

PRO.Gram HEFT



DAS STROHGEDECKTE KOGLERAUER VOGELHAUS

Wo eine Kindheitserinnerung zu neuem Leben erwacht

>>> Seite 22-23

Wasserdichtes* wiederaufladbares Hörsystem – JETZT TESTEN!

Gleich Termin vereinbaren
unter **05 0277** oder auf
faszination-hoeren.at



Phonak Audéo Life™ Lumity

* bis zu 50 cm



Einfach und bequem:
**Online Termin
anfragen!**

Scan mich!

Hörgeräte sind Medizinprodukte! Bitte beachten Sie die Gebrauchsanweisung genau und erforderlichenfalls holen Sie den Rat eines Arztes oder einer sonstigen, aufgrund ihrer Ausbildung dazu befugten Person ein.



waldstein
Faszination Hören

**1x in Gramastetten
2x in Linz**

Tel. 05 0277
faszination@waldstein.at
faszination-hoeren.at



Wir bündeln unsere Kräfte als Raiffeisenbank Gramastetten Rodltal

WIR MACHT'S MÖGLICH

- Mehr Zeit und Kapazitäten für individuelle Beratung
- Bessere Qualität der Beratung durch gebündelte Kompetenzen
- WIR bleiben der regionale Finanzpartner vor der Haustür



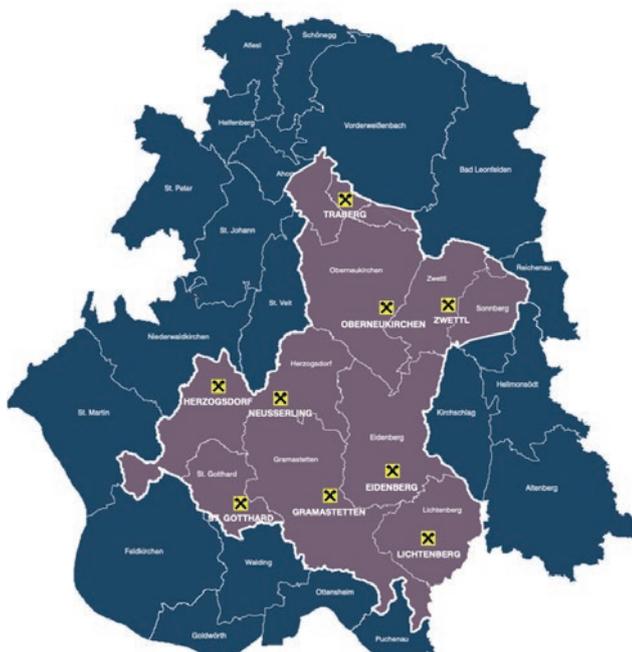
Stets den entscheidenden Schritt voraus



ehrl
ich offen
verbindlich



individuell
schnell
einfach



Unser **Genossenschaftsgebiet** wächst und umfasst zukünftig 9 Bankstellen:

Eidenberg, Gramastetten, Herzogsdorf, Lichtenberg, Neußerling, Oberneukirchen, St. Gotthard, Trauberg und Zwettl

Wir freuen uns auf die gemeinsame Zukunft im Sinne unserer Kunden und unserer Region!

**Raiffeisen
Gramastetten Rodltal**



LIEBE GRAMASTETTNERIN, LIEBER GRAMASTETTNER!

HAUSVERSTAND STATT KAMPFPAROLEN

Wir durchleben gerade unruhige Zeiten, die uns vor große Herausforderungen stellen und die für fast alle mit Einschränkungen verbunden sind. Wir erwarten von der Politik ein rundum Sorglos- und Versorgungspaket. Ob diese Erwartung erfüllt werden kann, ist zu bezweifeln.

Jedenfalls reagiert die Politik mit einem deutlich schärferen Ton im Umgang. Sobald ein Vorschlag auftaucht, wird er umgehend torpediert. Begleitet wird das dann auch noch von Kampfparolen, die unsere Gesellschaft in Lager aufspaltet. Der dabei erzeugte Neid ist kein guter Begleiter. Dann noch ein paar Gerüchte

streuen, weil es dank Social-Media allzeit und überall möglich ist. Diese Rezeptur ist zwar einfach, aber nicht heilsam. Mich spricht das nicht an und bei vielen Menschen erzeugt das kein gutes Bild. In der kleinsten Zelle auf kommunaler Ebene dürfen wir uns davon nicht infizieren lassen. Ganz im Gegenteil.

Besinnen wir uns darauf, gemeinsam Lösungen mit Hausverstand zu suchen. Von diesen Gedanken inspiriert begeben sich nun auch ein paar Tage in den Urlaub. Eine Auszeit tut uns allen gut.

Ich wünsche euch erholsame Urlaubstage und freue mich, wenn wir voller Tatendrang wieder ans Werk gehen.



Andreas Fazeni

Mag. Andreas Fazeni
Bürgermeister

Wenn ich unterwegs bin, höre ich die Menschen häufig darüber klagen, dass sie mit der Regierung unzufrieden sind, dass die Mandatare nichts tun und einfach nichts in unserm Land weitergeht. Bei genauerem Nachfragen stellt sich meist heraus, dass dies die allgemeine Meinung sei und keine konkreten Beispiele dafür genannt werden können.

Ich möchte dem entgegenhalten. Unsere gewählten Mandatare aus dem Ort, Bezirk und dem Land bemühen sich sehr, für uns alle das Bestmögliche zu leisten. Sie stehen in regelmäßigem Kontakt mit uns und wir geben die Stimmung und die Anliegen der Bürger:innen direkt weiter.

Wir sind Gottseidank eine funktionierende Demokratie. Das heißt, dass es zu allen Themen im Vorfeld eines Beschlusses zu Gesprächen und zu Meinungsaustausch kommt. Dann wird in den einzelnen Ausschüssen über das jeweilige Thema beraten, es müssen oft Kompromisse geschlossen werden, bevor es dann als Vorlage in den Ministerrat kommt. Das ist ein Prozedere einer lebhaften Demokratie, da kann es schon vorkommen, dass nicht alle mit dem Ergebnis einverstanden sind. Trotzdem bin ich dankbar, in einer Demokratie zu leben.

Mein Wunsch: haben Sie Verständnis, wenn nicht alles nach Ihrer Meinung läuft. Gehen wir respektvoll miteinander um – in der Familie, in der Nachbarschaft und auch mit allen politischen

Parteien. Leider lässt im Bund der respektvolle Umgang zwischen den Fraktionen sehr zu wünschen übrig und es erzeugt ein Bild in der Öffentlichkeit, das unserem Land nicht entspricht. Umso wichtiger ist es mir, in der kleinsten Einheit – auf Ortsebene – genau das Gegenteil zu leben.

Zum Schluss möchte ich Sie noch in eigener Sache informieren: ich lege die Funktion des ÖVP-Parteibüchlers Gramastetten in jüngere Hände.

Anita Eckerstorfer wird mit ihrem neuen Team diese Funktion ab Anfang Juni 2023 interimistisch und dann ab dem Parteitag, am 25. September 2023, offiziell übernehmen. Ich wünsche ihr und dem Team für die Zukunft alles Gute und viel Erfolg.

Ihnen wünsche ich für die kommende Urlaubszeit erholsame Wochen, genießen Sie die Ferien.



Walter Haslinger

Walter Haslinger
Gemeindeparteibüchler
Seniorenbund Obmann



ALS **NEXTES** KOMMT DIE ZUKUNFT

Fernsehen neu entdecken



**Jetzt bestellen
0800 942424!**

LIWEST.AT/NEXT-TV >

PV-STRATEGIE OÖ 2030

Energieraumplanung für unsere Region macht Sinn

Die vom Land OÖ erarbeitete Photovoltaik-Strategie 2030 wurde im Herbst letzten Jahres überarbeitet und enthält Neuerungen, um den Solarstrom-Ausbau im Land weiter voranzutreiben. Ziel der Überarbeitung ist es, die Zahl der möglichen PV-Flächen zu erhöhen.

Auch der Gemeinderat von Gramastetten hat sich mit diesem Thema auseinandergesetzt. Der Fokus liegt auf einer gemeinsam abgestimmten Energieraumplanung mit Konzept und Strategie. Eine nachhaltige und zukunftstaugliche, auf die Bedürfnisse unserer Gemeinden, der Natur und dem Landschaftsbild abgestimmte Energieraumplanung soll entwickelt werden.

Alle Bürgermeister:innen der Region Urfahr West haben sich dafür ausgesprochen ein Konzept für eine Energieraumplanung auf landwirtschaftlichen Flächen gemeinsam in Auftrag zu geben. Vom Gemeinderat Gramastetten wurde dazu bereits ein Beschluss gefasst. Die übrigen Gemeinden im Bezirk wollen sich ebenfalls anschließen.

Wir wollen damit unserer Verantwortung gerecht werden, unseren Beitrag zum Umstieg auf erneuerbare Energien zu leisten. Dabei sollen auch die Energieversorgungsunternehmen eingebunden werden, um die technisch umsetzbaren Möglichkeiten zu berücksichtigen. Dies betrifft die Art der Erzeugung wie beispielsweise Photovoltaik und Windkraft genauso wie die Voraussetzungen der Einspeisung ins Netz.

Andreas Fazeni
Bürgermeister, Obmann der Leader Region uwe

Als Ergebnis soll klar sein, wieviel Fläche überhaupt notwendig ist und welche Flächen sich am besten dafür eignen.



In weiterer Folge kann das auch im Flächenwidmungsplan eingearbeitet werden oder ein wichtiger Bestandteil dessen werden. Die Gemeindevertretung weiß, dass die Energiewende ohne landwirtschaftliche Flächen nicht zu schaffen sein wird, aber vorher sollen die Möglichkeiten auf Dächern und bereits vorbelasteten Flächen ausgeschöpft werden. Dies ist in der Form auch in der Strategie des Landes OÖ klar definiert.

Der sorgsame Umgang mit Bodenverbrauch und Naturschutz ist uns allen ein wichtiges Anliegen.

Es wird sich nicht um ein paar tausend Quadratmeter handeln, sondern vermutlich um Hektarflächen im zweistelligen Bereich. Das Energieraumkonzept soll eine fundierte Grundlage sein, um entsprechende Widmungswünsche beurteilen zu können und Wildwuchs zu vermeiden.

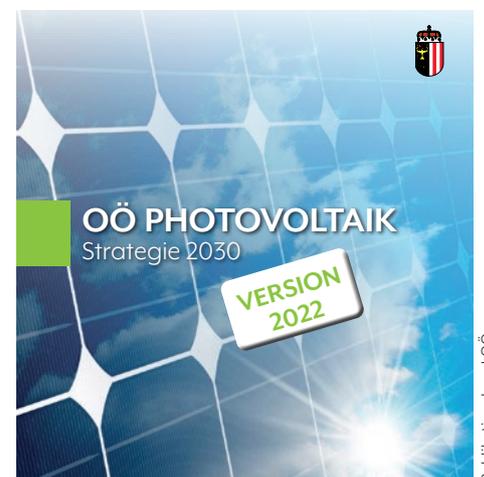
Bürgermeister:innen der Region Urfahr West

Gemeinden müssen sich für den vorhandenen Spielraum nachvollziehbarer Planungsinstrumente bedienen, um nicht im Blindflug unterwegs zu sein. Schließlich geht es um die Gestaltung unserer langfristigen Zukunft.

Wir alle sind verpflichtet gute Ergebnisse zu liefern – nicht für uns selbst, sondern für alle Bürger:innen. Im Idealfall können die Bürger:innen auch an der Energiegewinnung in Form von Energiegemeinschaften mitpartizipieren. Dann hat jeder was davon.

Bürgermeister Andreas Fazeni.

Start der Erarbeitung des Energie-Konzeptes ist mit Herbst 2023 geplant. Bis zur Fertigstellung des Energieraumkonzeptes nach 6 bis 9 Monaten werden daher alle diesbezüglichen Widmungsansuchen zurückgestellt.



OÖ PHOTOVOLTAIK
STRATEGIE 2030 - VERSION 2022

Abteilung Umweltschutz

<https://www2.land-oberoesterreich.gv.at/>

HACKSCHNITZEL. Heizenergie der Zukunft



Ein Bericht von Arnold Letschnik



Fotos: Energiezukunft Gramastetten

Die Gruppe „Energiezukunft Gramastetten“ lud zur Besichtigung der Hackschnitzelheizung beim Gemeindeamt Ende März ein. Der Obmann des Vereins Bioenergie Gramastetten, Michael Burgstaller, als Betreiber dieser Anlage führte uns durch die Heizanlage. Die Anlage wurde 2008 errichtet und hat eine Nennwärmeleistung von 490kW.

Ursprünglich wurde diese Anlage für die Heizung und das Warmwasser für das Gemeindeamt und das Veranstaltungszentrum Gramaphon errich-

tet. Zwischenzeitlich wurden auch der Pfarr-Caritas-Kindergarten, das Pfarrheim, das Pfarramt und die Pfarrkirche angeschlossen und mit Wärmeenergie versorgt. Das benötigte Hackschnitzelgut kommt von den Mitgliedern des Vereins Bioenergie Gramastetten, den Waldlandwirten von Gramastetten. Pro Jahr wenden ca. 800 m³ Hackschnitzel in der Anlage verbrannt.

Der Verein hat sich vertraglich verpflichtet, die angeschlossenen Gebäude zu versorgen. Bei Notfällen wird

eine externe Wärmeversorgung aktiviert. Der Ausblick des Vereins wäre eine Verbindungsleitung zwischen den Hackschnitzelanlagen „Schulen“ und „Gemeindeamt“ mit dem Ziel, die Versorgungssicherheit und den Ausnutzungsgrad zu erhöhen.

Seit 2008 setzt Gramastetten auf nachhaltige Energieerzeugung aus heimischen Wäldern.

5. ENERGIEMESSE GRAMASTETTEN

Am **Freitag, den 15.09.2023** findet die fünfte Energiemesse Gramastetten unter dem Motto „Energie clever nutzen, Energie für ein besseres Leben“ statt. Das Veranstalterteam, die Arbeitsgruppe „Energiezukunft Gramastetten“ und die beiden Ausschüsse für „Umwelt und Klimaschutz“ und „Wirtschaft und Landwirtschaft“ konnten wieder einige Aussteller dafür begeistern.

Das Angebot der Messe ist wieder breit gefächert. Neben Sanieren und Bauen, alternative Raumerwärmung, Auf-

bereitung abgenutzter Möbelstücke, E-Bikes und E-Lastenräder gibt es zeitgleich am Marktplatz wieder den Bauernmarkt mit regionalem Lebensmittel.

Bei den Ausstellern zu den Themen Bauen und Sanieren kann man sich über LED-Beleuchtungskonzepte, Beschattungssysteme, Ideen zur Badgestaltung bzw. -sanierung oder der Produktion, Speicherung und sinnvollem Eigenverbrauch des selbst produzierten Stroms, mittels eigenen Photovoltaikanlagen informieren.

Zusätzlich wird es die Möglichkeit geben, sich über Elektro- und Hybridautos umliegender Autohäuser zu informieren und diese auch vor Ort zu besichtigen.

Abschließend wird ein Fachvortrag zum Themenbereich Energieeinsparung, -erzeugung bzw. -effizienz die Energiemesse abrunden.

Mehr Informationen finden Sie demnächst unter:

www.energie-gramastetten.at

SAVE
THE DATE

Impressum

Medieninhaber: Oberösterreichische Volkspartei | Obere Donaulände 7-9, 4020 Linz
 Herausgeber und Redaktion: OÖVP Gramastetten | GPO/VBgm. Walter Haslinger | Höllerstraße 43, 4040 Gramastetten
 Hersteller und Herstellungsort: Druckerei Haider Manuel e.U., Niederndorf 15, 4274 Schönau im Mühlkreis
 Bildernachweis: Die Bilderrechte liegen bei den angeführten Bildquellen.
 Angaben zur Offenlegung nach §25 Mediengesetz finden sie unter www.ooevp.at/impressum
 Angaben zum Datenschutz finden sie unter www.ooevp.at/datenschutz

DIE ZUKUNFT DEINES ORTES MITGESTALTEN

Das politische Geschehen in unserem Ort interessiert dich? Du möchtest mitgestalten und Teil des Teams sein? Wir freuen uns über dein Mitwirken! Melde dich jederzeit bei unserem Bürgermeister Andreas Fazeni oder bei den Gemeinderät:innen.



7 Gemeinderatssitzungen, 7 Fraktions-sitzungen, wo die Tagesordnungspunkte des Gemeinderates beraten werden und zahlreiche Ausschuss-Sitzungen, wo viele Projekte inhaltlich entwickelt und diskutiert werden. Darüber hinaus trifft sich das Team Andreas Fazeni re-

gelmäßig zu Themen-Klausuren, wo abseits der Tagesordnung von Sitzungen über die Entwicklung des Ortes, Herausforderungen der Zukunft und auch über das gute Miteinander und den Zusammenhalt in Gramastetten nachgedacht wird.

MIT DEM BÜRGERMEISTER UNTERWEGS



Nach dem Motto „Weiter.Gehen.Weiter. Denken“ ist unser Bürgermeister gemeinsam mit dem Team der ÖVP Gramastetten im Ort unterwegs, um die Anliegen und Ideen der Bevölkerung aufzunehmen, aber auch, um sich kennenzulernen, ins Gespräch zu kommen.

Lerne deinen Lebensmittelpunkt kennen – Herzlich willkommen bei der Tour sind vor allem auch „Zuagroaste“.

Treffpunkt ist um 18 Uhr im Rodlbad. Die Tour führt diesmal Richtung Hals und wieder retour zu einem gemütlichen Abschluss-Getränk beim Rodlbad-Bufferet. Die Wanderung findet bei (fast) jeder Witterung statt!

Start/Ziel: Rodlbad; ca. 3km; Dauer: ca. 1h; Strecke: Rodlbad - Steubelmühle - Wirt in Hals - Riffelshofer - Rodlbad.

Am **Freitag, 14. Juli um 18 Uhr** ist es wieder so weit: Die Bürgerinnen und Bürger von Gramastetten sind eingeladen, gemeinsam mit Andreas Fazeni durch den Ort zu wandern.

Miteinand in den Feierabend!



Dienstag, 8. August 2023, 18 Uhr im Rodlbad-Bufferet



In geselliger Runde ging der erste Feierabend-Drink über die Bühne. Am 8.8. und am 10.10. findet der nächste gemütliche Tagesausklang statt – wir freuen uns auf euch!



Erlebnis **WANDERTAG**

September 2023

TERMIN ZUM VORMERKEN FÜR MITGLIEDER DER ÖVP GRAMASTETTEN

Gemeindeparteitag mit Neuwahl

Walter Haslinger übergibt sein Amt an Anita Eckerstorfer

MONTAG, 25. SEPTEMBER 2023 19.00 UHR

APOTHEKE AM BERG – 1. GEBURTSTAG



Als wichtiger Nahversorger berät das Team neben den Medikamenten aus der klassischen Schulmedizin auch im Bereich der Alternativmedizin und Naturkosmetik.

Geöffnet hat die Apotheke **Montag – Freitag von 8-18h und am Samstag von 8-12h durchgehend**. Außerhalb dieser Öffnungszeiten können die Kunden über die neue ApoMe-App Bestellungen und Wünsche senden, die umgehend bearbeitet werden.

Wir sind sehr stolz auf unseren wachsenden Kundenstamm, denn es ist schön zu sehen, wenn zufriedenen Menschen wiederkommen und auf unsere Kompetenz vertrauen. Wir freuen uns über jeden weiteren Stammkunden und sind sehr dankbar für die Wertschätzung, die wir täglich von ihnen bekommen.

Pharmazeutin Julia Bohuminsky mit ihrem Team

Bereits seit einem Jahr versorgt die Apotheke am Berg in der Nöbauerstraße (oberhalb des Eurospars) die Bürger:innen und kümmert sich um sämtliche Ge-

sundheitsanliegen. Zum ersten Geburtstagsjubiläum lädt das Team zu einem Besuch in die Apotheke und zu 10% Geburtstagsrabatt für Ihre Reiseapotheke.

Die Freude über den Baufortschritt des neuen Zuhauses im Gesundheitszentrum am Berg, ist groß. Apotheke, Hausärztin und Fachärzte werden ab 2024 ein breites Angebot an Gesundheitsversorgung in der Region leisten.

APOTHEKE am Berg

NÖBAUERSTR. 4, 4040 LINZ
BEI EUROSPAR AN PÖSTLINGBERG

WIR MACHEN IHREN URLAUB LEISTBAR

-10% AUF IHRE REISEAPOTHEKE

A

Aktion bezieht sich auf Produkte für die Reiseapotheke. Rezeptpflichtige Medikamente ausgeschlossen. Aktion gültig bis 31.07.2023

BAUERNMARKT GRAMASTETTEN. Vorstellung der Betriebe

BURGSCHATTENHOF



Daniela und David Pichler

0676/9575858

burgschattenhof@gmx.at

www.burgschattenhof.com

Hausgemachte Fleisch- und Wurstspezialitäten | Qualität und Frische vom Burgschattenhof

Der Burgschattenhof aus Hartkirchen befindet sich am Fuße der Schauburg im Eferdinger Becken.

Bei Daniela und David Pichler findet man Alles vom Schwein: Angefangen beim Speck, über Traditionelles wie Leberschädel oder Blunzen, bis hin zur Streichwurst – und das natürlich alles selbst produziert.

Wer schon immer wissen wollte, wo sein Fleisch herkommt, ist bei Familie Pichler genau richtig. Die Schweine werden auf Stroh gehalten und können jederzeit ins Freie.

”

Uns ist es sehr wichtig, dass sich unsere Tiere rund um wohl fühlen – es macht einfach Freude unseren Schweinen beim Wachsen zu zusehen.

David Pichler

“



Fotos: Burgschattenhof

2009 hat alles mit Weidegänsen begonnen. Wegen der Nachfrage nach Speck und Gebratenem wurde das Sortiment stetig erweitert, da schon immer Schweine am Hof gemästet wurden. David Pichler produziert aus dem hofeigenen Schweinefleisch jede Woche frische Knacker, Bratwürstel, Käsekrainer und noch viel mehr.

Besonders der Leberkäse und die Würste sind sehr beliebt. Über 20 verschiedene Wurstspezialitäten findet man bereits im Hofladen und das Sortiment wächst stetig.

SPARGEL- UND BIOHOF BERNER



André und Josef Berner

07272/2207 oder 0664/3909689

office@bernerpopping.at

www.bernerpopping.at

Unser biologisch geführter Gemüsehof befindet sich inmitten des Eferdinger Beckens, um genau zu sein im kleinen Popping. Hier gehören 13ha Gemüsebaufäche zu unserem Bauernhof.

Wir produzieren bereits seit mehr als zehn Jahren biologisches Gemüse von

der Artischocke, über fruchtige Erdbeeren, himmlischen Spargel bis hin zu Zucchini. Neben dem klassischen Gemüsesortiment gibt es auch einige Highlights. Ein großer Teil unserer Fläche wird mit Bio-Spargel (weiß/grün) bewirtschaftet.

Ein weiteres Highlight sind sicherlich auch unsere biologischen Edelpilze, vom Shiitake, über den Kräuterseitling bis hin zum Igelstachelbart.

Aufgrund unserer Produktvielfalt können wir das gesamte Jahr über bestes biologisches Gemüse anbieten. Unsere Produkte findest du unter anderem direkt bei uns ab Hof in Popping von Montag bis Samstag, oder jeden Freitagnachmittag am Bauernmarkt Gramastetten beim Senior Josef Berner.

Wenn du gerne top aktuell informiert sein möchtest, was gerade auf unseren

Feldern wächst, dann findest du uns auch auf Facebook unter Biohof Berner und auf Instagram unter biohof_berner. Begleite unsere Hofalltag – sei es vom Traktor aus am Feld, im Folienhaus bei den Paprika oder auch vom Bauernmarkt.

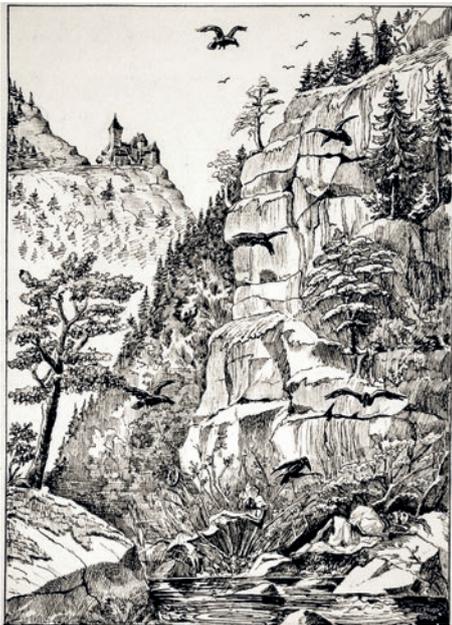
Doch am besten ist's noch immer persönlich, daher laden wir dich ein: komm uns gerne am Bauernmarkt besuchen, wir freuen uns dich von der tollen Qualität & vom unschlagbaren Geschmack unserer Produkte überzeugen zu dürfen.



Fotos: Spargel- und Biohof Berner

DER RABENSTEIN

Gramastetten und seine Geschichte



Am rechten Ufer der Rodl erhebt sich 300 m von der Klammleitenbrücke flussaufwärts ein wuchtiger Felsstock von 35 m Höhe.

Seit den 50er-Jahren des letzten Jahrhunderts stellen Sportkletterer an den Wänden ihr Geschick und ihr Können unter Beweis. Der „Große Überhang“ und der „O-Riss“ bieten Routen mit einem Schwierigkeitsgrad 7+. Als der Besuch zurückging, vermooste der Felsen. Mitte der 80er-Jahre wurde er gesäubert und eingebohrt. Dennoch konnte er unter den Kletterfreunden nicht die Beliebtheit erlangen wie der benachbarte Burenkogel.

Woher der Name des Felsens rührt, dürfte den wenigsten bekannt sein. Zwei Sagen erzählen, was es mit den Raben auf sich hat. Die schönere der beiden sei hier wiedergegeben. Der Gramastettner Heimatkundler und Maler Konsulent Hugo Gielge hat sie aufgezeichnet:

Das Prinzeßchen von Lichtenhag ward ob seiner Schönheit weit und breit bekannt und verehrt. Von überall zogen tapfere stolze Ritter, reiche Grafen und hohe Adelige einher und wollten bei den Eltern um ihre Hand anhalten. Sogar vom Königshause war ein Bewerber gekommen, doch vergebens. Keiner hatte trotz Zuredens der Eltern das große Glück, das schöne Prinzeßchen zu freien. Sie hatte einen anderen im Kopfe, wovon natürlich die Eltern nichts wissen durften. Sie weiß ganz genau, daß das ganze Schloß erzittern, Männer in den Kerker geworfen würden, wenn dies aufkäme.

Der arme bescheidene Torwächter vom äußeren Tor, welcher im kleinen Häuschen wohnte, hatte ihr Herzchen erobert. Aber das tiefe mit Abenteuern



MALEREI WIESINGER
Andreas GmbH



- **VERKAUF** von Farben und Werkzeugen
- **DURCHFÜHRUNG** von Malerarbeiten im Innen- & Außenbereich

Mühlkreisbahnstraße 24
A-4111 Walding

+43 (0)7234 / 84 428
office@malerei-wiesinger.at
www.malerei-wiesinger.at

	Öffnungszeiten:
Mo-Do	08.00 - 12.00 Uhr
	13.00 - 17.00 Uhr
Fr	08.00 - 12.00 Uhr

Farben- und Werkzeugshop



Baumeister und Zimmermeister GmbH
Sägewerk und Baustoffhandel



**Handschlagqualität.
Seit 1885.**

SIMADER ist eines der führenden Bauunternehmen Oberösterreichs in den Bereichen **Hochbau** und **Zimmerei**, mit eigenem **Sägewerk** und **Baustoffhandel**.

4181 Oberneukirchen
Tel: 07212 / 7212
sekretariat@simader.at

4020 Linz
Tel: 0732 / 65 65 94

www.simader.at





Nichts Gutes ahnend verließen beide sogleich ihr Schlafgemach um nachzusehen, was geschehen war. Sie ließen sich durch den alten Torwart das Haupttor öffnen. Dies ging so unerwartet vor sich, daß dieser nicht mehr Zeit fand, die Liebenden zu verständigen, er zitterte am ganzen Leibe, weil er mit im Spiele war und nun wußte, was jetzt komme, daß auch für ihn die Stunde geschlagen habe. Beim äußeren Burgtor gewahrten schon der Burgherr und seine Gemahlin zwei dunkle Gestalten und überraschten die Gesuchte mit dem jungen Torwächter.

Die beiden Eltern waren bestürzt von dem Gesehenen, umso mehr, weil diese Verbindung nicht ihrem Stande entsprach. Sogleich bei Nacht noch, wurden die beiden Torwächter abgelöst und in das Verlies geworfen, der Verführer noch außerdem in Fesseln gelegt. Die Eltern waren über das Vorgefallene sehr erzürnt, nahmen das Prinzeßchen streng ins Examen und erteilten ihr lange Zeit Hausarrest. Bitten und Flehen von Seite des Töchterleins bei ihren stolzen strengen Eltern für den Geliebten, um dessen Los zu erleichtern, half nichts. Obwohl ihr einmal gelang, ein warmes Essen in den Kerker zu schmuggeln, war doch das Erbarmen und der Liebeskummer unerträglich.

Eines Tages war das Prinzeßchen spurlos verschwunden. Monatlang wurde die ganze Umgebung abgesucht, doch immer vergebens.

Anfangs fiel es nicht auf, daß am anderen Ufer der Rodl bei einem großen Felsen seit längerer Zeit Scharen von Raben kreisten. Man vermutete, daß von der letzten Jagd dort ein verendeter Hirsch liegen blieb. Nun machte man sich doch auf, um dort Nachschau zu halten und siehe da ... zuerst fand man auf einer Hecke den Schleier und das Krönlein, welches die Prinzessin stets trug. Unweit davon lag aber ein Knochengehirne, das von den Raben bereits aller Fleischteile entledigt war. An den gefundenen Schleier, Krönlein und den Kleiderresten hatte man nun mehr die Verschollene erkannt. So war das Verschwinden des Burgfräuleins aufgeklärt. Es hatte sich aus Liebesgram von diesem gewaltigen Felsengebilde gestürzt und ist tot liegen geblieben.

Auf Grund dieser Entdeckung durch die vielen Raben wird heute noch dieser Felsen der „Rabenstein“ genannt.

Viele weitere Interessante Geschichten über Gramastetten finden sie unter anderem in den Heimatbüchern von Gramastetten (zum Ausleihen im BiblioGram oder zu kaufen über www.kulturforum-gramastetten.at)

Quelle: Buch „Spuren vergangener Zeiten“ – Geschichtliche Zeugnisse und Geschichten aus Gramastetten (Herausgegeben vom Gramastettner Arbeitskreis für Kleindenkmäler: Adolf Lehner, Herbert Ginterseder, Herbert Rechberger Verfasser: Dr. Thomas Schwierz)

verbundene Geheimnis dieser Liebe und das strenge Verbot der Eltern reizte um so mehr. Bei Nacht, wenn im Schlosse alles im tiefsten Schlummer lag, schlich sie zum heimlichen Stelldichein. Freilich mußte dies noch einer wissen, der alte Torwart vom Haupttor, der ihr vorerst öffnen mußte. Er war mit vielen Geschenken bestochen und daher schweigsam wie eine Kirchenmaus und verlässlich.

Einstens hatte die Burgfrau einen bösen Traum von ihrem Töchterchen. Vor Schreck darüber erwachte sie und zur Beruhigung und aus großer Sorge eilte sie in das Kämmerlein zu ihrer Tochter, die sie überaus liebte und stets sorgsam behütete; doch siehe da, das Bettchen war leer. Bestürzt und voll Schrecken, es sei ihr etwas zugestoßen, weckte sie ihren Rittergemahl.

RAUMAUSSTATTER DUMFART

...werkstatt für schöneres wohnen

WIRTSCHAFTSBUND



Ein Bericht von Harald Kogler

Es ist eine bemerkenswerte Tatsache, dass Oberösterreich aktuell die höchste Beschäftigungsrate in seiner Geschichte erreicht hat. Das ist ein Grund zur Freude und wir alle könnten auf diesen Erfolg sehr stolz sein.

Trotzdem birgt die zunehmende Reduzierung der durchschnittlichen Arbeitszeit pro Beschäftigtem in den vergangenen Jahren eine bedenkliche Entwicklung mit sich. Es ist deutlich erkennbar, dass diese Entwicklung langfristig nicht tragbar sein wird. Aus diesem Grund müssen wir uns mit dieser Entwicklung befassen, Lösungen finden und entgegenwirken.

Es liegt in der Verantwortung der Politik, Anreize zu schaffen, die die Attraktivität von Mehrarbeit steigern. Die positive Auswirkung auf Arbeits-

motivation und Produktivität, stärkt zusätzlich den Wirtschaftsstandort.

In unserer Arbeitswelt ist Flexibilität ein Schlüsselbegriff. Ich möchte, dass unsere Unternehmer gemeinsam mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ihre Arbeitszeit individuell gestalten können und somit eine ausgewogene Balance zwischen Beruf und Privatleben erreichen. Denn nur so können wir eine moderne Arbeitskultur fördern und langfristig erfolgreich bleiben. Daher setze ich mich für flexible Arbeitszeitmodelle ein, die sowohl den Bedürfnissen der Mitarbeiter als auch jenen unserer Betriebe gerecht werden.

Anstelle einer Verkürzung der Arbeitszeit empfehle ich, Anreize für Vollzeitbeschäftigung, Überstunden und Arbeit im Ruhestand zu schaffen. Eine Möglichkeit zur Senkung der Lohnnebenkosten für arbeitswillige Pensionisten ist die Einführung von Steuerfreibeträgen und der Verzicht auf die Pensionsversicherungs-Beitragspflicht. Eine solche Maßnahme könnte dazu beitragen, die Arbeitsmotivation älterer Arbeitnehmer zu steigern und zur Stärkung der Wirtschaft beizutragen.

Es ist sehr wichtig, dass Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer im Teilzeitmodell die Option haben, ihre Arbeitsstunden freiwillig zu erhöhen, ohne eine negative Auswirkung auf ihr Gehalt

befürchten zu müssen. Dies trägt dazu bei, dass die Arbeitsbelastung gleichmäßiger verteilt wird, während die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter weiterhin Ihre wertvolle Zeit für Familie und Freizeit investieren können.

Durch eine Erhöhung der Steuerbegünstigung von 10 auf 20 Überstunden pro Monat wird ein Anreiz geschaffen, zusätzliche Arbeit zu leisten, ohne dass diese durch hohe Steuerabgaben entwertet wird. Überstunden und Mehrarbeit werden zur attraktiven Option und halten Arbeitsmotivation und Produktivität aufrecht.

Um die Ausbildung und berufliche Entwicklung von Fachkräften zu fördern, sollte ernsthaft in Erwägung gezogen werden, die Kosten für Gesellen- und Meisterprüfungen vollständig zu übernehmen. Dies würde einen wichtigen ersten Schritt darstellen, um die Attraktivität von Handwerksberufen zu erhöhen und die Qualität der Arbeit in diesen Bereichen zu verbessern.

Eine Steigerung der Attraktivität von Arbeit, Mehrarbeit und Überstunden ist im Interesse aller. Um diesem Ziel gerecht zu werden, setze ich mich für eine faire Entlohnung von Menschen ein, die mehr arbeiten. Denn das Engagement und die Produktivität unserer Arbeitskräfte sollten sich auch in ihrer finanziellen Vergütung widerspiegeln.

Bönisch

 heizung
  sanitär
  elektro

Peter Bönisch Installationsges.m.b.H., Gewerbepark 30, 4201 Gramastetten
T. +43 7239/82 33, F. DW 8 | www.p-boenisch.at | office@p-boenisch.at

PAPIERLOSES BÜRO. Die Zukunft des Arbeitsplatzes?

Die Digitalisierung hat in den letzten Jahren viele Bereiche des Lebens erfasst und verändert, also auch die Arbeitswelt. Die Idee des papierlosen Büros, in dem alle Dokumente digitalisiert und online gespeichert werden, gewinnt immer mehr an Bedeutung.

Besonders in Zeiten von Homeoffice, in denen viele Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen von zu Hause aus arbeiten, kann die Umstellung auf ein papierloses Büro viele Vorteile bieten. Doch welche Vor- und Nachteile gibt es? Und wie sehen die Zukunftsaussichten aus?



VORTEILE EINES PAPIERLOSEN BÜROS

Ein papierloses Büro bietet viele Vorteile. Der Verzicht auf Papier spart Energie und trägt zum Umweltschutz bei. Der größte Vorteil ist wohl die

Einsparung von Platz. Da alle Dokumente digitalisiert werden, werden keine Regale und Aktenschränke mehr benötigt. Auch die Suche nach Dokumenten wird erleichtert, da diese einfach online gespeichert und durchsucht werden können. Zudem wird der Zeitaufwand für das Kopieren und Verteilen von Dokumenten deutlich reduziert. Auch die Kosten für Papier, Drucker und eines eventuellen Postversands werden eingespart.

Ein weiterer Vorteil des papierlosen Büros ist die Flexibilität. Durch die Digitalisierung können Dokumente von überall aus abgerufen und bearbeitet werden. Das erleichtert auch die Arbeit im Homeoffice, da Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nicht mehr auf physische Dokumente angewiesen sind.

NACHTEILE EINES PAPIERLOSEN BÜROS

Allerdings gibt es neben dem damit verbundenen hohen Zeitaufwand, der mit der Umstellung verbunden ist, auch einige Nachteile eines papierlosen Büros. Ein großes Problem ist die Datensicherheit. Da alle Dokumente digitalisiert und online gespeichert werden, müssen die Daten vor Hackerangriffen und Datenverlust geschützt werden. Auch das Vertrauen in die IT-Infrastruktur des Arbeitgebers spielt hierbei eine wichtige Rolle und ohne Strom und Internet sind Dokumente nicht abrufbar.

Ein weiterer Nachteil ist die fehlende Haptik von physischen Dokumenten. Das Lesen und Bearbeiten von Dokumenten auf einem Bildschirm sind anstrengender als das Lesen von Papier. Auch das Markieren und Annotieren von Dokumenten kann komplexer sein.

ZUKUNFTSAUSSICHTEN

Die Zukunftsaussichten für ein papierloses Büro sind aber sehr positiv. Immer mehr Unternehmen setzen auf Digitalisierung und Homeoffice, was die Nachfrage nach einer digitalen Arbeitsumgebung weiter steigern wird. Zudem entwickeln sich die Technologien immer weiter, was die Nutzung von digitalen Dokumenten noch einfacher und sicherer machen wird.

FAZIT

Ein papierloses Büro bietet viele Vorteile, wie Einsparungen von Platz und Kosten, erhöhte Flexibilität und Zeiterparnis und trägt zum Umweltschutz bei. Allerdings müssen auch die Nachteile, wie die Datensicherheit und die fehlende Haptik von physischen Dokumenten berücksichtigt werden. Insgesamt können wir aber davon ausgehen, dass ein papierloses Büro die Zukunft des Arbeitsplatzes darstellt und immer wichtiger wird.

<<< Ein Bericht von Harald Kogler



Huemer
...macht was aus Holz



Stiegenbau – Möbel – Türen

4201 Gramastetten Linzer Straße 14
Tel: 07239 / 8161 Mobil: 0664 / 91 232 81



huemer-tischlerei@speed.at

www.huemer-tischlerei.at

SENIORENBUND GRAMASTETTEN

2-TÄGIGE SENIORENREISE: WIEN



Ein Bericht von Franz Hehenberger

Am Programm standen die Besichtigung des Stephansdoms und das renovierte und umgebaute Parlament mit Führungen. Natürlich sahen und hörten wir eine Stunde bei einer Nationalrats-sitzung von der Galerie aus zu. Nach der Führung begrüßte uns Nationalrat Mag. Michael Hammer. Er erklärte uns die Abläufe einer Sitzung und stand für Fragen zur Verfügung. Der zweite Tag begann mit einem Morgenspaziergang in Schönbrunn. Es folgte eine Backstage-Tour im ORF, wo wir spannende Einblicke in den Sendebetrieb bekamen. Wir besuchten das Kulissenlager, Sendestudios und als Höhepunkt den Ballroom für die Dancing-Stars. Einige von uns probten auch die Rolle als Fernsehstars.





www.sommer.eu/at



MYDOOR
DIE PROFIS
www.mydoor.at

Ihr Spezialist für Türen, Tore und Antriebe

SOMMER Ges. mbH
Mühlkreisbahnstr. 21 | 4111 Walding
Tel. +43 7234 84027 | office-at@sommer-group.eu

- › Garagentore
- › Garagentorantriebe
- › ALU-Haustüren
- › Hofeinfahrtstore
- › Einfahrtsschranken
- › Beton Fertiggaragen
- › Torservice
- › Tor-Reparaturen
- › Garagentorfedern
- › Ersatzteile

<<< Am Nachmittag fand eine Führung des Zentralfriedhofs in Wien statt, wo wir viele Prominentengräber, die Dr. Lueger Kirche sahen und zahlreiche Anekdoten, die sich beim Bau und bei den Begräbnissen zugetragen haben, hörten. Wir waren erstaunt, wie groß dieser Friedhof ist! Es waren zwei schöne, informelle und vor allem gesellige Tage.

KNITTELN



Wir sind wieder erfolgreich in die Saison gestartet. Am 5. Juli nehmen wir an einem Turnier in Ulrichsberg und am 9. Juli am Bezirksturnier in Schenkenfelden teil. Trainings und Turniertermine sind auf der Seniorenbund-Homepage zu finden. Neue Knittel-Interessenten sind jederzeit herzlich willkommen.

WANDERTAG UND BESICHTIGUNG STIFT WILHERING.



Über fünfzig Wanderer trafen sich beim sich Regattaparkplatz in Ottensheim. Mit der Fähre ging es Richtung

Wilhering. Nach einem kurzen Fußmarsch empfing uns Abt Reinhold Dessel persönlich am Vorplatz des Stiftes. Gemeinsam besuchten wir die Stiftskirche.

Aus dem von den Zisterziensern um 1146 gegründete Kloster entstand die bedeutendste Rokokokirche Österreichs. Die Kirche selbst ist ein Überfluss an ornamentaler, malerischer und farblicher Ausschmückung. Über 800 Engel sollen in dem Raum sein. Einfach fantastisch. Man muss es gesehen haben. Über den Kreuzgang konnten wir die neue Kapelle, den inneren Friedhof der Äbte und dann gegenüber liegend den großen Saal, das Museum und die Cafeteria besichtigen. Zurück ging es wieder mit der Fähre zum Parkplatz und zum Mittagessen beim Wirt`z Walding.

WANDERUNG IN HAGENBERG UND BESICHTIGUNG FACHHOCHSCHULE



Die Wanderung ging über das Visnitztal nach Anitzberg und weiter zum Teufelssitzstein. Wir sahen die Hohlwege der ältesten Salzstraße Mühlviertels. Durch das untere Visnitztal führte uns der Weg durch den Schlosspark zum Gasthaus. Nach dem Mittagessen bekamen wir von Altbürgermeister Rudolf Fischerlehner eine interessante,

Kommende Veranstaltungen

KNITTELN

- **05. Juli 2023**
Bezirksmeisterschaft Rohrbach in Ulrichsberg
- **09. Juli 2023**
Bezirksmeisterschaft Urfahr in Schenkenfelden

WANDERN

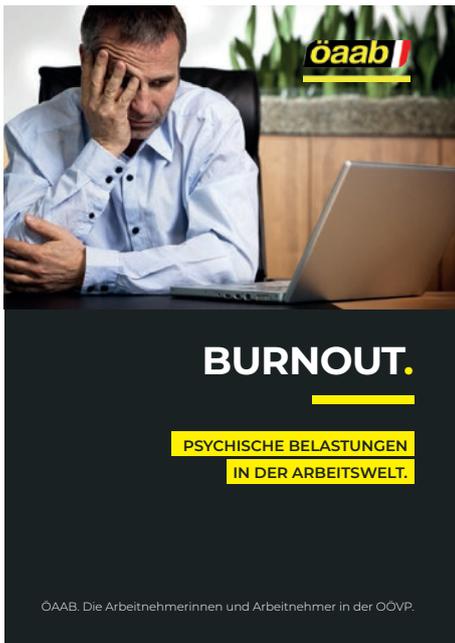
- **13. Juli 2023**
Wandern in Helmondsödt
- **10. August 2023**
Wandern in Schenkenfelden
Oma-Opa-Enkerl Märchenwanderung im Rahmen des Ferienspaß-Programms der Gemeinde Gramastetten
- **14. September 2023**
Wandern in St. Peter an Wimberg

aufschlussreiche Führung durch den Softwarepark Hagenberg. Er ist stolz darauf, auch für körperlich Benachteiligte Arbeits- u. Studienplätze im Softwarepark geschaffen zu haben. Wir besuchten weiters auch die Fa. STIWA und bekamen dort einen Vortrag über die Zukunftstechnologien der Firma.

NEUES AUS DER STOCKSCHÜTZEN RUNDE

Da der Winter heuer kein Natureis bescherte, nutzen wir die Kunsteisbahnen in Goldwörth. Trainings finden auch in der Asphalthehalle statt. Bei der Bezirkmeisterschaft belegte die Gramastettner Mannschaft den guten 6. Rang unter 15 Mannschaften. Es ist daran gedacht einen fixen Termin in Monat einmal in der Stockhalle Gramastetten zu machen. Alle die gerne in einer gemütlichen Atmosphäre Stock- und Eisschiessen wollen, sind herzlich eingeladen! Auskünfte und Termine erteilt Herbert Breiteneder.

BESSER INFORMIERT. Serviceangebote des ÖAAB OÖ



In den zahlreichen und umfangreichen Servicebroschüren des ÖAAB finden sie einen Überblick über wichtige Themen für Arbeitnehmer*innen und Familien. Laufend informiert zu sein, hilft dabei, Vorteile optimal nutzen zu können. Es folgt ein Auszug aus der Broschüre „Burnout“.

WAS IST EIN BURNOUT-SYNDROM
Burnout bedeutet „ausgebrannt sein“ und ist das Endstadium eines schleichenden Prozesses. Es ist kein kurzfristiger Zustand, sondern eine lang andauernde emotionale, körperliche, soziale und geistige Erschöpfung. Heutzutage ist Burnout weder ein typisches Phänomen in Mensch-zu-Mensch-Berufen noch eine typische „Managerkrankheit“.

Jede und jeder kann davon betroffen sein! Nicht nur Berufstätige, sondern auch Hausfrauen, Arbeitslose, Rentner, Studenten oder Schüler.

DER BURNOUT-ZYKLUS (NACH FREUDENBERGER/NORTH)

- Sich beweisen wollen
- Verstärkter Einsatz
- Subtile Vernachlässigung eigener Bedürfnisse
- Verdrängung von Konflikten und Bedürfnissen
- Umdeutung von Werten
- Verstärkte Verleugnung auftretender Probleme
- Rückzug
- Beobachtbare Verhaltensänderung
- Verlust des Gefühls für die eigene Persönlichkeit
- Innere Leere
- Depression
- Völlige Burnout-Erschöpfung

WELCHE SYMPTOME TRETEN AUF?

Eine Erschöpfung nach körperlicher oder geistiger Arbeit kennt jeder Mensch. Jede Person hat aber unterschiedliche Methoden damit umzugehen und die Batterien des eigenen Körpers wieder aufzuladen: Ein Urlaub, die Ausübung von Sport oder einmal richtig Ausschlafen sind Beispiele hierfür. Funktionieren diese Praktiken allerdings nicht mehr und ist somit keine Erholung mehr möglich, dann wird es gefährlich.

WORIN LIEGEN DIE URSACHEN FÜR BURNOUT?

Die Ursachen von Burnout sind vielfältig. Es bedarf jedoch eines Zusammenwirkens von äußeren und inneren Umständen bei Betroffenen. Die äußeren, beruflichen Faktoren spielen sicherlich eine wichtige Rolle bei der Entstehung von Burnout, jedoch sind sie nicht allein dafür verantwortlich. Auch bestimmte Aspekte in der Persönlichkeitsstruktur tragen dazu bei, denn sonst müssten in einer Organisation alle Beteiligten erkranken.

- Chronische Müdigkeit und seelische Erschöpfung
- Distanzierung von der Arbeit
- Körperliche Beschwerden
- Psychische Veränderungen,
- Kognitive Leistungseinschränkungen
- Änderungen im Verhalten

WOHIN KANN ICH MICH WENDEN?

Sind Sie selbst betroffen? Dann empfehlen wir Ihnen sich erstens an ihren Hausarzt, zweitens an einen ausgebildeten Psychotherapeuten oder drittens an eine der zahlreichen Beratungsstellen in den Krankenhäusern zu wenden!

Wie kann im Betrieb und im Privaten vorgebeugt werden, zusätzliche Details zu den Symptomen, Ursachen, Vorbeugung und vieles mehr finden Sie in der Broschüre „Burnout“, Download unter: https://ooe-oeaab.at/fileadmin/oeaab/user_upload/Falter_Burnout.pdf



PM SONNENSCHUTZ

PERFEKTE MONTAGE

Manuel Priglinger Gewerbepark 2 4201 Gramastetten
Tel. 0660/317 32 32 manuelpriglinger@gmail.com

VERKAUF
PLANUNG
MONTAGE
REPARATUR

ROLLLADEN
RAFFSTORE
INSEKTENSCHUTZ
MARKISEN
TERRASSENDÄCHER

WORK LIFE BALANCE. Mehr als nur Arbeit und Freizeit

In der heutigen Zeit ist es wichtiger denn je, eine gute Work Life Balance zu finden. Doch was genau bedeutet das eigentlich? Viele Menschen haben das Gefühl, dass Arbeit schlecht ist und Freizeit nur dazu da ist, um die Balance zu halten. Dabei geht es bei der Work Life Balance um viel mehr als Arbeit und Freizeit.

Work Life Balance beschreibt vielmehr die ausgewogene Balance zwischen verschiedenen Lebensbereichen wie Arbeit, Familie, Freunde, Gesundheit und Hobbies. Es geht darum, eine gute Balance zwischen all diesen Bereichen zu finden, um ein erfülltes und glückliches Leben zu führen.

Natürlich spielt die Arbeit dabei eine wichtige Rolle. Eine erfüllende und herausfordernde Arbeit kann uns Sinn und Zufriedenheit geben. Doch es ist auch wichtig, genug Zeit für Familie, Freunde und Hobbies zu haben, um sich zu erholen und neue Energie zu tanken.

Ein guter Arbeitgeber sollte deshalb darauf achten, dass seine Mitarbeiter genügend Freizeit haben und auch während der Arbeit genügend Pausen einlegen können. Flexible Arbeitszeiten und die Möglichkeit zum Home-Office können ebenfalls dazu beitragen, dass Arbeit und Privatleben besser miteinander vereinbart werden können.

Es ist jedoch auch wichtig, dass jeder Einzelne selbst für seine Work Life Balance verantwortlich ist. Es gilt, Prioritäten zu setzen und die Zeit effektiv zu nutzen. Eine gute Planung und Organisation können dabei helfen, den Alltag stressfreier zu gestalten und genug Zeit für alle Lebensbereiche zu haben.

Insgesamt geht es bei der Work Life Balance also nicht darum, Arbeit als schlecht und Freizeit als gut zu betrachten. Vielmehr geht es darum, eine ausgewogene Balance zwischen allen Lebensbereichen zu finden und so ein erfülltes und glückliches Leben zu führen.

<<< Ein Bericht von Harald Kogler

RAIFFEISENBANK GRAMASTETTEN RODLTAL eGEN



Am Dienstag, 23. Mai 2023 fand die Generalversammlung in Gramastetten statt, bei welcher einstimmig die Fusion der Raiffeisenbank Gramastetten mit der Raiffeisenbank Mittleres Rodltal

beschlossen wurde. Zukünftig werden die Banken als Raiffeisenbank Gramastetten Rodltal eGen unter dem neuen Führungsteam, bestehend aus Vorstandsvorsitzenden Dir. Willi Danninger,

sowie den Vorständen Leopold Mahringer und Manfred Schwendtner, agieren. DI Josef Rathgeb, bisheriger Aufsichtsratsvorsitzender der Raiffeisenbank Mittleres Rodltal, wurde zum Aufsichtsratsvorsitzenden der neuen Bank gewählt. Mit 9 Bankstellen sind wir zukünftig als finanzieller Nahversorger in Eidenberg, Gramastetten, Herzogsdorf, Lichtenberg, Neußerling, Oberneukirchen, St. Gotthard, Traberg und Zwettel vertreten und können durch gebündelte Kompetenzen mehr Zeit und Kapazitäten, sowie eine noch bessere Qualität für die individuelle Beratung unserer Kundinnen und Kunden schaffen.

BIERFÜHRER^{m/w} mit Lagertätigkeiten gesucht!

Vollzeit oder Teilzeit

Ausliefern von Getränken. Be- & Entladung des Transporters. Diverse Lagertätigkeiten. **Wir bieten Kostenübernahme für Führerschein (Klasse C & Stapler)** sowie eigenständige & abwechslungsreiche Arbeit im Familienunternehmen.

buero@wartner.net // 07239 81 45 // wartner.net

mehr Infos online



ÖVP FRAUEN. Club der Gemeinderätinnen



Foto: Wöss

Um die (Ersatz)Gemeinderätinnen des Bezirks zu vernetzen, gründeten die Frauen in der OÖVP den „Club der Ge-

meinderätinnen“. Ziel des Netzwerks ist der gegenseitige Austausch der Funktionärinnen.

”
Wir können viel voneinander lernen und vom Miteinander profitieren.

Karin Kaiser
Obfrau-Stv. von Gramastetten

“
Zahlreiche Gemeinden waren beim ersten Treffen vertreten und freuten sich über den spannenden Rundgang durchs Landhaus. Besonders beeindruckt war der wunderbare Ausblick vom Landhausturm über die Stadt. Auch das anschließende Gespräch mit LH-Stv. Mag. Christine Haberlander war beeindruckend. Beim gemeinsamen Cocktailtrinken wurde „genetzwerkt“, sodass auf alle Fälle eine Fortsetzung des Formats folgt.

ANKÜNDIGUNG SCHULANFÄNGERFEST

Montag, 4. September 2023 | 16.00 Uhr | Gemeindeamt Gramastetten



Pünktlich zum Schulstart findet das Schulanfängerfest unter dem Motto: „Sicher in die Schule. Sicher nach Hause“ statt. Mit der Polizei gemeinsam werden wir den Schulweg gehen und das richtige Verhalten am Straßenverkehr lernen, bevor es mit den Scootern auf den Verkehrsparcours geht. Alle Schulanfänger erhalten ein Turnsackerl – gefüllt mit vielen tollen Überraschungen.

ANMELDUNG/INFOS:

www.gramastetten.ooe.gv.at/shop

0699/10293177



FENSTER & SONNENSCHUTZ

Gewerbepark 5 | 4201 Gramastetten
+43 664 34 27 114 | office@fsh-gmbh.at | www.fsh-gmbh.at

WUSSTEST DU...

Am 1. Juni ist Internationaler Kindertag, Welternstettag, Weltmilchtag und Weltbauerntag

WELTMILCHTAG

Österreichweit werden etwa 20 Prozent der Rohmilch entsprechend den Kriterien für Heu- und Biomilch produziert. 80 Prozent der Milchproduktion erfolgt in Berg- und benachteiligten Gebieten und unter strengen Umwelt- und Tierschutzstandards.

Diese Qualität muss aber am Ende des Tages auch von den Konsumenten im Geschäft gekauft werden. Produziert wird das, was gekauft wird. Leider greifen immer mehr Konsumenten zu den billigeren Handels-Eigenmarken.

REGIONALITÄT NICHT DURCH EIGENMARKEN ERSETZEN

Österreichische Milch und Milcherzeugnisse werden mit dem rot-weiß-roten AMA-Gütesiegel gekennzeichnet. Dieses garantiert, dass die erzeugte Milch ausschließlich aus gentechnikfreier Fütterung stammt, höchste Qualitätsstandards und genaue Kontrollen durchläuft.

Über Direktvermarktung, Bauernmärkten oder Hofläden können die Konsumentinnen und Konsumenten außerdem mit den Menschen hinter dem Lebensmittel in Kontakt kommen.

AMA-GÜTESIEGEL

Das AMA-Gütesiegel steht für konventionell erzeugte Lebensmittel mit

Rohstoffen zu 100% von österreichischen Bauernhöfen. Auch die Be- und Verarbeitung erfolgt im Land mit Ausnahme von Zutaten, die nicht in Österreich wachsen zB Bananen im Fruchtjoghurt. Die Qualitätsvorgaben sind strenger als die gesetzlichen Vorschriften. Es gibt regelmäßige Kontrollen durch unabhängige Prüfer über alle Stufen der Wertschöpfungskette.

LEBENSMITTELTEUERUNG

Die österreichischen Haushaltsausgaben für Lebensmittel liegen europaweit mit 12 Prozent im untersten Bereich (Statistik Austria). Trotz dieses Faktums wird täglich über die gestiegenen Lebensmittelpreise berichtet. Alle Wirtschaftsbe- reiche so auch die Landwirtschaft hat in den vergangenen Monaten mit enormen Preissteigerungen bei Energie, Betriebsmittel etc. zu kämpfen. Während die Preise im Regal steigen, sinken die Erzeugerpreise bereits wieder, was wir besonders stark etwa im Milch- oder Getreidesektor beobachten können.

Als Urproduzenten sind die Betriebe einem starken Wettbewerbsdruck ausgeliefert. Die Landwirtschaft kann ihre gestiegenen Kosten bereits seit Jahren nicht mehr durch ihren Produkterlös erwirtschaften bzw. an die nachfolgenden Glieder der Lebensmittelkette weitergeben. Das Einkommen in der Landwirtschaft stagniert auf dem Niveau der



Ein Bericht von Renate Kaiser

Jahre 2011 oder 2007. Die bittere Folge davon sind Betriebsaufgaben und damit einhergehend die Gefährdung der Ernährungssouveränität Österreichs“, so OÖ Bauernbund-Landesobfrau LRin Michaela Langer-Weninger.

Auch wenn sich unsere kleinstrukturierte Landwirtschaft in den letzten Jahren wiederholt als krisenfest erwiesen hat, so dürfen wir jetzt nicht die heimische Lebensmittelproduktion und damit die Versorgungssicherheit aufs Spiel setzen: Es braucht ein starkes Bekenntnis entlang der gesamten Lebensmittelwertschöpfungskette zur Landwirtschaft in Österreich und gerade jetzt den bewussten Griff zum heimischen Produkt.

WELTBAUERNTAG

Heimischen Lebensmitteln den Vorzug geben. Der bewusste Griff zum heimischen Markenprodukt ist ein Zeichen für die Regionalität und die Wertschätzung der bäuerlichen Arbeit.



DANKE an unsere Bauern!



Setzen wir auch in Zeiten der Teuerung auf Lebensmittel aus österreichischer Produktion. Diese ist jedoch gerade in der aktuellen, von der Inflation geprägten Zeit, stark unter Druck. Schätzen wir die vielfältigen Vorzüge der heimischen Landwirtschaft!

Appell von Renate Kaiser
Obfrau des Bauernbundes

Aktuelles aus der Landespolitik

DAHEIM IN OBERÖSTERREICH



Unser gemeinsames Ziel:

Kinderland Nr. 1

Oberösterreich will ein Land sein, das Eltern bestmöglich unterstützt und allen ein Angebot macht: Betreuung nahe am Zuhause und zeitlich umfassend. Gleichzeitig soll für Familien weiterhin das Prinzip der Wahlfreiheit gelten.

Dafür werden Schritt für Schritt die Voraussetzungen geschaffen. Mit neuen Öffnungszeiten, um bestmöglich auf die Bedürfnisse der



„Die beste Bildung braucht auch die besten Rahmenbedingungen. Wir wollen Oberösterreich zum Kinderland Nr. 1 machen.“



Thomas Stelzer
Landeshauptmann



Eltern einzugehen. Mit kleineren Gruppen, um mehr Aufmerksamkeit für jedes Kind zu schaffen, und mit modernsten Betreuungseinrichtungen, in denen sich Kinder wohlfühlen.

Und mit vielen Verbesserungen für die Pädagoginnen und Pädagogen sowie Helferinnen und Helfer, die sich auf das konzentrieren können, was zählt: die Kinder. „Gemeinsam mit den Gemeinden, die vor Ort einen klaren Blick auf den Bedarf haben, gehen wir diesen Weg“, so Landeshauptmann Thomas Stelzer.

Insgesamt 277 Millionen Euro investiert Oberösterreich heuer in den Bereich Kinderbildung und -betreuung. Das ist ein Plus von 21 Millionen Euro bzw. 8 Prozent im Vergleich zum Vorjahr.

Ausgewählte Maßnahmen im Überblick



Kleinere Kindergartengruppen: das bedeutet mehr Aufmerksamkeit für jedes Kind

Ausweitung der Öffnungszeiten auf mindestens 47 Wochen ab dem Kindergartenjahr 2023/24



Mehr Gehalt für Pädagoginnen und Pädagogen sowie Helferinnen und Helfer seit März 2023

Weitere Informationen dazu auf www.kinderlandooe.at



Cafe Bar	TV-Format mit lustigen Aufgaben Behälter	ähnlich, entsprechend, gleichartig	Aufschrift auf der Escape-Taste	Kunst (lat.) Prüfverein (Abk.)	Bek. Psychiater	Nutztier der Samen	Ruine	Parlamentsgebäude in Washington	gut (französisch)	Ortsteil
russischer Maler, † 1930 (Hija)			Hefezopf Stadtteil von München		12			weiter, kragender Mantel der Araber		
	15	Sozial Netzwerk			Farbton	Eigenname von Japan Kirchenbauwerk				
Kosename des Vaters Haferflochenspeise			2	poetisch: Nadelwald	englisch: alt		Hütte; Marktstand	Techniker (Abk.)		
		östr. Tennisverband bestimmte Gaststätte			versicherungen	Schutz Psyche des Menschen			7	Richtblei
Post per Computer (englisch, Kurzwort)	18. Buchstabe des griech. Alphabets		14	chem. Element, Metall				Oberschulrat (Abk.) 1. Frau Jakobs		
Geflügel-tier		6	bedeckt (Wetter)	weibliches Bühnenfach Autoz. für Äthiopien		Depscher Rehkitz (Kinderspr.)				luftelektrische Entladung
Erwiderung, Entgegnung	Stadt in der Schweiz Staat in Westafrika			trocken (bei Champagner)	Flachland Heilpflanze			notabene (Abk.) amer. Hilfsorganisation	8	
		1		Messband-einteilung Leuchtdiode (Abk.)			3	Wiener Mäme, † 2014 Insel in der Irischen See		4
aus Jamaika stammende Popmusik	Europarat (Abk.)	flache Grube (ugs.) General-direktion			Stichwort im Lexikon Hofrat (Abk.)			US-Box-legende, † 2016		
			13	Schall-reflexion	10	Berufsaus-bildungs-gesetz (Abk.)		eine der Grundfarben	11	9
Freizeitbereich					östr. Mäme und Regisseur † (Veit)			Weltmeister		
										2391609

Lösungswort bis 31.7.23 per Mail an immanuel.wilk@g-em.com senden.

GEWINNE EINEN SILBERNEN PHILHARMONIKER!



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----

ALLES UNTER EINEM DACH

intercare
FINANZ & SERVICE



KRANKEN VORSORGE
Firmenaktion ab mtl. € 17,90
Aktuell 3 Monate kostenlos
JETZT UNVERBINDLICHES ANGEBOT EINHOLEN!

IMANUEL WILK
Versicherungsagent
+ 43 676 3 666 999
immanuel.wilk@generali.com
wilk.intercare.at

FINANZIEREN | VERSICHERN | VERANLAGEN

Gewinnerin d. letzten Ausgabe: Sandra E. aus Gramastetten

DIE VOGELHÄUSER IN DER KOGLERAU

Eine Kindheitserinnerung

Der Bürgermeister ist die erste Anlaufstelle für viele Anliegen in den unterschiedlichsten Lebenslagen. Man kommt mit vielen Bürger:innen ins Gespräch und taucht dabei oftmals ein in alte Erinnerungen und Geschichten rund um den Ort und seine Menschen. So auch in die Kindheitserinnerung von Rudi Prammer, der gemeinsam mit Heinrich Kriechmayr und Sepp Buchgeher die alten Vogelhäuser aus der Koglerau zu neuem Leben erwecken will.

Bgm. Andreas Fazeni und Vbgm.in Katharina Dessl haben das „Koglerauer Trio“ zum Gespräch getroffen.

IHR HABT EIN SEHR BESONDERES PROJEKT GESTARTET – WOHER KOMMT DIE IDEE, EIN ALTES VOGELHAUS ZU REAKTIVIEREN?

Rudi Prammer: „Vor einigen Jahren haben wir gemeinsam über frühere Zeiten gesprochen. Da ist mir eine besondere Kindheitserinnerung eingefallen. Als ich in den 70er Jahren am Pöstlingberg zur Schule ging, bin ich von der Koglerau zu Fuß bis zur Schule gegangen. Dabei kam ich im Winter immer an unzähligen Vogelhäusern vorbei. In jedem Garten stand ein und dasselbe Vogelhaus. Sepp hat sich zuerst gar nicht daran erinnert, aber als Heinrich dann auch davon zu erzählen begann, haben wir beschlossen, diese Vogelhäuser zu reaktivieren. Wir haben zu recherchieren begonnen, wer eventuell noch ein originales Vogelhaus besitzen könnte.“

WIE KAM ES, DASS IN DER KOGLERAU LAUTER GLEICHE VOGELHÄUSER STANDEN?

Heinrich Kriechmayr: „Die Idee, Vogelhäuser zu bauen, hatte damals Herr Oberneder, er wollte damit zur Gestaltung des Pöstlingbergs beitragen. So wurden Vogelhäuser gebaut und mit Stroh gedeckt. Mit Stroh zu decken war im Vergleich zu heute relativ einfach, da statt den Mähdreschern, Dreschmaschinen verwendet wurden, wo das lange Stroh erhalten blieb. In großen Bündeln kam das Stroh bei den Dreschmaschinen wieder heraus und konnte somit leichter zur Dacheindeckung weiterverarbeitet werden. Und man braucht ein „Kornernes Stroh“ – das muss robust sein und braucht eine besondere Anbaustärke.“

Zur Geschichte der Vogelhäuser muss man noch sagen, die Koglerau war ja früher die Gegend für die Wochenendhäuser. Das erste Vogelhaus hat der damalige Landesrat Kletzmayr aufgestellt. Heute redet man von Direktvermarktung – damals war das Gang und Gebe. Die Leute sind bei uns ein und aus gegangen. Ich kann mich erinnern, sie sind zu meiner Mutter gekommen und haben gefragt: Frau Hopfauer, wir bräuchten Erdäpfel – haben’s nicht



Fotos: Rudi Prammer und Katharina Dessl

ein paar Erdäpfel zum Verkaufen, oder ein Häupel Salat, eine Milch und so war das dann auch mit dem Vogelhaus. Der Herr Landesrat hat gefragt, ob ihm nicht ein Bauer ein Vogelhaus bauen könnte. Der alte Reinthaler hat



SCHMIDINGER
Schöne Aussichten.

www.fenster-schmidinger.at

FENSTER | TÜREN | VERGLASUNGEN

darauf hin gesagt – ja, das kann man schon machen. Er war Strohecker und hat die von seinem Sohn erstellten Drahtgestelle mit Stroh eingedeckt. Und so hat er dem Herrn Landesrat ein Vogelhaus gebaut. Darauf hin kamen die Nachbarn, da sie auch so ein Vogelhaus haben wollten und so kam es, dass bald bei sämtlichen Villen so ein Vogelhaus stand.“

Rudi Prammer: „Früher haben der Reinthaler und andere Bauern den Pöstlingberg gepflegt – so wie es der Maschinenring heute macht. Und im Winter haben diese Landwirte Besen gebunden und dann irgendwann auch die Vogelhäuser gebaut. Beim Reinthaler am Hof und auch oben beim Bergbahnhof am Pöstlingberg, damit man die Idee von Herrn Oberneder, den Pöstlingberg zu gestalten, umsetzen konnte. Das erste Vogelhaus jedenfalls hat der alte Reinthaler gebaut und dann gab es schnell Nachahmer. In fast jedem Garten stand so ein Vogelhaus – in der Koglerau und am Pöstlingberg.“

GIBT ES NOCH EIN ORIGINAL, DAS EUCH FÜR DEN NACHBAU EINE VORLAGE IST?

Sepp Buchgeher: „Vor mehr als 5 Jahren haben wir begonnen, darüber nachzudenken, wie wir dieses alte Vogelhaus nachbauen könnten. Wir hatten ja keine Ahnung, wie genau es gebaut und wie das damals technisch umgesetzt war. Zig Mal sind wir zusammengesessen und haben immer wieder be-

raten, wo und wie wir zu einer Vorlage kommen könnten. Truus, die Frau von Heinrich, hat uns dann aufmerksam gemacht: was redets denn immer so herum, beim Reinthaler unten steht ja eh noch ein originales Vogelhaus, das müssts euch nur anschauen!“



Rudi Prammer: „Die große Herausforderung beim Nachbau der Vogelhäuser ist das Stroh. Durch die Mähdrescher gibt es kein langes Stroh mehr. Wichtig ist, dass das Getreide nie geknickt wurde, durch starken Regen oder Sturm beispielsweise. Dann kann das Stroh nicht mehr zum Dachdecken verwendet werden. Durch Zufall habe ich erfahren, dass es in Kaltenberg einen Biobauern gibt, der die Getreideernte noch händisch macht und somit auch langes Stroh zur Weiterverarbeitung verkauft. Noch am selben Tag sind wir hingefahren und haben tatsächlich ein Bündel langes Stroh bekommen. Das war vor 4

Jahren. Seither war es nicht mehr möglich, weitere Bündel Stroh zu erhalten, da der Sturm im August der letzten Jahre das Stroh immer geknickt hat.“

Sepp Buchgeher: „Ich habe die ersten Nachbauten des Vogelhauses gemacht und ein klein wenig umgestaltet. Mit einer Haselnuss- Einrahmung schaut das Häuschen edel aus. Dafür muss die Haselnuss zur richtigen Mondphase im Winter geschlägert werden. So hält die Rinde der Haselnuss länger und wenn sie abfällt, schaut das Holz noch immer sehr ansprechend und natürlich aus.“

Wir haben uns auch überlegt, das Original-Vogelhaus etwas weiterzuentwickeln, eines, wo das Vogelfutter von selbst nachläuft oder eines, das statt Stroh mit Schindeln gedeckt ist. Und wenn die Idee der Vogelhäuser gut ankommt, werden wir vielleicht auch welche verkaufen. Momentan haben wir ein Prototyp nachgebaut und wir werden heuer maximal 10 strohgedeckte und 10 schindelgedeckte Vogelhäuser bauen.“

Heinrich Kriechmayr: „Wir möchten mit dem Projekt die Leute wieder ein bisschen inspirieren, dass man der Nostalgie eine Renaissance gibt. Stroh ist ja eine Dekoration. Man soll sich wieder viel mehr mit der Natur und was sie zu bieten hat, auseinandersetzen. Und das zusammensitzen und gemeinsam über alte Zeiten reden ist wichtig, somit bleiben viele Erinnerungen und Geschichten von damals lebendig.“

Ein kleiner süßer Gruß aus Gramastetten passt bei jedem Besuch nah oder fern.

seit 1898 Hummel's Backmanufaktur

VITAMIN D. Häufig gestellte Fragen



Foto: privat

Ein Bericht von Dr. Hans Reiter

WAS BEWIRKT DAS VITAMIN D?

Vitamin D gehört zu den fettlöslichen Vitaminen. Seine Hauptaufgabe ist die Regulierung des Calcium-Phosphatstoffwechsels und erhöht damit die Knochenstabilität. Es fördert also die Aufnahme von Calcium aus dem Magen-Darm-Trakt und bewirkt die Härtung des Knochens.

WIRD VITAMIN D, WIE ALLE ANDEREN VITAMINE, ÜBER DIE NAHRUNG AUFGENOMMEN?

Vitamin D nimmt unter den Vitaminen eine Sonderstellung ein. Die Vorstufen des Vitamin D3 werden in unserem Körper gebildet. Die Umwandlung dieser Vorstufen in das wirksame Vitamin D3 erfolgt durch Sonnenbestrahlung der Haut.

WIE LANGE MUSS MAN SICH IN DER SONNE AUFHALTEN, UM AUSREICHEND VITAMIN D3 ZU BILDEN?

Die körpereigene Bildung von Vitamin D3 schwankt von Mensch zu Mensch und ist von mehreren Faktoren, wie Aufenthaltsdauer im Freien, der Jahreszeit, dem Hauttyp, dem Breitengrad, Bedeckung der Haut durch Kleidung etc. abhängig. Das heißt, bei regelmäßigem Aufenthalt im Freien trägt die körpereigene Bildung in der der Haut 80 – 90% zur Vitamin D-Versorgung bei. Der Rest wird über die Nahrung aufgenommen (max. 20%). Vitamin D-reiche Nahrungsmittel sind Fettfische (Lachs, Hering, Makrele), Eier und manche Speisepilze.

Die Sonnenlichtbestrahlung von max. 20 Minuten täglich auf nicht bedeckte Haut des Gesichtes, der Hände und Unterarme reicht aus, um volle Speicher zu haben. Eine Überversorgung von Vitamin D durch die Sonne gibt es nicht.

WER HAT EIN ERHÖHTES RISIKO FÜR UNZUREICHENDE VITAMIN D3-BILDUNG?

Ein erhöhtes Risiko für eine Unterversorgung haben mobilitätseingeschränkte Personen höheren Alters, chronische Kranke und Pflegebedürftige. Auch Personen, die sich bei Sonnenschein kaum oder gar nicht bzw. mit gänzlich bedecktem Körper im Freien aufhalten oder Personen mit dunkler Hautfarbe.

IST DER SÄUGLING AUCH BETROFFEN?

Der Säugling ist aufgrund seiner sonnengeschützten Position besonders gefährdet. Daher ist die Vitamin D-Zufuhr in Form der Vitamin D-Tropfen im 1. Lebensjahr und ev. in den Wintermonaten im 2. Lebensjahr unbedingt notwendig. Diese Vitamin D Gabe verhindert seit Jahrzehnten die sogenannte „Englische Krankheit“ oder Rachitis genannt.

WAS BEWIRKT VITAMIN D3 NOCH?

Das Vitamin D ist auch noch an anderen Stoffwechselfvorgängen im Körper beteiligt. Es hat u.a. Einfluss auf die Muskelkraft (Müdigkeit kann ein Mangelsymptom sein) und auf das Immunsystem.

KANN VITAMIN D GESPEICHERT WERDEN, UM ES AN SCHLECHT-WETTERTAGEN UND IM WINTER AUSREICHEND ZUR VERFÜGUNG ZU HABEN?

Im Gegensatz zu den Sommermonaten ist die Sonnenbestrahlung bei uns in den Monaten von Oktober bis März nicht stark genug, um eine ausreichende Vitamin D-Bildung zu gewährleisten. Vitamin D kann aber im Körper gespeichert werden. Diese Speicher (hauptsächlich im Fett- und Muskelgewebe) tragen zur Vitamin D-Versorgung im Winter bei. In der Frühjahrs-sonne werden diese wieder aufgefüllt.

MADLMAYR

Linzer Straße 38
4201 Gramastetten
www.mametall.at

SCHLOSSEREI
Vordächer

Gesellschaft.m.b.H

Tel. 07239/8110
office@mametall.at

Stahlstiegen
Nirostageländer





TRITTSICHER UND MOBIL

Sturzprävention mit der ÖGK

SIND VITAMIN D-PRÄPARATE NOTWENDIG?

Ja – bei den oben genannten Risikopersonen und bei Säuglingen. Mit dem Alter nimmt die Fähigkeit der Haut, Vitamin D3 zu bilden, deutlich ab. Häufig kommt noch hinzu, dass ältere Personen sich weniger im Freien aufhalten und sich einseitiger ernähren.

Eine unzureichende Bildung von Vitamin D kann durch Vitamin D-Bestimmung im Blut nachgewiesen werden.

GIBT ES EINE ÜBERDOSIERUNG VON VITAMIN D-PRÄPARATEN?

Ja, man muss sich an die Dosierung halten. Unerwünschte Wirkungen können die Bildung von Nierensteinen und Nierenverkalkungen sein.

WIE SOLL ICH MICH ALS NICHT-RISIKOPERSON VERHALTEN?

Das ganze Jahr über an die frische Luft gehen. Die körperliche Bewegung und Aktivität im Freien stärkt Knochen und Muskulatur. Dazu eine ausgewogene Ernährung (mit Fisch). Das ist die beste Prophylaxe für unsere Knochen, Muskulatur und das Immunsystem.

Einen schönen Sommer, Sonne und die Zeit, um die Vitamin-D-Speicher zu füllen, wünscht euch Dr. Hans Reiter.

Stürze bleiben im Alter meistens nicht ohne Folgen. Verletzungen und Angst vor weiteren Stürzen schränken oft die alltäglichen Aktivitäten ein. Rund die Hälfte der Verletzungen sind Knochenbrüche. Andere Wunden sowie Prellungen und Kopfverletzungen sind ebenfalls häufig.

Die Sturzprävention sorgt mit einem speziellen Trainingsprogramm für knapp 80% weniger Stürze, mehr Beweglichkeit und Selbstständigkeit und beugt so Problemen im Alltag vor. In der Kleingruppe wird mit Gleichgesinnten unter spezifisch geschulter Anleitung gearbeitet.

Die Kurse werden abgehalten und organisiert vom Institut für sportwissenschaftliche Beratung – Mag. Harald Jansenberger, Vertragspartner der ÖGK.

KURSHALTE

- Austausch und gemeinsame Bewegung in Kleingruppen
- Spezielle Übungen zur Verbesserung von Gleichgewicht, Kraft und Reaktion
- Mit einfachen Bewegungsaufgaben wird auf persönliche Stärken und Schwächen eingegangen
- Fortschrittkontrolle durch den Trainer oder die Trainerin
- Übungen für zuhause in Wort und Bild inklusive Kursunterlagen

Kursdauer: 12 Einheiten zu je 50min

Zielgruppe: Selbständig lebende Personen ab 70 Jahren, in Oberösterreich versichert (jede Versicherung)

Kostenloses Training!

Trainer: Mag. Christian Stumptner

TRAININGSBEGINN

Mittwoch, 13. September 2023

Wann: 9.15 Uhr (2 Gruppen 8:30 Uhr)

Ort: Kleiner Pfarrsaal

12 Trainingseinheiten (6x Doppelstunde oder 12x 1h-Einheit)

EUR 5,00 für Raumbenützung (restliche Kosten trägt die Gesunde Gemeinde)

ANMELDUNG

Aloisia Öhlinger

H: 0676 814281605

E-Mail: aloe@gmx.at

BEGRENZTE TEILNEHMERZAHL!

Anmeldung bis **20. August 2023**

VA: Gesunde Gemeinde Gramastetten

BEI INHALTLICHEN RÜCKFRAGEN:

Vertragspartner der ÖGK

Mag. Harald Jansenberger

Institut für sportwissenschaftliche Beratung

Tel.: 0650-5427253

www.jansenberger.at

HENDLPETER

Knusprige Grillhendl von HENDLPETER

**gibt's jeden 2. und 4. Freitag
im Monat beim Winkler Markt**

frisch, knusprig und g'schmackig ...

www.hendlpeter.at

DARMYOGA. Für ein gutes Bauchgefühl



Foto: privat

Yoga ist Balsam für den Darm und die Seele. Gönn dir und deinem Körper eine kurze Auszeit. Spüre wie sich sanfte, fließende Bewegungen, bewusste Atmung, positive Gedanken und meditative Entspannung zu beruhigender Musik gut auf deine Darm-Hirn-Achse auswirken. Denn geht es unserem Darm gut, fühlen wir uns rundum wohl.

Mit Sportwissenschaftlerin Katrin Lang, Expertin für Darmgesundheit, Lauftrainerin, Triathletin & mehrfache IRONMAN Finisherin, Europameisterin in Duathlon, Staatsmeisterin in Duathlon.

Wann: **4. Juli 2023, 18.30-20.30 Uhr**
 Wo: Kindergarten Pöstlingberg, Nöbauerstraße 15, 4040 Pöstlingberg
 Kosten: EUR 39,00
 (90 min Darmyoga, Wissenswertes zum Thema Darmgesundheit & Omega3, Möglichkeit einer Fettsäureanalyse)

ANMELDUNG & INFOS:
 Katrin Lang
 T: +43 660 5088 021

GROSSES INTERESSE AM WALDLUFTBADEN



Im Rodtal und vor allem auf der Jahresstiege finden sich viele Plätze zum Kraft tanken und erholen.

Am 3. Mai veranstaltete die Gesunde Gemeinde gemeinsam mit dem Team des Bibliograms einen Vortragsabend zu Thema Mühlviertler Waldluftbaden – Eintauchen in die heilsame Atmosphäre des Mühlviertler Waldes mit dem Ganzheitsmediziner Dr. Martin Spinka. Im gemütlichen Rahmen des Bibliograms verfolgten die 50 Teilnehmer:innen mit

großem Interesse die Ausführungen des erfahrenen Kur- und Kneipparztes. Er präsentierte auf eine sehr mitreißende Weise die Ergebnisse der selbst durchgeführten Studie zum Thema Waldluftbaden, bei der er 10 Monate die Probanden jede Woche mindestens 4 Stunden in den Wald schickte.



Foto: Gesunde Gemeinde

Durch diese Studie konnte er zeigen dass ein Waldaufenthalt die Erholungsfähigkeit des menschlichen Organismus stärkt und nachweislich unsere Gesundheit fördert. Mit besseren Werten für das vegetative Nervensystem funktioniert das „Bremsen“ im Alltag besser. Die ionisierte Waldluft als reinster Cocktail aus bioaktiven Substanzen bewirkt einen besseren Schlaf, unterstützt die Verdauung, fördert die allgemeine Widerstandskraft und wirkt sich positiv auf die Herzgesundheit aus. Im Frühling, Sommer, Herbst und Winter.

In einem Satz: Schon vier Stunden pro Woche im Wald genügen, um den Schlaf und die Verdauung zu verbessern und das Herz und die allgemeine Widerstandskraft zu stärken.

Rätselspaß



Wie gut kennst du
Oberösterreich?

Verbinde die
Zahlen

1

Wo in Oberösterreich wird Salz abgebaut?
TIPP: Man kann sich an sehr heißen Sommertagen
in den Salzbergwerken abkühlen.

2

Jedes Bundesland hat seine eigenen Landesfarben.
Kennst du die Landesfarben von Oberösterreich?

3

An heißen Sommertagen gehen wir in
Oberösterreich gerne baden. Weißt du,
welcher oberösterreichische See
der größte ist?

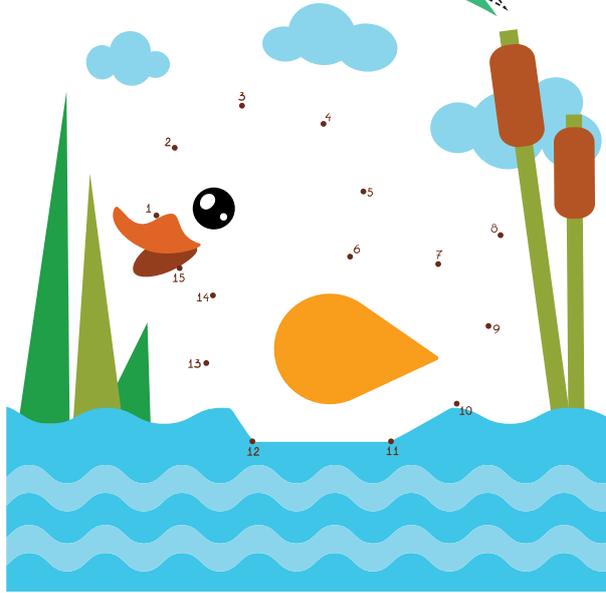


Illustration © Adobe Stock, ksenyasava

Finde den Weg zum Honig



Liebe Kinder, liebe Eltern!

Oberösterreich ist das Land der Möglichkeiten –
auch der vielfältigen Möglichkeiten für Freizeit
und Unterhaltung.

Ich wünsche viel Spaß beim Erkunden der Natur-
schätze unserer herrlichen Heimat und erholsame
Stunden mit Freunden und Familie.

Landeshauptmann
Thomas Stelzer

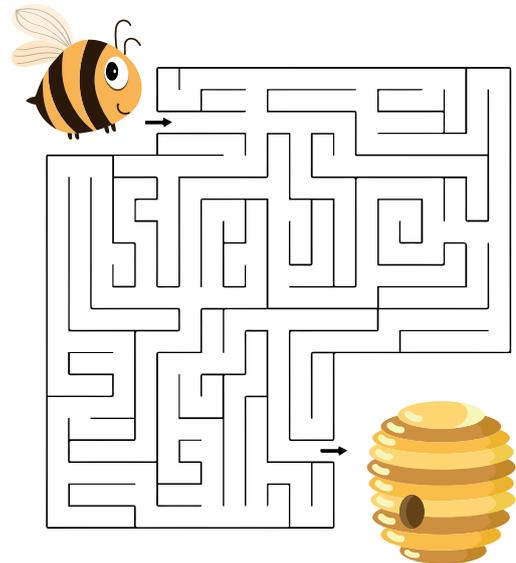


Illustration © Adobe Stock, VS artdesign

LÖSUNGEN: Wie gut kennst du Oberösterreich? 1 Bad Ischl
und Hallstätz, 2: Weiß-Rot, 3: Attersee

MODERNSTER SCHAURaum ÖSTERREICHs



GARTNER

auf 1.200 m²

... ihr Partner für maßgefertigte Lösungen in Holz & Metall

Wir beraten Sie gerne persönlich vor Ort oder in unserem Schauraum in Eferding. Wir bieten Ihnen eine ehrliche und faire Preisgestaltung. Die Maßabnahme vor Ort

gehört selbstverständlich zu unserem Service. Auf die hauseigene Produktion und eine sorgfältige Montage legen wir größten Wert. Unsere Bandbreite reicht vom Standardbereich bis hin zu maßgefertigten Produkten.

Von der Planung über die Fertigung bis hin zur Montage – alles aus einer Hand!

Leistungen:

HOLZ

- Haustüren
- Innentüren
- Schiebetüren
- Böden
- Glaselemente
- Treppen
- Betonstiegenverkleidungen
- Geländer in Holz

METALL

- Überdachungen / mit Schiebeverglasungen
- Stiegen / Treppen
- Geländer für innen und außen / Handläufe
- Terrassen / Balkone / mit Bodenbeläge
- Zäune / Tore
- Carports
- Sonderanfertigungen in Alu, Niro, Stahl und Glas



Gartner Türen Vertriebs GmbH & Co KG
Nikola-Tesla-Str. 8, 4070 Eferding
Tel.Nr.: +43 (0) 7272/ 69802
E-Mail: office@gartnertueren.com

Besuchen Sie uns jetzt schon
in unserem virtuellen Schauraum
mit QR-Code oder unter
www.gartnertueren.com



Spenglerei Dachdeckerei

DACH + WAND

Kiesenhofer u. Grilberger Ges.m.b.H.

Tel.: 07239 / 71 31
Edlau 46 - 4291 Lasberg
Gewerbepark 1 - 4201 Gramastetten

www.dach-wand.at

KULTURFORUM GRAMASTETTEN

Im Herbst gibt es heuer zahlreiche Veranstaltungen, die man in Gramastetten besuchen kann. Das Kulturforum Gramastetten hat sich sehr bemüht, beim Kultur Herbst 2023 ein buntes, hochwertiges und abwechslungsreiches Programm auf die Beine zu stellen.

Der Kultur Herbst 2023 startet am **28. September** mit einer **Vernissage der Künstlerin Dana Ployer**. Begleitet wird die Veranstaltung von Schüler:innen und Lehrer:innen der Musikschule Gramastetten-Ottensheim.

Am **07. Oktober** können sie als Besucher die facettenreiche, bunte und lustige Welt des Improtheaters kennenlernen. Die **IMPROPHETEN** zau-

bern mit den Inspirationen aus dem Publikum live und in Echtzeit spontane, charmante, schräg-schille und leidenschaftliche Szenen und Geschichten auf die Bühne des Gramaphons.

Lustig geht es weiter am **15. November** mit dem **Kabarett von Benedikt Mitmannsgruber** mit seinem Programm „der seltsame Fall des Benedikt Mitmannsgruber“.

Die leider heuer im Mai verstorbene Tina Turner war eine Rocklegende der 80er. Am **17. November** können sie ihre größten Hits nocheinmal erleben. Die **Solistin Stella Jones und das großartige ptArt Orchester** (geleitet von Norbert Hebertinger) haben mit „Tina

Turner SYMPHONICS“ ein Konzerterlebnis der Extraklasse geschaffen.

Der **traditionelle Christkindlmarkt am ersten Adventwochenende** leitet die Adventzeit in Gramastetten ein.

Mit dem **Weihnachtskonzert der Poxrucker Sisters am 07. Dezember** mit dem Titel „Weihnochtn für mi“ endet der Kulturherbst 2023 in Gramastetten.

Details zu den Veranstaltungen finden Sie unter www.kulturforum-gramastetten.at oder im Veranstaltungskalender der Gemeinde Gramastetten – www.gramastetten.ooe.gv.at/Freizeit/Tourismus/Veranstaltungskalender.

DIE IMPROPHETEN. „DIE IMPROPHETEN SPIELEN AUF“

Samstag, 07. Oktober 23 | 20:00 Uhr | Gramaphon, Panoramasaal



Fotos: Impropheten

Teil der sehr talentierten und kreativen Schauspieler der Impropheten ist unter anderem der Gramastettner Pumberger Klaus, der sich schon sehr auf einen Auftritt in seinem Heimatort freut!

Bei dieser speziellen Theaterform des Improvisationstheater gibt es kein vorgefertigtes Textbuch und keine vorher einstudierten Szenen. Beim Improtheater ist jede Show eine Uraufführung.

Mit Inspirationen aus dem Publikum werden live und in Echtzeit, spontane, charmante, schräg-schille und leidenschaftliche Szenen und Geschichten auf die Bühne gezaubert! Die Zuseher führen Regie und geben mit Ihren Vorgaben die entscheidenden Impulse. Die Kunst des Improvisierens liegt darin, sich von den unterschiedlichen Eingaben leiten zu lassen und gemeinsam mit dem Publikum eine Geschichte zu erzählen. Improtheater ist Theater, bei dem der Fantasie keine Grenzen gesetzt sind.

Gestalten sie als Besucher aktiv den Ablauf des Abends mit!

VORVERKAUFSKARTEN ERHALTEN SIE:

- beim VA Kulturforum Gramastetten (0680/2078645) oder online unter www.kulturforum-gramastetten.at
- im Restaurant Gramaphon
- bei den Vorverkaufsstellen von oeticket

VVK EUR 18,00

AK EUR 22,00

Freie Platzwahl!

VA: Kulturforum Gramastetten

Das Team des Kulturforum Gramastetten und die Künstler freuen sich auf euer Kommen und wünscht allen Besuchern gute Unterhaltung und viel Spaß bei einem ungewöhnlichen Abend mit vielen überraschenden Wendungen!

Erleben sie mit den Impropheten die facettenreiche, bunte und lustige Welt des Improtheaters.

Spontan, kreativ, musikalisch, humorvoll, berührend, verrückt – so geht es zu, wenn von den Linzer Improphis mit Fantasie und Spielfreude neue Welten erschaffen werden.

Die frische Improvisationstheatergruppe mit Moderator Günther Weiß und Musiker Wolfgang Lehner zeigt ein Potpourri der Bühnenkunst, die aus dem Moment heraus entsteht.

VERSICHERUNGSTIPPS

Endlich Urlaub! Sicherheit und Storno sind die Devise



Ein Bericht von Stefan Leitner

Fotos: privat

Der Sommer naht, die Sehnsucht nach Sonne, Strand und Meer ist groß. Nach den eher verpatzten Urlaubssaisonen der letzten Jahre ist bei Vielen die Reiselust riesig.

SORGLOS BUCHEN

Eine Reise- und Stornoversicherung ist immer sinnvoll. Kann man eine lang gebuchte teure Reise kurzfristig doch nicht antreten, entstehen meist hohe Stornokosten. Eine Reisestornoversicherung übernimmt diese Kosten bei bestimmten Stornogründen wie zum Beispiel Krankheit, Scheidung, Schwangerschaft, Verlust des Arbeitsplatzes durch Kündigung, Aufnahme eines neuen Arbeitsverhältnisses, etc.

Besonders sinnvoll für kostspielige Reisen, die lange im Vorfeld gebucht werden und viele Familienmitglieder (die krank werden könnten) umfassen. Beachten Sie, dass es bei Abschluss der Stornoversicherung Fristen gibt, ab wann der Versicherungsschutz aktiv ist.

SICHER IM URLAUB UND ZURÜCK

Im Ausland haben Sie durch Ihre E-Card (Europäische Krankenversicherungskarte auf der Rückseite der E-Card) nur einen minimalen Schutz bei Krankheit – beschränkt auf Länder der EU, Schweiz, Großbritannien, Nord Mazedonien, Montenegro, Serbien und Bosnien-Herzegowina.

Übernommen werden Kosten lediglich nach österreichischen Kassentarifen. Gerade in Tourismusregionen ist es jedoch oft so, dass Sie dort nur Privatspitäler und Privatärzte vorfinden.

Die Reisekrankenversicherung hingegen übernimmt sämtliche Kosten, die mit einer medizinischen Behandlung beim Arzt oder im Krankenhaus verbunden sind – und hier sprechen wir schnell von vierstelligen Beträgen ... Auch die Kosten für einen Rücktransport (bei medizinischer Notwendigkeit) und die Kosten für die Überstellung eines Verstorbenen würde die Versicherung übernehmen.

COMEBACK DER PAUSCHALREISE

Die Corona-Jahre haben im Tourismus ihre Spuren hinterlassen: gecancelte Flüge, Streitigkeiten um Refundierungen mit Reiseplattformen und Airlines. Dies umgehen viele Reisehungrige, indem wieder vermehrt auf die Buchung einer Pauschalreise gesetzt wird. Reise-rechtlich sind Sie so im Stornofall bestmöglich geschützt und haben nur einen Ansprechpartner, gegen den Sie Ihre Ansprüche geltend machen müssen.

REISEWARNUNGEN BEACHTEN

Eine Reisewarnung ist kein Reiseverbot. Allerdings wird von Reisen in Länder mit der Sicherheitsstufe 5 und 6 nachdrücklich abgeraten, es besteht hier womöglich auch kein Versicherungsschutz seitens der Reise- und Stornoversicherung. Kontrollieren Sie zwischen Buchung und Abreise, dass sich die Reisewarnstufe des Urlaubslandes nicht verändert hat.

FAZIT

Ich rate Ihnen dringend zu einer Reise- und Stornoversicherung, damit sich der Traumurlaub nicht zum finanziellen Albtraum entwickelt – das gilt nicht nur für Urlaub im Ausland, sondern auch für Reisen in Österreich!

haireinspaziert
Petra Ehrenmüller | Meisterfriseurin

HITZESTRESS BEI HUNDEN UND KATZEN

Tipps für zu Hause und auf Reisen

Hitzestress kann für Hunde und Katzen während der Sommermonate zu einem ernsthaften Problem werden. Hohe Temperaturen können zu Dehydrierung, Hitzschlag und anderen gesundheitlichen Komplikationen führen. Hier sind einige wichtige Tipps, um Ihre Haustiere zu schützen, sei es zu Hause oder auf Reisen.

Zu Hause sollten Sie sicherstellen, dass Ihre Haustiere jederzeit Zugang zu frischem, kühlem Wasser haben. Stellen Sie sicher, dass ihre Trinknapfe regelmäßig aufgefüllt werden und sie vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt sind.



Foto: Josh Rakower, Unsplash

Ein kühler Raum oder ein klimatisierter Bereich im Haus kann ihnen helfen, sich abzukühlen. Stellen Sie sicher, dass Ihr Haustier nicht auf heißen Böden oder Oberflächen liegt, da dies ihre Körpertemperatur erhöhen kann.

Wenn Sie mit Ihrem Haustier reisen, vermeiden Sie es, sie bei hohen Temperaturen im Auto zu lassen. Selbst bei leicht geöffneten Fenstern kann sich die Innentemperatur schnell auf gefährliche Niveaus erhöhen. Wenn Sie Ihr Haustier mitnehmen müssen, parken Sie an schattigen Orten und stellen Sie sicher, dass Sie ihnen frisches Wasser und gute Belüftung bieten. Vermeiden Sie es, sie alleine im Auto zu lassen.

In Bezug auf das Futter sollten Sie die Mahlzeiten Ihrer Haustiere anpassen, um Verdauungsprobleme zu vermeiden. Geben Sie ihnen leicht verdauliche Nahrung und teilen Sie ihre Mahlzeiten auf mehrere kleine Portionen auf, um Überhitzung zu verhindern. Vermeiden Sie es, das Futter in direkter Sonneneinstrahlung zu lassen, da dies zu Verderb führen kann.

Zusätzlich zum Futter ist es wichtig, Ihren Haustieren genügend Wasser anzubieten. Stellen Sie sicher, dass Sie



Ein Bericht von Karl Püspök

auch unterwegs Zugang zu frischem Wasser haben. Tragen Sie eine Trinkflasche und eine Schüssel für Ihr Haustier mit, um sie regelmäßig mit Flüssigkeit zu versorgen.

Insgesamt ist es wichtig, die Bedürfnisse Ihrer Haustiere während der heißen Sommermonate zu verstehen und angemessene Vorkehrungen zu treffen. Indem Sie auf ihre Hydratation, ihre Umgebung und ihre Ernährung achten, können Sie ihnen helfen, Hitzestress zu vermeiden und ihre Gesundheit zu schützen.



**DIE
MEISTER
MALEREI**

**WIR STEHEN FÜR
BESTE QUALITÄT**

Christian Rammerstorfer
Uttendorf 23
A-4174 Niederwaldkirchen

T 07231 333 12
office@diemeistermalerei.at
www.diemeistermalerei.at



NEUES VOM CHOROGRAM



Foto: ChoroGram

Ein besonderer Dank gilt neben dem Vorstand auch dem Organisator/Manager Fritz Simader, sowie der Notenwartin Lore Reichtomann.

Voller Elan, Motivation und Engagement ist der Gesangsverein mit Verstärkung von Pianist Hans-Peter Gratz, sowie 5 Neumitgliedern ins neue Probenjahr gestartet. Drei Messen, die Erstkommunion, die Firmung und eine Hochzeit wurden bereits musikalisch gestaltet.

Das ChoroGram freut sich über weitere Neueinsteiger, auch Männer sind jederzeit herzlich willkommen und können dienstags um 19.30 Uhr zur Probe ins Pfarrheim kommen.

Weitere Infos und Probestermine gibt es unter: www.chorogram.at

Ein Bericht von Julia Hofer

Am 11.4.23 kamen die Mitglieder des ChorGrams zur Jahreshauptversammlung im Gasthaus Stöbich zusammen. Gemeinsam wurde auf das vergangene Jahr zurück geschaut und die engagierte Chorleiterin Valérie Schöffl-Zweifel gab einen Ausblick auf das Folgende.

Der Vorstand des ChoroGrams mit der Obfrau Sandra Durstberger, ihrem Stellvertreter Alois Fuchs und der Kassiererin Karin Madlmayr wurde einstimmig wieder gewählt. Einzig das Amt der Schriftführerin wurde von Barbara Mitter-Retzl an Julia Hofer übergeben.

Werkzeug – Maschinen
Haushaltsartikel
Messer aller Art

WHM

Stahlwaren – Bleche
Schleifarbeiten
Lasergravur

Jürgen Messner

Handel mit Waren aller Art

Marktstraße 24 | 4201 Gramastetten | 0664 22 55 196 | office@whm-messner.at | www.whm-messner.at

WieshofLaden
Fam. Strasser-Pargfrieder
Wieshof 5, 4201 Gramastetten
straparg@gmail.com
+43 660 1603362

**WIESHOF
ALPAKAS**



**Wolle und Wollprodukte
für jede Jahreszeit**

- Schuh-Einlagen
- Premium-, Sport-, Sneakersocken
- Stolen
- Bettdecken
- Souvenirs

Und außerdem: Naturdung!

DAS WAR DIE SANDKISTENFÜLLAKTION 2023



DIE HAUSMASTA

Kostenlose Erstbesichtigung

- Räumung & Entrümpelung
- Umzug & Übersiedelung
- Transporte
- Grünservice
- Reinigungsservice
- Fassadenreinigung

SAUBER - SICHER - SCHNELL -
PÜNKTLICH - ZUVERLÄSSIG - GÜNSTIG

Tel.: +43 (0) 676 55 15 740
kontakt@diehausmasta.at

DIEHAUSMASTA.AT

FULMINANTER MAIBOCK FRÜHSCHOPPEN



Ein Bericht von Anita Eckerstorfer

Die FF Lassersdorf versteht es immer wieder, mit dem alljährlichen Maibock-Frühshoppen, das Publikum anzulocken. Auch dieses Jahr ging der allseits bekannte Frühshoppen beim Bründl in Lassersdorf (Familie Burgstaller) wieder fulminant über die Bühne. Nicht nur die zur Verfügung stehende Maschinenhalle war bis auf den letzten Platz gefüllt, sondern auch angesichts des Schönwetters auch das Freige-lände. Neben reichlich Stimmung und

Witz durch BradlBrass – die Tanzmu-si aus dem oberen Mühlviertel gab es ausgezeichneten „Maibock vom Grill“, knusprige Grillhendln, Bratwürsteln, hausgemachte Mehlspeisen und na-türlich reichlich zum Trinken. Auch für die kleinen Gäste kam der Spaß nicht zu kurz. Eine aufgebaute Hüpfburg lud zum Toben ein. Die Besucher waren nicht nur von dem hervorragenden Es-sen überzeugt, sondern auch von dem bravourösen Service der vielen helfenden

den Hände der Freiwilligen Feuerwehr Lassersdorf. Anerkennung und Dank für die mustergültige Organisation gebührt der gesamten Feuerwehrschaft mit ihrem Kommandanten Siegi Madlmayr.

Auch Bürgermeister Mag. Andreas Fazeni war von dem Zusammenspiel der vielen fleißigen Hände und von der Frühshoppenstimmung begeistert.

Bis weit in den Abend unterhielt man sich köstlich und genoss an der Seid-lbar oder bis spät in die Nacht in der „Spitzbodenbar“ das Feuerwehrfest.

TERMINE

Burgruine Lichtenhag



Der Verein zur Erhaltung der Burgruine Lichtenhag lädt zu folgenden Veran-staltungen im Sommer ein:

PFARRWANDERTAG

- Sonntag, 25. Juni ab 13 Uhr
Pfarrwandertag mit Andacht bei der Burgruine Lichtenhag und anschlie-ßender Agape im Pfarrhof

JONNY CASH KONZERT

- Samstag, 16. September ab 16 Uhr
Jonny Cash Konzert mit Joe Prommer inkl. möglicher Burgführung vor dem Konzert

Details zu den Terminen findest du auf www.burg-lichtenhag.at

my friends
DEINE FAHRSCHULE

Zentrale: Ottensheim

Nonstopkurse - Schnellkurse - Mopedkurse

Tel. 07234 / 86 064, 0676 / 847 859 600

www.fahrschule-myfriends.at

Sommerkurse: 26.06.23 / 17.07.23 / 07.08.23 / 28.08.23

TROCKENSTEINMAUER-KURS BEI DER JAHRESSTIEGE

Nachhaltig, ökologisch, regional – historisches Kulturerbe für jedermann



Foto: Rainer Vogler

Trockensteinmauern ist die älteste Bauweise der Menschheit und seit kurzem immaterielles Kulturerbe der UNESCO. Bis heute ist es die nachhaltigste, natürlichste und dauerhafteste Bauweise. In Gärten, um Häuser, im Gelände und im Wegebau freut sich das Trockensteinmauern großer Beliebtheit.

Die Trockensteinmauern-Schule Österreich möchte alle Menschen für das regionale Naturmaterial Stein begeistern – und damit einen wertvollen Beitrag zur Ökologie und lokalen Wirtschaft leisten.

Von 21. – 23. September 2023 laden die Trockensteinmauern-Schule und die Gemeinde Gramastetten alle Interessierten zu einem dreitägigen Praxiskurs an der Jahresstiege.

Die Erklärung der Bautechnik, viel Üben an Mauern und Zierelementen und ein umfangreicher Bildvortrag machen den Kurs zu einem Erlebnis. Für Essen und Trinken ist ausreichend gesorgt.

Jeder kann das kunstvolle Handwerk des Trockensteinmauerns erlernen: ausschließlich aus Naturstein entstehen Ziermauern, Kräuterspiralen, Sitzbänke, Nischen oder Stiegen.

Seit über 7.000 Jahren werden Trockensteinmauern erbaut, und halten oft Jahrtausende. An Böschungen sind sie elastisch und wasserdurchlässig. Also Biotop fördern Trockensteinmauern die Biodiversität wie kein anderes menschliches Bauwerk.

So haben Trockensteinmauern nur rund 1/10 des Energieverbrauches von anderen Baustoffen. Weit über 100 Tierarten und bis zu über 500 Pflanzenarten finden auf engstem Platz in Trockensteinmauern ihren Lebensraum.

”

Unsere Trockensteinmauerkurse finden in fast allen Bundesländern Österreichs statt. Abgesehen von der Übung in der Natur und den vielen Ideen für den eigenen Garten, hat jede Kursgruppe immer Spaß und Unterhaltung.

Rainer Vogler
Trockensteinmauer-Schule

“

Trockensteinmauer-Kurs

21. – 23. September 2023

INHALT

- Einführungsvortrag Bautechnik
- Praxiskurs zur Errichtung von Trockensteinmauern vom Mauerfundament bis zur Mauerkrone
- Einbau eines Zier- oder Nutzobjektes
- Bildvortrag zu besonderen Bauobjekten & Zierbauten aus Stein

Ort: Jahresstiege Gramastetten
Dauer: 08.30 – 17.00 Uhr
Kosten: EUR 290,00 inkl. Unterlagen

INFO & ANMELDUNG:

0676 / 59 57 626

rainer.vogler@wbs-krems.at

POOL
SAUNA
INFRAROT

Mein Pool im Sommer:

Die häufigsten Fragen unserer Kunden

Sommer, Sonne, Badezeit! Was muss ich bei der Poolpflege im Sommer beachten und was mache ich, wenn ich für 14 Tage in den Urlaub fahre? Wie gehe ich mit starkem Regen oder hohen Wassertemperaturen im Pool um?

Auf unserer Website finden Sie alle Antworten & vieles mehr!

Auch als
PODCAST!
Jetzt QR-Code mit Handy scannen:

www.delfin-wellness.at

Welsler Straße 58 | 4060 Leonding | 0732 / 68 10 00

Hörgeräte TESTWOCHE

- **Vereinbaren Sie bitte einen Termin**
- **Professioneller Hörtest und Beratung**
- **Hörgeräte **SOFORT MITNEHMEN UND UNVERBINDLICH** PROBETRAGEN**



Wir verhelfen zu mehr Lebensqualität.



Ausführliche Beratung durch top ausgebildete HörgeräteakustikerInnen



Kostenlose Hörmessung



Hörsysteme führender Hersteller



Krankenkassen-Direktverrechnung



Hausbesuche, u.v.m.



Einfach und bequem:
Termin online anfragen!



Scan mich!
Besuchen Sie uns auch auf
Facebook & Instagram

4020 Linz, **Mozartstr. 7 · ATRIUM City-Center**
 4020 Linz, **Am Bindermichl 56**
 4201 Gramastetten, **Marktstr. 32**

Tel. 05 0277
 faszination@waldstein.at
 faszination-hoeren.at



w a l d s t e i n

F a s z i n a t i o n H ö r e n