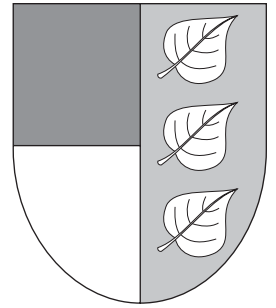


Lauben Heising



aktuell

14 17. Juli 2020

Amtliches

Aus dem Rathaus:

Öffnung des Rathauses für den Publikumsverkehr

Das Rathaus hat ab 20. Juli wieder für den Publikumsverkehr geöffnet. Aufgrund der immer noch andauernden Pandemie sind jedoch weiterhin Vorkehrungen zu treffen:

1. Um Terminvereinbarung wird weiterhin gebeten um Ansammlungen zu vermeiden.
2. Maximal drei Personen dürfen sich gleichzeitig im Foyer des Rathauses aufhalten.
3. Ein Mund-Nasen-Schutz ist zu tragen.
4. Die Hände sind bei Betreten des Rathauses zu desinfizieren.

Aus dem Sozialamt:

Kids Rallye – Sommerferienprogramm des Kreisjugendrings Oberallgäu

5 Tage - 5 Aktionen - 5 Überraschungen. Für alle Kinder von 6 bis 12 Jahren. An 5 Tagen kommt die Kids Rallye auch in dein Dorf: Dorfrallye, Ökorallye, Waldrallye, Fotorallye, Rätselrallye, Actionrallye. Dauer ca. zwei bis drei Stunden. Achtung: Eine Begleitperson (z. B. Mama, Opa, Tante...) ist notwendig. Wo und wann die Station aufgebaut ist, erfährst du hier: www.kjr-oberallgaeu.de

In Lauben findet die Kids Rallye vom 27. bis 31. Juli statt.

Startplatz: Am Jugendtreff Lauben, Sportplatzstraße 9

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag, 9.30 bis 12.30 Uhr und 13.00 bis 16.00 Uhr

Nur in Begleitung eines Erwachsenen.

Keine Anmeldung erforderlich. Die Teilnahme ist kostenlos!



Sommerferienpass mit Sommerferien-Busticket 2020

Die Ferienpässe können ab sofort bei der Gemeinde erworben werden. Aufgrund der aktuellen Situation beachten Sie bitte Folgendes: In vielen Einrichtungen ist der Besuch nur über ein Onlineticket möglich, die Öffnungszeiten können sich verschieben, Hygienevorschriften können zu Einschränkungen führen und einige Einrichtungen können nicht öffnen, obwohl im Ferienpass ein Gutschein zu finden ist. Bitte informieren Sie sich vor dem

Besuch einer Einrichtung immer auf deren Homepage über die aktuellen Gegebenheiten. Ansonsten gilt für die Ferienpässe Folgendes: Gebühr 7,- Euro, nur für Kinder und Jugendliche

max. bis zum 18. Geburtstag, Busticket inklusive. Vollzeitschüler (auch Berufsschüler) von 18 bis 21 Jahre mit Schülerschein, können nur das Busticket ebenfalls für 7,- Euro erwerben, jedoch ausschließlich bei den ÖPNV-Verkaufsstellen und direkt in den Bussen.

Sporthalle Lauben - Fundsachen

Die Kiste mit den Fundsachen (im Eingangsbereich des Haupteinganges) wird zu den Sommerferien hin wieder geleert. Wir bitten alle Sporthallenbesucher darum nochmals in die Fundkiste zu sehen ob dort vielleicht noch das ein oder andere Stück von ihm liegt.

Aus dem Ordnungsamt:

Sommerzeit, Gartenzeit 2020

Aus aktuellem Anlass und um weiteren Beschwerden vorzubeugen! Es ist eigentlich nicht so schwer: Betrifft den Betrieb von Rasenmähern, Heckenscheren, Vertikutierern, Rasentrümmern, Häckslern usw.

Am 5. September 2002 ist die 32. BImSchV (Bundesimmissionschutzverordnung) in Kraft getreten, mit welcher auch der Betrieb obiger Gartengeräte neu geregelt wurde. Um weiteren Beschwerden über Lärmbelästigung vorzubeugen, möchten wir **erneut** auf die Vorgaben des § 7 der 32. BImSchV hinweisen. **Diese Verordnung besagt, dass in Wohngebieten an Sonn- und Feiertagen ganztägig sowie an Werktagen in der Zeit von 20.00 bis 7.00 Uhr Gartengeräte nicht betrieben werden dürfen.**

Dieses Betriebsverbot gilt allgemein für lärmende Geräte und auch dann, wenn nur noch Restflächen gemäht oder sonstige Restarbeiten erledigt werden müssen, weil etwa die Arbeit am Samstag nicht ganz beendet werden konnte.

Für Freischneider, Grastrimmer, Graskantenschneider, Laubbläser, Laubsammler u.a. gilt darüber hinaus ein Betriebsverbot auch an Werktagen in der Zeit von 7.00 bis 9.00 Uhr, von 13.00 bis 15.00 Uhr und von 17.00 bis 20.00 Uhr.

Ausgenommen von diesen zusätzlichen Beschränkungen sind Geräte und Maschinen, die mit bestimmten Umweltzeichen der EU gekennzeichnet sind und damit als lärmarm gelten.

Nähere Informationen und eine beispielhafte Übersicht über die zulässigen Betriebszeiten erfahren Sie unter http://www.oberallgaeu.org/bauen_umwelt/umwelt/immissionschutz/Geraetelaerm.html

Setzen Sie auf ein gutes Verhältnis zu Ihren Nachbarn und halten Sie bitte die o. a. Zeiten ein! Unabhängig von der gesetzlichen Regelung sollte es eigentlich für jedermann selbstverständlich sein, den Rasenmäher in der Mittagszeit von 12.00 bis 14.00 Uhr oder – wie aktuell geschehen – am Sonntag nicht zu betreiben. Genauso unverständlich im Hinblick auf ein friedliches Miteinander ist es, wenn mein Gegenüber oder Nebenmann anhaltend und dauerhaft – 5 Tage in der Woche – einen solchen Lärm verursacht, dass es für die umliegende Nachbarschaft unmöglich ist, auf ihrer eigenen Terrasse oder im Garten ein wenig Erholung zu finden, auch wenn diese Arbeiten in dem

gesetzlich erlaubten Zeitfenster passieren. Bitte helfen Sie alle mit, solche nachbarschaftlichen Zerwürfnisse zu vermeiden. Ein wenig gegenseitige Rücksichtnahme – und diese Probleme würden gar nicht erst entstehen.
Danke für Ihr Mitwirken!

Aus dem Steueramt:

Wie beeinflusst die Steuersenkung meine Wassergebühren?

Aufgrund der Corona-Krise wird für den Zeitraum vom 1. Juli bis 31. Dezember 2020 eine einmalige Mehrwertsteuersenkung vorgenommen. Der Mehrwertsteuersatz ändert sich von 19 auf 16 Prozent und der ermäßigte Mehrwertsteuersatz von 7 auf 5 Prozent. Da auf die Wassergebühren der ermäßigte Steuersatz angerechnet wird, hat diese Steuersenkung Auswirkungen auf die Verbrauchsgebührenabrechnung. Das Bundesfinanzministerium hat entschieden, dass bei der Jahresabrechnung für das gesamte Jahr 2020 der Steuersatz von 5 Prozent verwendet wird.

Meldungen aus dem Fundbüro:

- Goldene Kette mit rundem Anhänger, Stern mit N/S/W/O (Spielplatz Wiesengrund, Heising)
- Kinder-Softshell-Jacke, blau-orange (Dorfstraße)
- Herrenarmbanduhr mit braunem Armband, Daniel Hechter (Dreifachturnhalle nach AH-Turnier, 31. Januar 2020)
- Einzelner Schlüssel am Ring mit grauem Band und blauen Herzen (am unteren Friedhof)
- Einzelner BKS-Schlüssel an Nylonfaden (Nasengrub 3)
- Walkie-Talkie, rot, Audioline (Spielplatz Lauben Zugspitzstr.)

Meldungen aus dem Standesamt:

Eheschließung am 3. Juli: Sabrina Pförtner und Gregor Immler

Gemeindebücherei Lauben

Liebe Leserinnen und Leser! Die Bücherei hat in den Sommerferien (27. Juli bis 7. September) nur am Dienstag, 18. August, von 16.00 bis 18.00 Uhr geöffnet. Bis zum Ferienbeginn können Sie sich gerne noch mit genügend Lesestoff eindecken.
Ihr Bücherei-Team



Energieberatungsstelle wieder geöffnet

Nach mehrwöchiger Corona-Zwangspause starten das Energie- und Umweltzentrum Allgäu (eza!) und die Verbraucherzentrale ab sofort wieder der gemeinsamen Energieberatung in der Gemeinde Lauben. Unter strikter Einhaltung sämtlicher Schutzvorkehrungen erhalten Bürger Tipps rund ums Energiesparen, zum energieeffizienten Bauen und Sanieren, zum Einsatz erneuerbarer Energien und zu den passenden Förderprogrammen. Das Angebot ist kostenlos.

Wann: Jeden zweiten Mittwoch im Rathaus in Lauben. Telefonische Anmeldung (ist erforderlich) unter 08374/5822-14 (Frau Hotz). Weitere Infos unter www.eza-energieberatung.de.

Photovoltaikanlage: Vorsicht vor unseriösen Anbietern

Mit einer Photovoltaik-Anlage auf dem Dach selbst Strom zu produzieren, lohnt sich in der Regel und ist noch dazu gut fürs Klima. Das erkennen immer mehr Hausbesitzer. Das steigende Interesse am Solarstrom Marke Eigenproduktion lockt aber auch unseriöse Geschäftemacher an. Letztere setzen mitunter sogar Drückerkolonnen ein, um Hausbesitzer zu schnellen Geschäftsabschlüssen bei Photovoltaikanlagen zu bewegen. Und Vorsicht: Immer wieder kommt es vor, dass an der Haustür oder am Telefon der Anschein erweckt wird, als handele sich um einen eza!-Mitarbeiter. Aber eza! verkauft natürlich keine Photovoltaik-Anlagen, sondern berät Bürger neutral und kompetent bei diesen und anderen Energiethemen.

Bei der Entscheidung für eine Solarstromanlage handelt es um eine langfristige Investition, die gut durchdacht sein will. Daher sollte man sich nicht unter Druck setzen lassen und das Angebot genau prüfen. Eine Photovoltaikanlage rechnet sich dann, wenn sie auch zuverlässig funktioniert und im Bedarfsfall ein Handwerker verfügbar ist, der notwendige Reparaturen ausführen oder Garantiefälle abwickeln kann.

Wie bei vielen anderen Maßnahmen empfiehlt es sich also auch hier, auf lokale Firmen zu setzen, die über genügend Erfahrung verfügen.

Weitere Informationen zu den gemeinsamen Energieberatungsangeboten von eza! und Verbraucherzentrale gibt es unter Tel. 0831/9602860 oder unter der bundesweiten kostenfreien Hotline 0800/809802400 und im Internet unter www.eza-energieberatung.de.

Kinderkrippe · Kindergarten



Neues aus der Kindertagesstätte

Das Kitajahr geht dem Ende entgegen und deshalb haben wir nun Abschied gefeiert. Abschied von den Kindern, die nun bald in die Schule wechseln. Vieles war ungewohnt in den letzten Wochen. Ganz deutlich wurde dies an der Vorbereitung zu dieser Feier. Nichts war klar. Können wir feiern? In welchen Rahmen können wir feiern? Was geht? Was geht nicht? Schnell war es klar, ein »normales« Fest kann es nicht geben, aber vielleicht ist eine Dankandacht in der Kirche möglich. Als wir konkret mit den Vorbereitungen begannen, war alles anders als sonst. Zum Singen trafen wir uns im Garten, mit weitem Abstand zwischen den verschiedenen Gruppen. Und wenn es regnete, standen wir dazu unter unserem Vordach. In der Kirche musste auf Abstand geachtet werden. Das Mikrofon darf nicht von einer Hand in die nächste wechseln und so weiter. Lockerung der Kontaktbeschränkung kam gerade noch rechtzeitig, so dass wir im Anschluss an die Dankandacht eine kleine Feier mit den Eltern in den jeweiligen Gruppenräumen durchführen konnten.

Der Abschied von den »Superfüchsen« war nicht der einzige Abschied. Wie Sie ja wissen, verlässt uns Resi Ege, unsere stellvertretende Kitaleitung, nach unendlich vielen Jahren ebenfalls. Und auch dies wurde gebührend gefeiert. Dazu trafen sich alle Kinder im Freien, mit genügend Abstand zwischen den jeweiligen Gruppen. Das Personal hatte ein Spiel für Resi vorbereitet. In diesem Rahmen überreichten ihr die »Igelkinder« einige Geschenke und ein Badetuch mit den Handabdrücken der Kinder. Von allen anderen Kindergartenkindern bekam sie je eine Rose überreicht, so dass ein riesengroßer Strauß zusammen kam. Zum Schluss sangen die Kinder noch ein Lied für sie. Die Krippenkinder verabschiedeten sich an einem anderen Tag von Resi Ege. Sie hatten eine Überraschung vorbereitet, die Resi mit nach Hause nehmen konnte. Bei der Dankandacht der »Superfüchse« wurde Resi Ege offiziell verabschiedet. Eine kleine Rede von der Kitaleitung Martina Lipp beschrieb Frau Eges Laufbahn und ihre Aktivitäten in der Kita.

Wir danken unserer bisherigen stellvertretenden Leitung für 42 Jahre unermüdlischen Einsatz für unsere Kita!

Martina Lipp

**UNTER
UNS
GUTES
TUN!**

Sozialstiftung



der Gemeinde Lauben

**Spenden-
konto:**

Raiffeisenbank
im Allgäuer
Land eG

IBAN:
DE23 7336 9264
0000 2026 65

Pfarrei »St. Ulrich« Lauben

Gottesdienste vom 18. Juli bis 26. Juli

16. Sonntag im Jahreskreis:
PZL: 10.00 Uhr Feier der Erstkommunion
(nur für Angehörige)
Di: Hl. Laurentius von Brindisi, Ordenspriester, Kirchenlehrer
PZL: 18.30 Uhr Rosenkranz
19.00 Uhr Hl. Messe für Verstorbene der Familien
Winkler und Rothbauer
Do: Hl. Birgitta von Schweden, Ordensgründerin
Hei: 18.30 Uhr Rosenkranz
19.00 Uhr Hl. Messe für Verstorbene der Familien
Trunzer und Reiter, Michael Kreuzer
Fr: Hl. Christophorus und hl. Scharbel Mahluf
PZL: 19.00 Uhr Rosenkranz
Sa: Hl. Jakobus, Apostel
PZL: 18.00 Uhr Abschiedsgottesdienst von Pfarrer Gilg,
hl. Messe für Hannelore und Luise Rödle
Sprechstunde von Pfarrer Gilg nur nach telefon. Vereinbarung.

Gottesdienste vom 28. Juli bis 2. August

- Di: PZL: 18.30 Uhr Rosenkranz
19.00 Uhr Hl. Messe für Verstorbene der Familien
Schmid und Hegele
Fr: Hl. Ignatius von Loyola, Priester und Ordensgründerin
PZL: 19.00 Uhr Rosenkranz

Gottesdienste Pfarrei Haldenwang und Börwang

- Samstag, 18. Juli: Ha: 18.30 Uhr Vorabendmesse.
Mittwoch, 22. Juli: Hl. Maria Magdalena. Ha: 19.00 hl. Messe.
Freitag, 24. Juli: Hl. Christophorus und hl. Scharbel Mahluf.
Bö: 19.00 Uhr hl. Messe.
Samstag, 25. Juli: Hl. Jakobus, Apostel.
PZL: 18.00 Uhr Pfarrgottesdienst mit Verabschiedung
von Herrn Pfarrer Stefan Gilg in Lauben.
17. Sonntag im Jahreskreis: Ha: 10.00 Uhr Pfarrgottesdienst
mit Verabschiedung von Herrn Pfarrer Stefan Gilg.
Mittwoch, 29. Juli: Hl. Marta von Betanien.
Ha: 19.00 Uhr hl. Messe.
Samstag, 1. August: Hl. Alfons Maria von Liguori,
Ordensgründer, Bischof. Keine hl. Messe.
18. Sonntag im Jahreskreis: Keine hl. Messe.

Evang. St.-Mang-Kirchengemeinde Dietmannsried

Gemeinde im Grünen. Liebe Gemeinde, aufgrund der aktuellen Vorgaben für die Feier von Gottesdiensten finden vorerst keine Gottesdienste in unserer Gemeinde im Grünen (Dietmannsried, Börwang und Heising) statt. Wir laden Sie aber herzlich zu den Gottesdiensten und Veranstaltungen in die St.-Mang-Kirche ein:

Samstag, 18. Juli: 19.00 Uhr Abendgottesdienst mit Lektorin in Ausbildung Christine Engelhaupt (Predigt) und Pfarrerin Andrea Krakau (Liturgie).

Sonntag, 19. Juli: 10.00 Uhr Gottesdienst mit Dekan Jörg Dittmar; 19.00 Uhr Sommerandacht mit Pfarrer Helmut Goßler zum Thema »Trauma und Heilung«.

Mittwoch, 22. Juli: Um 18.30 u. 19.30 Uhr »30 Minuten Sommermusik mit Abendsegen« – mit KMD Traugott Mayr (Orgel) und Pfarrerin Hartmut Lauterbach (Abendsegen). Der Eintritt ist frei.

Sonntag, 26. Juli: 10.00 Uhr Gottesdienst mit Pfarrerin Andrea Krakau; 19.00 Uhr Sommerandacht mit Pfarrer Vitus Schludermann zum Thema »Heile du mich, Herr, so werde ich heil«.

Mittwoch, 29. Juli: Um 18.30 und 19.30 Uhr »30 Minuten Sommermusik mit Abendsegen« – mit Katharina Pohl (Orgel) und Pfarrerin Maria Soulaïman (Abendsegen). Der Eintritt ist frei.

Die Videoandachten »Auf ein Wort mit Orgelmusik« aus verschiedenen Kirchen unseres Dekanatsbezirkes, sowie weitere Angebote und Termine finden Sie auf unserer Homepage unter www.evangelisch-kempten.de.

Gruppen und Kreise können momentan leider nicht stattfinden. Wenn Sie Fragen haben oder ein Gespräch wünschen, können Sie sich gerne an Pfarrerin Andrea Krakau unter der Telefonnummer 08374/5895766 wenden.

Gemeindliche Jugendarbeit

Jugendtreff

Liebe Jugendliche! Ab sofort hat der Jugendtreff wieder geöffnet. Aufgrund der aktuellen Situation bitten wir um vorherige Anmeldung per Mail oder WhatsApp. Auf www.unser-ferienprogramm.de/lauben findet ihr eine Einverständniserklärung, die ihr ausgefüllt mitbringen müsst. Es gelten die aktuellen Gesundheitsschutz- und Hygienemaßnahmen (1,5 m Abstand und Maskenpflicht). Die Öffnungszeiten sind: Jeden Freitag von 17.00 bis 18.30 Uhr, 18.45 bis 20.15 und 20.30 bis 22.00 Uhr. Wir freuen uns auf euch!

Sommerferienprogramm

Liebe Eltern, liebe Kinder, liebe Jugendliche! Auch in diesem Sommer gibt es wieder ein Sommerferienprogramm. Wir haben uns bemüht trotz der aktuellen Situation ein buntes Programm zusammenzustellen und wünschen euch viel Spaß! Unter www.unser-ferienprogramm.de/lauben findet ihr die Veranstaltungen und könnt euch nach anfänglicher Registrierung anmelden. Für die Registrierung benötigen Sie lediglich eine E-Mail-Adresse und eine Bankverbindung. Anfallende Teilnahmebeiträge werden im Lauf der Ferien von Ihrem Konto eingezogen. Sollte Ihnen die Anmeldung über das Internet nicht möglich sein, besteht die Möglichkeit sich im Rathaus bei Frau Mitgefäller persönlich anzumelden. Auch nach Beginn der Anmeldung können noch neue Veranstaltungen hinzukommen, schauen Sie also immer mal wieder rein. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an die Jugendpflege Lauben unter 08374/5822-22 oder jugend@lauben.de.

Helferkreis Asyl

Ein neuer Erdenbürger im Hafenthal würde sich über ein Baby-/Kinderbett freuen. Unser Hausleiter Herr Schötz nimmt gerne Anrufe unter der Tel. 0170/7019780 entgegen. Bei Bedarf ist auch eine Abholung möglich. Herzlichen Dank!

Vereine

Gartenbauverein Lauben-Heising

Gärtlerstammtisch zum Thema: Gifffreier Garten

Nachdem in diesem Jahr Corona-bedingt bisher alle Stammtische ausgefallen sind, freue ich mich ganz besonders, Sie zu unserem ersten Stammtisch in diesem Jahr einladen zu können. Aktuell zur Jahreszeit beschäftigen wir uns mit dem Thema »Gift im Garten«. Ich möchte Sie aufklären, welche Nebenwirkungen der Gifteinsatz im Garten mit sich bringt und Ihnen Alternativen mit an die Hand geben. Für jeden Teilnehmer habe ich reichhaltiges und äußerst interessantes Informationsmaterial zum Mitnehmen.

Unser Stammtisch findet am Montag, 20. Juli, um 19.30 Uhr im Gasthaus »Birkenmoos« im Schützenstüble statt. Neben dem Kernthema wird es wieder genügend Zeit zum Erfahrungsaustausch und zu allgemeinen Gärtnerfragen geben. Bitte denken Sie an einen Mund-Nasenschutz, der zum Betreten der Gaststätte vorgeschrieben ist. Im Schützenstüble dürfen wir ihn natürlich abnehmen. Abstand halten ist Ehrensache. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und hoffen auf zahlreiche Gäste. Eingeladen sind alle Mitglieder und interessierte Nichtmitglieder.

Blumenerde. Blumenerde erhalten Sie bei Udo Rumbucher, Lauben-Moos, Am Drumlin 1, Telefon 08374/588585. Für Gemüse- und Blumenbeete sowie Pflanzkästen haben wir eine »Beet-, Balkon- und Zimmerpflanzenerde« mit Langzeitdüngung für 8,50 Euro/70-Ltr.-Sack. Ebenfalls für alle Anwendungen geeignet ist die torffreie Erde »Allgäuer Moorallianz« für 7,50 Euro/45-Ltr.-Sack. Mit der Verwendung dieser Erde leisten Sie einen großen Beitrag zum Natur- und Klimaschutz. Diese Erde ist zugelassen für den Bio-Anbau. Anzucht- und Pikiererde (nur noch wenig vorrätig) erhalten Sie für 9,- Euro/70-Ltr.-Sack. Alle Erden halten sich, kühl und trocken gelagert, problemlos bis ins nächste Frühjahr.

**Musikkapelle
Lauben-Heising e.V.**

**Standkonzerte
in Lauben und Heising**

Am Sonntag, 19. Juli, gibt die Musikkapelle Lauben-Heising zwei Standkonzerte in der Gemeinde: Das erste um 13.00 Uhr auf dem Dorfplatz in Lauben, das zweite um 14.30 Uhr beim Rathaus in Heising. Dazu laden wir Sie herzlich ein. Zur Erfrischung gibt es Getränke auf Spendenbasis.

Hätte das 48. Bezirksmusikfest nicht verlegt werden müssen, wäre der 19. Juli in diesem Jahr unser Festsonntag und damit ein denkwürdiger Tag gewesen. Aus diesem Grund haben sich die Musikanten den Termin ohnehin seit Monaten freigehalten und freuen sich stattdessen die genannten Standkonzerte zu geben.

Die Musikkapelle Lauben-Heising e.V. beim Fotoshooting auf dem Ellensberg für das 48. Bezirksmusikfest anlässlich ihres 175-jährigen Bestehens.

Kath. Landjugend Lauben-Heising

Landjugendheim Lauben vorübergehend geschlossen!

Wir möchten Sie darauf hinweisen, dass das Landjugendheim Lauben bis auf Weiteres geschlossen ist. Alle Veranstaltungen, sowohl öffentliche als auch private, sind abgesagt oder auf unbestimmte Zeit verschoben. Wir bitten um Verständnis.

Turn- und Sportverein Heising

Abteilung Jugendfußball

Seit den Pfingstferien konnten unsere Fußballkids wieder mit dem Training loslegen. Zunächst galt es ein kontaktfreies Training zu gewährleisten und die Kids auch ohne ein Trainingsspiel wieder fit zu machen und zu begeistern. Großes Lob an unsere Trainer und vor allem auch an unsere hochmotivierten Mädels und Jungs, die trotz des einzuhaltenden Hygienekonzepts fleißig beim Training waren.

Ab dem 8. Juli ist nun endlich das kontaktfreie Training aufgehoben. Aber trotz allem ist das Training noch mit erheblichen Einschränkungen umzusetzen. Daher werden auch unsere Kleinsten, die Bambinis, erst im September 2020 wieder anfangen zu trainieren. Interessierte Jungs und Mädels können sich aber bereits jetzt schon gerne anmelden. Die neuen Trainingszeiten aller Mannschaften werden über die Homepage www.tsv-heising.de zeitnah veröffentlicht.

Allen noch schöne Trainingstage im Juli in einer sehr besonderen und außergewöhnlichen Saison.

Trainer für unsere Bambinis dringend gesucht

Damit wir ab September 2020 unser Bambinitraining wieder starten können, benötigen wir dringend noch Trainer/innen, die am Freitag von 16.30 bis 18.00 Uhr auf dem Flutlichtplatz unseren Kleinsten den Spaß am Fußball beibringen. Es wäre sehr schade, wenn wir aufgrund fehlender Trainer dieses nicht mehr anbieten können. Wer Interesse hat, einfach an per E-Mail an jugendleitungheising@gmx.de schreiben oder sich unter 01 70/9922544 melden. Wir freuen uns auf jeden von euch!

Jugendleitung TSV Heising



Engagierte Jugendliche, hilfsbereite Erwachsene und Ältere unterstützen Hilfe suchende Nachbarinnen und Nachbarn, z.B. durch

- Besuche daheim
- Begleitung bei Spaziergängen, beim Einkaufen, zum Arzt
- Kinder betreuen – auch bei Hausaufgaben
- Tiere füttern und ausführen
- Hilfe im Haushalt, Garten oder beim Schneeräumen
- Rat und Unterstützung bei schriftlichen Arbeiten

Bitte wenden Sie sich an uns, wenn Sie **Hilfe brauchen** oder wenn Sie **ehrenamtlich mitarbeiten** können.

Info-Telefon: 08374 / 6488

Koordination: Johann Wiesbeck, Lauben, Tel. 083 74/5555
Sieglinde Klier, Heising, Tel. 08374/5462
Bärbel Seckinger, Stielings, Tel. 0831/77746

E-Mail: koordination@nachbarschaftshilfe-lauben.de
Internet: www.nachbarschaftshilfe-lauben.de

Abteilung Gymnastik

Bauch-Beine-Po-Fitnessgymnastik

Auch wenn wir, aufgrund der Corona-Pandemie, seit März keine Gymnastikstunden hatten, wollen wir uns vor den Ferien nochmals treffen. Unser Abschlussessen ist am Dienstag, 21. Juli, ab 19.00 Uhr im »Birkenmoos«. Es würde uns sehr freuen, wenn viele von euch dabei sind. Wir wünschen allen schöne Sommerferien und bleibt gesund. Wenn mit den Lockerungen weiterhin alles gut läuft, dann beginnen wir am Dienstag, 8. September, um 19.00 Uhr wieder mit unserer Bauch-Beine-Po-Gymnastik. Wir würden uns freuen, wenn ihr dann alle wieder dabei seid. Natürlich sind auch Neueinsteigerinnen bei uns immer herzlich willkommen.

**Start erst nach der Sommerpause
bei »Wer rastet, der rostet«!**

Die Gymnastikgruppe von Sabine Wiedemann beginnt ihr Training nach reichlicher Überlegung erst nach den Sommerferien. Am Donnerstag, 24. September, startet die Gruppe wieder zur gewohnten Zeit von 14.30 bis 15.30 Uhr. Zur Information vorab: Sollte sich die Lage bis dorthin nicht verbessert haben, gebe ich auf diesem Wege wieder Bescheid. Bis zu unserem Start wünsche ich euch allen eine gute Zeit und hoffe, dass wir uns dann zahlreich und motiviert zum Start in der Halle wieder sehen. Über neue Teilnehmer würden sich die bereits »Aktiven« sehr freuen. Bei Fragen wenden Sie sich an Übungsleiterin Sabine Wiedemann, Telefon 01 52/06 12 25 56.



**KAMINBAU
Trommler**

Schornsteintechnik · Meisterbetrieb

Hafenthal 2 Fax 0831 / 87424
87493 Lauben info@kaminbau-trommler.de
Tel. 0831 / 81944 www.kaminbau-trommler.de

BERATUNG · NEUERSTELLUNG · SANIERUNG · REPARATUR

Lauben-Heising aktuell erscheint 14-tägig · Verteilung an alle Haushalte. Die nächste Ausgabe erscheint am Freitag, 31. Juli 2020. Annahmeschluss für alle Texte für diese Ausgabe ist bereits Montagabend, 27. Juli, bei der Gemeinde Lauben. Senden Sie die Texte per E-Mail an: vorzimmer@lauben.de. Herausgeber: Gemeinde Lauben, 87493 Lauben, Tel. 08374/5822-0. Für den Inhalt der Texte (außer »Amtliches«) sind die jew. Institutionen verantwortlich. Annahmeschluss für Anzeigen ist Dienstag, 28. Juli, 10.00 Uhr. Manuskripte per E-Mail bitte an info@druckerei-xdiet.de oder Telefon. 083 73/75 11.

VdK-Sozialverband Dietmannsried-Reicholzried-Lauben
Sieben Regeln für Glück und Gesundheit. Auch im höheren Lebensalter lässt sich Lebenszufriedenheit entwickeln und positiv beeinflussen. Heute stellen wir die 4. und 5. von sieben Regeln vor:

4. Regel: Körperliche und geistige Fitness – »Bleib in Bewegung!« Mens sana in corpore sano – ein gesunder Geist in einem gesunden Körper; so altbekannt wie diese Weisheit, so deutlich sind die Forschungsergebnisse, die Gesundheitswissenschaftler für die positive Wirkung von Bewegung auf den Körper entdeckt haben. Und auch zwischen physischer und psychischer Fitness besteht ein Zusammenhang. Die menschliche Muskulatur produziert Botenstoffe, die förderlich für das Denken sind: Trainieren wir unsere Muskeln, regen diese Substanzen Nervenzellen im Gehirn zum Wachsen an. Nun, nicht alle Menschen sind begeistert von der Vorstellung, sportlich aktiv zu werden. Tatsächlich aber muss man sich vergleichsweise wenig anstrengen, um durch sportliche Bewegung positive Effekte für die geistige Leistungsfähigkeit u. das psychische Wohlbefinden zu erreichen: Dreimal Bewegungsübungen pro Woche, jeweils eine Stunde, reichen bereits aus.

5. Regel: Denkaufgaben lösen – »Strenge deinen Kopf an!« Unser Gehirn ist zu großartigen Leistungen imstande: Es kann Rechenaufgaben lösen, Literatur erschaffen oder auch über sich selber nachdenken. Damit diese Fähigkeiten lange erhalten bleiben, sollte man das Organ so oft wie möglich (am besten schon von früher Jugend an) fordern. Manche werden jetzt vielleicht an Knobelaufgaben oder Kreuzworträtsel denken. Weitaus wirkungsvoller ist es allerdings, sich mit komplexen Herausforderungen auseinanderzusetzen, die uns einerseits fordern und andererseits auch erfreuen. Wer aus innerem Antrieb heraus etwas versucht, etwa eine physikalische Gesetzmäßigkeit zu durchschauen, oder in die literarische Welt vergangener Zeiten eintaucht, fördert seinen Verstand vielfältig und kann darüber hinaus Sinn erleben.

Einladung zur Generalversammlung. Die diesjährige Generalversammlung findet am Samstag, 25. Juli 2020, 14.00 Uhr, als Online-Veranstaltung (Video-/Telefonkonferenz) statt. Alle Mitglieder können entweder am PC, Laptop oder Mobilphone oder aber über das Telefon an der Generalversammlung teilnehmen. Für die Teilnahme ist eine Anmeldung erforderlich, damit wir rechtzeitig den Einlog-Link oder die Einwahl-Telefonnummer für die Video- bzw. Telefonkonferenz zur Generalversammlung mitteilen können. Die Anmeldung kann telefonisch bei Edeltraud Münzer (08374/5259) oder Dr. Philipp Prestel (0171/1472725) erfolgen, alternativ per SMS, WhatsApp oder mit E-Mail an: philipp.prestel@bdvb.de

Info

Apotheken-Notdienst der Stadt Kempten und der angrenzenden Altlandkreisgemeinden

Freitag, 17. Juli, Kastanien-Apotheke am Forum Kempten, Bahnhofstraße 42.
Allgäu-Apotheke Bad Grönenbach, Bahnhofstraße 35.
Martinus-Apotheke Waltenhofen, Rathausstraße 2.
Samstag, 18. Juli, Kronen-Apotheke Kempten, Kronenstr. 31; von 18.00–20.00 Uhr Christophorus-Apotheke Durach, Bürgermeister-Batzer-Straße 1.
Sonntag, 19. Juli, Pluspunkt-Apotheke im Forum Kempten, August-Fischer-Platz 1; von 18.00–20.00 Uhr St.-Martin-Apotheke Obergünzburg, Unterer Markt 1.
Montag, 20. Juli, Rottach-Apotheke im Cambomed Kempten, Rottachstr. 71–73. – Schloss-Apotheke Sulzberg, Bahnhofstraße 2.
Dienstag, 21. Juli, Sonnen-Apotheke Kempten, Bahnhofstr. 17.
Andreas-Hofer-Apotheke Altusried, Kemptener Straße 2.
Mittwoch, 22. Juli, St. Anna-Apotheke Kempten, Lenzfrieder Straße 56. – Magnus-Apotheke Buchenberg, Lindauer Str. 16.
Donnerstag, 23. Juli, Bahnhof-Apotheke am Klinikum Kempten, Robert-Weixler-Straße 48a.
Marien-Apotheke Legau, Hauptstraße 29.
Thingauer Apotheke Unterthingau, Marktoberdorfer Straße 1.

Freitag, 24. Juli, Alpin-Apotheke am Klinikum Kempten, Pettenkofer Straße 1a. – Cornelius-Apotheke Probstried, An der Wilhelmshöhe 32.
Samstag, 25. Juli, Apotheke im Lyzeum Kempten, Auf'm Plätzle 1; von 18.00–20.00 Uhr Rathaus-Apotheke Dietmannsried, Kirchplatz 2.
Sonntag, 26. Juli, Apotheke im Oberösch Kempten, Im Oberösch 2; von 18.00–20.00 Uhr, Linden-Apotheke Wiggensbach, Illerstraße 1.
Montag, 27. Juli, Bären-Apotheke Kempten, Aybühlweg 36.
Allgäu-Apotheke Bad Grönenbach, Bahnhofstraße 35.
Martinus-Apotheke Waltenhofen, Rathausstraße 2.
Dienstag, 28. Juli, Bahnhof-Apotheke Kempten, Bahnhofstr. 12.
Christophorus-Apotheke Durach, Bürgermeister-Batzer-Str. 1
Mittwoch, 29. Juli, Burg-Apotheke Kempten, Kronenstr. 11.
St. Martin-Apotheke Obergünzburg, Unterer Markt 1.
Donnerstag, 30. Juli, Engel-Apotheke Kempten, Lotterbergstraße 57. – Schloss-Apotheke Sulzberg, Bahnhofstraße 2.
Freitag, 31. Juli, Hof- und Residenz-Apotheke Kempten, Poststraße 16. – Andreas-Hofer-Apotheke Altusried, Kemptener Straße 2.
Samstag, 1. August, Iller-Apotheke Kempten, Ludwigstraße 73; von 18.00–20.00 Uhr Magnus-Apotheke Buchenberg, Lindauer Straße 16.
Sonntag, 2. August, Kastanien-Apotheke am Forum Kempten, Bahnhofstraße 42; von 18.00–20.00 Uhr Marien-Apotheke Legau, Hauptstraße 29; von 18.00–20.00 Uhr Thingauer Apotheke Unterthingau, Marktoberdorfer Straße 1.
Ärztlicher Bereitschaftsdienst am Wochenende von Freitag, 18.00 Uhr bis Montagfrüh, 8.00 Uhr, Telefon 116117.
In lebensbedrohlichen Fällen Telefon 112.

Informationen der AOK Kempten-Oberallgäu

Corona-Krise – Informationen und Hilfsangebote:

- Seriöse Informationen zum Corona-Virus auf: www.rki.de, www.bundesgesundheitsministerium.de
- Bundesamt für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe: www.bbk.bund.de > Wissenswertes über Coronavirus (darunter auch: »Tipps bei häuslicher Quarantäne«)
- Kontakt zum Gesundheitsamt: www.rki.de/mein-gesundheitsamt
- Bei psychischen oder familiären Problemen: Telefonseelsorge 08 00/1 11 01 11 oder 08 00/1 11 02 22. Manche Psychotherapeuten bieten Video-Sprechstunden an. Deutschlandweites Info-Telefon Depression: 08 00/3 34 45 33 (Stiftung Deutsche Depressionshilfe).
- In Quarantäne kann auch die Gefahr für häusliche Gewalt steigen. Hilfefonnum Gewalt gegen Frauen: www.hilfefonnum.de, Telefon 0 80 00/11 60 16.



MARIUS KRAUT

*Ihr Experte für Heizung,
Sanitär und Klimatechnik in Wiggensbach!*

✓ Installation ✓ Wartung ✓ Notdienst

Öl- und Gasheizung | Pellets | Scheitholz
Solar und Wärmepumpen

Am Mühlbach 12 | 87487 Wiggensbach
Telefon 0 83 70 / 4 45 99 16 | info@mariuskraut.de

www.mariuskraut.de

Masken tragen, aber richtig

In den Geschäften, beim Friseur oder in der Bahn – überall gehören Behelfsmasken schon längst dazu. Trotzdem wissen viele nicht, wie sie richtig mit den Alltagsmasken aus Stoff umgehen sollen. Immer wieder ist zu sehen, wie die Masken auf der Stirn kleben oder unterm Kinn hängen. Worauf sollte man also beim Tragen der Alltagsmasken achten? Vor dem Aufsetzen der Maske ist Handhygiene wichtig. Die Hände sollte man gründlich waschen, mindestens 20 bis 30 Sekunden, und dann mit einem eigenen Handtuch abtrocknen. Danach die Maske am besten nur an den Gummis oder den Bändern anfassen und aufsetzen. »An den Rändern sollte die Alltagsmaske abschließen und auf jeden Fall Mund, Nase und Kinn bedecken«, so Stefan Müller von der AOK in Kempten. Brillenträger setzen ihre Sehhilfe am besten über die Maske, um beschlagene Gläser zu vermeiden.

© panthermedia / OceanProd

Regelmäßiges Waschen benutzter Mund-Nasen-Bedeckungen, der sogenannten Alltags- oder Communitymasken, ist dringend geboten.

Die Stoffmaske sollte während der gesamten Zeit genau da bleiben, wo sie hingehört. Mal eben unter das Kinn schieben oder auf die Stirn setzen, sollte man unterlassen. Die Maske kann von außen bereits mit Krankheitserregern verunreinigt sein. »Berührt man die Maske dann beim Verschieben und fasst sich danach in das Gesicht, könnte eine Infektion die Folge sein«, so Stefan Müller. Für unterwegs empfiehlt sich eine luftdicht verschließbare Tüte, um die benutzten Masken bis zur nächsten Wäsche aufzubewahren. Gleiches gilt auch für Schals und Tücher, die man als Mund-Nasen-Schutz verwendet. Waschen sollte man die Stoffmasken bei mindestens 60°C und zwar mit einem Vollwaschmittel. Alternativ kann man die Masken auch für mindestens zehn Minuten in einem Topf mit Wasser auskochen. Nicht sicher ist, ob das Reinigen in Mikrowelle oder Backofen oder mit Desinfektionsmittel wirksam ist. Es ist auf jeden Fall sinnvoll, mehrere Masken zum Wechseln dabei zu haben und in einem sauberen Beutel aufzubewahren.

Neues Online-Programm für pflegende Angehörige

Die Pflege eines Familienmitglieds kann für Angehörige sehr anstrengend sein – nicht nur körperlich, sondern auch seelisch. Die AOK unterstützt pflegende Angehörige jetzt mit dem neuen Online-Programm »Familiencoach Pflege«. Es soll dazu beitragen, die psychische Gesundheit der Pflegepersonen zu stärken und sie vor Überlastung zu schützen. Eine repräsentative Befragung für den »Pflege-Report 2020« des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WiDO) zeigt den Bedarf: Demnach ist jede vierte Person, die einen Angehörigen zu Hause pflegt, durch die Pflege »hoch belastet«.

Familiencoach bietet Expertenwissen

Mehr als 2127 Versicherte der AOK in Kempten und im Oberallgäu werden derzeit zu Hause gepflegt, davon befinden sich 349 in den höchsten Pflegegraden 4 oder 5. Dabei drücken die Pflegegrade die Pflegebedürftigkeit aus. »Gerade Pflegebedürftige in den höheren Pflegegraden benötigen eine intensivere Pflege – kommen demenzielle Erkrankungen hinzu, kann auch die psychische Belastung für pflegende Angehörige steigen«, so Sandra Frey von der AOK in Kempten. Hier bietet der

»Familiencoach Pflege« Lösungen: Mit Hinweisen, Informationen, interaktiven Übungen, mehr als 40 Videos und 14 Audio-dateien lernen die Nutzer, wie sie besser mit den seelischen Herausforderungen umgehen können. Ein Fokus liegt dabei auf besonders schwierigen Pflegesituationen in der Betreuung von Menschen mit Demenz oder in der Begleitung von Sterbenden. Das Angebot ist von einem Expertenteam unter Beteiligung einer Fokusgruppe aus pflegenden Angehörigen entwickelt worden.

Isolation und Überforderung vorbeugen

Der »Familiencoach Pflege« vermittelt unter anderem, wie wichtig es für pflegende Angehörige ist, sich nicht zu isolieren. Auch wenn sich der Pflege-Alltag schwierig gestaltet und gefühlt kaum Zeit für individuelle Aktivitäten lässt, sollten persönliche Kontakte zu Freunden, Bekannten und Nachbarn aufrecht erhalten werden. Das Programm zeigt den Nutzern Methoden und Wege auf, gut für sich zu sorgen und vor allem Zeit für sich zu finden. »Wie gehe ich um mit schwierigen Gefühlen wie Trauer, Wut, Ekel oder Angst? Auch diese Themen behandelt der Familiencoach«, so Sandra Frey. Die Nutzer können sich im Programm die Themen, die für ihre Situation besonders relevant sind, individuell anzeigen lassen. In interaktiven Übungen erhalten sie ein maßgeschneidertes Feedback, können sich Interviews mit Experten-Hinweisen ansehen und bei Hörübungen entspannen.

Den »Familiencoach Pflege« (www.familiencoach-pflege.de) kann man jederzeit kostenfrei und anonym nutzen.

Wissenslücken bei gesunder Ernährung

Nur etwa jeder dritte junge Erwachsene kennt sich mit gesunder Ernährung aus. Das ergab eine bundesweite Umfrage der AOK bei knapp 2000 Menschen im Alter von 18 bis 69 Jahren. Aus acht Themenfeldern wurde dabei die sogenannte Ernährungskompetenz ermittelt. »Unter anderem wollten wir von den Befragten wissen, ob sie die Nährwertkennzeichnung richtig nutzen, Lebensmittel selbst zubereiten, gesunde Vorräte lagern, Mahlzeiten bewusst über den Tag verteilt einplanen oder die richtigen Snacks wählen«, so Susanne Boms, Ernährungsfachkraft bei der AOK in Kempten. Insgesamt hat nur knapp die Hälfte (46 %) der erwachsenen Bundesbürger eine ausreichende Kompetenz in puncto Ernährung. Frauen schneiden mit 53 % besser ab als Männer (38 %), Ältere mit knapp 60 % besser als Jüngere (37 %). »Besonders schwer fällt es den meisten, sich durch »gesundes Vergleichen« für die richtigen Lebensmittel zu entscheiden«, so Boms. Rund 72 % gaben an, dass es ihnen hier an den notwendigen Kenntnissen fehlt.

Ernährungsbildung schon für die Kleinsten

Schon seit längerem setzt sich die AOK für eine übersichtliche Kennzeichnung von Lebensmitteln ein, damit die Verbraucher beim Einkaufen eine gute Entscheidungsgrundlage haben. In verarbeiteten Produkten ist oft viel Zucker, Salz oder Fett versteckt. Als Beispiel nennt Boms übersüßte Frühstückszutaten wie Müsli, Cornflakes und Co. So überschreiten laut einer kürzlich veröffentlichten AOK-Studie 73 % der untersuchten Frühstückscerealien beim Zuckergehalt die Empfehlung der Weltgesundheitsorganisation WHO von 15 Gramm Zucker pro 100 Gramm. »Bei den speziell an Kinder gerichteten Lebensmitteln aus diesem Bereich liegen sogar 99 % über dem Richtwert«, so Boms. Um schon bei den Kleinsten spielerisch Interesse für gesunde Ernährung zu wecken, bietet die AOK auch in und um Kempten den Kindertagesstätten (KiTas) das Gesundheitsprogramm »JolinchenKids – Fit und gesund in der KiTa« an. Seit der Einführung von JolinchenKids im Jahr 2014 beteiligten sich in der Region Kempten-Oberallgäu bereits mehr als 33 KiTas. JolinchenKids will alle Beteiligten (KiTa-Kinder, Eltern, Erzieher/innen) für einen gesunden Lebensstil begeistern und die KiTa darin unterstützen, sich zu einer gesunden Lebenswelt zu entwickeln. Neben der Ernährung spielen hier auch die Bausteine Bewegung und seelisches Wohlbefinden eine Rolle. So entdecken schon die Kleinen gesundes Essen, das lecker schmeckt, kommen in Bewegung und erkennen ihre Stärken. Nähere Informationen sind im Internet zu finden unter: www.aok.de/bayern/jolinchenkids. Hier gibt ein Video interessierten KiTas und Eltern einen schnellen Überblick über Ablauf und Inhalte des ganzheitlichen Ansatzes.

svj

Ihre Kfz-Werkstatt

- Kfz-Reparatur ■
- Lackierung ■
- Gasumrüstung ■

**TÜV und ASU
jede Woche im Haus!**

Lauben · Kemptener Str. 4
Telefon 083 74 / 5 89 16 88
Telefax 083 74 / 5 89 39 86
E-Mail: info@svjteam.de

www.svj-autolackierung.de

Josef REICHHART

Gartengestaltung & Restauration

- Neugestaltung sowie Restaurierung bestehender Gärten
- Teiche, Schwimmteiche, Bachläufe und Wasserspiele
- Trockenmauern
- Lichtgestaltung im Außenbereich
- Ganzjährige Gartenpflege
- Baumfällarbeiten

Große Auswahl an Natursteinen, Findlingen, Palisaden (auch antik)

Hochwertige Erden – Spezialmischungen auch OHNE Torf

Gartengestaltung Josef Reichhart
Am Mühlbach 6
87487 Wiggensbach
Telefon 083 70 / 92 97 55
gartengestaltung@gmx.net
www.gartengestaltung-reichhart.de

Einzigartige Allgäuer Handwerksqualität
individuell | solide | sicher



Fenster | Türen | Fassaden
Wirthensohn

DIETMANNSTRIED
Glaserstraße 2 | Telefon 08374 2317-0
www.fenster-wirthensohn.de

Golf erleben

Freitagnachmittag und Sonntag: **SCHNUPPERKURSE 49.-**

Jedes Wochenende: **2-tägige INTENSIVKURSE 99.-**

Wir freuen uns auf Sie!

Allgäuer Golf- & Landclub Ottobeuren
© 08332/92510 · info@aglc.de · www.aglc.de

Großer Geflügelverkauf

Enten, Gänse, Puten und Mast · Wir bitten um Vorbestellung!

Dienstag, 21.7. und 18.8., um 10.30 Uhr in Lauben, Nähe Raiffeisenmarkt

Geflügelzucht J. Schulte · Tel. 052 44 / 89 14 · www.gefluegelzucht-schulte.de

Dalla Torre OHG

Moderne Heiz- und Sanitärtechnik

- Kreative Badgestaltung
- Solar-/Pelletsanlagen
- Erneuerbare Energien
- Energieberatung
- Optimierung
- Planung
- Industrie-Rohrleitungsbau

Winklerstraße 5 · 87493 Lauben · Telefon 083 74 / 442
Fax 083 74 / 80 15 · www.dalla-torre.de · info@dalla-torre.de

Physiotherapie

PHYSIOTHERAPIE
Krankengymnastik · Manuelle Therapie
Präventionskurse

THOMAS SEITZ
Heising · Köselstraße 58
Tel. 08374 / 586 3388 · www.physio-seitz.de

Geöffnet am Freitag von 14.00 bis 18.00 Uhr und nach Vereinbarung.

08374
5 86 40 93

SCHWARZ
KACHELOFENBAU

Kachelofenbau Schwarz – Meisterbetrieb –
Hirschdorfer Str. 19
87493 Lauben
www.kachelofenbau-schwarz.de | info@kachelofenbau-schwarz.de

Herzner

Baum- und Gartenpflege mit Herz

**Neupflanzung
Hecken- und Strauchschnitt
Baumpflege · Spezialfällung
Gartenpflege · Entsorgung
Wurzelstockfräsung
Waldpflege**

Dipl.-Forstwirt **Andreas Herzner**
Wiggensbach · Elsässer Str. 58
Telefon 083 70 / 9 29 27 35
Mobil 01 51 / 17 50 31 13

Rentnerhepaar sucht bis spätestens Frühjahr 2021 schöne 3-Zimmerwohnung zur Miete.

Tel. 01 76 / 51 88 81 90 oder
E-Mail: silverraido@googlemail.com

Junges Paar mit gesicherter Finanzierung sucht EFH/DHH ab 100 qm zum Kauf.

Telefon 01 71 / 1 41 54 26 oder
Haus.im.allgaeu@web.de

Suche Büroraum (2 bis 3 Zimmer) im Raum Lauben, Dietmannsried, Altusried für meine Tätigkeit (Lohnsteuerhilfe, Betreuungen, Kanzlei) baldmöglichst zu mieten.

Kontakt: Tel. 01 51 / 14 36 99 38
oder email@ra-dehner.de

Garage in Heising/Lauben zu mieten gesucht.

Telefon 083 74 / 89 75

Med. Fußpflege! Hausbesuche, Termine nach Vereinbarung.

Telefon 01 76 / 23 46 28 69,
Sienko Dinaila

100% Baufinanzierung

Nicht mehr und nicht weniger, Bankenfrei und unabhängig!

Für Neubau, Kauf, Modernisierung, Renovierung, Umschuldung, Anschlussfinanzierung / Forward.

frer gmbh
87463 Dietmannsried
Telefon 083 74 / 2 32 47 87
Fax 083 74 / 2 32 47 90
info@frer-fin.de
www.frer-fin.de

Jörg Dehen - Der Handwerksprofi für alle Bereiche

Lauben | Arnikaweg 1
Telefon 01 60 / 4 43 95 73
www.gustl-der-handwerker.de

Ihre Hausarztpraxis
in Heising!



**Dr. Michael
Holweger**

Allgemeinmedizin
Betriebsmedizin · Chirotherapie
Untersuchung nach FeV
Naturheilverfahren

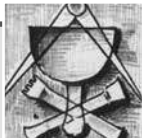
HEISING · Gartenstraße 2
Telefon 083 74 / 81 00
www.arzt-allgaeu.de



**Wir sind wieder
wie gewohnt für Sie
da und freuen uns,
Sie wieder begrüßen
zu dürfen.**

Ihr Team
vom TherapiePunkt
Wiggensbach

TherapiePunkt Wiggensbach
Isabell Homfeld
Am Mühlbach 18 a
(Gewerbegebiet)
87487 Wiggensbach
Telefon 0 83 70 / 9 29 60 74



GRABMALE

Hans Stingl - K. Nieberle
Steinmetz GbR

DIETMANNSTRIED

Fackelsberg 8
Tel. 0 83 74 / 362 · Fax 65 42

**HABERMEIER-
HALDENWANG.**

Heizung Sanitär Solar

Inh. Michael Habermeier
HALDENWANG · Am Zeil 4
Tel. 0 83 74 / 84 29
Fax 0 83 74 / 58 85 21
www.habermeier.de

E Edeka-Markt Lauben E

EDEKA **Frische - Service - Kundennähe** EDEKA

Die aktuellen Angebote entnehmen Sie bitte
unsere wöchentlichen Wurfsendungen.

Garnierte Platten und Partyservice auf Anfrage

Telefonische Bestellung und kostenlose Hauslieferung
(Ortsteile und Umgebung) bei einem Warenwert ab 15,- Euro

**Ihr Lebensmittelmarkt am Ort mit dem Sortiment des täglichen
Bedarfs: Fleisch, Wurst, Backwaren, Lebensmittel und Getränke**

Claudia Stumpf · Lauben · Zugspitzstraße · Tel. 0 83 74 / 99 44

Hofladen Hafner
Krugzell - Burg 2 · Tel. 083 74 / 58 72 33

Angebot zum Wochenende (17. und 18. Juli 2020):

Kräuterbuttersteaks vom Schweine- rücken	100 g	€ 1,19
Wiener	100 g	€ -,99
Käsebierwurst	100 g	€ 1,35

Angebot zum Wochenbeginn (20. bis 23. Juli 2020):

Schweinebraten mager	100 g	€ -,85
Halsschinken gekocht	100 g	€ 1,59
Mettwurst fein	100 g	€ -,89

Außerdem: Zartes Ochsenfleisch



Bio-Schaukäserei Wiggensbach eG

Kempter Str. 9 · Wiggensbach · Tel. 0 83 70 / 92 10 10

Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag

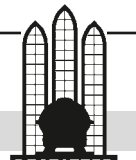
9.00 – 13.00 Uhr und 15.00 – 18.00 Uhr,

Freitag 9.00 – 18.00 Uhr, Samstag 8.00 – 12.30 Uhr

Im Angebot vom 17. bis 31. Juli 2020:

Bio-Fruchtjoghurt 
verschiedene Sorten 500 g-Glas € **1,80** zzgl. Pfand

s' Käslädle Bergstraße 24 · Leutkirch - Adrazhofen · Tel. 0 75 61 / 9 85 88 77
Öffnungszeiten: Montag 8.30 – 18.00 Uhr, Dienstag und Mittwoch 8.30 – 12.30 Uhr,
Donnerstag und Freitag 8.30 – 18.00 Uhr, Samstag 7.30 – 12.30 Uhr



Bestattungen *Rothermel*

Martina Rothermel – Geprüfte Bestatterin

BESTATTER®
VOM HANDWERK GEPRÜFT
Zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001:2008

Dorfstraße 12 Hausbesuch auf Wunsch.
87493 Lauben Tag und Nacht für Sie
Tel. 0 83 74 / 58 89 58 erreichbar.

Alles aus einer Hand vom Meisterbetrieb!



- Haustüren in Alu und Holz
- Kunststoff- und Holzfenster
- Terrassenüberdachung
- Kellerschachtabdeckungen
- Rollläden und Innenjalousetten
- Zimmertüren
- Haustürvordächer
- Reparaturservice
- Insektenschutzgitter

Fachbetrieb

Anton Kösel GmbH

Besuchen Sie
unsere Ausstellung!

Leubastalstraße 3 · 87493 Heising · Telefon 0 83 74 / 84 48
Telefax 0 83 74 / 65 87 · www.koesel.biz · info@koesel.biz

Professionelle Fußpflege

- Hausbesuche -

Olga Eggert

Telefon 01 76 / 24 19 45 35



Sommermode
bio & fair

Mo - Fr: 9 - 12 Uhr
Mi - Fr: 15 - 18 Uhr
Samstag: 10 - 15 Uhr
An der Schmiede 1 • 87487 Ermengerst
Tel.: 08370 - 209069

www.stadelmann-natur.de

Autolackierung Hörmann

Unsere Leistungen:

Kleinreparaturen
an einem Tag
Teil- und Ganzlackierungen
Ausbeularbeiten
Dellen drücken

**Dominik und
Walter Hörmann GbR**
Leubaser Straße 46
87437 Kempten

Tel. 08 31 / 570 7777
www.autolackierung-hoermann.de

PROBST

Stein und Design

STILVOLLE GRABSTEINE
AUS EIGENER HERSTELLUNG

Härtnagel 1 · Kempten · ☎ 08 31 - 59 13 60
www.probst-naturstein.de

Altauto-Annahme Schrott-/Metallannahme

Telefon 08 31 / 57 51 30
August Kutter GmbH & Co. KG
Dieselstr. 32, 87437 Kempten
altfahrzeug@dorr.de