

Hallo Nachbar!

Bayern trifft Salzburg Nr. 18 // 1. September 2018 Landkreis Traunstein

Gemeinsame Werke

Lisa Graf-Riemann und Ottmar Neuburger sind nicht nur ein Paar, sondern sie arbeiten auch zusammen. In welchem Beruf, das lesen Sie auf den **Seiten 4/5**

Wanderschuhe im Einsatz

Der Herbst ist bei uns in der Region die schönste Zeit zum Wandern. Ein paar ganz besondere Ausflüge gibt es ab sofort kostenlos zu entdecken. **Seite 6**

Den Stress einfach wegatmen

Es kann so einfach sein: Wie man Müdigkeit, Abgeschlagenheit und sogar Angst durch richtiges Atmen vertreibt, das erklärt eine Atemtrainerin auf **Seite 7**

Unterwegs auf zwei Rädern

Fahrradfahren ist „in“, nicht nur wegen den E-Bikes. Wie man sein Rad am besten pflegt und warum sich die Fahrradhändler schon jetzt über das Jahr 2018 freuen – **Seiten 8/9**



BILD: JANINA HÜGEL

Früher trafen sich Frauen zum Dessous- oder Plastikschüsselabend. Doch der neueste Trend heißt Rockparty. Die hat überhaupt nichts mit Musik zu tun, dafür aber viel mit bunten Stoffen und zarten Bändern. **Seiten 2/3**