Musikschule Memmingen gestaltet.

Ausstellung und Vorträge am

Samstag, 12. April 2025 10.00 – 18.00

Sonntag, 13. April 2025 10.00 – 17.00

Eintritt zu Ausstellung und Vorträgen sind frei!

Täglicher Vollwertimbiss mit schmackhaften Gerichten ab 11.30 Uhr

MITGLIEDERVERSAMMLUNG:

Jahreshauptversammlung am Donnerstag, 22.05.2025 im Saal bei Rohrbecks, Schrankenplatz 4, um 19.00 Uhr.

Tagesordnung

1. Begrüßung und Jahresbericht
2. Kassenbericht
3. Bericht der Revisoren
4. Entlastung der Vorstandschaft
5. Neuwahl des Vorstands und Beirats
6. Ehrungen
7. Verschiedenes, Wünsche und Anträge
8. Abschluss der Jahreshauptversammlung



ZETTLER
KÜCHEN & MÖBEL

NATÜRLICH
INDIVIDUELL
VON MEISTERHAND

Besuchen Sie unsere Ausstellung
oder unsere Website unter
www.natuerlich-zettler.de

Tel: 08331/22 25
Mühlenweg 4
87766 Memmingerberg

Schlafprobleme? erschöpft? dauernd krank? Krebs?

Stärken Sie Ihre
natürlichen
Selbstheilungskräfte!

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

www.dirr-at-home.de* Tel: 08331.640 2354

* hier kostenlose Infos holen!



Weil gesunde
Schuhe natürlich
sind.

CORNELIUS

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 · Tel.: 0 83 31 / 95 95 0