



abtenau

Ausgabe 2 / 2024 · März bis April 2024

Österreichische Post AG / Postentgelt bar bezahlt · BPA 5431 Kuchl RM03A035421

mitERLEBEN

Abtenau · Annaberg · Golling · Gosau · Gosau-Hintertal · Kuchl · Lungötz · Rußbach · Scheffau · St. Koloman · St. Martin



- **Mach mit: Oster mitMAL-Aktion**
- **Autopickerlaktion startet wieder**

Oster mitMAL-
Aktion

03

Feuerwehr
Abtenau

10

Veranstaltungen
Sommer

12

Theater
Abtenau

20



Es ist Frühling!



Berndt Lindenthaler,
Obmann

Überall grünt und blüht es nun schon, die Natur zeigt sich wieder von ihrer bunten Seite. Auch wir haben in unserer aktuellen Ausgabe des Journals viele bunte Seiten für Sie, liebe Leserinnen und Leser, vorbereitet. Neuigkeiten aus der Region sind ebenso vertreten, wie aktuelle Trends aus dem Angebot unserer Mitgliedsbetriebe. Lehnen Sie sich zurück und blättern Sie entspannt durch.

Ostermalwettbewerb

Ostern, das ist besonders für Kinder eine spannende Zeit. Auch in diesem Jahr haben wir wieder den Ostermalwettbewerb für alle kleinen Künstler! Über 150 Zeichnungen wurden im vergangenen Jahr bei uns abgegeben. Schon die aller kleinsten Maler von zwei bis vier Jahren gaben sich ganz große Mühe. Und wir freuen uns auf Eure neuen Ideen, liebe Kinder! Es darf wieder gemalt, gepinselt und gebastelt werden nach Herzenslust! In unseren Mitgliedsbetrieben liegen die Blätter zum Mitmachen bereit – wir sind schon wieder sehr gespannt auf Eure tollen Bilder. Mehr Infos gibt es dazu auf Seite 3.

Gastautoren

Ein ganz besonderer Dank gilt in dieser Ausgabe drei Gastautoren, die uns mit ihren Texten an ihren Gedanken und ihrer Welt teilhaben lassen. Pater Virgil Steindlmüller (Seite 4), Andrea Wallinger (Seite 8) und Barbara Rußegger (Seite 16). Wenn auch Sie einen Beitrag schreiben und unser Journal so bunter werden lassen wollen, zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren.

Wir wünschen allen
Kundinnen und Kunden
ein frohes Osterfest!

Auto-Pickerl-Aktion Verwandeln Sie Ihr Auto in Ihren Glücksbringer

Pickerl abholen, kleben, einsteigen, anschnallen und mit Vollgas zum Gewinn!

Die Aufkleber mit dem Abtenau-Logo sind in allen unseren Mitgliedsbetrieben erhältlich. Kleben Sie diesen neben das

Kennzeichen Ihres Autos und mit ein bisschen Glück wird Ihr Fahrzeug von unserem Redakteur entdeckt und abgelichtet. Das Foto wird dann in der darauffolgenden Ausgabe des Journals veröffentlicht. Alles, was Sie dann noch zu tun haben, ist Ihren Gutschein abzuholen. Als Preise winken 5 x 50 € Gutscheine in je drei Ziehungen.



Auf der Pirsch

Auch in Abtenau wurde dieses Jahr der Fasching gebührend gefeiert.

Unter dem Motto „Auf der Pirsch“ wurden Kundinnen und Kunden in vielen Geschäften und Betrieben von verklei-

deten Mitarbeitern empfangen, so auch bei Moden Lindenthaler, Moden Quehenberger, SKRIBO Bachler und der Steuerkanzlei Pilz und Partner. Genießen Sie diese Momentaufnahmen zusammen mit unserem Verein!



© Moden Quehenberger



© Moden Lindenthaler



© SKRIBO Bachler



© Steuerkanzlei PILZ und PARTNER



Die Oster mitMAL-Aktion startet wieder!

Habt ihr die Stifte, Pinsel, Kreiden oder Schere, Kleber und Papier schon parat? Dann nichts wie los!

Auch in diesem Jahr veranstalten wir wieder die beliebte Oster mitMAL Aktion – lass deiner Fantasie freien Lauf und überrasche uns mit deinem liebsten Bild von Ostern. Alles ist erlaubt: Häschen, Küken, Eier, Gras und Blumen ... und was euch sonst noch einfällt. Gemalt, gezeichnet und gebastelt – wie es euch gefällt! Die Malvorlagen gibt es schon jetzt in allen teilnehmenden Mitgliedsbetrieben des Vereins Wir für Abtenau, male und zeichne drauf los und gib dein fertiges Kunstwerk bitte bis spätestens 03. April 2024 ab. Name und Adresse bitte nicht vergessen!

Folgende Altersgruppen werden bewertet: Mini: 1 – 4 Jahre, Maxi: 5 – 7 Jahre Junior: ab 8 Jahren

In jeder Altersgruppe gibt es 5 Preise zu gewinnen: Es wartet jeweils ein € 10,- Gutschein von Skribo Bachler auf euch!

Viel Spaß beim Malen und viel Glück!



Auf geht's
an die Stifte
und gewinne
deinen € 10
Gutschein!



Der Bio-Bauer kommt nach Abtenau, ganzjährig, Monat für Monat



Wohin? Parkplatz Ost - beim Bauernbogen

Wann? **MITTWOCH**, 27. März, 17⁰⁰ - 18³⁰ Uhr

weitere Termine: 15. Mai, 19. Juni, 31. Juli, 11. Sept., 23. Okt., 4. Dez.

Was gibt es? Obst, Säfte, Kartoffeln, Karotten, Kürbiskernöl,

Weizen, Dinkel, Roggen, Hafer - ganzes Korn und Mehle, Haferflocken uvm.

Übersicht Produkte: www.biohof-schreiber.at

Bestellungen: Tel.: 03115-2789 oder schreiber@biohof-schreiber.at





Scheitern und Neubeginn

**Du Wort, das der Vater spricht,
behältst deine Gottheit nicht
als Beute und Raub,
du springst in den Staub:
Du Leben, du Licht
wirst Mensch, der zerbricht,
da fließen die
lebenspendenden Wasser
des Heils.**

Diese Strophe aus einem Hymnus im Stundengebet der Kirche spricht mich immer wieder neu an: sie irritiert und spricht doch auch an – mich zumindest.

Mit ein paar Worten ist alles gesagt, was unser Christus-Bekenntnis ausmacht. Hier ist die ganze Sendung des Sohnes Gottes umschrieben und ausgedrückt. Hier wird auch die Dramatik seiner Menschwerdung sichtbar – und das alles aus Liebe zu uns und zu unserem Heil. Im Leben, Leiden und Sterben Jesu Christi findet sich die ganze Dynamik menschlichen Scheiterns: des Ausgeliefertseins, der Ohnmacht, des Ringens und Aushaltens; aber das Scheitern in der Hingabe und Leidenschaft, im Eintreten für Gott und die Menschen (vor allem für die zerbrochenen), für Liebe, Gerechtigkeit und Frieden. Der Sohn Gottes zerbricht daran: Das Kreuz zeigt uns diese Realität!

Aber das wäre nur die eine Seite der Medaille: Genau in diesem Scheitern liegt der Neubeginn: hier beginnt die Erlösung. Die Erlösung, die in der Auferstehung ihre Erfüllung findet und wirklich lebendig und real wird.

Im Zerschneiden des menschlichen Lebens Jesu bricht sein göttliches Leben auf: das geöffnete Herz ist dafür ein sprechendes Zeichen: Blut und Was-



© Virgil Steindlmüller

ser, die Lebensäfte, sprudeln heraus. Die göttliche Liebe fließt und wird zur Quelle des Lebens für alle, denen das Schicksal das Genick bricht; für die, die an ihrer Schuld zerbrechen; für alle, die – woran auch immer – gebrochene Menschen sind. Im Tod und in der Auferstehung Jesu zeigt uns Gott, dass auch in unserem Tod Leben sein wird. In der Taufe sind wir auf Christi Tod getauft worden, um mit ihm auch an der Auferstehung, an diesem neuen, erlösten Leben teilhaben zu dürfen (vgl. Röm 6,3-5). Als erster Anteil an diesem Neuanfang ist uns der Heilige Geist geschenkt worden: Die göttliche Kraft des Neuanfangs in allem Scheitern und Sterben.

Als Bild für diesen Artikel haben wir die zerbrochene Hostie auf dem Altar gewählt – der zerbrochene Leib Christi und doch Brot des Lebens, das neu Gemeinschaft stiftet und diese erlösende Liebe des Herrn schenkt: im Hier und Jetzt – für dich und mich – in meiner momentanen Befindlichkeit zwischen Scheitern und Neubeginn, zwischen Tod und Auferstehung, zwischen Hoffnung und Resignation, zwischen Fallen und Nochmals-Fallen. Brot des Lebens – Brot der Auferstehung – der auferstandene und erhöhte Herr, der zerbrochen Gegenwärtige!

P. Virgil Steindlmüller OSB,
Pfarrprovisor



WIR MACHT'S MÖGLICH.

REDEN WIR ÜBER DEN SMARTEN UMGANG MIT IHREM VERMÖGEN.

WILL – DIE DIGITALE VERMÖGENS-VERWALTUNG VON HEUTE.

Veranlagungen am Kapitalmarkt sind mit höheren Risiken verbunden, bis hin zu Kapitalverlusten.
Marketingmitteilung der Raiffeisenbank Lammertal eGen.

Raiffeisenbank Lammertal

lammertal.raiffeisen.at



Profifotos für Herzenswünsche

Gollinger Burgadvent sammelt Spenden für Herzenswunsch-Hospizmobil des Roten Kreuzes Salzburg

Im Rahmen des Gollinger Burgadvents am 9. und 10. Dezember 2023 wurden Spenden für das Herzenswunsch-Hospizmobil des Roten Kreuzes Salzburg gesammelt. Die Besucher:innen konnten professionelle Porträts für eine Spende von 8,- Euro erstellen lassen. Berufsfotografin Lisa Seidl erstellte die Fotos kostenlos und die Fa. Watlow Plasmatech sponserte den Fotodrucker samt Zubehör. Insgesamt kam so eine Spendensumme von 800,- Euro zusammen, die vor kurzem an das Rote Kreuz übergeben wurde.

Erinnerungen für Herzenswünsche

Die Idee zur Aktion kam von Lisa Seidl aus Scheffau, die im Rahmen des Adventmarktes eine Charity-Aktion durchführen wollte. Das Team der Burg Golling war sofort dabei und stellte dafür den „Kunstraum“ der Burg zur Verfügung. Gemeinsam mit der Unterstützung der Fa. Watlow Plasmatech war es so möglich, den Besucher:innen Sofortportraits mit weihnachtlichem Hintergrund zu erstellen. Das Angebot, dort Erinnerungen für Herzenswunschfahrten einzutauschen, wurde mit großer Begeisterung angenommen, so dass sich die Veranstalter:innen über eine schöne Gesamtsumme freuen durften.



Rotkreuz-Herzenswunsch-Hospizmobil erhält Spendenbetrag

Mit dem Herzenswunsch-Hospizmobil wird gesundheitlich eingeschränkten Patient:innen ein letzter Herzenswunsch erfüllt: noch einmal ans Meer oder in die Berge, ein gemeinsamer Ausflug mit der Familie und vieles mehr. Das Fahrzeug bietet höchsten Komfort, auch auf längeren Reisen. Die Erfüllung dieser Herzenswünsche ist für die Patient:innen völlig kostenfrei. Daher ist das Rote Kreuz auf Spenden und ehrenamtliche Helfer:innen angewiesen, um das gemeinsam mit dem Bayerischen Roten Kreuz betriebene Projekt zu finanzieren und so möglichst vielen Menschen letzte Herzenswünsche zu erfüllen. Eine Spende wie jene aus Golling ist da besonders willkommen und wird es möglich machen, wieder den einen oder anderen ganz besonderen Wunsch erfüllen zu können.

„Trost spenden und Lächeln schenken“

Lisa Seidl freut sich, dieses schöne Projekt mit dem Reinerlös ihrer Aktion unterstützen zu können: „Mit unserer Spende für das Herzenswunsch-Hospizmobil möchten wir dazu beitragen, dass Menschen in ihrer schwersten Lebensphase einen letzten Wunsch erfüllt bekommen. Es geht darum, etwas Trost zu spenden und ein Lächeln in schwierigen Zeiten zu schenken.“

Trachtengutschein

Im Wert von €20,-*

* Gültig bis 30. April 2024. Einzulösen beim Kauf deiner Lieblingsteile ab € 150,-. Pro Person und Einkauf ein Gutschein gültig. Keine Barablöse möglich.



Frühlings-
erwachen

Es erwartet dich ein blumiger Frühlingsgruß bis 30. März.

Quehenberger
MODEVIELFALT FÜR SIE UND IHN



5441 Abtenau | Markt 100
+43 (0) 6243 2337
office@moden-quehenberger.at
moden-quehenberger.at



Schneeballblüte



Eichenblatt



Fichtenspitzen

© Waltraud Auer

Rindenmedizin

Der Baum als Medizin? Die Knospen sind nun schon bekannt, aber wussten Sie, dass auch diverse Baumrinden als Heilmittel verwendet werden können?

Für manche völlig unbekannt, obwohl viele von Ihnen ein bekanntes Mittel, ursprünglich aus Weidenrinde hergestellt, sicher alle kennen. Ich spreche von Aspirin, denn die Weidenrinde enthält einen Wirkstoff, der der Acetylsalicylsäure im bekannten Medikament sehr ähnlich ist. Bereits in der Antike wurde die Weidenrinde verwendet, bis der Apotheker Felix Hoffmann mit der Salicylsäure experimentierte und 1897 daraus schließlich den Arzneistoff Acetylsalicylsäure entwickelte – eines der bekanntesten Schmerzmittel.

Welche sind oder waren nun geläufige Mittel bei uns?

• **Weidenrinde:** Wie bereits anfangs erwähnt, seit Urzeiten verwendet, haben moderne wissenschaftliche Studien inzwischen bestätigt, dass die Weidenrinde schmerzlindernd wirkt, z.B. bei chronischen Rücken- oder Kopfschmerzen. Auch bei Arthrose sowie entzündlichen rheumatischen Erkrankungen verschafft die Weidenrinde Erleichterung. Im Mittelalter waren es die Wanderärzte, Hebammen und Kräuterfrauen, die bestens mit der Anwendung der Weidenrinde vertraut waren. Auch Äbtissin Hildegard von Bingen hielt viel von Weidenmedi-

zin. Heute hat sich Weidenrinden-Tee bei der Behandlung von fieberhaften Erkältungskrankheiten, Kopfschmerzen, Gelenkerkrankungen sowie rheumatischen Beschwerden bewährt.

• **Eichenrinde / Quercus robur:** Früher brachte man die Eiche mit Gottheiten in Verbindung. Nordische Völker weihten den Baum dem Donner- und Kriegsgott Thor. Als Heilpflanze spielt die Eiche schon seit der Antike eine Rolle. Heilkundige schätzten die Rinde schon vor tausenden von Jahren als blutstillendes Mittel. Die Rinde des Eichenbaums enthält Gerbstoffe, die entzündungshemmend wirken und bei Entzündungen der Haut und Schleimhäute als Heilmittel verwendet werden. Die Rinde einige Minuten in Wasser kochen, eine Kompresse mit dem Eichensud tränken und auf den entzündlichen Hautbereich legen. Die Therapie kann aber auch als Teil- oder Vollbad erfolgen. Extrakte aus Eiche (*Quercus robur*) lindern unter anderem Juckreiz und helfen so zum Beispiel als juckreizstillendes Sitzbad bei Hämorrhoiden.

• **Gewöhnlicher Schneeball / Viburnum opulus:** Die Rinde am zweijährigen Trieb enthält eine Vielzahl von Wirkstoffen, die eine entzündungshemmende, schmerzlindernde und fiebersenkende Wirkung haben können. Ein wichtiger Bestandteil der Rinde ist der Wirkstoff Salicin, der ähnliche Eigenschaften wie Aspirin aufweist. Salicin kann bei der

Behandlung von Schmerzen, Fieber und Entzündungen helfen. Ein weiterer wichtiger Wirkstoff in der Rinde ist Viburnin, ein Flavonoid, das entzündungshemmende und antioxidative Eigenschaften hat. Viburnin kann bei der Behandlung von Entzündungen im Körper und der Verbesserung des Immunsystems helfen. In der traditionellen Medizin wird es zur Behandlung von Rheuma, Gicht, Fieber und Kopfschmerzen eingesetzt. Sehr verbreitet ist bei uns die Kombination mit einer äußeren Einreibung mit Johannisöl, welches gerne bei Schmerzen im Rücken eingesetzt wird.

• **Fichtenrinde / Picea abies:** Die Fichtenwipfel sind seit jeher bekannt für ihre Wirkung und kommen in der Erkältungsbehandlung zum Einsatz. Fichtenharz ist als wundheilend bekannt. Wussten Sie aber Folgendes? Für die Rindenmedizin wurde die Ast- und die Stamm-Rinde verwendet. Früher wurde die Fichtenrinde in Wasser eingeweicht und wie heute ein Gips, zum Fixieren gebrochener Körperstellen, verwendet. Das war oft im Wald der Fall, wenn den Holzknechten bei der schweren Arbeit wieder mal ein Unglück passierte.

Wichtig ist vor allem Achtung vor der Pflanze, nur etwas Material zu entnehmen und nicht die ganze Pflanze abzuschälen. In diesem Sinne, bleiben Sie gesund.

Ihre Waltraud Auer



v.l.n.r.: Sonja Seethaler, Felix Lindenthaler, Leonie Gschwandtl

Der Frühling ist da und mit ihm die Lust auf neue Mode!

Die gerade eingetroffenen neuen Kollektionen bei Moden Lindenthaler, erwartet Sie ab sofort mit angesagten Farben und neuen Marken.

Hier steht Qualität und Service im Fokus. Durch die Umgestaltung der Damenabteilung wurde mehr Wert auf die Präsentation gelegt, ohne Auswahl und Vielfalt der Mode einzuschränken. Apropos Präsentation: Besuchen Sie unsere neue Homepage (online ab Ende März) für aktuelle Informationen und Angebote. www.lindenthaler.com

The ONLY & Jack & Jones ONE ...

Seit Beginn dieses Jahres können wir die beliebten Marken, ONLY für Damen



v.l.n.r.: Lisa, Heidi Moisl, Felix

und Jack & Jones für Herren, die perfekt den aktuellen Zeitgeist widerspiegeln, bedienen. Um das Outfit für Frauen abzurunden, begeistert die Marke KHUJO mit Jacken für jeden Anlass. Besonders herausragend sind die perfekt aufeinander abgestimmten Jacken, Pullover, Hemden und Shirts in edlen Farben von CASA MODA für Herren.

Trachten machen die Welt einfach hübscher!

Ein klassisches Dirndl schmeichelt jeder Frau, die „Krachlederne“ macht aus Männern zünftige Kerle und Kinder sind allerliebste in traditionell Alpinem. Geprägt von leichten Stoffen, traditionellen Details und modernen Tragekomfort nimmt sie die Tradition zum Vorbild. Besonders die Marken Alpenherz, Tramontana und Grasegger stehen mit hochwertiger Tracht hervor.

Noch mehr für die Kleinen ...

Baby & Kids bietet leistbare Tracht mit dem entsprechenden Zeitgeist, der von den Familien sehr geschätzt wird. Mit unseren alltagstauglichen und witzigen Kinderstyle's sind wir gerade darauf spezialisiert, da diese zu einer Vielzahl von Anlässen – vom Schulbeginn über Erstkommunion bis hin zu Hochzeiten und Familienfeiern – getragen werden können. Viele Eltern sind zunehmend bereit, in hochwertige Qualität zu investieren, da diese Kleidungsstücke auch an Geschwister weitergegeben werden können. PR



Foto: © Maddox • www.lindenthaler.com

Lederhosenset

Variabel Kombinierbar!
4 Teile zum Fixpreis

Angebot

- Hose versch. neue Modelle, kurz oder Kniebund, Ziegenvelour
- Gürtel oder Träger passend im Design
- Hemd oder Tr. Shirt/Polo, viele versch. Modelle
- Haferlschuhe oder Trachtensneakers

Aktion ab € 219,95

Passende Tr. Westen ab € 59,95



Fasten – oder entlasten?

Die Fastenzeit gehört zu Ostern wie der Advent zum Heiligen Abend. Sie ist eine Zeit des Verzichts und wird nicht ohne Grund auch Bußzeit genannt. Doch es gibt auch andere Wege, sich selbst etwas Gutes zu tun. Einer davon sind Entlastungskuren nach TCM, auf die wir nun einen genaueren Blick werfen werden.

Ich bin diplomierte Heilmasseurin und wohne in der Weitenau, mein Schwerpunkt liegt in der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), sowie in der Massage als auch in der Ernährung, ich arbeite mit der Natur, Pflanzen und Kräutern, weiteres sind auch mein Fachgebiet die Frauenheilmassagen und Entlastungskuren aus der TCM.

Westliche Medizin – TCM

Worin unterscheidet sich nun die TCM von der westlichen Medizin? Kurz und knapp erklärt, könnte man sagen, dass Fasten hier im Westen bedeutet, auf Essen zu verzichten. In der TCM hingegen fastet man nicht, man entlastet. Das heißt, im Gegensatz zum Fasten musst du beim Entlasten sogar essen. Es kommt nur darauf an, was und wann.

Der Grundgedanke ist der, dass es in der TCM fünf Elemente gibt: Holz, Feuer, Erde, Metall und Wasser. Jedes dieser Elemente steht für ein Organ, für eine Zeit im Jahr, für ein Lebensmittel, sowie Therapien und Geschmacksrichtungen. Sind alle Elemente in Balance, geht es dem Körper gut. Er ist schmerzfrei und der Stoffwechsel funktioniert gut. Wie unsere

Fastenzeit zu Ostern, ist auch in der TCM der Frühling die beste Zeit, um Leber und Galle zu entgiften. Der Frühling ist dem Holzelement und den Organen Leber und Galle zugeordnet und wir wollen diese Organe von den Wintermonaten, in denen wir wenig Bewegung machen und uns ungesund ernähren, sanft entlasten. Das hilft nicht nur bei körperlichen Problemen wie Müdigkeit, Trägheit, Gelenks- oder Kopfschmerzen, sondern es lindert auch psychische Beschwerden wie Stress.

Entlastungskuren

Diese bereits angesprochenen Entlastungskuren dauern 10 Tage und lassen sich in drei Entlastungs- und sieben Aufbau-tage einteilen. Oberstes Ziel ist es, den Körper sanft zu entlasten. Sie beginnen mit den Entlastungstagen, in denen hauptsächlich Congee konsumiert wird. In der TCM ist das eine Reissuppe, die dem Körper Energie und Flüssigkeit verleiht, darüber hinaus reguliert sie den Darm. Es wird viel mit Reis gekocht, weil er gut entgiftet und entschlackt. Congee kann dreimal am Tag gegessen werden. In der Früh mit gedünstetem Obst oder Kompott, mit Nüssen und Honig, mittags und abends dann mit Gemüse, Nüssen, Kräuter und Hanfsamen.

Darauf folgen die Aufbau-tage mit vielen schmackhaften, schonenden Gerichten zur Stärkung der Lebenskraft und für mehr Vitalität und Gesundheit. Wichtig zu verstehen ist, dass man während der Kur nicht aufs Essen verzichten muss. Es wird dreimal am Tag warm gegessen,

beispielsweise Eierspeise, Porridge, Suppen, Eintöpfe, sowie auch Getreide und Gemüse. Viel wichtiger als die Mahlzeit selbst ist aber die Tatsache, dass sie warm ist, auch das Frühstück, denn morgens beginnt der Zyklus, an dem der Körper Energie braucht, zusätzlich während der Kur wird sie von Yoga und Bewegung an der frischen Luft begleitet, um Kreislauf und Stoffwechsel anzukurbeln.

Bewusst verzichtet wird während der Kur auf Zucker, Weizen, Fleisch, Milchprodukte und alle Genussmittel wie Koffein, Nikotin oder Alkohol.

Das Problem mit der „kalten Ernährung“ in der westlichen Ernährung

In der Regel essen wir einmal am Tag warm und zweimal am Tag kalt. Wenn du aber zu viel Kaltes isst, vor allem Brot, Käse und Wurst, wird die Milz träge. Die Milz ist für die Nahrungsaufspaltung zuständig und „erstickt“ infolgedessen laut der TCM. Es bildet sich Feuchtigkeit, die wir mit der Kur aus dem Körper entfernen wollen. In der westlichen Medizin nennt man diese Feuchtigkeit Schleim. Man ist träge, müde, depressiv und schläft schlecht, oder es kommt zu Bewegungseinschränkungen, wie an Schulter, Knien und Gelenken. Wir nehmen sehr viel Brot und auch Milchprodukte zu uns, weil es einfach bequem ist und schnell geht. Denken wir nur an die Arbeiter an den Baustellen, die auch nicht die Möglichkeit haben, zu kochen. Generell sollten Frauen heutzutage mehr kochen, denn wie sonst sollten ihre Männer etwas Gutes zu essen bekommen? Man weicht heute viel zu oft auf Fertiggerichte aus. Es ist nicht nötig, sich dabei in Unkosten zu stürzen, aber man sollte zumindest regional und saisonal einkaufen. Braucht man wirklich frische Erdbeeren im Dezember?

Fazit

Wenn man sich richtig und bewusst ernährt, kann man vielem Vorbeugen. Im Prinzip ist man sein eigener Heiler und kann mit solch einfachen Mitteln sehr viel bewältigen.

Gastbeitrag Andrea Wallinger, Abtenau





Schwedischer Besuch in Kuchl

Im Oktober 2023 besuchten zehn Schüler:innen und drei Lehrer:innen des schwedischen Leksand-Gymnasiums das Holztechnikum Kuchl, um im Rahmen von Erasmus+ (EU-Programm zur Förderung von allgemeiner und beruflicher Bildung in Europa) an einem Projekt in unserer Schulwerkstätte zu arbeiten.

Die motivierte Gruppe verbrachte zwei Wochen an unserer Schule und entwarf bzw. produzierte im Werkstättenunterricht Pflanzbehälter und Pflanzständer für unser Schulgebäude. Untergebracht waren die Schweden im neuen siebenstöckigen Internatsgebäude. Ergänzend zu ihrer Arbeit am Projekt und zu ihrem Aufenthalt am HTK erkundete die Gruppe Kuchl und seine Umgebung: Am Programm standen unter anderem ein Firmenbesuch beim Möbelhersteller „Voglauer“ in Abtenau, eine Wanderung zum Gollinger Wasserfall sowie eine Stadtführung in Salzburg. Aber auch geselliges Zusammensein kam nicht zu kurz – so traf man sich zum Beispiel zum gemeinsamen Abendessen beim Ya-Café in Kuchl.

Am letzten Tag des Erasmus-Aufenthaltes in Kuchl stellten unsere schwedischen Besucher ihre Pflanzbehälter

einigen Vertretern unserer Schulgemeinschaft vor, die sich begeistert von der Umsetzung zeigten. Die kreativen Unikate zieren jetzt die Aufenthaltsbereiche unserer Schule und tragen wesentlich zur Gemütlichkeit bei.

Dieser Aufenthalt war auf der ganzen Linie ein durchschlagender Erfolg: Deshalb sollen in Zukunft weitere folgen und das Schulgeschehen am HTK mitbestimmen. Schon im März 2024 werden zwölf Schüler:innen des HTK nach Leksand reisen, um dort in die schwedische Kultur einzutauchen und an einem praktischen Projekt zu arbeiten. Diese Erfahrung konnten 14 Schüler:innen unserer Schule bereits im März 2023 machen: Sie besuchten im Zuge des Erasmus+ Förderprogrammes Schweden und schnupperten schwedische Luft am Leksand-Gymnasium und in Betrieben der Sägewerksgruppe „Bergkvist Siljan“.

Das Holztechnikum Kuchl schätzt diese internationale Zusammenarbeit sehr und freut sich auf die zukünftigen gemeinsamen Projekte und Austausch-Aufenthalte!

Franz König, HTK



Bilder © HTK



ABTENAU

OUTDOOR | RUNNING

FIT IN DEN FRÜHLING

SPORT SPARTAGE



-25% AUF ALLES

Gültig 8 Tage
bis Sa. 30.3.2024



MO - FR
9.00 - 12.30
14.30 - 18.30

SA
9.00 - 12.30



Markt 113, 5441 Abtenau
sport2000-abtenau.at

*Ausgenommen ON, Lowa, Gortofly -20% Rabatt

Tätigkeitsbericht 2023 der Feuerwehr Abtenau

Vor kurzem präsentierte der Ortsfeuerwehrkommandant HBI Albin Bachler den Tätigkeitsbericht der Freiwilligen Feuerwehr Abtenau und des Löschzug Voglau.

Das vergangene Einsatzjahr war alles andere als ruhig. Von gravierenden Bränden über einen schweren Verkehrsunfall mit Todesfolge und diversen Fahrzeugbergungen bis zu außerordentlichen Hochwasser- und Sturmereignissen reichte das Einsatzspektrum. Einige starke Gewitterfronten, einmal über 70 Liter Regen in 50 Minuten, bescherte den Feuerwehren aus Abtenau und Voglau jede Menge Arbeit. Kurz vor Weihnachten erforderte das Sturmtief „Zoltan“ mit Windspitzen von über 100 km/h zahlreiche Feuerwehreinsätze.

Für den Löschzug Voglau stand das Jahr 2023 ganz im Zeichen des 100-jährigen Jubiläumsfestes. Am Pfingstwochenende konnte bei herrlichem Wetter ein würdiges und gut organisiertes Fest durchgeführt werden. Am Samstag sowie am Sonntag folgten viele Ehrengäste, Vereine und Besucher der Einladung, um gemeinsam mit den Kameraden aus Voglau zu feiern. Bereits im April wurde in Abtenau der Festakt für das 125-jährige Jubiläum des Feuerwehrbezirkes Tennengau abgehalten. In der festlich geschmückten und bis zum letzten Platz gefüllten Turnhalle der Volksschule Abtenau wurde dieses Fest gebührend gefeiert. Im Rahmen dieser Veranstaltung präsentierten Rupert Unterwurzacher und Carlo Vanzini ihr Buch „Der Tennengau und seine Feuerwehren 1898 – 2023“, welches von ihnen geschrieben und gestaltet wurde.



Brand Wohnhaus, 19.10.2023

Bei der Ausbildung wird ein besonderes Augenmerk auf das zukünftige Einsatzspektrum gelegt, welches durch die zunehmende Verbreitung von Photovoltaikanlagen und die verstärkte Nutzung von E-Mobilität geprägt ist. Die mit diesen Technologien verbundenen Gefahren erfordern eine kontinuierliche Anpassung der Einsatzstrategien sowie eine umfassende Ausbildung der Einsatzkräfte, um die Sicherheit bei jedem Einsatz zu gewährleisten.

Die gemeinsamen Übungen mit dem Löschzug Voglau sind von unschätzbarem Wert. Die daraus resultierende enge Zusammenarbeit hat sich bereits in zahlreichen Einsätzen bewährt. Die herausragende Schlagkraft, die durch die koordinierten Aktionen der Feuerwehkräfte in Abtenau und Voglau erreicht wird, ermöglicht es, ein breites Spektrum von Einsatzszenarien

erfolgreich zu bewältigen. Bei diesen Übungen steht stets die effektive Zusammenarbeit der Einsatzkräfte im Fokus, wobei ein harmonisches Miteinander und gegenseitiges Vertrauen eine tragende Rolle spielen.

Daten zum abgelaufenen Jahr der Freiwilligen Feuerwehr Abtenau

Großbrand	1
Kleinbrand	3
Nachkontrolle Brand	2
Nachbarschaftliche Löschhilfe	3
Heuwehreinsatz / Heumessung ...	2
Brandverdacht	2
Brandsicherheitswache	4
Fehl- / Täuschungsalarm	12
Verkehrsunfall	6
Fahrzeugbergung	25
Öleinsatz	8
Menschenrettung (-bergung)	2
Tierrettung (-bergung)	2
Unwettereinsatz	70
sonstige Einsätze	3
Kanalgebrecen	14
Straßenreinigung	34
Wasserversorgung	6
Gerätebeistellung	32
Einsätze Gesamt:	231

Stunden

Einsätze:	3.982
Schulung/Ausbildung:	7.032
Verwaltung:	8.572
Geleistete Stunden	19.586



Sturmtief Zoltan, 22. und 23.12.2023



Klezman!a

Am 25. Februar lud das Klezmer Connection Trio, bestehend aus den Musikern Georg Winkler an der Klarinette, Peter Aradi am Kontrabass und Hubert Kellerer am Akkordeon, in den Pfarrhof Abtenau, wo es das Publikum ins Reich der jiddischen Musik führte.

Am Programm standen jüdische Hochzeitsmusik, Festmusik, Tanzmusik und Märsche. Das Ergebnis war ein musikalisches Erlebnis, das nicht nur durch die Virtuosität der drei Musiker, sondern vor allem durch das überaus harmonische Zusammenspiel der drei Instrumente, die sich stets gegenseitig ergänzten, glänzte. Von ruhigen, langsamen und träumerischen Passagen, bis hin zu schwungvollen, emotionsgeladenen Interpretationen, erlebten die Zuhörer ein osteuropäisches Feuerwerk voller Kraft und Hingabe. Aufgelockert wurde der kurzweilige Abend durch Georg Winklers Erklärungen und

Anekdoten, die dem Publikum den Hintergrund jüdischer Traditionen näherbrachten und auch dem Verständnis der aufgeführten Stücke dienten.

Im Rahmen dieses Konzerts wurde die Leitung des Bildungswerk Abtenau von Hilde Baumgartner an Barbara Bachler übergeben. Zudem wurde ihr vom Direktor des Salzburger Bildungswerkes, Richard Breschar, die Ehrennadel in Gold, eine der höchsten Auszeichnungen des Salzburger Bildungswerkes, verliehen. Hilde Baumgartner: „Ich bin dankbar, dass ich viele Jahre lang für Abtenau und seine Menschen tätig sein durfte und konnte, und ich kann ein bisschen Wehmut und Traurigkeit nicht leugnen. Diese werden aber durch die Freude an begeisterter Musik und dadurch, dass ich im Beisein hervorragender Musiker und vor allem auch im Beisein vieler Besucher Abschied nehmen darf, merklich gelindert.“



vlnr: Richard Breschar, (Direktor Bildungswerk Salzburg), Richard Breschar, Barbara Bachler und Herbert Walkner (Leitung Bildungswerk Tennengau)



Bgm. Johann Schnitzhofer gratuliert Hilde Baumgartner



© Peter Pleitz

Sergiy Gykhunenko/Shutterstock.com



€ 25,-
GUTSCHEIN

beim Kauf eines Schultaschensets ab € 219,-.
Einlösbar beim nächsten Einkauf.



Step by Step

www.stepbystep.at

**RIESEN
AUSWAHL AN
SCHULTASCHEN**

Auf dem Rücken... fertig... los!

ergobag

**4 JAHRE
GARANTIE**




Satch

**GROSSE
AUSWAHL AN
SCHULRUCKSÄCKEN**

COOCOZOO

GARANTIE

SKRIBO

BACHLER

PAPIER · BÜRO · BUCH · SPIEL · LOTTO

1911 Kotzenau, Markt 127 | Tel. 02624/223.057 | Fax 02624/223.057
info@bachler-papier.at | www.bachler-papier.at

SO VIEL! SO NAH!



Der Sommer kann kommen

Die Wintersaison geht dem Ende zu. Sie hat vielversprechend begonnen und das Land pünktlich zur Weihnachtsroas in eine zauberhafte Märchenlandschaft verwandelt aber leider hat die weiße Pracht nicht lange gehalten. Zum Glück war der Wintersport in der Umgebung, wie Postalm und Dachstein West, immer möglich und unsere Gäste trotz allem entspannt und zufrieden.

Nun sind wir voll in den Vorbereitungen für die kommende Sommersaison.

Etwas Neues konnten wir schon im Winter starten: Wir haben jetzt eine Abtenau-App „Staymate.at/Abtenau“. Sie ist kostenlos und muss nicht downgeloadet werden. Man steigt einfach über den QR-Code oder den Link ein und erfährt dort alle wichtigen Infos für einen tollen Urlaub in Abtenau. Natürlich gibt es auch viel Interessantes für uns Abtenauer, wie Veranstaltungen, Busverbindungen, Öffnungszeiten uvm.

Weiters ist das gemeinsame Wanderprogramm mit den Partnergemeinden Annaberg, Rußbach und St. Martin aktualisiert und viele Veranstaltungen bereits fixiert.

Ab Mai beginnt wieder unsere „Musik am Marktplatz“, mit verschiedensten Bands und Genres wie unserer Trachtenmusikkapelle, Bands aus der Region, einem Jugendorchester von den Philippinen oder einem Partnerkonzert zum Funkenflug-Festival zur Sommersonnenwende.



Unser größtes Highlight wird heuer das HeuART-Fest am 1. September sein.

Wir freuen uns, dass Abtenau wieder der Austragungsort für dieses einzigartige Fest ist. In der HeuART-Woche ist bereits ein buntes Programm geplant wie zB der Fußball-Cup am Wochenende mit anschließender Preisverleihung und Warmup-Party im Festzelt (Parkplatz Ost) – nähere Infos und weitere Programmpunkte folgen noch. Den Höhepunkt



© TVB Abtenau

bildet dann am Sonntag der Heufiguren-Umzug, begleitet von Musikkapellen und Schnalzergruppen, umrahmt von Kunsthandwerks- und Genussmarkt, Unterhaltung im Festzelt und bei den verschiedenen Vereinsständen, Kinderprogramm und Prämierung der Figuren.

„Gemeinsam sind wir stark“ – dieses Motto ist die Voraussetzung für die Organisation eines solchen Festes. Denn nur eine Zusammenarbeit der örtlichen Vereine, Wirtschaftsbetriebe, Bauern und vielen weiteren ehrenamtlichen Helfern und Sponsoren machen eine Veranstaltung in dieser Dimension möglich. Für all die freiwillig geleisteten Stunden gebührt denen, die zum Zustandekommen und Gelingen des Festes beitragen Dank und zeigt gleichzeitig die Verbundenheit mit unse-

rem Ort. Ein weiterer Dank gilt den Grundbesitzern für das Bereitstellen aller benötigten Flächen, sowie der Marktgemeinde Abtenau für die gute Zusammenarbeit und Unterstützung. So steht einem gelungenen Fest nichts im Wege.

Aufruf an alle Interessierte

Das HeuART-Fest ist eine Gelegenheit für Menschen jeden Alters und Hintergrunds, unsere Gemeinschaft zu feiern. Wir laden alle herzlich ein, mitzumachen und sich zu beteiligen. Heubasteln, Kinderbetreuung, Handwerks- und Genussmarkt, Ausstellungen, Sponsoring, ... – wir sind für jede Hilfe dankbar – einfach bei uns im Tourismusbüro melden. Vielen Dank im Voraus dafür.

Auszug aus den Veranstaltungen im Sommer 2024

- 06.04. Frühlingsingen Volksliedchor Abtenau
- 09. & 11.05. Muttertagskonzert der TMK Abtenau (15:00 Uhr)
- 25.05. Abtenauer Alpentrophy
- 5.05.-18.09. Musik am Marktplatz (Mai, Jun, Sept: Mi & So - Jul & Aug zusätzlich am Fr)
- 28.06. Anna Buchegger & Lungau BigBand
- 05.07. Musica Vocalis & Diatonische Expedition
- 06. & 07.07. Streetfood Festival
- 19. & 20.07. Weinmarkt mit Live-Musik
- 15.08. Tag der Blasmusik
- 30. & 31.08. HeuART-Wochenende mit Vorprogramm
- 01.09. HeuART-Fest mit Umzug durch Abtenau
- 12. – 15.09. Internationales Theaterfestival „Abtenau ist Bühne“



SPAR überreicht 575 Euro an das Lebenshilfe Wohnhaus in Abtenau

Im Zuge des Christbaumverkaufes beim EUROSPAR in Abtenau konnten insgesamt 575,- Euro an Spenden gesammelt werden. SPAR konnte die Spende kürzlich an das Lebenshilfe Wohnhaus Abtenau überreichen.

Mit der Spende unterstützt SPAR beeinträchtigte Menschen aus der Region, die von der Lebenshilfe Salzburg bei einem möglichst selbstbestimmten und erfüllten Leben begleitet werden. Betroffenen kann somit unbürokratisch geholfen werden. Darüber hinaus soll die Spende auch das Engagement der Menschen unterstützen, die in diesem Bereich so wichtige Arbeit leisten.

Spenden brachten 575,- Euro ein

Das Wohnhaus der Lebenshilfe Salzburg in Abtenau ist eine Einrichtung, die SPAR sehr gerne unterstützt. Die Spendensammlung fand im Zuge des Christbaumverkaufes, über eine kleine Pauschale für das Einnetzen, beim EUROSPAR in Abtenau statt.



Von links: Öz Hilal (Marktleiter-Stv.), Martina und Josef (Bewohner des Hauses) mit Manuel Huttegger (SPAR-Filialgebietsleiter), Bernhard Lichtenegger (Leiter des Wohnhauses) und Georg Grünwald (Marktleiter EUROSPAR Abtenau)

Liebe Kinder,

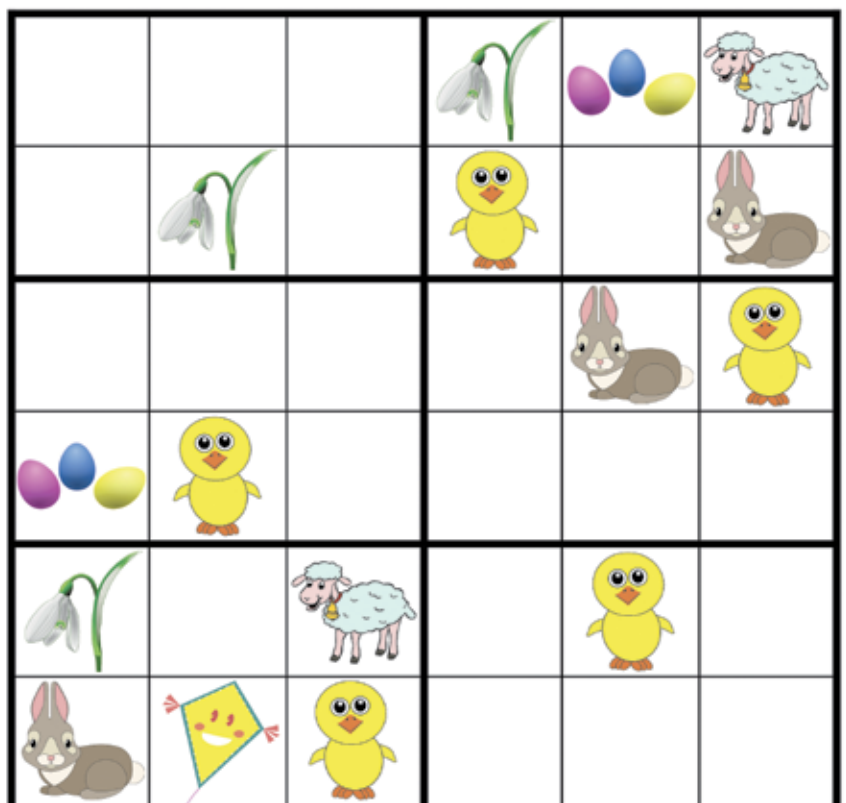
bald ist es so weit: Ostern steht bereits vor der Tür!

Noch versteckt sich der Osterhase in seinem Bau; gelegentlich wagt er aber einen kurzen Blick nach draußen. Wenn ihr ganz genau hinschaut, könnt ihr seine Schnurrhaarlis sehen, wie sie aus dem Loch herausstehen und bei jedem seiner Atemzüge ein ganz klein wenig zittern. Er wartet nur darauf, dass Ostern endlich kommt und er seine Nesterl für euch verstecken kann.

Bis dahin könnt ihr euch mit unseren tollen Ostermotiven die Zeit daheim vertreiben.

Wollt ihr auch mal ein Sudoku für das Journal gestalten, das die anderen Kinder dann lösen müssen? Wollt ihr einmal die Motive für das Sudoku auswählen? Dann meldet euch doch einfach bei redaktion@wirabtenauer.at, oder auf 0650/5299374.

Viel Spaß beim Ausmalen!



Sektion Nordic

Nachwuchsarbeit

Die Förderung des Nachwuchses steht im Mittelpunkt der Vereinsarbeit. Wir legen großen Wert darauf, Kinder und Jugendliche für den Langlaufsport zu begeistern. Durch gezielte Kinder- und Jugendprogramme bietet der Verein eine Plattform, auf der junge Sportler ihre Fähigkeiten entwickeln, Selbstvertrauen aufbauen und die Liebe zum Langlauf entdecken können. Diese Investition in die Zukunft des Sports zeigt sich in der wachsenden Zahl junger Talente, die aus den Reihen des Vereins hervorgehen. Aktuell werden 7 Nachwuchsathleten der SU Abtenau im Salzburger Landeskader gefördert.

Erfolg

Im Laufe der Saison zeigten die Langläufer der SU Abtenau beeindruckende Leistungen auf den Loipen, was zu zahlreichen individuellen- und Teamerfolgen führte. Der **3. Platz in der Vereinswertung im Landescup** spiegelt die konsequente Leistung und den Teamgeist wider. Es ist ein Ergebnis, das nicht nur die Athleten



Bilder © SU Abtenau

ehrt, sondern auch die Trainer, die an der Seite ihrer Schützlinge arbeiten, sowie die Sponsoren und Unterstützer, die den Sportlern die besten Bedingungen für ihr Training und ihre Wettkämpfe bieten.

Besonders hervorzuheben ist die Rolle unserer Sponsoren bei der diesjährigen Einkleidung. Durch die Unterstützung können die Kids in hochwertiger Funktionsbekleidung im einheitlichen Design auftreten.

Vielen Dank an: • 2F Leuchten • ERA • Watlow • QATM • Autohaus Picker • Holz Reiter • Georg Windhofer Elektrotechnik • Pilz und Partner • Wallinger Automation • R2 Radsport Rettenbacher • Ledererwirt • Nachbarschaft Rigaus City

In diesem Sinne möchten wir unseren Sponsoren nicht nur unseren Dank aussprechen, sondern auch die Öffentlichkeit dazu ermutigen, die Unternehmen und Organisationen zu unterstützen.

Sektion Aktivsport

Schwimmsommer 2024

Die Sportunion Abtenau Sektion Aktivsport bietet diesen Sommer wieder ein umfangreiches Schwimmprogramm im

Erlebnisschwimmbad Abtenau an. Alle Kurse finden nur bei passendem Wetter und den entsprechenden Temperaturen

statt. Erfahrungsgemäß wird es zu kurzfristigen Verschiebungen kommen. Alle Kurskosten sind exklusive Badeintritt.

Kurs	Datum	Kursgebühr	Anmeldung
Anfängerschwimmkurs für Abtenauer Kindergartenkinder (max. 20 Kinder)	01. bis 14. Juli 2024 09:00-10:00 oder 10:00-11:00 Uhr	50€ für 10x 1h Schwimmkurs	via Anmeldeformular auf der Homepage: www.sportunion-abtenau.at Anmeldung bis Ostern möglich. Mindestalter der Kinder ist 5 Jahre. Ältere Kinder haben Vorrang.
Anfängerschwimmkurs für Abtenauer Kindergartenkinder (max. 40 Kinder)	06. bis 20. Juli 2024 09:00-10:00, 10:00-11:00 oder 11:00-12:00 Uhr	50€ für 10x 1h Schwimmkurs	
AnfängerPLUS für Kinder, die nur wenige Meter schwimmen (keine Länge schaffen) (max. 26 Kinder)	ab 03. Juni MO + DO, 15:45-16:45 DI, 15:00-16:00 oder 16:00-17:00 Uhr	40 € für 5x 1h Schwimmkurs	
Kinder Schwimmtechnik für VS Kinder (Voraussetzung: Freischwimmer)	ab 03. Juni MO + DO 16:45-17:45 Uhr	40 € für 5x 1h Schwimmkurs	bei Jacky 0664/341 92 82 bogja@gmx.at
Kinder Schwimmtechnik für MS Kinder (Voraussetzung: Freischwimmer)	ab 06. Juli 13:00-14:00 oder 14:00-15:00 Uhr	40 € für 5x 1h Schwimmkurs	bei Jacky 0664/341 92 82 bogja@gmx.at
Erwachsenen Schwimmtechnik Fortgeschrittene	ab 03. Juni MO + DO, 17:45-18:45 Uhr	40 € für 5x 1h, Schwimmkurs	bei Lea Hamberger 0660/510 38 78
Erwachsenen Schwimmtechnik Anfänger	ab 11. Juni DI, 17:45-18:45 Uhr	40 € für 5x 1h, Schwimmkurs	bei Kati Baier-Bein 0664/281 86 44



HaGo-Kids-Turnier Frühjahr 2024

44 Medaillen für die Judounion Hallein-Golling!

Am Sonntag, den 25. Februar fand in der Sporthalle der Polytechnischen Schule das Kids Turnier der Judounion HaGo statt.

Insgesamt gingen 184 Judokas aus 9 Vereinen an den Start. Die Judounion nahm mit 61 SportlerInnen teil und konnte 16 Gold-, 16 Silber- und 12 Bronzemedailles erkämpfen. Dieses Turnier dient den Ver-

einen als Vorbereitungsturnier für das bevorstehende Nachwuchscup, das vom Landesverband ausgetragen wird.

„Trotz vieler Wechsel in die nächste Jahrgangsklasse zeigten die Kids ausgezeichnete Leistungen und insgesamt können wir gute Fortschritte im Technikbereich erkennen“, so die Worte der Gollinger Trainerin Johanna Rest.

Die Erstplatzierten der Judounion Hallein-Golling:

Mahmuljin Almin, Raffler Alexander, Paischer Theo, Rühland Max, Schieferer Valerie, Grünwald Lilly, Lechner Paula, Baumann Elma, Bernhofer Lena, Wieser Helena, Schieferer Marie, Bernhofer Anna-Lena, Tillian Valentina, Wieser Elise, Schreder Anna und Biro Alin.



Bilder © Judounion

Gutes Hören für mehr Lebensfreude.

Hörgeräte Seifert AKKU-AKTION

- **Brainhearing** – gutes Hören hält geistig fit
- **Neueste Hörsysteme** – führender Hersteller
- **Ausführliches Probetragen** – maßgeschneidert
- **Kein Batteriewechsel** – neueste Akku-Technik
- **Direkte Übertragung** – Telefon- und TV-Ton

Testen Sie die neuesten Technologien für gutes Hören und Verstehen. Kommen Sie zu uns ins Gsundhaus nach Abtenau. Wir beraten Sie gerne!

*Anzeige/Gutschein mitbringen und sparen: Ihr Preisvorteil bei einer beidohrigen Versorgung mit einem Akku-Hörsystem beträgt 200 Euro. Der Aktionspreis ist gültig bis 30.04.2024 und ist nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.

**AKKU-
AKTIONS-
GUTSCHEIN**
Sparen Sie
200 €*

Im Gsundhaus · Markt 253c · 5441 Abtenau · (06243) 2071 0
www.hoergeraete-seifert.at · abt@hoergeraete-seifert.at

Hörgeräte Seifert macht den Unterschied.

**HÖRGERÄTE
SEIFERT**



Zu Gast auf Erden

Basenfasten, Leberreinigung und DOJO-Kur. Digital Detox, Verzicht aufs Auto oder doch lieber 40 Tage kein Fleisch. Süßigkeiten und Fast Fashion – Kaffee oder Alkohol. Die Liste lässt sich beliebig fortsetzen.

Turbulente Zeiten werfen oft die Frage nach dem Sinn des eigenen Lebens auf: „Darf ich es mir eigentlich gut gehen lassen, wenn so vieles auf der Welt in Unfrieden liegt?“

Der Frühling, gepaart mit der christlichen Fastenzeit, ist das ideale Zeitfenster, im Überfluss des Alltags die Reißleine zu ziehen. Eine Sehnsucht, die eigenen Bedürfnisse wieder besser wahrzunehmen, trifft auch den Wunsch nach ganzheitlicher Entlastung.

Möglichkeiten hierfür gibt es viele. Der therapeutische Ansatz der Traditionellen Chinesischen Medizin geht dabei weit über Kalorien zählen, Micronährstoffe und Haaranalysen hinaus. Gesundheit wird immer am großen Ganzen gemessen.

Wie kann ich dem Genuss Platz geben, ohne mich zu belasten? Wofür begeistere ich mich und was treibt mich an. Und nicht zuletzt: Woran glaube ich?

Der Höhepunkt der Fastenzeit endet in der Karwoche mit der Kreuzigung und Auferstehung Jesu Christi. Beim Spaziergang Richtung Emmaus wird die Essenz



© pexels

dessen spürbar, was Unsterblichkeit in einem weiteren Sinn eigentlich bedeutet.

Wenn sich nach unserem irdischen Dasein der Geist von seiner sterblichen Hülle löst, dann haben wir Spuren hinterlassen. Unsterblichkeit könnte man auch ausbuchstabieren als ein Bildnis, wie man ein erfülltes Leben zum Wohle Aller gestaltet.

Ideale, an die unsere Nachkommen gerne anknüpfen. Kreativität. Eine Art Haltung oder vielleicht manchmal auch nur Ahnung, wie Leben gelingen kann.

Möchten wir der fernöstlichen Lehre Glauben schenken, so liegt uns das genetische Potenzial inne, ein stattliches Alter von 120 Jahren erreichen zu können. Bei guter Gesundheit und Fruchtbarkeit kann man so auf fünf Generationen an Nachkommen zurückblicken.

Ein interessanter Ansatz – oder? Anstelle des Anhäufens materieller Güter und Besitztümer, liegt der eigentliche Lohn darin, die eigenen Kinder beim Wachsen zu beobachten.

Unseren physischen Körper als Vehikel für unsere Lebensreise gut zu pflegen, darf man darum als ein Stück Weisheit bezeichnen. Es tut nicht gut, Tag für Tag im Bereich des Reservetanks dahin zu rauschen. Pausen sind ebenfalls wichtig.

Nahrung für Körper, Geist und Seele finden wir aber nicht nur beim Fasten. Die TCM verbietet es übrigens strikt, auf regelmäßige Mahlzeiten zu verzichten.

„Barbara, für mi bist du a ‚Alpha-und-Omega-Therapeutin‘...“, hat mich eine meiner Kolleginnen vor kurzem betitelt. Und es stimmt tatsächlich.

Auf den Beginn des Lebens – auf Kinderwunsch, Schwangerschaft und Wochenbett – genau so viel Achtsamkeit zu legen, wie auf das Ende und einen bewussten Umgang mit unserer Sterblichkeit. Ich mag Nachhaltigkeit.

Wer am Morgen erwacht, mit frischer Luft in den Lungen und einem Herz, das schlägt, ist eingeladen, die Welt ein Stückchen heller zu machen.

Welche Eigenschaften dürfen sich entwickeln? Wann erlaube ich mir, neue Horizonte zu entdecken? Und wo kann sich mein Potenzial entfalten?

Auf welche Art genießen wir ein Stück Freiheit, von der unsere Großeltern sich gewünscht haben, dass es die nächsten Generationen bestimmt einmal besser haben werden.

Sehr oft sind es die banalen Dinge des Lebens, die unserem Sein Wertigkeit verleihen. Eine Tasse Tee. Gespräche mit Menschen. Die Schönheit kleiner, alltäglicher Momente. Stille. Und „Ja“ – wir dürfen es uns gut gehen lassen. An jedem neuen Tag.

Im tiefen Bewusstsein, dass wir alle nur zu Gast auf Erden sind. Und dass jeder Mensch einzigartig ist.

Gastbeitrag Barbara Russegger, Abtenau

✓ **Willst DU ein Thema mit unserer Region teilen?**

✓ **Hast DU eine interessante Geschichte auf Lager?**

Schreib uns gerne an:

redaktion@wirabtenauer.at

Wir freuen uns auf deine Nachricht!

SCHNITZHOFFER IMMOBILIEN

KAUF • VERKAUF • VERMIETUNG



SCHNITZHOFFER
IMMOBILIEN

Marliesa & David
Schnitzhofer



Schnitzhofer Immobilien GmbH

mobil: +43 664 3550503

e-mail: immo@schnitzhofer-immobilien.at

web: www.schnitzhofer-immobilien.at

adresse: Süßmayerstraße 28, 5020 Salzburg

EXKLUSIVE • REGIONAL • SALZBURG

Der neue
Tiguan



Das Unlimited Paket

Ihr Ausstattungspaket mit

50 % Preisvorteil²

Jetzt bestellbar ab € 31.990,-¹

¹ Alle Preise und Boni sind unverbindl. empf., nicht kartell. Richtpreise inkl. NoVA u. MwSt. Preis bereits abzgl. € 1.000,- Porsche Bank Bonus, € 500,- Versicherungsbonus und € 500,- Servicebonus für Privatkunden bei Finanzierung und Abschluss einer KASKO über die Porsche Bank Versicherung. Mindestlaufzeit 36 Monate, Mindest-Nettokredit 50 % vom Kaufpreis. Gültig bis 30.06.2024 (Kaufvertrags-/Antragsdatum). ² Das optionale Unlimited Paket beinhaltet einen Preisvorteil gegenüber der Auswahl einzelner Sonderausstattungen. Diese Ausstattungen können je nach Modell variieren. Verbrauch: 5,3 – 7,9 l/100 km. CO₂-Emission: 139 – 180 g/km. Symbolbild. Stand 01/2024.



picker

5441 Abtenau, Markt 198
Telefon +43 6243 2218
www.auto-picker.at



Stimmungsvolle Weihnachtsroas 2023 im Heimatmuseum Arlerhof

Am 1. Adventwochenende fand im Dezember 2023 die zweitägige stimmungsvolle Weihnachtsroas beim Heimatmuseum Arlerhof statt, veranstaltet vom Museumsverein Abtenau und den Strubbergschützen.

Jeweils nach Einbruch der Dunkelheit ließen beleuchtete kunstvolle Darstellungen einen Rundweg ums Museum erstrahlen. Der Krippenverein stellte kunstvoll gestalteten Krippen in der Säge aus, Bäuerinnen boten in der Mühle selbstgebackenes Kletzenbrot und Bauernbrot an, in der Rauchkuchl wurden auf dem alten Holzofen

Haubeikrapfn und Muas herausgebacken und in der Stube wurden weihnachtliche Geschichten vorgetragen. Handwerkliche Vorführungen wie Schnapsbrennen, Klosterarbeiten und Klöppeln sowie eine lebensgroße Krippe mit echten Tieren vervollständigten die Veranstaltung. Für vorweihnachtliche Stimmung sorgten auch Musik-Ensembles sowie eine Anglöckler-Gruppe. Auch für Kinderbetreuung war gesorgt. Spätestens beim Zusammenstehen und Sich-Unterhalten mit warmen Getränken im stimmungsvollen Ambiente im Garten des Heimatmuseums stellte sich neben der adventlichen Stimmung auch ein

wohliges Gemeinschaftsgefühl ein! Trotz eisiger Temperaturen kamen geschätzte 2000 Besucherinnen und Besucher zu dieser besonderen Einstimmung auf die Weihnachtszeit. Durch die ehrenamtlichen Leistungen beider Vereine sowie sämtlicher Mitwirkender konnte die stolze Summe von insgesamt € 1.000 Euro an unseren Herrn Pfarrer Pater Virgil übergeben werden. Das Geld ist dazu bestimmt, ihm die Möglichkeit zu geben, bedürftige Personen oder Familien der Pfarre Abtenau finanziell zu unterstützen. In diesem Sinne: Auf eine weitere stimmungsvolle Weihnachtsroas 2024!



Übergabe des Schecks am 28.1.2024 an Pater Virgil (von links) Andreas Wallinger, Christian Maier, P. Virgil Steindlmüller OSB, Johann Eder, Georg Reiter



Eindruck von der Stimmungsvoll gestalteten Weihnachtsroas

Bilder © Georg Bachler/Museumsverein

MITARBEITEREHRUNG

Eine besondere Mitarbeitererehrung gab es vor kurzem in der Raiffeisenbank Lammertal: **Herr Bernhard Seethaler** wurde für seine 40-jährige Betriebstreue ausgezeichnet.

Die Geschäftsleitung bedankte sich im Rahmen einer Feier sehr herzlich bei Bernhard für seinen langjährigen Einsatz und die immer gute Zusammenarbeit.



© Raiffeisenbank Lammertal eGen



40-jähriges Bestandsjubiläum der „Strubbergschützen Abtenau“

Die Strubbergschützen Abtenau wurden im Jahre 1984 unter äußerst schwierigen Voraussetzungen und herausfordernden Rahmenbedingungen offiziell als Schützenkompanie durch den damaligen Hauptmann Georg Menneweger sen. gegründet.

Zu dieser Zeit bestand aus der regionalen Bevölkerung nur sehr wenig Akzeptanz in Hinblick auf Kultur und Brauchtumpflege in unserem Land. Nur mit sehr viel Leidenschaft und unermüdlichem Einsatz seitens der Funktionäre und aller Gründungsmitglieder konnte der Verein letztendlich ins Leben gerufen werden.

Anstoß und historischer Hintergrund dieser Kompanie beruhen vorwiegend auf die bereits 1809 stattgefundenen Kämpfe beim „Strubberg am Tennengebirge“ und rund um diese Region gegen die übermächtigen Kräfte der einfallenden Franzosen und der Bayern. Tausend tapfere Bauern und furchtlose Männer haben mit dem Einsatz ihres einfachen und bürgerlichen Lebens maßgeblich zur Verteidigung des Landes Salzburgs in der heutigen Form dazu beigetragen.

Der Schützenverein umfasst derzeit unter dem Kommando von Hauptmann Christian Maier einen aktiven Mitgliederstand von insgesamt 64 Schützenkameraden und 4 Marketenderinnen, welche bei Ausrückun-



1. Reihe sitzend vlnr: Rudolf Schörghofer, Franz Schlager, Sebastian Thaler, Hermann Oberkofler. 2. Reihe stehend vlnr: Christian Posch, Georg Reiter, Georg Promok, Norbert Schlager, Johann Thaler, Josef Reiter, Johann Auer

gen von kirchlichen und weltlichen Festen mit ihrer unverkennbaren Tracht diese Veranstaltungen prachtvoll umrahmen. Mit großer Sorge blicken wir seit geraumer Zeit in die Konflikttherde der von uns unweit gelegenen Nachbarländer. So ist es in Anbetracht der aktuellen Ereignisse rund um unser schönes Österreich umso wichtiger, dieses hohe Kulturgut an Heimat und Brauchtum für unsere Nachkommen auf Generationen zu pflegen und zu bewahren. Im Bundesland Salzburg gibt es aktuell 119 Schützenkompanien, die diesen wich-

tigen Auftrag mit größter Leidenschaft im Ehrenamt ausüben. Für alle Menschen im Land wird dieser Grundgedanke von Frieden und von Freiheit jährlich bei der traditionellen Anton Wallner Gedenkfeier mit den Fahnenabordnungen aller Kompanien gewürdigt.

Der Vorstand und alle Mitglieder der Schützenkompanie bedanken sich bei den Gründungsmitgliedern für diesen wertvollen Beitrag im Sinne einer gelebten Salzburger Volkskultur!

Landjugend unterstützt die Gemeinde Adnet

Im Zuge einer Glühweinaktion, am 23.12.2023, konnte die Landjugend Adnet einen großartigen Tag für alle Adnetter gestalten.

In Umrahmung der Jungbläserklasse der Steinhaueremusikkapelle Adnet konnte eine vorweihnachtliche Stimmung geboten werden.

Basierend auf einer freiwilligen Spende verteilte die Landjugend Adnet Glühwein und kleine Speisen. Ein großzügiger Betrag von € 1.000,- konnte an den Sozialfond der Gemeinde, mit Beisein des Adnetter Bürgermeisters Wolfgang Auer, ein Scheck überreicht werden.



„Es freut und natürlich sehr, dass das Angebot so gut angenommen wurde. Und auch wir, die LJ Adnet, ein Teil einer

großen Adnetter Familie sind, die sich gegenseitig unterstützt.“
Thomas Auer (LJ Adnet)



Theater Abtenau 2024

Nach dem erfolgreichen Eröffnungsjahr 2023 starten wir nun in das neue Kulturjahr 2024.

2023 führten wir von Mitte April bis Mitte August im neuen Theater 40 öffentliche Vorstellungen durch. Über 2.000 Besucher*innen waren dabei, mehrere Abend- bzw. Wochenendworkshops für theaterinteressierte Menschen aus ganz Österreich, zwei Theaterwochen für jeweils 20 Kinder- und Jugendliche aus Abtenau und ein Kindertheatertag mit ca. 100 teilnehmenden Kindern aus Abtenau und dem Umland rundeten das Programm ab. Dieses vielseitige Kulturangebot und auch das neue Theater als Gebäude wurde in unzähligen Rückmeldungen der Besucher*innen gelobt. Wir freuen uns über diesen gelungenen Start.

Für 2024 bereiten wir wieder ein breites Angebot vor:

1) An der Frühjahrstheaterproduktion arbeiten wir bereits. „Falsch Verbunden“ heißt die Komödie mit Gesang. Mit der Premiere am 13. April werden wir das Theaterjahr eröffnen. 13 Vorstellungen werden folgen.

2) Am 21. April folgt ein Kindertheatertag: Kasperltheater, Kinderschminken, Erzähltheater u.v.m. wird unseren Kleinsten ab 2 Jahren und ihren Familien geboten.



© Theater Abtenau

3) Am 23. April gastieren die Salzburger Festspiele im Theater Abtenau mit 2 Vorstellungen für Jugendliche ab 10 Jahren. Mit dem Musiktheater unter dem Titel „Zeitzone JETZT“ können Abtenauer Kinder und Jugendliche höchste internationale Kunst zum Eintrittspreis von € 8,00 kennenlernen und werden mit Workshops vorbereitet.

4) Unter dem Motto „Lesn & Losn“ sind am 24. April alle eingeladen, die gerne aus ihrem Lieblingsbuch oder Gedichte vorlesen oder auch Selbstgeschriebenes präsentieren wollen. Das Ensemble „Dreiklang“ wird mit Veronika Markl am Klavier passende Lieder singen.

Hier freuen wir uns, wenn sich Literaturfreunde anmelden, die etwas vorlesen oder vortragen wollen. Jede und jeder ist willkommen!



© Foto Schorn

5) Am 27. April bieten wir einen Theaterworkshop für Jugendliche als Schnupperkurs an.

6) Im Sommer werden wieder zwei Theaterwochen mit Abschlussvorstellungen für Kinder und Jugendliche angeboten. Dabei dürfen Kinder bzw. Jugendliche jeweils eine Woche lang täglich von 9:00 bis 15:00 ein Theaterstück erarbeiten.

7) Vom 12. bis 15. September heißt es wieder **ABTENAU IST BÜHNE!**

Zum internationalen Theaterfestival der Uraufführungen werden ca. 100 Mitwirkende aus verschiedenen Ländern in Abtenau gastieren. Das kulturelle Angebot richtet sich dabei an Gäste und Einheimische in Abtenau. Das Festival wird durch den Salzburger Amateurtheaterverband (SAV) in Kooperation mit der Theatergruppe Abtenau durchgeführt. Der SAV finanziert das Festival mit € 30.000,- Diese werden nicht in Gagen ausbezahlt, sondern direkt in Abtenau in Form von Übernachtung und Verpflegung für Mitwirkende investiert. Zusätzlich zum Festivalschauplatz in Voglau werden wir verschiedene Plätze, aber auch Gasthäuser und das Heimatmuseum bespielen. In Schaufenstern wird eine öffentliche Kunstausstellung präsentiert.



© Peter Platz

INFO-BOX

Kartenreservierungen am besten online: www.theater-abtenau.at oder telefonisch bei unserem neuen Kartentelefon: 0681 84 85 86 37 oder theaterabtenau@gmail.com

Für Informationen ist Veronika Pernthaler-Maeke erreichbar unter 0650 5514227



„Das Gelbe vom Ei“ – woher kommen diese Redewendungen?

Rund um die Symbole zu Ostern gibt es viele Sprichwörter, die wir täglich gebrauchen. „Das Ei will klüger sein als die Henne“, „Die Gans schlachten, die goldene Eier legt“, „Viele Jäger/Hunde sind des Hasen Tod“, „nicht über ungelegte Eier sprechen“, „wie ein rohes Ei behandeln“, „wissen, wie der Hase läuft, „ein alter Hase“, usw. Dabei denkt man oft wenig darüber nach, woher diese Redewendungen stammen. Wir haben die wichtigsten Ursprünge von sechs gebräuchlichen Redewendungen für Sie auf einen Blick:

- **„Das Gelbe vom Ei“:** Der Ursprung der Redewendung ist einleuchtend und einfach. Das Gelbe vom Ei ist das Beste und Schmachhafteste vom Ei. Wer also sagt: „Das ist nicht das Gelbe vom Ei“, der will ausdrücken, dass das Beste (noch) nicht erreicht wurde.
- **„Wie aus dem Ei gepellt“:** So bezeichnet man das tadellose Äußere von jemanden. Das Sprichwort erklärt sich wie folgt: Ein frisch gepelltes Ei sieht zu meist völlig makellos aus. Bereits im 16. Jahrhundert war diese Redewendung gebräuchlich, damals noch in der alten Variante, „Wie aus dem Ei geschält“. Eine andere Deutung bezieht sich auf ein frisch geschlüpftes Küken, welches ebenso gänzlich makellos und rein von Umwelteinflüssen ist.
- **„Da liegt der Hase im Pfeffer“:** Das sagen wir gerne, wenn ein Problem klar zu benennen ist, es aber nicht von Anfang an zu erkennen war. Diese Rede-

wendung bezieht sich seit dem Mittelalter auf den Hasenbraten, welcher damals in Pfeffersauce aufgetischt wurde und durch den intensiven Pfeffergeruch geruchlich nicht gleich zu identifizieren war.

- **„Wer zwei Hasen gleichzeitig jagt, fängt keinen“:** Diese Redewendung gibt es in vielen verschiedenen Varianten, vgl. „zwei Hasen gleichzeitig nachlaufen“. Es gibt keinen Beleg über den Ursprung der Redewendung. Fest steht aber, dass sie bereits Mitte des 16. Jahrhunderts bei dem deutschen Geistlichen Johannes Mathesius Erwähnung fand.

- **„...wo sich Fuchs und Hase Gute Nacht sagen“:** In vielen Fabeln werden Fuchs und Hase als Gegenspieler dargestellt. Diese Konstellation hat zu der Variation einer älteren Redensart, „...wo die Wölfe einander gute Nacht sagen“, geführt. Der Sinn der Redewendungen ist jedoch derselbe: ein Ort, der von menschlichen Behausungen weit entfernt ist.

- **„Mein Name ist Hase und ich weiß von nichts“:** Diese Redensart wird auf einen Heidelberger Studenten namens Viktor von Hase zurückgeführt. Dieser verhalf einem Kommilitonen, der sich strafbar gemacht hatte, zur Flucht nach



Frankreich, indem er ihm seinen Studentenausweis lieh. Der Ausweis wurde später gefunden und die Behörden wurden auf Hase aufmerksam. Bei seinen Vernehmungen soll der angehende Jurist stets geantwortet haben: „Mein Name ist Hase, ich verneine die Generalfrage, ich weiß von nichts“. Er verließ das Gericht als freier Mann und so wurde der Vorfall aus der Mitte des 19. Jahrhunderts populär und hat zur Verbreitung der Redensart geführt.



Bilder © pixabay



WIR MACHT'S MÖGLICH.

**REDEN WIR ÜBER DEN SMARTEN
UMGANG MIT IHREM VERMÖGEN.**

**WILL – DIE DIGITALE VERMÖGENS-
VERWALTUNG VON HEUTE.**

Veranlagungen am Kapitalmarkt sind mit höheren
Risiken verbunden, bis hin zu Kapitalverlusten.
Marketingmitteilung der Raiffeisenbank Lammertal eGen.

**Raiffeisenbank
Lammertal**



lammertal.raiffeisen.at



Du bist auf der Suche nach einer spannenden Ausbildung in einem internationalen Unternehmen?

Zur Verstärkung unseres Teams am Standort Golling suchen wir zum ehesten Eintritt einen:

LEHRLING BÜROKAUFFRAU/MANN (m/w/d)

Alle Details zur offenen Stelle:



ATM Qness GmbH
Reitbauernweg 26, 5440 Golling
Michaela Schnitzhofer MSc
michaela.schnitzhofer@gatm.com
Tel: +43 6244 34393-47
www.gatm.com

Wir freuen uns
auf deine Bewerbung!

Design: Peter Pletz



NEU in Abtenau:

Nagelstudio

Markt 287, 5441 Abtenau

Termine nach Vereinbarung: **0650 5236724**

Ich freue mich auf dich.
Eure Viktoria Pranieß

IMPRESSUM: Journal für Freunde des Lammertals; MEDIENINHABER UND HERAUSGEBER: Ortsmarketing-Verein Wir Abtenauer, Moden Lindenthaler, Markt 114, Obmann: Berndt Lindenthaler; UNTERNEHMENS-GEGENSTAND: Verein; GESAMTERSTELLUNG: www.schoenleitnerdruck.at; ANNAHME, VERKAUF DER INSERATE UND KLEINANZEIGEN: Tel. 0664/4204196, inserat@wirabtenauer.at; REDAKTION: Tel. 0650/ 5299374, redaktion@wirabtenauer.at; TITELFOTO: © Peter Pletz; Erscheint 7x pro Jahr, Auflage: 9.450 Stk.; AUFGABE-POSTAMT: 5400 Hallein; VERTEILUNG: Kostenlos an alle Haushalte im Lammertal und Gosau, Gosau-Hinterthal, St. Martin, Golling, Kuchl und St. Koloman. „Der Kunde verpflichtet sich, dass die zur Verfügung gestellten Unterlagen (Fotos, Logos etc.) auf allfällige Urheber-, Marken- und Kennzeichnungsrechte geprüft wurden und garantiert, dass die Unterlagen frei von Rechten Dritter sind.“

REDAKTIONSSCHLUSS nächste Ausgabe: Mittwoch, 3. April 2024; (Erscheinungstermin: 25. April 2024)

Die Kinderfreunde
ABTENAU

OSTEREIERSUCHEN

Karsamstag, 30. März 2024
Beginn 14:00 Uhr

ABTENAU:
Im Zwergenwald Abtenau
Treffpunkt Nähe
Schneewittchenpark

PROGRAMM:
Der Osterhase
kommt vorbei
Finde das goldene Ei

INFOS:
Veranstaltung findet bei
jeder Witterung statt
Eintritt frei

Rettenberg, alle Rechte



Ein Tag im Teddybärenhaus im Kiga Abtenau

Das Teddybärenkrankenhaus soll Kindern auf spielerische Art und Weise die Angst vor Arzt/Ärztin und dem Krankenhaus nehmen. Kinder bauen in entspannter Situation Vertrauen gegenüber medizinischem Fachpersonal auf.

Die Themen Gesundheit, Vorsorge, Untersuchung und Behandlung werden kindgerecht spielerisch und realitätsnah bekannt gemacht. Kinder werden zur

Hilfeleistung ermutigt. Bei diesem Projekt wurden wir von einem hoch qualifizierten medizinischen Team unterstützt. Die Kinder durften an diesem Tag ein Kuscheltier, Puppen usw. mitbringen, welches dann vom Arzt und vom Pflegeteam behandelt wurde. Natürlich unter Mithilfe der Kuscheltier Mama's und Papa's. Die „Krankengeschichte“ wurde zu Hause mit den Eltern besprochen. Weiterführend wurde im Kindergarten ein Krankenhaus eingerichtet, dort dür-

fen die Kinder während der nächsten Wochen Erlebtes und Neues spielerisch ausprobieren. Es werden dazu laufend neue Fotos auf die Homepage gestellt.

Wir möchten uns auch auf diesem Weg bei Dominik Schefbänker, Medizinstudent und den DGKP Sabrina Lindenthaler, Melinda Debreceni-Nagy, Eveline Birnbaum und Brigitte Spöttl für die großartige Unterstützung ganz herzlich bedanken.



Bilder © Kiga Abtenau

Ein wahrer Künstler

Er gilt gemeinhin als listig und schlau: der Europäische Rotfuchs. Werfen wir einen kurzen Blick auf das orange Wollknäuel.

Als einer der Gesundheitspolizisten des Ökosystems, weil er eine große Rolle in der Auslese alter und kranker Tiere einnimmt, ist der Fuchs außerdem ein wahrer Anpassungs- und Überlebenskünstler. Möchte man einen Blick auf dieses schöne Tier erhaschen, muss man nicht einmal dorthin gehen, wo es sich sprichwörtlich mit dem Hasen gute Nacht sagt. Füchse bevorzugen Wälder und deckungsreiche Gelände, fühlen sich aber auch in menschengemachter Umgebung äußerst wohl. Selbst in urbanen Regionen haben sich Füchse angepasst und werden dort in der Regel auch akzeptiert. Sie haben



© Peter Pleitz

eine Lebensdauer von bis zu 10 Jahren, sind das ganze Jahr über hauptsächlich in der Dämmerung und der Nacht aktiv und verfügen über einen ausgesprochen guten Gehör- und Geruchssinn. Sie sind sogar in der Lage, Beute unter einer Schneedecke zu lokalisieren. Generell sind sie bei ihrer Ernährung nicht wählerisch: Früchte, Beeren, Aas, Abfälle, Eier, Würmer, Nager und Vögel stehen je

nach Jahreszeit auf seinem Speiseplan. Bewirtschaftete Wälder und Felder erleichtern ihm die Jagd. Landwirtschaftliche Überproduktion führt in manchen Gegenden zu einem Überangebot an Nahrung und infolgedessen zu hohen Fuchsbeständen. Raubtiere wie Luchs, Steinadler oder Wolf wären in der Lage, diese Bestände zu regulieren, fallen jedoch selbst legaler und illegaler Bejagung zum Opfer.

Neben dem Autoverkehr sind Krankheiten mögliche Gefahrenquellen für den Fuchs. Entgegen der landläufigen Meinung zählt die Tollwut, als einzige von Fuchs auch auf den Menschen übertragbare Virusinfektion, aber nicht dazu. In Österreich gilt sie seit 2008 als ausgerottet, die Impfkampagnen gegen Ende des letzten Millenniums zeigten Wirkung.

TIPP

Die gesamte restliche Wintersportbekleidung

SKI
TOUR
LANGLAUF

-50%

+ ZUSÄTZLICH

20%
MwSt. sparen



SPORT 2000
SKIOUTLET
BY SPORT 2000 ABTENAU

NEU

TIPP:
**SOMMER
EINLAGERUNG
SKI**

Reinigen von
SKI und BINDUNG +
SKISERVICE

Belag und Kanten
schleifen + wachsen

Abgeben bis 30. März
Abholen ab 1. November
BEZAHLUNG BEI ABHOLUNG

Kinder 25,-
Erwachsene 35,-

22. - 30. MÄRZ 2024

OSTER – INVENTURABVERKAUF

SKI - TOUR - LANGLAUF

+ ZUSÄTZLICH

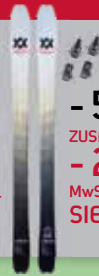
BIS ZUM **HALBEN PREIS**
AUF DAS GESAMTE SORTIMENT

20%
MwSt. sparen

EIN BEISPIEL FÜR VIELE ANDERE

TOURENSKISSET

Völkl Tourenski € 399,⁹⁵
Dynafit Tourenbindung € 299,⁹⁵
statt ~~€ 699,⁹⁰~~



- 50% = € 349,⁹⁵

ZUSÄTZLICH

- 20%

MwSt. (16,67%)

SIE ZAHLEN € 291,⁶¹

FLOHMARKT SOMMER – EINZELTEILE

- Laufschuhe, Sportschuhe, Bergschuhe, Sandalen und Badeschuhe **50% reduziert**
- T-Shirts, Sporthosen kurz, Sporthosen lang, Bademoden – Damen und Herren **jedes Teil € 14,95**
- NORDIC WALKING STÖCKE **statt € 59,95 nur € 19,95** | KINDERRUCKSACK **statt € 19,95 nur € 5,95**
- **Viele Einzelteile** – Trinkflaschen, Sonnenbrillen usw. **60% reduziert**

Östereier suchen war gestern!



-12% auf unsere
gesamte Frühlingskollektion!



Foto: ONLY



www.lindenthaler.com

auf jeden Einkauf ab 50€
ausgenommen reduzierte
Teile und Set-Angebote

gültig von 20. bis 30. März 2024

Lindenthaler

MODE • SPORT • TRACHT

DAMEN & HERREN
Abtenau • Markt 114 • ☎ 06243/2341

BABY + KIDS
Abtenau • Markt 8 • ☎ 06243/3939