

Vom Bodensee zur Wies

Siebtägige Fußwallfahrt ab Montag, 13. Juni

Allgäu (ex). überschaubare Gruppe miteinander unterwegs. Psychische Gesundheit, körperliche Fitness, Offenheit für die Unwägbarkeiten des Weges und des Wetters, als auch die Bereitschaft, in einer Gruppe auf dem Weg zu sein, ist für das siebtägige Pilgern Voraussetzung. Die Wallfahrt wird vom Männerseelsorger Gerhard Kahl geleitet. Beginn: Montag, 13. Juni, 9.15 Uhr in Lindau, Ende: Sonntag, 19. Juni, Wies. Anmeldung unter 08 21/3166-21 31 oder maennerseelsorge@bistum-augsburg.de

Das Wandern in der Ebene und über kleinere Berge lädt ein, bei sich selbst anzukommen und Zeit zu haben, sich mit den anderen Männern auf dem Weg zu unterhalten. Übernachtet wird in Pilgerherbergen. Da die Wallfahrtsgruppe auf zehn Männer begrenzt ist, ist eine

Neue Hotline für Hilfe bei Long Covid

Ostallgäu (ex). Die Krankenkasse DAK bietet eine neue Hotline bei Long Covid. Mit dem kostenlosen Angebot reagiert sie nach eigenen Angaben auf die zunehmenden Langzeiterkrankungen durch Corona: Nach Schätzungen leiden bis zu 15 Prozent der Infizierten an Long Covid. Symptome sind Herzklopfen, Kurzatmigkeit, eingeschränkte Lungenfunktion und chronische Müdigkeit bis hin zu Depressionen und Schlaflosigkeit. Infos gibt es unter 040/3 25 32 59 22 von 9 bis 14 Uhr. Die Hotline kann von Versicherten aller Krankenkassen genutzt werden.

Koordination im Alter verbessern

Rieden a. F. (ex). Das Netzwerk „Generation 55plus – Ernährung und Bewegung“ am Landwirtschaftsamt in Kaufbeuren lädt am Freitag, 23. Juni, um 19 Uhr zum Kurs „Aktiver Körper, beweglicher Geist – Übungen für eine bessere Koordination“ ins Haus am Kalkofen in Rieden am Forggensee ein. Dabei sollen die Teilnehmer erfahren, welche Bedeutung Koordination für einen selbstbestimmten Alltag hat. Gezeigt werden alltagsnahe Übungen. Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldung unter www.aelf-kf.bayern.de oder 083 41/90 02-12 39.

Musikgeschichte bis Klavierspiel

Staatliche Anerkennung: Chorleiter aus Roßhaupten schafft Abschluss

Roßhaupten (ar). Musikakademie in Marktobersdorf abgehalten, wobei insgesamt 28 Praxistage zu absolvieren waren. Die umfangreiche Ausbildung umfasst Musikgeschichte, Allgemeine Musiklehre, Gehörbildung, Stimmbildung, Chorpraktisches Klavierspiel, Harmonielehre, Programmgestaltung sowie das Dirigieren selbst. Trotz der zum Teil schwierigen Pandemie-Situation hat es das Team um Josef Gschwind geschafft, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer auf das umfassende Aufgabengebiet der

Die Ausbildung startete im September 2020 mit der ersten von insgesamt sechs Kursphasen. Diese wurden, sofern pandemiebedingt möglich, in der

Chorleitung bestens vorzubereiten. Zur Feier der bestandenen Prüfungen gestalteten die frisch ausgebildeten Chorleiterinnen und Chorleiter im Welfenmünster in Steingaden die feierliche Abendmesse mit Liedern, welche über den Ausbildungszeitraum erarbeitet wurden. Der nächste Chorleitungslehrgang des Chorverbands Bayerisch-Schwaben beginnt voraussichtlich im Februar 2023. Details und die Ausschreibung gibt es ab September online unter www.chorverband-cbs.de