

Pressemitteilung

Ausgabe 4/2020 „Alblust – Das Schwäbische Alb Magazin“

## **Weniger ist mehr: Die Winterausgabe von Alblust dreht sich um das Glück des einfachen Lebens**

**Immer mehr sehen sich danach, Ballast abzuwerfen und das Leben zu vereinfachen. Die neue Alblust, die am 2. Dezember 2020 erscheint, beschäftigt sich mit Menschen, die diesem Ziel ein Stück näher gekommen sind.**

Dem stressigen Arbeitsalltag in der Großstadt den Rücken kehren und dem Lockruf des Lebens folgen: Das Ehepaar Hofmann hat dies getan, hat die festen Jobs gekündigt und ein Jahr Auszeit in Kanada genommen. Heute leben sie am Fuß der Alb und setzen in ihren Seminaren auf die Natur und auf „mehr Zeit statt Zeug“.

Viele Menschen fühlen sich angesichts vollgestopfter Wohnungen und Terminkalender überfordert und würden ihr Leben gerne entrümpeln. Die Winterausgabe von Alblust stellt Menschen vor, die dies in die Tat umgesetzt haben, wie das Ehepaar Kohler aus Wilsingen: Als die Kinder groß waren, sind sie in ein Tiny House gezogen. Dabei haben sie sich von vielem getrennt – und gleichzeitig viel gewonnen. Auch Gudrun Voelkel hat erlebt, dass weniger mehr sein kann: Trotz großer Nachfrage hat sie ihre Manufaktur Lichtensteiner Wildfrüchte wieder verkleinert, weil ihr die Arbeit von Hand und mit Früchten der Region wichtig ist.

Dabei muss man nicht gleich von der Villa in eine kleine Wohnung ziehen oder vom Banker zum Hüttenwirt werden: Man kann auch mit kleinen Schritten das Leben vereinfachen, wie Beate Weingardt, Psychotherapeutin und Theologin aus Tübingen, im Interview erklärt. Und dabei die Stille und die Konzentration aufs Wesentliche genießen, wie es Autor Thomas Faltin in seinem Plädoyer fürs Wandern zu unchristlichen Zeiten und bei schlechtem Wetter beschreibt.

Einfacher zu leben bedeutet außerdem, Ressourcen zu sparen und die Umwelt zu schützen. Martin Häberle zum Beispiel sammelt vieles, was auf dem Müll landen würde, und verkauft seine Schätze in seinem Baumarkt „Historische Baustoffe Ostalb“ in Sönnstetten. Um Nachhaltigkeit geht es auch Verena Benz aus Sigmaringendorf: Mit ihrem Label „Lovjoi“ will sie dem Traum von einer besseren Modewelt näherkommen. In der glamourösen Modelwelt war Simon Glocker zwei Jahre lang zuhause. Dann hat sich der junge Mann für seine Heimat Gomadingen und für den Beruf als Bäcker im Familienbetrieb entschieden.

Außerdem gibt die neue Alblust Tipps für Winterwanderungen, die sich mit und ohne Schnee lohnen. Trotzdem hoffen viele, dass

die Landschaft weiß wird – auch der Schi-Club Hesel: Er betreibt in beispielhafter Vereinsarbeit einen der kürzesten Lifte der Alb.

Zu den lohnenswerten Ausflugszielen zählt auch das Limesmuseum in Aalen, das auf moderne und anschauliche Weise vom Leben und Alltag an der Grenze Roms erzählt. Den spannenden Spuren der jüngeren Geschichte kann man in Bad Boll nachgehen: Nachdem der König einen Wunderpfarrer namens Christoph Blumhardt dorthin berufen hatte, wurde das Kurbad zu einem besonderen Ort der Heilkunst und Spiritualität.

Von den interessanten Ausflugszielen auf der Alb haben sich im vergangenen Sommer besonders viele Gäste ein Bild gemacht: Weil die Geschäftsreisenden ausgeblieben sind, dafür viel mehr Urlauber kamen, hat so mancher Hotelier den Tourismus für sich entdeckt. Auch die Zimmer in Köhlers Krone in Ehingen-Dächingen waren besonders gefragt: Die neue Alblust stellt Alfons Köhler vor, der als Koch und Ortsvorsteher Verantwortung übernommen hat und den Lesern das Rezept für seine beliebten Ochsenbäckle verrät.

Wie geschmiert ist es in diesem Jahr auch bei Paul Belthle im Donautal gelaufen: Der 14-jährige Jungunternehmer betreibt eine Ölmühle und verkauft sein Rapsöl nicht nur im Hofladen, sondern beliefert damit sogar Supermärkte.

Die neue Ausgabe ist ab Mittwoch, 2. Dezember 2020, im Zeitschriftenhandel in Baden-Württemberg und bundesweit im Bahnhofsbuchhandel erhältlich (128 Seiten, Auflage 25.000, Preis 5,60 Euro, Herausgeber: GEA Publishing und Media Services GmbH & Co. Kg).

*12. November 2020*

**Ansprechpartner Verlag:**

*Joachim Bräuninger, Telefon (07121) 302170,*

[\*joachim.braeuninger@alblust.de\*](mailto:joachim.braeuninger@alblust.de)

**Ansprechpartnerin Redaktion:**

*Claudia List, Telefon (0711) 91454058, [\*claudia.list@alblust.de\*](mailto:claudia.list@alblust.de)*

**Download** von *Alblust-Titel* und *Pressemitteilung* unter [\*www.alblust.de/presse\*](http://www.alblust.de/presse)