

PRO.Gram HEFT



ADEG in der Marktstraße: Ab dem 4. April eröffnet das Geschäft mit einer herzlichen Einkaufsatmosphäre. In einem exklusiven Interview spricht Kaufmann Christian Schröger über seine Vision für das neue ADEG-Geschäft. >> Seite 18

Gesundheitszentrum am Berg: Bereits in Betrieb! Die offizielle Eröffnung mit einem Tag der offenen Tür findet am 25. April ab 13 Uhr statt. Erfahren Sie mehr über die medizinischen Dienstleistungen und das Team hinter diesem wichtigen Projekt. >> Seite 4

Pilgern: "Wenn nichts mehr geht, dann muss man gehen." Ein tiefgründiges Interview mit den Vertretern aus Gramastetten über das inspirierende Projekt des Wilheringer Pilgerwegs. >> Seite 14



**MIETWOHNUNG
IM HERZEN VON
GRAMASTETTEN**

TOP 2

**Raiffeisen
Gramastetten Rodltal**



TOP 2: Auf ca. 58,9 m² befinden sich ein großzügiges Schlafzimmer, ein Badezimmer mit einer Dusche und ein großer Wohn-Essbereich inklusive Küche. Am ca. 8,18m² großen Balkon kann man die Stille und den wunderschönen Ausblick genießen.

Gesamtkosten: 719,47 € inkl. USt.

Unsere Immobilienexperten in Ihrer Nähe:



Yvonne Nöster
Leitung Immobilien

✉ noester@rbgr.at
☎ +43 7239 8123 32654



Konrad Reiter
Immobilienmakler

✉ reiter@rbgr.at
☎ +43 676 8142 9207



Elisabeth Klaming
Assistenz Immobilien

✉ klaming@rbgr.at
☎ +43 7239 8123 32637

Wohnraumerweiterung
Kellerdeckenisolierung
PV-Anlage
Solaranlage
Heizungsumstellung
Fenstertausch
Fassadendämmung

FÖRDERBAR?

Erstklassige Beratung sichert Ihnen bares Geld.

Österreich ist das Förderland Nr. 1. Das ist großartig und macht Wohninvestitionen leistbar. Aber wie soll man bei all den unterschiedlichen Angeboten den Überblick behalten?

Ganz einfach! Lassen Sie sich von unseren Förderspezialist:innen beraten.

Vereinbaren Sie gerne einen Termin!

www.rb-gramastetten.at

LIEBE GRAMASTETTNERIN, LIEBER GRAMASTETTNER!

WIR WÜNSCHEN EINEN ERFOLGREICHEN START!

Gleich zwei sehr wichtige und attraktive Infrastruktureinrichtungen eröffnen ihren Betrieb. Im Gesundheitszentrum „Am Berg“ sind bis Anfang März alle Ärzte sowie die Apotheke am neuen Standort in den Vollbetrieb gegangen. Mit Adeg als neuer Nahversorger im Ortszentrum folgt die nächste Eröffnung. Damit wird eine sehr wichtige und von den Bewohnern ersehnte Lücke geschlossen und das Angebot deutlich verstärkt. Diese Entwicklung ist in einer doch turbulenten Zeit sehr erfreulich und nicht selbstverständlich. Ein Geschäft oder eine Praxis zu gründen, erfordert viel Leidenschaft, Mut und unternehmerisches Denken.

Die Wertschätzung alleine genügt aber nicht ganz. Es liegt auch an jedem von uns persönlich, dieses Angebot anzunehmen und zu unterstützen. Die Erhaltung und Steigerung der Lebensqualität macht unseren geschätzten Heimatort einzigartig. Die Vorbereitungen für neue Initiativen unter anderem im gesundheitstherapeutischen Bereich sind bereits im Lauf.

Ich bedanke mich bei allen Fraktionen im Gemeinderat für die Zusammenarbeit und konstruktive Entscheidungsfindung, um derartige Entwicklungen zu unterstützen und voranzutreiben. Allen Gründer:innen wünschen wir viel Erfolg, Kraft und Ausdauer!



Andreas Fazeni

Mag. Andreas Fazeni
Bürgermeister

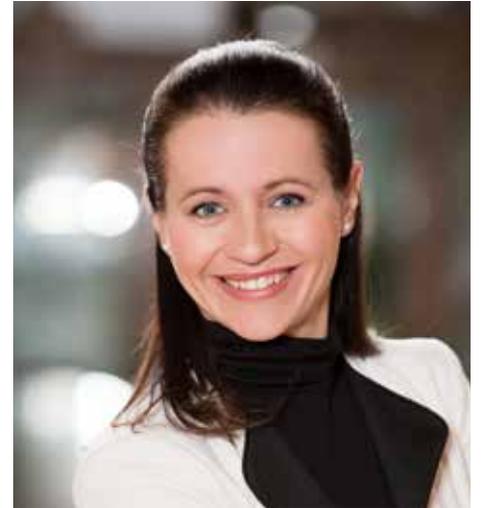
Sie halten heute die Frühlingsausgabe unseres Pro.Gram.Heftes in Händen, mit 40 Seiten ist es so umfangreich und bunt wie nie zuvor. Das abwechslungsreiche Magazin ist das Ergebnis der gemeinsamen Arbeit vieler engagierter Menschen, die hinter dem Vorhang für Sie recherchieren und schreiben.

Wir sind begeistert, dass zahlreiche Betriebe und Dienstleister die Gelegenheit nutzen, sich in unserem Gramastetten-Magazin zu präsentieren, und somit einen wertvollen Beitrag zu diesem Gemeinschaftsprojekt leisten.

Wie der Frühling eine Aufbruchstimmung in die Natur bringt, so spüren auch wir in unserem Ort die Energie des Neuen. Zahlreiche Projekte befinden sich im Entstehen, mit dem Wilhe-

ringer Pilgerweg stellen wir eines davon vor. Ich kann Ihnen versichern: Fad wird es in Gramastetten auch 2024 nicht. Unsere Vereine und Organisationen haben wieder vieles zu bieten, von Freizeitaktivitäten über Vorträge bis hin zu unterhaltsamen Abendveranstaltungen. Mit dem Forum am Berg, dem Veranstaltungsraum im Ärztezentrum Pöstlingberg, können wir ab sofort die Möglichkeiten dazu besonders aufwerten. Der Blick auf den Buchungskalender im Gemeindeamt verrät, dass viele Menschen auf diesen Raum gewartet haben und ihn jetzt mit Freude und Begeisterung nutzen.

In diesem Sinne wünsche ich uns allen einen guten und aktiven Start in den Frühling, viel Freude beim Durchblättern und Lesen.



Anita Eckerstorfer

Anita Eckerstorfer
Gemeindeparteiofbrau

Impressum

Medieninhaber: Oberösterreichische Volkspartei | Obere Donaulände 7-9, 4020 Linz
Herausgeber und Redaktion: OÖVP Gramastetten | GPO Anita Eckerstorfer | Lassersdorf 42, 4201 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

GESUNDHEITZENTRUM AM BERG

Bald ist es soweit: Die Eröffnung des Gesundheitszentrum am Pöstlingberg steht vor der Tür. Das 6,5 Mio. € Immobilienprojekt der Raiffeisenbank Gramastetten Rodltal vereint medizinische Fachkompetenz und modernes Wohnen.

Durch gebündelte Kompetenzen sorgt das Ärztezentrum, sowie die Apotheke am Berg für eine bestmögliche Versorgung in der Region und zudem beinhaltet das Projekt Einheiten, speziell für altersgerechtes Wohnen. Zusätzlich wurde mit dem „Forum am Berg“ ein Veranstaltungssaal als Ort des Zusammenkommens und der Gemeinschaft geschaffen und kann für sämtliche Veranstaltungen wie Bewegungseinheiten, Lesungen und Vorträge bei der Gemeinde Gramastetten gemietet werden.

Das Projekt ist ein Beispiel gelebter Regionalität und Umsetzung des Förderungsauftrages nach Raiffeisen in moderner, nachhaltiger Form.

Im Rahmen der Eröffnung laden wir Sie herzlich zum **Tag der offenen Tür am 25. April, ab 13:00 Uhr**, ein. Dieser bietet die perfekte Möglichkeit, die Räumlichkeiten und die dort niedergelassenen Ärzte persönlich und in gemütlicher Atmosphäre kennenzulernen. Kommen Sie gerne vorbei!



Letzte Handgriffe für eine reibungslose Technik, bereits im April finden erste Veranstaltungen statt.

GESUNDHEITZENTRUM AM BERG
Tag der offenen Tür
 25. APRIL 2024, AB 13:00 UHR

- Apotheke**
- Ärztezentrum**
- Forum am Berg**
Veranstaltungssaal
- Wohnen**

IN DER REGION.
 FÜR DIE REGION.

Ein Projekt von
 Raiffeisen Gramastetten Rodltal

www.hausamberg.at

GESUNDHEITSANGE



01



02



03



04



05



06



07



BOT AM BERG

01 Mag. Magdalena Djebbara

Psychologie, Supervision und ganzheitliche Gesundheit

www.meinimpuls.at

0660 945 0 645

kontakt@meinimpuls.at

02 Dr. Sandra Kernecker

Praxis für Allgemeinmedizin

0732 731170

ordination@dr-kernecker.at

www.dr-kernecker.at

03 Wilbirg Kaimberger

Diplomierte Krankenschwester und zertifizierte Wundmanagerin
Kontakt über Ordination Dr. Kernecker

04 Dr. Angelika Neusch-Fahrner

Kinderfachärztin

0732/290900

ordination@kinderaerztin-amberg.at

www.kinderaerztin-amberg.at

05 Dr. Katharina Fiala

Fachärztin für Dermatologie

0681 20861885

praxis@hautarzt-fiala.at

www.hautarzt-fiala.at

06 Dr. med. univ. Philip Sebastian

Trautner, MSC

Facharzt für Frauenheilkunde und

Geburtshilfe

07239 21 800 21

ordi@gynamberg.at

www.gynamberg.at

07 Dr. Gudrun Böhm, IBCLC

Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe, Allgemeinmedizinerin, Stillberaterin IBCLC, Diplom für orthomolekulare Medizin, Akupunkturdiplom

07239 21 80 04

ordi@gynboehm.at

www.gynboehm.at



ÖFFNUNGSZEITEN:
Montag-Freitag: 08:00-18:00 Uhr
Samstag: 08:00-12:00 Uhr

Wir freuen uns, Sie in der Apotheke am Berg begrüßen zu dürfen!

www.apoamberg.at



franz gugler

IHR PERSÖNLICHER HAUSMEISTER

**Reparaturen
Wartung /
Instandhaltung
Garten**

+43 676 520 22 04
info@hausmeister-gugler.at
4201 Gramastetten www.hausmeister-gugler.at



LIWEST



**Super-
schnelles
Internet**

ist in manchen Momenten
nicht das Wichtigste.

CARSHARING U.WE MOBIL

Eine spannende Mobilitätslösung für unsere Region



Ein Beitrag von Stefan Weinberger, operativer Geschäftsführer Uwe.Mobil

Car-Sharing erfreut sich wachsender Beliebtheit und trägt maßgeblich zur Förderung nachhaltiger Mobilität bei. Es dient in unserer Region als Bindeglied und Ergänzung zum Öffentlichen Verkehr und erweitert so das Mobilitätsangebot in den Gemeinden.

Ca. 50% des Gesamtenergieverbrauchs entfällt bei einem PKW auf die Produktion des Fahrzeugs. Durch das Teilen werden wertvolle Ressourcen eingespart und die Ökobilanz dieses Verkehrsmittels deutlich verbessert. Die Flotte des Carsharing Vereins U.WE Mobil wird rein elektrisch mit Ökostrom betrieben.

Folgend ein paar Informationen zum Carsharing und zu unserem Angebot:

Was ist Carsharing? Carsharing ermöglicht es Gemeindemitgliedern, Fahrzeuge gemeinsam zu nutzen, anstatt sie zu besitzen. Durch diesen gemeinschaftlichen Ansatz werden Ressourcen effizienter genutzt, was zu einer Verringerung des individuellen Autobesitzes (Parklatzersparnis) und

somit auch des CO₂-Ausstoßes führt. Carsharing ist zudem deutlich günstiger als ein eigenes Auto zu besitzen.

Carsharing in unserer Region und darüber hinaus: In unserer Region betreiben wir als gemeinnützige Carsharingverein Urfahr West seit 2016 eine Flotte von vier Fahrzeugen in drei Gemeinden: Ottensheim, Gramastetten und Lichtenberg. In Ottensheim steht zusätzlich noch ein E-Lastenrad zur Verfügung. Als Mitglied des Vereins können sie auch alle Fahrzeuge unserer Dachmarke „Mühlferdl“ in den Regionen Rohrbach und Freistadt zum selben Tarif mit nutzen. Darüber hinaus sind wir auch Mitglied bei Carsharing Österreich, wodurch sie Zugriff auf hunderte Fahrzeuge in ganz Österreich zum Tarif des jeweiligen Betreibers haben.

Teilnahmebedingungen und Funktionsweise: Privatpersonen und Firmen gleichermaßen haben die Möglichkeit, sich an diesem umweltfreundlichen Mobilitätskonzept zu beteiligen. Erfahren Sie auf unserer Webseite, wie einfach die Anmeldung ist und wie das System funktioniert: <https://regionuwe.familyof-power-mobility.com/registrieren>

Kosten im Überblick:

Neben der monatlichen Grundgebühr erfolgt die Abrechnung über die genutzte Zeit. Die Tarife werden aktuell überarbeitet und lagen uns bei Redaktionsschluss noch nicht vor. Ab April sind sie auf der Homepage www.muehlferdl.at zu finden.

Fahrzeugauswahl:

Ottensheim: VW ID3, Renault ZOE und ein E-Lastenrad
Lichtenberg: Renault ZOE
Gramastetten: Kia Soul

Anmeldesystem: Auf unserer Webseite erfahren sie, wie einfach die Anmeldung ist und wie das System funktioniert.

Diese läuft in folgenden Schritten ab:

- Einmalig registrieren
- Primäres Fahrzeug wählen
- Tarif auswählen
- Zahlungsmittel hinterlegen
- Führerschein hochladen
- Einschulungstermin vereinbaren



Fotos: Uwe.Mobil

Wir würden uns freuen, Sie als neues Mitglied bei uns begrüßen zu dürfen. Für weitere Informationen besuchen Sie unsere Homepage www.muehlferdl.at/ oder nehmen Sie mit uns Kontakt auf unter: uwemobil@regionuwe.at

DIE BIOTONNE ALS ERGÄNZUNG ZUM HAUSKOMPOST

Kompostieren ist einfach, wenn man einige Grundsätze beachtet

Wer einen Garten hat, kann seine Küchen- und Gartenabfälle selbst kompostieren. Voraussetzung: Man kompostiert richtig und berücksichtigt die rechtlichen Rahmenbedingungen – zum Schutz von Boden, Wasser, Luft und auch der Nachbarn. In den meisten Fällen ist der Kompost viel zu unreif und es besteht die Gefahr, den eigenen Garten zu überdüngen. Aus diesem Grund empfehlen Umweltexperten eine Biotonne als Ergänzung.

Laut Vorgabe des Landes ist die Biotonne flächendeckend im ganzen Gemeindegebiet anzubieten, um zusätzlich das hohe Aufkommen an biogenen Abfällen in den Restmülltonnen zu vermindern. Seit Jänner 2024 können die Bürger:innen in Gramastetten im gesamten Gemeindegebiet die Biotonne inkl. Abholung in Anspruch nehmen. Bitte direkt am Gemeindeamt bestellen und anmelden.

Kompostieren heißt, beste Lebensbedingungen für die sauerstoffliebenden Kleinlebewesen zu schaffen. Dabei sind die Faktoren Wasser, Wärme und Luft von besonderer Bedeutung. Wasser ist die Voraussetzung für alle mikrobiologischen Prozesse. Bei fehlender Feuchtigkeit gehen viele Mikroorganismen in eine Ruhepause, zuviel Wasser behindert dagegen die Tätigkeit der luftliebenden Lebewesen. Die Durchlüftung ist gefährdet, der Haufen kühlt aus, und in der Folge kann es zu unerwünschten Fäulnisprozessen kommen. Es entwickeln sich unangenehme Gerüche und klimaschädliche Gase, wie Methan (CH₄) oder Lachgas (N₂O). Ein falsch betriebener Hausgartenkomposter setzt pro Jahr etwa so viele klimaschädliche Gase frei, wie bei einer Autofahrt von 350 Kilometern ausgestoßen werden.

Wenn Sie Ihrem Garten und der Umwelt etwas Gutes tun wollen, dann ergänzen Sie Ihren Hauskompost mit der Biotonne. In der Broschüre „Richtig kompostieren im eigenen Garten“ erhalten Sie wertvolle Tipps zum sachgemäßen und gelingenden Kompostieren. (<https://www.bodenfreundlich.at/downloads/>)

ALTERNATIVEN ZUR KOMPOSTIERUNG IM GARTEN – DIE BIOTONNE

Wer keinen Garten besitzt oder wem die sachgemäße Kompostierung zu aufwändig ist, entsorgt biogene Hausabfälle über die Biotonne. Größere Mengen an Strauch- oder Grasschnitt etc. können wie gehabt direkt zur Kompostierungsanlage oder zur Grün- und Strauchschnittsammelstelle (ASZ) gebracht werden. Im ASZ Lichtenberg wird seit der Errichtung des Zubaus aus Platzgründen nur mehr Grasschnitt angenommen. Keinesfalls sollten Bioabfälle über die Restmülltonne entsorgt werden. Die biogenen Abfälle werden in der Kompostierungsanlage zur Produktion von Kompost verwendet.



Quelle: Bodenbündnis OÖ (<https://www.bodenfreundlich.at/downloads/>) und Die Umweltberatung
Link zur Broschüre: (QR-Code)



Thomas Aichbauer trägt mit seinem Engagement rund um die Kompostierungsanlage maßgeblich zum Umweltschutz in unserer Gemeinde bei.

KOMPOSTIERANLAGE GRAMASTETTEN

ÖFFNUNGSZEITEN

Materialanlieferung April – Oktober:

Montag bis Freitag

7:00 bis 20:00 Uhr

Samstag

7:00 bis 17:00 Uhr

Materialanlieferung November – März:

Montag bis Samstag

7:00 bis 16:00 Uhr

KAUF VON KOMPOST

In der Kompostierungsanlage von Thomas Aichbauer können Sie Komposterde für die unterschiedlichsten Anwendungen beziehen. Kleinmengen auf Selbstbedienungsbasis und größere Mengen, für die eine Beladung „erwünscht“ wird, nach telefonischer Terminvereinbarung:
0650 / 44 37 599

WAS DARF IN BIOTONNE, HAUSKOMPOST & CO?

– Eine Checkliste!

	Bio- tonne	Kompost- anlage	Haus- kompost	Rest- müll
Klebeetiketten von Obstschalen	✗	✗	✗	✓
Aluminium, Glas und andere Störstoffe	✗	✗	✗	✓
Biosackerl (Norm EN 13432 oder Siegel „OK Compost“) *	✓	✓	✗	✗
tierische Abfälle wie Käse, Wurst, Fleisch ohne „Haut“ und Verpackung (ACHTUNG: lockt am Hauskompost Mäuse und Ratten an)	✓	✓	✗	✗
Schimmelig gewordene Wurst oder Käse	✓	✓	✗	✗
Speckschwarte	✗	✗	✗	✓
Knochen (gekocht)	✗	✗	✗	✓
Knochen (roh) **	✗	✗	✗	✗
Rohes Fleisch (kleine Mengen, Reste) aus der Speisenzubereitung	✓	✓	✗	✗
Rohes Fleisch (zB. aufgrund aufgetautem Gefrierschrank) **	✗	✗	✗	✗
Haut von Wurst, Verpackung	✗	✗	✗	✓
Speisereste, gekochte Lebensmittel wie Nudeln, Saucen, Reis, Suppen, Salatsaucen ... (fest)	✓	✓	✗	✗
Haare und Federn von Haustieren/Nutztieren	✓	✓	✗	✗
Windeln, Katzenstreu	✗	✗	✗	✓
Staubsaugerbeutel	✗	✗	✗	✓
Kohlestaub und Aschen aus der Verbrennung von Materialien wie Spanplatten, Karton oder beschichtetem Holz	✗	✗	✗	✓
Speiseöle und Fette (pflanzlich) ***	✗	✗	✗	✗
zerkleinerter Baum-, Strauch- und Staudenschnitt	✗	✓	✓	✗
Laub, Gras- und Rasenschnitt (nur angewelkt und in dünnen Schichten bis max. 10 cm)	✗	✓	✓	✗
Größere Mengen Grün- und Strauchschnitt	✗	✓	✗	✗
Jätgut (Unkraut ohne Samen und Wurzelunkraut), Ernterückstände ****	(✓)	✓	✓	✗
krank oder von Schädlingen befallene Pflanzenteile, Neophyten ****	(✓)	✓	✗	✗
Obst- und Gemüseabfälle	✓	✓	✓	✗
Bananenschalen und Schalen von Zitrusfrüchten (vorzugsweise unbehandelt)	✓	✓	✓	✗
Kaffee- und Teesud (mit Filterpapier)	✓	✓	✓	✗
Topfpflanzen und Schnittblumen etc.	✓	✓	✓	✗
Gesteinsmehl und Holzasche	✓	✓	✓	✗
in geringen Mengen Stroh, etc.	✓	✓	✓	✗

*HINWEIS: Auch wenn auf diversen Produkten und Verpackungen „vollständig kompostierbar“ draufsteht (wie z.B. bei Kaffeekapsel, Becher, Besteck, Transportverpackung, etc.), dürfen diese nicht in die Biotonne gegeben werden. Der Zersetzungsprozess selbst unter Laborbedingungen dauert viel zu lange und kann keinesfalls innerhalb des ca. 10-wöchigen Kompostzyklus abgebaut werden. Diese sind als Kunststoffverpackung zu entsorgen. Biosackerl, welche der Norm EN 13432 entsprechen, das Siegel „OK Compost“ aufweisen bzw. auf denen das „Keimlingssymbol“ abgebildet ist, dürfen als Vorsammelhilfe bzw. Einlegesack für die Biotonne verwendet werden. TIPP: Ein Bogen Zeitungspapier am Boden der Tonne darf verwendet werden und erleichtert die Entleerung und Reinigung.

** TKV (Tierkörperverwertung) – Container im Gewerbepark

*** ASZ (Öli-Sammelbehälter)

**** Mengen, welche in der Biotonne Platz haben, können über die Biotonne entsorgt werden; HINWEIS: Samen sind in der Biotonne bzw. auf der Kompostanlage auf Grund der Hygienisierung kein Problem; im Hauskompost können sie schon zu Problemen werden!



Unser Ziel in Oberösterreich:

Dass große und kleine Träume wahr werden.

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 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 Pädagogen 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. Mit der kostenlosen Krabbelstube am Vormittag ab September 2024 setzen wir den nächsten Schritt. Insgesamt investiert Oberösterreich dafür, zusätzlich zu den 38,5 Millionen aus dem Pakt für das Kinderland OÖ, weitere rund 10 Millionen Euro.

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

Landeshauptmann
Thomas Stelzer



Schritt für Schritt am Weg zum Kinderland Nr. 1:



1.500
NEUE PLÄTZE IN KINDERGARTEN UND KRABELSTUBEN

im Jahr 2024



MEHR GEHALT FÜR DAS PERSONAL

seit März 2023



MINDESTENS 47 WOCHEN GEÖFFNET

haben unsere Kindergärten ab 2023/24



UND NOCH VIELES MEHR!

Alle Infos dazu gibt's unter kinderlandooe.at



ANDEREN ZEIT SCHENKEN.

Freiwillige Mitarbeit bei ARCUS

Freiwilliges Engagement hat in Österreich einen hohen Stellenwert. Fast 50 % der Bevölkerung ab 15 Jahren betätigen sich freiwillig und leisten somit einen unverzichtbaren Beitrag für den Zusammenhalt der Gesellschaft. Es ist erwiesen, dass sinnstiftende Tätigkeiten unser Wohlbefinden steigern und so bewahrheitet sich der Slogan „Helfen macht glücklich“.



erfahren Dankbarkeit und Wertschätzung. Sie können die Perspektive wechseln und die eigenen Sozialkompetenz fördern.



Fotos: Arcus

Auch das ARCUS Sozialnetzwerk bietet zahlreiche Möglichkeiten sich freiwillig zu engagieren. Dabei können die eigenen Fähigkeiten in den unterschiedlichsten Bereichen unentgeltlich eingebracht werden. Gerade ehrenamtliche Mitarbeiter*innen spielen bei der Begleitung von Menschen mit Beeinträchtigungen eine wichtige Rolle. Sie bringen Abwechslung in den Alltag und tragen zur Inklusion bei.

MÖGLICHKEITEN ZEIT ZU SCHENKEN

- Begleitung in der Freizeit (Sportplatz, Kirche, Friedhof, Konzert, Urlaub...) und zu Arztterminen

- Spaziergehen, Singen, Basteln, Gesellschaftsspiele
- Gemeinsam lernen (schreiben, rechnen, lesen)
- Mithilfe im Haushalt/Garten, bei Festen oder Veranstaltungen

Eine Einschulung und Begleitung durch eine Ansprechperson in der jeweiligen ARCUS-Einrichtung bietet Orientierung und Unterstützung. Selbstverständlich sind bei ARCUS alle Freiwilligen unfall- und haftpflichtversichert.

Freiwillige Helfer*innen gehen bei ARCUS einer sinnvollen Tätigkeit nach,

INTERESSE FÜR FREIWILLIGES ENGAGEMENT GEWECKT?

Dann gleich mit dem Team der Wohneinrichtung Sozialforum in Gramastetten (07239/8154) oder mit Frau Gerlinde Arnreiter (Freiwilligen-Management ARCUS) Kontakt aufnehmen.

KONTAKT:

ARCUS Sozialnetzwerk
Gerlinde Arnreiter, MSc
Freiwilligen-Management
gerlinde.arnreiter@arcus-sozial.at
0664/88 71 34 36,
07283/8531-124
www.arcus-sozial.at

Melly's
BEAUTY
POINT

NÄGEL | WIMPERN |
KOSMETIKPRODUKTE
EPOXY & RAYSIN
DESIGN

Melanie Zarzer
Terminvereinbarung
per SMS:
+43 699 1094 2299
Gewerbepark Gramastetten

AB MAI
IN WALDING!



ADERLASS-VORTRAG

Reinigung und Ausleitung für die Gesundheit

Am 04. April 2024 um 18:15 Uhr lädt die Apotheke am Berg herzlich zu einem informativen Vortrag über den Aderlass ein. Die Veranstaltung findet im neuen Veranstaltungssaal des neuen Ärztezentrum statt.



Der renommierte Arzt für Allgemeinmedizin und Spezialist für TEM Naturheilkunde sowie Herzratenvariabilität, Herr Dr. Martin Spinka, wird den Vortrag halten. Dr. Spinka zählt zu den wenigen Experten in Österreich, die das Aderlass-Verfahren nach Hildegard von Bingen anwenden und über langjährige Erfahrung auf diesem Gebiet verfügen. Der Aderlass dient der Reinigung des Blutes und stärkt das Abwehrsystem

des Körpers. Unter Berücksichtigung der Humoralmedizin werden gezielt die Blutbestandteile ausgeschieden, die die Gesundheit beeinträchtigen oder eine Genesung behindern können.

Im Rahmen des Vortrags wird Dr. Spinka erläutern, warum der Aderlass auch heute noch relevant ist, wann und wie er angewendet wird und welche Vorteile er bietet. Dabei wird besonders aufgezeigt, in welchen Bereichen der Schulmedizin der Aderlass nach wie vor Anwendung findet und warum es sich lohnt, dieses Verfahren in Betracht zu ziehen.

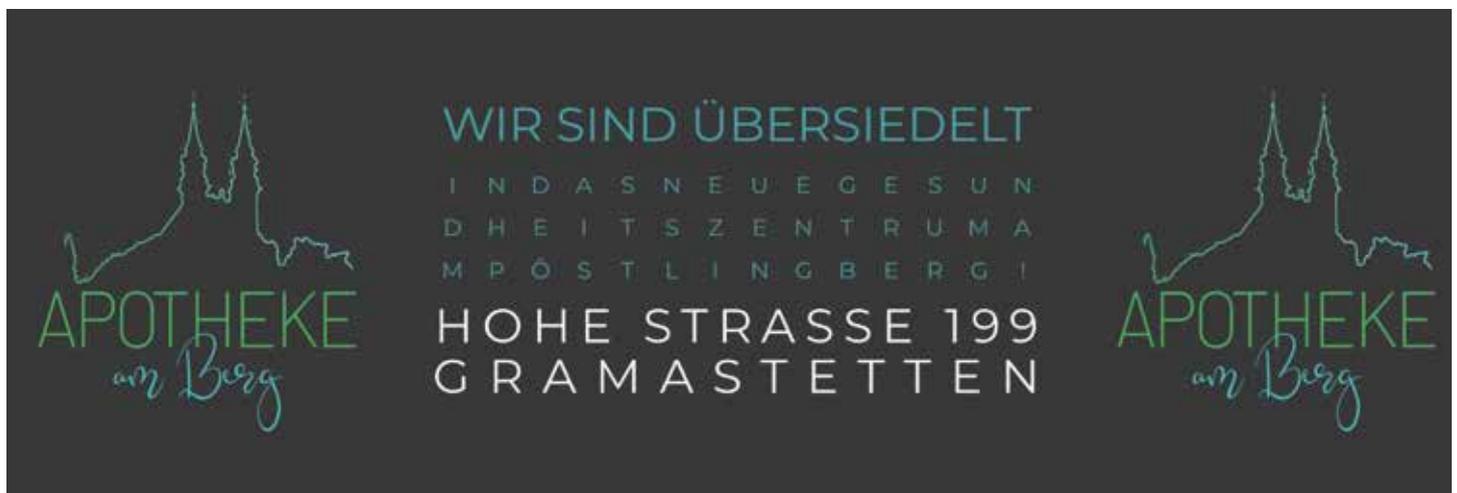
Die Termine für die Aderlass-Sitzungen werden im Anschluss der Veranstaltung



bekanntgegeben. Dr. Spinka steht gerne für Fragen zur Verfügung. Die Teilnahme am Vortrag ist kostenfrei und Teilnehmer mäßig beschränkt!

ANMELDUNG:

Apotheke am Berg
Hohe Straße 199, 4040 Gramastetten
E-Mail: office@apoamberg.at
Telefon: 07239 20760
Website: www.apoamberg.at



Mehr Informationen unter:
sanierungsbonus.at

Rufen Sie uns an. Wir beraten Sie umfassend und kompetent.

DIE MEISTER MALEREI

Wir dämmen mit Qualitätssystemen von **stb**

Christian Rammerstorfer
Uttendorf 23
A-4174 Niederwaldkirchen

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



EINLADUNG TAG DER OFFENEN TÜR

13.04.2024

10:00 - 16:00 Uhr

Yachtmobile 2000 - Reisemobile GmbH
GEWERBEPARK 5 · 4201 GRAMASTETTEN

www.yachtmobile2000.com
0664/889 26 342



- **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

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



seit 1898
Hummel's
Backmanufaktur



AUF ALTEN PFADEN ZU DEN WEGEN DES LEBENS

– Der Wilheringer Pilgerweg

Es wird ein neues Kapitel der Pilgertradition in Österreich und darüber hinaus aufgeschlagen. Der geplante Wilheringer Pilgerweg verheißt eine Verbindung zwischen Vergangenheit und Gegenwart, zwischen spiritueller Suche und kultureller Vielfalt. Er spannt einen Bogen von den alten Gemäuern des Stifts Wilhering südlich der Donau über die Kirchen der nördlichen Pfarren des Stifts bis hin zum ehrwürdigen Stift Hohenfurth im südlichen Tschechien.

Die Wege, die einst von den Herren von Wilhering erschlossen wurden, werden nun wiederbelebt, um neue Wege des Lebens zu erkunden. Dieser Pilgerweg ist nicht nur ein Pfad durch die Geschichte, sondern auch eine Reise durch Landschaften und Kulturen, die seit dem Mittelalter eng miteinander verbunden sind, und vor allem auch zu sich selbst.

Ein Interview mit Hans Reiter, Franz Rechberger, Franz Reisinger und Abt Reinhold Dessl.

Was hat euch dazu motiviert, an dem Projekt Wilheringer Pilgerweg mitzuarbeiten? Gab es persönliche Gründe oder eine besondere Verbindung zum Thema Pilgern?

Abt Reinhold hat uns eingeladen, bei diesem Projekt mitzuwirken. Da wir, Hans Reiter und Franz Rechberger, schon sechs Pilgerwege gemeinsam gegangen sind, hat uns das Thema an einem neuen Pilgerweg mitzuarbeiten, angesprochen

Könnt ihr uns etwas über die Etappe, an der ihr gearbeitet habt, erzählen? Was waren die Herausforderungen bei der Gestaltung dieser Etappe und wie habt ihr diese gemeistert?

Unser verantwortlicher Streckenabschnitt ist die letzte Etappe: Neußerling > Gramastetten > Ottensheim > Wilhering. Die Streckenführung wurde möglichst an bestehende Wanderwege angepasst. Die Herausforderung, soweit man das so nennen darf, war, so wenig Asphalt und Verkehr wie möglich einzubauen. Der Streckenabschnitt wurde zuerst einmal auf der Karte festgelegt und mit dem Rad abgefahren, weiters

haben wir mit unserer Tanzpilgergruppe ein „Probepilgern“ durchgeführt. Wir haben uns Gedanken für die Beschilderung gemacht. Hier gilt auch: so wenig Beschilderung wie möglich und so viel wie nötig, um den Weg auch ohne Ortskenntnisse und Karte gehen zu können. Grundsätzlich wurde auch, wo wir uns nicht im öffentlichen Gut bewegen, mit den angrenzenden Grundbesitzern gesprochen. Es gab keine Einwände. Dafür bedanken wir uns sehr herzlich. Danke!

Wie lange ist eure Etappe, wie gestaltet sich der gesamte Weg und wie viele Pilgertage lohnt es sich, Zeit nehmen?

Unsere Etappe Neußerling, Gramastetten, Ottensheim, Wilhering lässt sich von der Charakteristik her als mittelschwer einstufen. Auf einer Länge von ca. 21 km sind 280 Höhenmeter aufwärts und 580 Höhenmeter abwärts zu absolvieren. Man pilgert auf Wanderwegen und verkehrarmen Güterwegen. Die Länge und die Höhenmeter des gesamten Pilgerweges sind noch nicht exakt fixiert, pro Tag werden es zwischen 20 – 25 km sein und so lohnt es sich, 6 Tage für die gesamte Strecke Zeit zu nehmen.

Welche besonderen Sehenswürdigkeiten oder spirituelle Orte sind entlang der Etappen zu finden?

Der Pilgerweg verbindet das Stift Wilhering mit seinen Pfarren nördlich der Donau und dem Stift Hohenfurth, das 1259 von Wilheringer Mönchen besiedelt wurde. Insgesamt sind es 14 Kirchen, die miteinander verbunden werden. Jede hat ihre Geschichte und ihre Besonderheit. Die Pfarrkirche Gramastetten mit

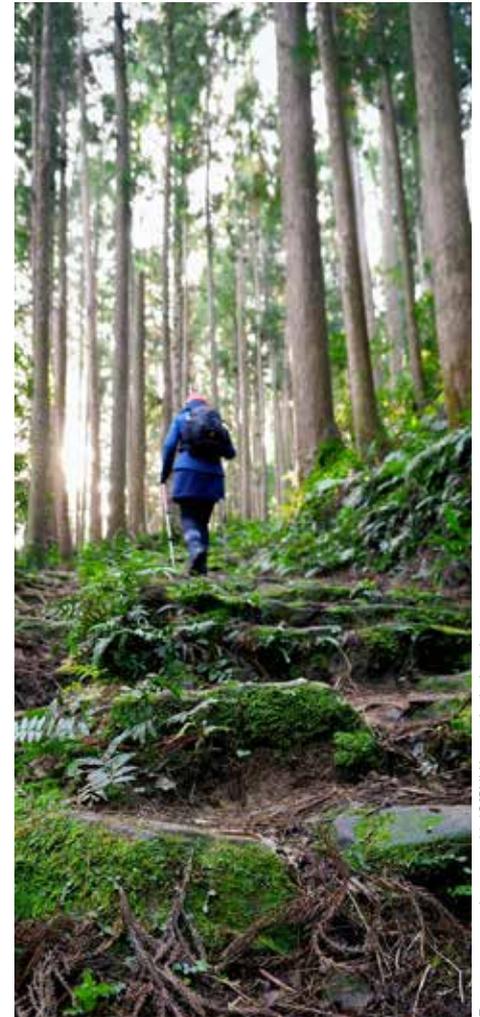


Foto: susann-schuster-mkj_16f5X14-unsplash_bearb



STIFT WILHERING

**PRÄSENTATION DES
WILHERINGER PILGERWEGES**
Montag, 8. April 2024 | 19.30 Uhr
Pfarrsaal Gramastetten

ihrer über 900jährigen Vergangenheit spielt dabei sicher eine besondere Rolle und ist als „Gottesburg“ weithin sichtbar. Wir wollen bewusst auch die Naturschönheiten als Orte der Meditation mit einbeziehen wie unser Rodtal, das mit der Aussichtsterrasse eine zusätzliche Attraktion bekommen hat. Auch die kleinen Kapellen und Bildstöcke am Weg werden eine neue Aufmerksamkeit erfahren.

Welche Inhalte sollen durch den Pilgerweg vermittelt werden?

Der Pilgerweg soll vor allem auch der Begegnung mit der zisterziensischen Spiritualität dienen, die damit ins Heute übersetzt wird. Aus den Schriften und Texten der Ordensheiligen Benedikt und Bernhard haben wir 14 Gs entwickelt, die mit „Gesegnet“ in Wilhering beginnen und mit „Gesendet“ in Ottensheim enden. Für Gramastetten ist „Gefüllt“ vorgesehen. Der hl. Bernhard von Clairvaux hat einmal gesagt, wir sollen nicht wie ein Kanal sein, der Wasser einfach weitergibt und funktioniert, sondern wie eine Schale, die sich füllen lässt und von der Überfülle an andere weitergibt ohne selber Schaden zu erleiden. Ich denke, dass das für unsere Zeit ein wichtiges Wort ist. Wir brauchen Hilfen, um die „Schalen unseres Lebens“ wieder neu mit Sinn, Kraft und Hoffnung zu füllen.

Was bedeutet Pilgern für euch? Wie sehen Sie die Bedeutung von Pilger-



Seit mehr als einem Jahr wird dieser Pilgerweg intensiv vorbereitet. Die offizielle Eröffnung ist für Mai 2025 vorgesehen. Auch Gramastettner sind maßgeblich an der Gestaltung dieses neuen Pilgerwegs beteiligt und sie teilen ihre Einblicke, Erfahrungen und Visionen rund um die Entstehung des Wilheringer Pilgerwegs.

wegen in der heutigen Zeit? Wie würdet ihr den spirituellen oder persönlichen Nutzen beschreiben, den das Pilgern bieten kann?

Pilgern hat eine alte Tradition, ist aber auch ein neuer Trend und ein Bedürfnis vieler geworden. Menschen pilgern, um eine Auszeit zu nehmen, „in sich zu gehen“ und neue Orientierung zu fin-

den. Man kann Pilgern auch als „Beten mit den Füßen“ bezeichnen. Wir sagen ja, wenn nichts mehr geht, dann muss man gehen. Im Gehen kann in uns wieder etwas in Bewegung kommen. Gehen ist auch ein niederschwelliger Zugang zur Spiritualität. Beim Gehen wird uns der Urgrund bewusst, der uns trägt und den wir auch Gott nennen können.



Marktstraße 27, 4201 Gramastetten

Tel.: 0677 / 63 81 00 85

www.haireinspaziert.cc

RAUMAUSSTATTER DUMMFART

...werkstatt für schöneres wohnen

Marktstraße 8, A-4201 Gramastetten | +43 7239 8204 | www.raum-dumfart.com

**KENNST DU DIE
PFARREN, DIE BEIM
WILHERINGER
PILGERN DURCH-
SCHRITTEN WERDEN?**

(Die Auflösung findest du auf Seite 37)



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

WIRTSCHAFTSBUND GRAMASTETTEN

Ehrung am Neujahrsempfang des Wirtschaftsbundes OÖ



Foto: Cityfoto.at

Im Rahmen des traditionellen Neujahrsempfangs am 15. Jänner des Wirtschaftsbundes OÖ wurden auch die besten Ortsgruppen und Einzelwerber geehrt. Wir waren mit dabei!

Die Wirtschaftsbundgruppe aus Gramastetten war wieder mit Freude beim traditionellen Neujahrsempfang des Oberösterreichischen Wirtschaftsbundes vertreten. Die festliche Julius Raab Festmesse in der Linzer Minoritenkirche, die dem Gedenken an den Wirtschaftsbund-Gründer Julius Raab gewidmet ist, wurde vom Abt des Stiftes Schlägl Mag. Lukas Dikany zelebriert. In diesem Jahr jährte sich der Todestag von Julius Raab zum 60. Mal, und die Atmosphäre in der Minoritenkirche war geprägt von Besinnlichkeit und Würde.

Die festliche Stimmung beim Neujahrsempfang wurde zusätzlich durch die Anerkennung der herausragenden Leistungen einzelner Mitglieder bereichert.

Landesobfrau Doris Hummer und WB OÖ-Direktor Wolfgang Greil nutzten die Gelegenheit, den drei besten Einzelwerbern im Neumitgliederwettbewerb herzlich zu gratulieren. Besondere Anerkennung gebührte dabei auch unserem Wirtschaftsbundobmann Harald Kogler, der bereits zum dritten Mal in Folge zu den Top 3 zählte. Weiters dürfen wir uns über den 1. Platz der Besten Ortsgruppe im Bezirk Urfahr-Umgebung freuen.

Diese Ehrungen spiegeln nicht nur das persönliche Engagement der Einzelnen wider, sondern unterstreichen auch den gemeinsamen Erfolg und Zusammenhalt innerhalb der Wirtschaftsbundgruppe Gramastetten.

Die Verbundenheit und das Engagement unserer Mitglieder sind die Grundpfeiler, auf denen der Wirtschaftsbund aufbaut, und wir sind stolz darauf, solche engagierten Persönlichkeiten in unseren Reihen zu wissen.

TERMINE 2024



Wir laden alle Wirtschaftsbund-Mitglieder und die, die es noch werden wollen, zu folgenden Veranstaltungen sehr herzlich ein. Wir bitten um verbindliche Anmeldung unter info@gramastetten-wb.at

- **Freitag, 24. Mai 2024**
Stammtisch
- **Donnerstag, 12. September 2024**
Betriebsbesichtigung bei der Firma Wartner
- **Freitag, 18. Oktober 2024**
Stammtisch



Huemer

...macht was aus Holz



Stiegenbau – Möbel – Türen

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

office@huemer-tischlerei.at

www.huemer-tischlerei.at

ADEG-MARKT IN GRAMASTETTEN ERÖFFNUNG AM 4. APRIL 2024



Am 4. April öffnet Christian Schröger die Türen seines neuen ADEG-Marktes in der Marktstraße. Nach 12 Jahren in der Gastronomie und einer 24 Jahre langen Berufserfahrung als Rewe-Vertriebsmanager, hat sich der gelernte Koch und zweifache Familienvater dazu entschieden, in Gramastetten sein eigenes Geschäft zu eröffnen. Im Vorfeld der Eröffnung haben wir uns mit Christian Schröger zu einem Interview getroffen, um mehr über seine Motivationen und Pläne zu erfahren.

Lieber Christian, wie kam es dazu, dass du dich entschieden hast, als Kaufmann ein ADEG-Geschäft in unserem Ort zu eröffnen? Was hat dich bewogen, vom Angestelltenverhältnis in die Selbstständigkeit zu wechseln?

Ein langgehegter Wunsch war es, mich selbstständig zu machen und eigenverantwortlich zu arbeiten. Zudem schätze ich den persönlichen Kontakt zu den Kunden sowie die Möglichkeit, mit meinem eigenen Team zu arbeiten.

Gramastetten hat mich schon immer fasziniert, besonders durch seine malerische Lage und die herzliche Atmosphäre. Die Nähe zu meinem Lebensmittelpunkt spielte dabei ebenfalls eine Rolle.

Bitte erzähle uns mehr über die Person Christian Schröger.

Neben meiner Leidenschaft für den Lebensmittelhandel bin ich ein leidenschaftlicher Koch, naturverbunden und

verbringe gerne Zeit mit meiner Familie in den Bergen oder am Traunsee. Zudem liebe ich es, in meinem großen Garten zu arbeiten und Wellness zu genießen.

Was wird dein ADEG-Geschäft auszeichnen? Welche Besonderheiten werden Kunden in erwarten können?

Unser ADEG-Markt ist durch ein modernes Ladenbaukonzept geprägt, das den neuesten technischen Standards entspricht. Wir legen großen Wert auf energieeffiziente Kühlungen und LED-Beleuchtung. Unsere Produktpalette ist reichhaltig und vielfältig, bestehend aus einer breiten Auswahl an renommierten Top-Marken sowie unseren beliebten Eigenmarken wie „Ja Natürlich“ und „Simply Good“. Zusätzlich bieten wir die unschlagbar günstige Diskontmarke „Clever“ für Schnäppchenjäger und Sparfüchse an. Besonderen Fokus legen wir auch auf eine herzliche Einkaufsatmosphäre und ein perfektes Arbeitsklima, um unseren Kunden ein rundum angenehmes Einkaufserlebnis zu bieten.

Wird man bei ADEG auch regionale Produkte kaufen können und wie planst du, mit lokalen Lieferanten und Produzenten zusammenzuarbeiten?

Wir haben eigens ein Regal für regionale Produkte eingerichtet, die vor



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

allem aus Gramastetten und Umgebung stammen. Durch regelmäßigen Austausch mit Lieferanten möchten wir unser Sortiment kontinuierlich erweitern und gleichzeitig Bewusstsein für nachhaltige Lebensmittel vermitteln.

Gibt es bestimmte Produkte oder Services, auf die sich die Gramastettner:innen schon freuen dürfen?

Neben einem breiten Sortiment an Lebensmitteln bieten wir Lotto/Toto, Tabakwaren und zu einem späteren Zeitpunkt ist auch eine Postservicestelle geplant. Zudem können sich Kunden auf Produkte regionaler Produzenten sowie eine Auswahl an Non-Food-Artikeln (Spielwaren, Geschenkartikel, Billett, ...) freuen.

Wie planst du mit den Herausforderungen des Einzelhandels umzugehen, insbesondere im Hinblick auf die wachsende Konkurrenz von Online-Shops und großen Supermarktketten?

Durch Frische, Sauberkeit, Kompetenz und vor allem Freundlichkeit im Geschäft möchten wir uns von anderen Anbietern abheben und eine positive Einkaufserfahrung für unsere Kunden bieten.

Welchen Beitrag möchtest du zur lokalen Gemeinschaft leisten, abgesehen von der Bereitstellung von Lebensmitteln und anderen Produkten?

Ich werde mich so gut wie möglich am Ortsleben beteiligen und zur Stärkung der Gemeinschaft beitragen.

Nachhaltigkeit und Umweltbewusstsein spielen eine wichtige Rolle in unserer Gesellschaft, welchen Beitrag und welche Maßnahmen dürfen wir von ADEG erwarten?

Neben der Verwendung von recyceltem Plastik für Einkaufswagen setzen wir auf energieeffiziente Kühlungen, Mülltrennungssysteme und einen sorgfältigen Umgang mit Lebensmitteln, um

Nachhaltigkeit und Umweltbewusstsein zu fördern.

Du hast Freude am Umgang mit hochwertigen Lebensmitteln? Du möchtest ein rundum angenehmes Einkaufserlebnis gestalten? Du möchtest Teil des ADEG-Teams von Christian Schröger in Gramastetten sein?

ES WERDEN NOCH WEITERE MITARBEITER:INNEN GESUCHT:

- Feinkost
- Kassa
- Gemüse und Obst

Bewerbungen sind jederzeit unter 0681/10341262 und per Mail an schroegerc@gmail.com erwünscht.

Christian Schröger lädt alle Gramastettner herzlich zur Eröffnung seines ADEG-Marktes ein und freut sich auf euren Besuch!



UNSEREN WOHLSTAND MÜSSEN WIR UNS JEDEN TAG ERARBEITEN

Die hohen Kosten und der Arbeitskräftemangel belasten unsere Unternehmen merklich. Gleichzeitig gehen Investitionen zurück. Wir setzen uns daher dafür ein, dass

- » die Konjunktur wieder angekurbelt wird
- » die Betriebe entlastet werden und
- » Leistung wieder belohnt wird:

Lohnnebenkosten deutlich senken

Wenn wir unsere Arbeitsplätze absichern wollen, ist eine Entlastung des Faktors Arbeit durch eine Senkung der Lohnnebenkosten wie z.B. die Reduktion des Arbeitslosenversicherungsbeitrages unverzichtbar. Davon profitieren nicht nur Unternehmen, sondern auch alle Arbeitnehmer.

Investitionsimpulse setzen

- » **Investitionsprämie NEU:** analog zu der Investitionsprämie während der Pandemie
- » Wiedereinführung des „**Handwerkerbonus**“ für die Förderung aller Renovierungsmaßnahmen

Leistung muss sich wieder lohnen

- » Freibetrag bei Vollzeitbeschäftigung (**Vollzeitbonus**):

Arbeiten im Vollzeitmodus muss wieder attraktiver gemacht werden, z.B. durch die Einführung eines steuerlichen Freibetrags - das bringt mehr „Netto vom Brutto“.

- » Mitarbeiter, die zur Leistung von Überstunden bereit sind, sollten nicht gebremst, sondern belohnt werden – am besten durch die Steuerfreiheit von Überstunden.
- » steuerfreier Zuverdienst in der Pension

Präsidentin
Mag.^a Doris Hummer
Wirtschaftsbund-Landesobfrau



PONY MEETS YOGA

Michaela Berger ist eine inspirierende Persönlichkeit, die mit Leidenschaft und Hingabe Yoga und Pferde vereint. So beschreibt sie sich selbst auf ihrer Homepage. Mit ihren vielfältigen Angeboten begleitet sie Kinder und Mütter bei unvergesslichen Momenten der Entspannung, des Wachstums und der Selbstentdeckung.

Die Kombination Pony meets Yoga lässt aufhorchen, aus diesem Grund hat Katharina Dessl Michaela Berger zu einem Interview geladen.

Michaela, wie bist du zur Kombination von Pony meets Yoga gekommen, was hat dich dazu inspiriert diese beiden Aktivitäten zu vereinen?

Meine Tochter selbst hat mich dazu motiviert, beide Leidenschaften zu verbinden. Sie ist ein absoluter Wirbelwind und kommt nur sehr schwer zur Ruhe. Als sie das erste Mal auf einem Pferd saß, wusste ich, für sie ist Reiten eine Art von Meditation. Da kann sie bei sich selbst ankommen und lässt sich voll auf das Pferd und die Bewegung ein. Durch meine therapeutische Yogaausbildung wusste ich von den Vorteilen des Yoga als Ausgleichsport zu jeder Sportart. Durch weiteres Selbststudium, wurde mir bewusst, wie wertvoll und wichtig die Kombination von Yoga und Reiten ist. Da es an der spielerischen Vermittlung, schon bei den kleinsten Reitern noch fehlte, habe ich mir die Kombination von Reiten und Yoga für Kinder zur Herzensaufgabe gemacht.

Wie kann man sich das vorstellen, machst du mit deinen Klienten Yogaübungen am Pony?

Es geht hauptsächlich darum, schon von Anfang an zu lernen, was Yoga bewirkt und wie sich die Übungen auf das Pferd und auf das Reiten auswirken. Yoga als idealer Ausgleichssport für Reiter ist an sich nichts Neues, aber mit Kindern muss es spielerisch, mit ganz viel Spass und Freude ablaufen. Die Yoga Asanas (Positionen) werden anhand von Liedern, Gedichten und Geschichten entweder vor, während oder nach dem Reiten eingebaut. Ich betrachte Kinderyoga als ideale Ergänzung vor der Begegnung mit dem Pferd und zum Reitsport.

Du bist seit 10 Jahren Yogalehrerin, wie hat sich deine Arbeit im Laufe der Zeit entwickelt und was/wer hat dich begleitet, dass dein Angebot heute das ist, was es ist, zB Retreat für Mutter und Kind?

Von der klassischen Hatha Yoga Ausbildung und therapeutischen Yogaausbildung, haben mich meine eigenen Kinder und ihr großes Interesse an Yoga, zur Kinderyoga – Teenageryoga



Fotos: Michaela Berger

und Kinderanatomie Ausbildung gebracht. Meine eigene Rolle als Mutter brachte mich oft an den Rand der Verzweiflung und ich wünschte mir eine kleine Auszeit. Retreats und Auszeiten waren schon in aller Munde, jedoch musste auch immer jemand greifbar für die Kinder sein. So entstand die Idee für das Mama und Kind Retreat. Warum nicht eine Auszeit für Mamas, besondere gemeinsame Momente, Erlebnissen für Kinder mit der Magie der Pferde verbinden.



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

Welchen Nutzen siehst du darin, Yoga und das Reiten von Ponys miteinander zu verbinden? Wie wirkt sich diese einzigartige Kombination auf die Teilnehmer:innen aus?

Ich sehe Yoga als idealen Ausgleichsport. Für die kleinen Reiter hat es z.B. folgende Vorteile. Kinderyoga stärkt das Körperbewusstsein und schult den bewussten Körpereinsatz, dadurch kann schon bei kleinen Kindern die Sitzhaltung bewusster wahrgenommen werden. Haltung und Beweglichkeit werden schon vor dem Reiten verbessert sowie Verspannungen und Einschränkungen verringert. Mentale Ausgeglichenheit und die Atmung, spielen beim Yoga und Reiten, sowie in der Kommunikation mit dem Pferd eine entscheidende Rolle.



Wie gestaltet sich eine typische Pony meets Yoga-Stunde? Gib uns doch einen Einblick in den Ablauf?

Es gibt keine klassische Stunden Angebote. Pony meets Yoga bietet besondere Auszeiten für Mamas und Kinder von mindestens 3 h. In dieser Zeit können dann die Mamas eine wohlverdiente Auszeit genießen. Es findet immer eine Stunde Yoga, eine Stunde Reitpädagogik statt. In die restliche Stunde fließen Achtsamkeitsübungen, Atmung, Meditation sowie Kreativität mit hinein. An speziellen Pony meets Yoga Days nur für Kinder, Retreats oder Wochenenden für Mama und Kind, hat man Zeit für gemeinsame Yogaeinhei-

ten oder jeder genießt Zeit für sich. Die Pferde für die Kinder dürfen an keinem Wochenende fehlen.

Für wen ist diese Art der Aktivität geeignet? Gibt es Voraussetzungen oder Altersgruppen, die davon besonders profitieren?

Für Kinderyoga und Yoga gibt es keine Altersgrenze. Pony meets Yoga richtet sich an:

- Kinder, die das Reiten erlernen oder Pferde mögen.
- Kinder, die Yoga ausprobieren möchten oder schon Spaß daran haben.
- An alle Mamas, die eine Auszeit und besondere Momente, gemeinsam mit ihrem Kind, schaffen möchten.
- Angebote gibt es ganzjährig für verschiedene Altersgruppen zu buchen.

Kannst du uns von einem besonderen Erlebnis oder einer Geschichte berichten, die du während einer Yoga-Pony-Stunde erlebt hast und die dir besonders in Erinnerung geblieben ist?

Bei dem letzten Mama und Kind Retreat wurden am Pferd Atemübungen durchgeführt. Die Achtsamkeit und Ruhe, teilweise wurden die Augen der Kinder, ohne dass ich sie dazu auffordern musste, geschlossen, um sich voll auf sich selbst und das Pferd einzulassen. Das Strahlen der Kinder, wie gut schon ganz kleine Übungen am Pferd umsetzbar sind oder das Pferd auf mich reagiert, sind wunderschön zu beobachten.

Wie kommt man zu deinen Angeboten? Sind noch Plätze frei und wo kann man sich anmelden?

Auf meiner Homepage unter www.ponymeetsyoga.at findet man immer wieder die aktuellen Angebote oder Kooperationen und kann sich auch direkt Online einen Platz für die nächsten Veranstaltungen buchen. Die nächste Veranstaltung sind die Pony meets Yoga Days am Biohof Fölser in Puchenu. Wir freuen uns schon jetzt auf viele besondere Momente für Kinder.

Welche Pläne hast du für die Zukunft rund um das Angebot Pony meets Yoga?

Ich wünsche mir noch mehr gemeinsame, besondere Momente für Mamas und auch Kinder. Pony meets Yoga soll für Auszeiten und Durchschnaufen für Mama und Kind, jeder auf seine Art und Weise stehen. Retreats und Wochenenden gemeinsam sowie Pony meets Yoga Days für Kinder werden weiterhin ganzjährig stattfinden. Auf Anfrage biete ich gerne Kooperationen für Reiterhöfe und Hotels an. Die Pony meets Yoga Weiterbildung für Reitlehrer, Reitpädagogen und alle, die mit Kindern und Pferden arbeiten, sowie eigenes Kinderyoga Material zu Pony meets Yoga, runden das Angebot ab.

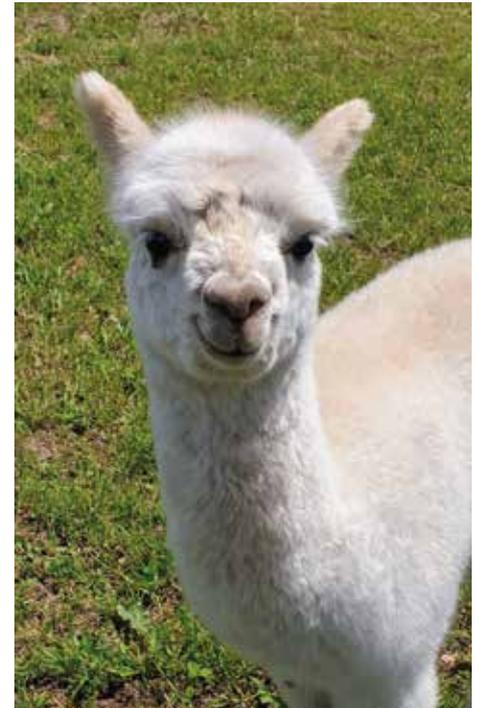
Was möchtest du den Leser:innen mit auf den Weg geben?

Genieße die Zeit mit deinen Kindern, solange sie das gemeinsam mit dir als Mama, machen möchten. Schenkt euch immer wieder Auszeiten die euch miteinander verbinden und euch in Erinnerung bleiben. Unter dem Motto: „ Zeit vergeht, besondere Momente bleiben.“

Danke für das gemeinsame Gespräch!



ALPAKA DUNG ERFREUT SICH GRÖSSTER BELIEBTHEIT



Alpaka Dung wird bei Hobbygärtnern und Profis gleichermaßen immer beliebter. Diese außergewöhnliche Art des organischen Naturdüngers, hergestellt aus Alpakakot, hat sich als Geheimtipp in der Gartenwelt etabliert. Im Folgenden erfahren Sie, was den Alpaka Dung so besonders macht, für welche Pflanzen er geeignet ist und warum immer mehr Menschen auf diese umweltfreundliche Alternative setzen.

WARUM IST ALPAKA DUNG BESONDERS?

1. Effiziente Verdauung:

Die Einzigartigkeit des Alpaka Dungs beginnt bereits bei der Verdauung der Alpakas. Diese Tiere sind perfekt an nährstoffarme Nahrung angepasst, was zu äußerst effizienter Verdauung führt. Dadurch enthält der Kot von Alpakas kaum bis gar keine Unkrautsamen.

2. Ausgewogene Nährstoffe:

Im Vergleich zu anderen natürlichen Düngemitteln enthält Alpaka Dung die Hauptnährstoffe Stickstoff (N), Phosphat (P) und Kalium (K) in einer perfekten Kombination. Während Dünger aus Pferde- oder Kuhmist oft einen hohen Kaliumgehalt aufweist und Guano den Phosphat- oder Stickstoffanteil überwiegen lässt,

bietet Alpaka Dung ein ausgewogenes Verhältnis dieser essenziellen Nährstoffe. Dies erspart das aufwändige Mischen unterschiedlicher Düngemittel.

3. Keine Kompostierung erforderlich:

Anders als viele andere Mistarten muss Alpaka Kot nicht vor der Verwendung als Dung kompostiert werden. Er ist sanft und verbrennt daher die gepflanzten Blumen und Gemüse nicht.

4. Geruchsarm:

Getrockneter Alpaka Dung verströmt im Vergleich zu Pferde-, Kuh- oder Hühnermist kaum Gerüche, wodurch er eine angenehmere Wahl für den Garten ist.



Fotos: Strasser-Pargfrieder

EXPERTENTIPP VON SILKE STRASSER-PARGFRIEDER:

Wählen Sie reinen Alpaka-Dung ohne Zusatzstoffe für maximale Kontrolle über Ihre Gartenpflege. Unser Wieshof Alpaka Mist ist 100 % natürlich und regional, ideal für eine effiziente Bodenverbesserung. Verwenden Sie 1-2 Esslöffel pro Pflanze/Topf im Frühling oder lösen Sie ihn im Gießwasser auf, um Gartenpflanzen, Blumen, Rasen und Balkonblumen das ganze Jahr über zu düngen. Auch für Zimmerpflanzen ist er geruchsarm im getrockneten Zustand perfekt geeignet.

FRAUEN ERMUTIGEN, FÖRDERN UND STÄRKEN

ÖVP-Frauen Gramastetten zum Weltfrauentag

Anlässlich des Weltfrauentags am 8. März nutzten die ÖVP-Frauen Gramastetten, die herausragenden Leistungen von Frauen zu würdigen und ihre Anerkennung für ihren unermüdlichen Einsatz zum Ausdruck zu bringen.

Frauen leisten Großartiges und sind oft mehreren Belastungen gleichzeitig ausgesetzt. Trotz dieser Herausforderungen beweisen sie tagtäglich Power und Durchhaltevermögen und jonglieren gekonnt zwischen Familienverantwortung und Berufstätigkeit. Der Weltfrauentag erinnert uns daran, wie wichtig es ist, die Leistungen von Frauen anzuerkennen und sie in ihrem Streben zu unterstützen.

Zudem sind wir stolz, Teil einer Gemeinschaft zu sein, die Frauen ermutigt, fördert und stärkt. In unserem politischen Netzwerk unterstützen wir uns gegenseitig und treten gemeinsam für die Anliegen der Frauen ein. Jede Frau ist eingeladen, bei uns mitzuwirken, Ideen einzubringen und mitzugestalten.

Taten statt Worte zum Weltfrauentag

Den Weltfrauentag nutzten die Frauen in der ÖVP Gramastetten auch dazu, ein aktives Zeichen zu setzen. Im Rahmen einer „Süßes fürs Herz“ Spendenaktion wurden Kuchen, frische Waffeln und Mehlspeise zum mit nachhause nehmen am Bauernmarkt verkauft. Mit den Einnahmen werden Personen im Ort unterstützt, die Hilfe gut gebrauchen können. Schicksalsschläge gibt es leider immer und überall“, so Anita Eckerstorfer.



Anita Eckerstorfer und Karin Kaiser freuen sich über jede Frau, die im Frauennetzwerk Gramastetten mitgestalten möchte.

Obfrau Anita Eckerstorfer

T 0699/10293177,

E anita.eckerstorfer@gmx.at

”

„Politik mit Herz“ und füreinander da zu sein. das ist uns ganz wichtig.

Anita Eckerstorfer, ÖVP-Obfrau

“



© Fotos honorarfrei abdruckbar: ÖVP Gramastetten

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

WIESHOF
ALPAKAS



Wolle und Wollprodukte für jede Jahreszeit

- Schuh-Einlagen
- Socken
- Stolen und Schals
- Hauben und Stirnbänder
- Handschuhe
- Bettdecken
- Alpakadünger

(MEHR-)ARBEIT MUSS SICH LOHNEN!

Aufgrund des Arbeitskräftemangels in Österreich müssen viele Menschen in Österreich derzeit überdurchschnittlich viele Überstunden leisten. Doch die Besteuerung gerade auf zusätzlich geleistete Stunden ist hoch. Der ÖAAB setzt sich für eine Ausweitung der Steuerbegünstigung von 10 auf 20 Überstunden pro Monat ein.

„Die Besteuerung von Überstunden muss reduziert werden. Es muss den Menschen einfach mehr Netto vom Brutto bleiben. Gerade aufgrund der Arbeitsknappheit und damit verbundenen Zusatzbelastung von Überstunden, die viele Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer an die Grenzen ihrer Kapazitäten stößt, ist es wichtig und gerecht, dass die Steuern nicht die Leistung verschlingen“, fordert ÖAAB-Landesobfrau Christine Haber-

lander gemeinsam mit der AK-Fraktion ÖAAB-FCG. Konkret sind derzeit die ersten zehn Überstunden in der Höhe eines Maximalbetrages von 86 Euro steuerfrei. Der ÖAAB setzt sich dafür ein, dass in Zukunft die ersten 20 Überstunden in einer Höhe von 200 Euro steuerbefreit sind. Zuletzt gab es eine Erhöhung der Überstunden im Jahr 2009 – damals wurde der Betrag der steuerfreien Überstunden von 43 auf 86 Euro erhöht.



Die Fraktionsobfrau der ÖAAB-FCG Fraktion in der Arbeiterkammer OÖ Cornelia Pöttinger und ihr Stellvertreter Vbgm. Franz Lumetsberger.



ÖAAB-Landesobfrau Christine Haberlander

Die Besteuerung von Überstunden muss reduziert werden!

Fordern ÖAAB OÖ und ÖAAB-FCG Arbeiterkammerfraktion



WEITERE ÖAAB- FORDERUNGEN:

NACHHALTIG EIGENTUM SCHAFFEN



Der ÖAAB OÖ steht seit jeher dazu, dass sich Leistung lohnen muss und Eigentum die beste Altersvorsorge ist. Aufgrund der aktuellen Immobilienentwicklung mit hohen Grund- und Baupreisen so wie verschärften Marktregulativen, wie der KIM-Verordnung, ist es besonders für junge Menschen immer schwieriger, sich Eigentum zu schaffen. Wer arbeitet, muss sich auch Eigentum schaffen können. Aus diesem Grund fordert der ÖAAB OÖ ein treffsicheres „OÖ Mietkaufmodell“, das transparent, fair und berechenbar die Bildung von Eigentum ermöglichen und erleichtern soll.

KILOMETERGELD UND DIÄTEN ERHÖHEN



Eine Erhöhung des amtlichen Kilometergeldes und die Anpassung der Diäten ist längst überfällig und muss dringend umgesetzt werden!

Lob und Anerkennung für Leistung in verschiedenen Bereichen

Ein Kommentar von Harald Kogler

In Bildungseinrichtungen, am Arbeitsplatz, im Sport, beim Ehrenamt oder im Verein - überall verdient Leistung Lob und Anerkennung. Es ist unbestritten, dass Erfolge aus einem Zusammenspiel von Motivation und Engagement entstehen und das Resultat von guten Leistungen sind.

Respekt und Wertschätzung sollten daher die Leistungen eines jeden Einzelnen begleiten. Es ist nur fair, dass jeder, der sich einbringt und sein Bestes gibt, auch die Früchte seines Tuns ernten darf.

Diese Werte sind nicht nur für das individuelle Wohlbefinden wichtig, sondern auch für das gesamte soziale Gefüge. Anerkennung motiviert zu weiteren Höchstleistungen und schafft ein positives Umfeld, in dem jeder sein Potenzial voll entfalten kann.

Es liegt an uns allen, diesen Grundsatz von Lob und Anerkennung in unseren täglichen Interaktionen zu leben, sei es in der Schule, am Arbeitsplatz oder bei verschiedenen Aktivitäten. Nur durch die gegenseitige Anerkennung von



Leistungen können wir eine harmonische und produktive Gesellschaft formen, in der jeder Einzelne geschätzt und respektiert wird.

Foto: asier_relampagoestudio - Freepik.com

REGIONALITÄT UND TRADITION IM FOKUS

Gramastettner Bauernmarkt bereitet sich fürs Osterfest vor



PALMBUSCHEN, REGIONALE OSTER-SCHMANKERLN ODER LIEBEVOLLE GESCHENKE

Der Bauernmarkt Gramastetten lädt auch dieses Jahr wieder zum vorösterlichen Einkaufsbummel ein. Mit einem breiten Angebot an regionalen Spezialitäten, traditionellen Handwerkskünsten und österlicher Dekoration verspricht der Markt zwei Tage voller Genuss und Gemütlichkeit.

Die Marktbesucher erwartet ein Fest für die Sinne, bei dem sie sich auf das bevorstehende Osterfest einstimmen können.



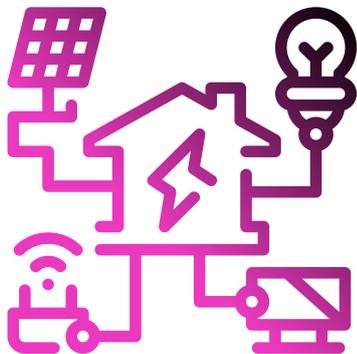
PALMBUSCHEN & OSTERMARKT

Am 22. März, rechtzeitig zum Palmsonntag, werden auf dem Markt selbst gebundene Palmbuschen angeboten. In akribischer Handarbeit von der Missionrunde Gramastetten und Anni Auer aus Wieshof gefertigt, symbolisieren diese Buschen Tradition und Brauchtum. Jeder Zweig ist dabei ein Zeichen für Hoffnung, Lebenskraft und Schutz – eine Verbindung zu den alten Bräuchen, die bis heute gepflegt werden.

Für die kulinarische Vielfalt ist ebenfalls gesorgt: Frisch geräucherte Fische, herzhafte Käsesorten, traditionelles Ostergebäck und vieles mehr stehen den Besuchern zur Auswahl.



Mehr Infos über die Aussteller und zum Gramastettner Bauernmarkt: www.facebook.com/BauernmarktGramastetten



ELEKTRO TECHNIK

GERHARD FÜREDER

GEWERBEPARK 30A UNTERGESCHOSS
4201 GRAMASTETTEN

TEL:0660/2194223 OFFICE@ET-FUEREDER.AT



SCHMIDINGER

Schöne Aussichten.

www.fenster-schmidinger.at

FENSTER | TÜREN | VERGLASUNGEN

ERSTKLASSIGE FISCHPRODUKTE AM BAUERNMARKT

Steckerlfisch am Karfreitag, 29. März 2024



OKAN SAKA
T 0650/3146907
E oknsaka@hotmail.com

Vorbestellungen gerne bei Okan Saka.

Fische sind ein wertvolles und gesundes Lebensmittel. Viele verzichten in der Fastenzeit auf Fleisch und greifen alternativ zu Fisch.

Am Stand von Fischspezialist Okan Saka werden jeden Freitag frische und geräucherte Fische (Saibling, Forelle, Lachsforelle), Filets sowie Aufstriche und Fisch-Sulze aus dem Mühlviertel angeboten.

STECKERLFISCH AM KARFREITAG

Am Karfreitag, 29. März, ist ein ganz besonderer Tag für alle Fischliebhaber. Okan Saka wird wieder seinen Ofen anheizen und frische Forellen servieren. Dies ist eine großartige Gelegenheit, um erstklassige Steckerlfische direkt vor Ort zu genießen.



PFLANZL-MARKT AM 26. APRIL 2024

Am Freitag, 26. April, von 14 bis 17 Uhr findet wieder im Rahmen des Bauernmarktes ein Pflanzmarkt statt. Gemüse-/Kräuter-/Blumenpflanzen sowie Baumsetzlinge und Samen werden zum Kaufen und Verkaufen angeboten.



Hobbygärtner und Pflanzfreaks aufgepasst! Interessierte Anbieter können sich gerne melden! 0699/10293177 (Anita Eckerstorfer)

**BAUERNMARKT
GRAMASTETTEN**

**Freitag
26. April 2024
14-17 Uhr**

PFLANZMARKT

Hobbygärtner und Pflanzfreaks aufgepasst!
**Gemüse-/Kräuter-/Kübelpflanzen/Samen/
Stauden/Sträucher zum Kaufen/Verkaufen**
Interessierte gerne melden! 0699/10293177

Schafkäse (Hollnbuchner), **Kaffeestube**
(Limberger), **Bier/Wein** (Weinhütte)

Unsere Produkte am Markt:
Obst, Gemüse, Eier, Nudeln, Käse, Milchprodukte, Brot/Gebäck, Fisch-/
Fleischspezialitäten, süße/pikante Leckereien, Honig, Säfte, Liköre, Weine...

BAUERNMARKT-BOX
Für jeden Anlass um € 25,-/€ 50,- erhältlich!
BESTELL-Hotline: 0699/10293177



TOP informiert



HOCHSAISON FÜR DIE „KÖNIGIN DER BEEREN“

Die ersten Frühjahrsarbeiten haben bereits begonnen und die Vorfreude auf die süßen roten Früchte wächst bei uns schon wieder Tag für Tag! Am Biohof Schöffleitner können ab ca. Anfang Juni alle Erdbeerliebhaber wieder täglich von ca. 6:30 Uhr bis ca. 20.00 Uhr Erdbeeren selber pflücken oder auf Vorbestellung gepflückte Erdbeeren in der Selbstbedienungshütte kaufen.

Das Leitmotiv der Schöffleitners sagt: „Lerne von der Geschwindigkeit der Natur – ihr Geheimnis ist Geduld“ und so legen sie sehr viel Wert auf die nachhaltige Bewirtschaftung von Ackerfläche und Grünland. Natürlich ist genau diese nachhaltige Kreislaufwirtschaft auch bei der Entstehung der Erdbeerfläche sehr wichtig, da jedes Jahr sehr viel Geduld, Herzblut und ehrliche Handarbeit in diesem Projekt steckt.



BIOHOF SCHÖFFLEITERN

– HIER SIND WIR ZU FINDEN:

Hamberg 8, 4201 Gramastetten

Folgt uns gerne auf Facebook, um tagesaktuelle Infos zu erhalten.

Ernte-Infonummer: 0699/10449386

ERDBEER TOPFEN TIRAMISU

- 500 g Topfen
- 250 g Schlagobers
- 120 g Zucker
- 6 Blatt Gelatine
- 300 g Erdbeeren
- 1 Pkg. Biskotten
- ca. 200 g Milch



2) 100 g Milch leicht erwärmen und die Gelatine darin auflösen, diese unter die Topfenmasse mischen. Schlagobers unterheben und die geschnittenen Erdbeeren einrühren.

3) Eine Schicht in Milch getunkte Biskotten hineinlegen und einen Teil der Topfenmasse darüberstreichen. Den Vorgang so oft wiederholen bis die Topfenmasse verbraucht ist.

SCHNELLER ERDBEERSIRUP

- 1000 g Erdbeeren
- 500 ml Wasser
- 1000 g Zucker
- 30 g Vanillezucker
- 1 Zitrone (Saft)

Erdbeeren waschen, schneiden und mit Wasser, Zucker, Vanillezucker und Zitronensaft aufkochen. Anschließend pürieren und in Flaschen abfüllen.

+43 676 986 41 01

martina@betreuungszeit.at

www.betreuungszeit.at



der richtige Zeitpunkt.

Wenn es um die Betreuungszeit geht, gibt es keinen festgelegten Zeitpunkt. Betreuung ist mehr als nur praktische Unterstützung im Alltag:

- Unterstützung bei der allgemeinen Körperpflege
- Hilfestellung bei alltäglichen Arbeiten, Reinigungstätigkeiten im Haushalt (Waschen, Bügeln,...)
- Zubereitung kleiner Mahlzeiten
- Einkaufen
- Gestaltung des Tagesablaufs
- Betreuung von Haustieren
- Gesellschaft leisten & Spaziergänge
- Aufrechterhaltung gesellschaftlicher Kontakte
- Begleitung zu persönlichen Terminen



BETREUUNGSZEIT

martina gugler.

1) Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Topfen und Zucker cremig rühren. Schlagobers steifschlagen.

Frohe Ostern!

Jetzt beim Ostergewinnspiel
mitmachen! ostern.ooevp.at




*Beim Kaiser ist
der Kunde König*

Lassersdorf 20
4201 Gramastetten
+43 7231 2894
office@karosserie-kaiser.at
www.karosserie-kaiser.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

VERBRAUCHERSCHUTZ IM FOKUS

Lassen Sie sich nicht blenden und überrumpeln

In den letzten Jahren sind Haustürgeschäfte zu einem wachsenden Anliegen geworden, insbesondere für ältere Menschen, die oft als Zielgruppe ausgewählt werden. Von Staubsaugern bis hin zu verlockende Dienstleistungen wie Fassadenreinigung - die Bandbreite der Angebote ist groß und kann für ältere Verbraucher zur Herausforderung werden.

Warum werden ältere Menschen als Zielgruppe ausgewählt? Die Antwort liegt in ihrer potenziellen Anfälligkeit für Verkaufstaktiken. Oftmals sind ältere Menschen freundlich und höflich gegenüber Fremden, was sie zu leichten Zielen für aggressive Verkäufer macht. Darüber hinaus können altersbedingte Einschränkungen wie Hör- oder Sehprobleme die Fähigkeit beeinträchtigen, potenzielle Risiken richtig einzuschätzen.

WIE ÄLTERE MENSCHEN SICH VOR HAUSTÜRGESCHÄFTEN SCHÜTZEN KÖNNEN

Trotz dieser Herausforderungen können Sie Maßnahmen ergreifen, um sich vor unerwünschten Haustürgeschäften zu schützen und selbstbewusst aufzutreten:

Informiert bleiben: Eine der effektivsten Maßnahmen ist es, über gängige Verkaufstaktiken und betrügerische Maschen informiert zu bleiben. Verbraucherschutzorganisationen bieten oft Informationsmaterialien und Schulungen an, die dabei helfen können, potenzielle Gefahren zu erkennen.

Seien Sie skeptisch: Seien Sie vorsichtig bei Angeboten, die zu gut klingen. Wenn ein Verkäufer Ihnen einen hohen Rabatt anbietet, fragen Sie sich, warum er das tut. Hinterfragen Sie, wenn Produkte oder Dienstleistungen als die ultimative Lösung für Ihre Probleme verkauft werden. Lassen Sie sich nicht unter Druck setzen, sofort eine Entscheidung zu treffen. Seriöse Anbieter werden Verbrauchern genügend Zeit lassen, um sich zu informieren und eine fundierte Entscheidung zu treffen.

Lassen Sie sich Zeit: Unterschreiben Sie nichts und geben Sie keine persönlichen Informationen preis, bevor Sie nicht vollständig über das Produkt oder die Dienstleistung informiert sind und Zeit hatten, Alternativen zu prüfen. Wenn Sie sich unsicher sind, bitten Sie den Verkäufer später wieder zu kommen oder das Angebot schriftlich zu übermitteln.

Stellen Sie Fragen: Scheuen Sie sich nicht davor, Fragen zu stellen. Seriöse Verkäufer werden bereitwillig alle Fragen beantworten und Ihnen die Zeit geben, die Sie benötigen, um eine informierte Entscheidung zu treffen. Fragen Sie auch nach einer Visitenkarte. Ersuchen Sie um Infomaterial, dann können Sie in Ruhe über das Produkt nachlesen.



Erinnern Sie sich daran: Wenn etwas zu gut klingt, um wahr zu sein, ist es oft auch genau das.

Vermeiden Sie Bargeldzahlungen: Vermeiden Sie es, bei Haustürgeschäften mit Bargeld zu bezahlen. Lassen Sie sich jedenfalls eine Rechnung geben. Vergleichen Sie die Preise und Konditionen der angebotenen Produkte oder Dienstleistungen mit anderen Anbietern. Oft sind Haustürgeschäfte überteuert und es lohnt sich, nach Alternativen zu suchen.

Vertrauen Sie Ihrem Bauchgefühl: Wenn Ihnen etwas seltsam vorkommt oder Sie sich unwohl fühlen, brechen Sie das Gespräch ab und lassen Sie sich nicht weiter unter Druck setzen. Ihr Bauchgefühl hat meist recht, wenn etwas nicht stimmt.

Gemeinschaftlich handeln: Teilen Sie Erfahrungen mit Freunden, Nachbarn und ihren Familienangehörigen. Beraten Sie dort, ob das Produkt oder die Dienstleistung der Qualität und dem Preis entspricht. Wer sich Zeit für die Kaufentscheidung nimmt, kann sich viel Ärger ersparen – vor allem bei Haustürverkäufen.

Lassen Sie sich mit der Entscheidung Zeit und vertrauen Sie auf ihr Bauchgefühl! Wer sich Zeit für die Kaufentscheidung nimmt, kann sich viel Ärger ersparen!

KINÄSTHETIK PFLEGE GRUNDKURS



Termine: 07.05., 21.05., 12.06., 13.06.24
 Zeit: 08:30 – 16:00 Uhr
 Ort: Bezirksseniorenheim Gramastetten
 Kosten: EUR 750,00 pro Person inkl. Kursunterlagen
 Anmeldung: Sandra Durstberger, MSc
sandra.durstberger@kinaesthetics-net.at
 Binderlandl 10, 4201 Gramastetten

Beschreibung zum Grundkurs:
 Der Kinästhetik Grundkurs ist der erste Basiskurs im Kinästhetik – Bildungssystem. Im Mittelpunkt steht die Auseinandersetzung mit der eigenen Bewegung anhand der 6 Konzepte.

- Inhalte vom Grundkurs:**
- Beziehung über Berührung und Bewegung
 - Kontrolle des Gewichtes in der Schwerkraft
 - Potenzial von Bewegungsmustern
 - Selbständigkeit und Wirksamkeit unterstützen
 - Alltägliche Aktivitäten verstehen
 - Die Umgebung nutzen und gestalten

Zielgruppe:
 Der Grundkurs richtet sich an Pfleger, BetreuerInnen und TherapeutInnen, die in einer Institution des Gesundheits- und Sozialwesens tätig sind.

- Ziel:**
- erfahren und kennenlernen der 6 Konzepte.
 - erfahren und verstehen den Zusammenhang zwischen der Qualität der eigenen Bewegung und der Gesundheitsentwicklung.
 - entwickeln erster Ideen für ihre beruflichen Pflege- und Betreuungssituationen, um die Selbstständigkeit pflegebedürftiger Menschen zu unterstützen.

BODY & SOUL – AUSZEIT FÜR DICH

Lass dich verzaubern durch die Kombination von sanft fließender Bewegung zu harmonischer Musik, Atmung & ätherischen Düften. Es erwartet dich eine Mischung aus ganzheitlichem BODYART-Training & DARMYOGA.

Gesundheitszentrum am Pöstlingberg
 Kosten: EUR 99,00 (6 Einheiten)
 Termine: 03.04., 10.04., 17.04., 24.04. und 15.05., 22.05., je 18:45 – 20:00 Uhr

Anmeldung und Infos:
 Mag. Katrin Lang
 0660 5088021



Start: 03.04.24,
 Einstieg jederzeit möglich!
 Keine Voraussetzungen erforderlich!
 Eigene Matte mitbringen!

TERMINE FÜR DEN STAMMTISCH FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE



- 8. April 2024 um 19:30 Uhr
 Dienstleistungszentrum Eidenberg
- 13. Mai 2024 um 19:30 Uhr
 Bezirksseniorenhaus Gramastetten
- 10. Juni 2024 um 19:30 Uhr
 Dienstleistungszentrum Eidenberg
- 8. Juli 2024 um 19:30 Uhr
 Bezirksseniorenhaus Gramastetten

OUTDOOR FITNESS TRAINING MIT ANDREA HÖLZL

Staatl. geprüfte Fitness Instructorin Kraft (BSPA) und Zert. Schmerztherapeutin nach Liebscher & Bracht

„Ich mache mit euch (Frauen/Männer/Jugendliche) ein Funktionelles Training im Freien für mehr Kraft, bessere Haltung und gesteigerte Ausdauer, das in der Gruppe durchgeführt wird!“

Die Übungen werden so gewählt, dass jeder Teilnehmer sie individuell an den eigenen Leistungsstand anpassen kann.

Wann: ab 04.04.24, donnerstags
 19:30 – 20:30 Uhr
 Treffpunkt: Parkplatz vorm BiblioGram in Gramastetten
 Pro Training: EUR 8,00
 Festes Schuhwerk, altes Handtuch (ev.

als Unterlage) und Trinkflasche unbedingt erforderlich!
 Die Teilnahme erfolgt in Eigenverantwortung!

Anmeldung und nähere Auskunft:
 0680/131 70 70 (Andrea Hölzl)

HULA HOOP & DANCE MIT BARBARA SCHEUCHER

Für Erwachsene und Jugendliche (ab 13 Jahren)



Tanzen mit handgefertigten, speziellen Hula-Hoop-Reifen. Wir erlernen Schritt-für-Schritt eindrucksvolle Tricks mit dem Hoop und werden diese zu Abläufen verbinden.

Hoopdance fördert unter anderem die Koordinationsfähigkeit, Kreativität und Ausdauer. Die Bewegung mit den bunten, glitzernden Reifen sieht nicht nur beeindruckend aus, es macht auch richtig viel Spaß. Hoopdance macht einfach rundherum glücklich!

Keinerlei Vorkenntnisse notwendig!
Mitzunehmen: Wasserflasche, bequeme Baumwollkleidung (eher enganlegend); Hula Hoop-Reifen sind vorhanden!

Anmeldung per Mail bis 31.03.:

fbz.gramastetten@ooe.familienbund.at

Kosten für 2x2 Stunden; EUR 40,00 (inkl. Leihreifen)

Mindestteilnehmerzahl: 6

Maximale Teilnehmerzahl: 12

Kooperation der Gesunden Gemeinde mit dem FBZ Gramastetten

Mo. 15.04. und Mo. 22.04.24,
18:00-20:00 Uhr

Ort: Saal des neuen Gesundheitszentrums am Pöstlingberg, 1. Stock

YOGA UND EMBODIMENT MIT BEA MAIR

„Wir werden gemeinsam weit nach innen reisen, spüren, präsent sein, unsere Körper und unseren Atem fließend bewegen, unsere Muskeln kräftigen und strecken, weich werden und das Herz öffnen, um bis in die tiefsten Schichten unseres Seins zu entspannen und heilsamen Klängen zu lauschen.“

Kostenfreier Schnuppertermin:
Di, 09.04.24

Saal des neuen Gesundheitszentrums am Pöstlingberg, 1. Stock
Zeitraum: dienstags, 09.04. bis 25.06.24

Yoga sanft: 08:30 – 09:45 Uhr

Yoga sanft & intensiv: 18:30 – 20:00 Uhr

Kursgebühr: EUR 165,00 / EUR 185,00
(Sozialpreis auf Anfrage)

Bitte mitbringen: Matte und Decke



Anmeldung & Information: Bea Mair,
Dipl. Yogalehrerin, Tel.: 0650/4178192

30 MINUTEN STEP-BURNER

**FETTVERBRENNUNG UND
KONDITION IN NUR 30 MINUTEN**

Step Aerobic ist ein effektiver, einfacher und effizienter Weg das Herz-Kreislaufsystem zu trainieren und Kalorien zu verbrennen.

Gesundheitszentrum am Pöstlingberg
jeden Montag, 18:20 – 18:50 Uhr
Beginn: 29.04.24
Kosten: 6er Block, EUR 38,00

PILATES & BODY ART

ZUM WOHLFÜHLEN

Vereint zwei Trainingssysteme zu einem ganzheitlichen Bewegungskonzept das Kraftübungen mit dem eigenem Körpergewicht, Atemtechnik und Stretching kombiniert. Geeignet für Anfänger und Fitnesserfahrene.

Gesundheitszentrum am Pöstlingberg
jeden Montag, 19:00 – 20:00 Uhr
Beginn: 29.04.24
Kosten: 6er Block, EUR 75,00



SILVIA REITER – silviareiter.at

Staatlich geprüfte Fitness & Aerobic Trainerin, Personaltrainer (EMS Training) & Pilates Coach,
Tel.: 0664 43 28 896,
Mail: silviafit@me.com



GEWINNERINNEN

Silberner Philharmoniker

Heidi Uhlir und Josef Kaindlstorfer



Christine, Lisa und Tobias Hagenauer

MADLMAYR

Linzer Straße 38
4201 Gramastetten
www.mametall.at

SCHLOSSEREI
Vordächer

Gesellschaft.m.b.H

Tel. 07239/8110
office@mametall.at

Stahlstiegen
Nirostageländer



KEINE SORGEN, GRAMASTETTEN.



Manfred Burgstaller berät Sie gerne persönlich, wenn es um Versichern, Vorsorgen, Leasen und Bausparen geht:
Mobil: +43 664 43 82 630, E-Mail: m.burgstaller@ooev.at



www.roitech.at



EDV- LÖSUNGEN FÜR KMU

0664 4217979
office@roitech.at

Lassersdorf 10 | 4201 Gramastetten

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 (Ilija)			Hefezopf Stadtteil von München		12			weiter, kragenloser Mantel der Araber		
	15	Sozial Netzwerk			Farbton	Eigennamen von Japan Kirchenbauwerk				
Kosename des Vaters Haferflockenpeise			2	poetisch: Nadelwald	englisch: alt		Hütte; Marktstand	Techniker (Abk.)		
		östr. Tennisverband bestimmte Gaststätte			Ver sicherungen	Schutz Psyche des Menschen			7	Richtblei
Post per Computer (englisch, Kurzwort)	18. Buchstabe des griech. Alphabets			14	chem. Element, Metall	5		Oberschulrat (Abk.) 1. Frau Jakobs		
Geflügel tier		6	bedeckt (Wetter)	weibliches Bühnenfach Autoz. für Äthiopien			Depscher Rehkitz (Kinderspr.)			luftelektrische Entladung
Erwiderung, Entgegung	Stadt in der Schweiz Staat in Westafrika				trocken (bei Champagner)	Flachland Heilpflanze		notabene (Abk.) amer. Hilfsorganisation	8	
		1		Messband-einteilung Leuchtdiode (Abk.)		3	Wiener M. im Lexikon Insel in der Irischen See			4
aus Jamaika stammende Popmusik	Europarat (Abk.)	flache Grube (ugs.) Generaldirektion			Stichwort im Lexikon Hofrat (Abk.)			US-Boxlegende, † 2016		
			13	Schallreflexion		10	Berufsausbildungsgesetz (Abk.)	eine der Grundfarben	9	
Freizeitbereich					östr. Mime und Regisseur † (Veit)			11	Weltmeister	

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

GEWINNE EINEN SILBERNEN PHILHARMONIKER!



interGOLD
Echte Werte schaffen.

• intelligent • physisch • steuerfrei

CORONA VIRUS
BÖRSENCRASH
INFLATION
BANKENPLEITE?
EINLAGENSICHERUNG?



SCHÜTZEN SIE IHR ERSPARTES!
KAUFEN SIE JETZT DIE ROHSTOFFE DER ZUKUNFT.
WIE DAS FUNKTIONIERT, ERFAHREN SIE IN UNSEREM ERKLÄRVIDEO.



IMANUEL WILK
Zertifizierter Edelmetallberater
+ 43 676 3 666 999

imanuel.wilk@ig-em.com
wilk.intergold.at

Lösungswort bis 07.04.2024 per Mail an immanuel.wilk@ig-em.com senden.

VOLLES HAUS BEIM GRAMASTETTNER KINDERFASCHING

Ein Kaleidoskop aus lebendigen Eindrücken: In kunterbunten Kostümen eroberten kleine Prinzessinnen, Cowboys, Clowns und Piraten das Pfarrheim beim diesjährigen Kinderfasching.

Bilder sagen mehr als 1000 Worte – die strahlenden Gesichter, die ausgelassene Stimmung und das fröhliche Miteinander sprechen Bände. Das Organisations-team freut sich über den vollen Erfolg, viele Gäste äußerten ihre Vorfreude auf das nächste Jahr und bedankten sich herzlich für dieses gelungene Event.



Foto: ÖVP Gramastetten – Harald Kogler

Alles für ein gelungenes Fest! Wartner ist der Komplettausstatter für das nächste Straßen-, Vereins- oder Firmenfest. Euer Ansprechpartner für die Familienfeier, egal ob groß oder klein.

EVENTAUSSTATTUNG
Inventarverleih und Getränkebestellung

Sitzgarnituren // Stehtische // Gläser
Kühlschränke // Zapfanlagen

unser Sortiment
online durchstöbern

WARTNER
wartner.net

THERESIENGUT-BILDSTOCK

Gramastetten und seine Geschichte



Obwohl er an der Straßenseite des Theresiengutes steht, ist der Bildstock leicht zu übersehen. Eine Buchenhecke überwuchert immer wieder unbarmherzig das alte Kreuzstöckl.

Das Theresiengut gehört seit 1957 der Kongregation der Barmherzigen Schwestern vom Heiligen Kreuz. Der heutige Name des Hofes leitet sich von Mutter Maria Theresia Scherer (1825-1888) her, die den Orden der Kreuzschwestern gegründet hatte. Zuvor befand sich die Landwirtschaft im Besitz der Familie Lichtenberger und trug den Hausnamen „Mühlberger beim steinernen Kreuz“.

Der aus einem Stein gehauene Breitpfeilerbildstock gliedert sich in einen sockelartigen unteren Schaftteil, der sich vom Hauptteil des Schaftes durch einen Zwischenwulst abgrenzt. Der Schaft trägt ein Christusmonogramm und darunter die Initialen „I.M.BG“, sowie die Jahreszahl 1869. Auf einem profilierten Zwischengesims sitzt ein Tabernakel, der in der Bildnische eine gemalte Pietà beherbergt.

Das Kreuz des Bildstocks hat nicht etwa die Hecke verschluckt, es ist tatsächlich abhanden gekommen. An der Tabernakeldachrundung findet man eine kleine runde Ausnehmung, die ehemals zur Verankerung eines Kreuzes diente. Ein an eine Dornenkrone erinnernder Eisenhalter dient zum Anbringen von Blumenschmuck.

Bei dem Bildstock handelt es sich nicht, wie man annehmen könnte, um das „Steinerne Kreuz“ des ehemaligen Mühlbergergutes. Die Kreuzschwestern wünschten sich, nachdem sie den Hof übernommen hatten, einen eigenen Bildstock. Der Haustischler des Theresiengutes, Willi Schmetzger, machte in seinem Heimatort Hellmonsödt ein Kreuzstöckl ausfindig und ließ es hierher bringen. Wo der Bildstock einst gestanden hatte und zu welchem Anwesen er gehörte, ließ

sich nicht mehr rekonstruieren. Es war daher auch nicht möglich, die Initialen „I.M.BG“ zu klären.

Heutige Besitzer: Kongregation der Barmherzigen Schwestern vom Heiligen Kreuz, vulgo Theresiengut, 4040 Hohe Straße 246 (derzeit dem Christlichen Sozialverein verpachtet)

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 und beim Winkler Markt Gramastetten)



Foto und Quelle: Buch „Sakrale Kleindenkmäler und Gedenkstätten in Gramastetten“ (Herausgegeben vom Gramastettner Arbeitskreis für Kleindenkmäler: Adolf Lehner, Herbert Ginterseher, Herbert Rechberger Verfasser: Dr. Thomas Schwierz)



Architekten
 Seebacher —
 Pachel, —
 Hammerschmid,

Getreidegasse 23, 5020 Salzburg
 Im Rodtal 12, 4201 Gramastetten
 Birkenweg 150/1, 8971 Schlading
 office@hpsa.at; www.hpsa.at



AUS DEM FAMILIENBUNDZENTRUM GRAMASTETTEN

Es ist viel los im Familienbundzentrum, täglich finden vormittags Spielgruppen verschiedensten Alters statt, und nachmittags Musikallala und Ballettkurse am Pöstlingberg.

Neu im Programm haben wir eine **Ponyspielgruppe am Melferergut** für Kinder von 3-5 Jahren mit Begleitung **ab 3.4.2024**. Hier werden die Kinder behutsam mit dem Pferd vertraut gemacht und lernen spielerisch den richtigen und gefahrlosen Umgang mit dem Pferd.



Foto: Melferergut



Foto: FBZ Gramastetten

Im April starten wir wieder mit einem Rückbildungskurs, Babyaktiv, Hula Hoop Kurse für Kinder und Erwachsene, Baby Shiatsu, Mama-Baby-Yoga und Schwangerschafts-Yoga.

Du bist auf der Suche nach einer Spielgruppe und dein Kind ist zwischen 4 – 12 Monaten alt, dann bist du bei uns genau richtig. Jeden Mittwoch von 11 –

12 Uhr findet unsere Baby-Spielgruppe statt. Wir haben hier noch Plätze frei und freuen uns über deine Anmeldung!

Alle unsere Angebote findet ihr online unter www.ooe.familienbund.at

Katzmaier Manuela Tel.: 0664/8524350
fbz_gramastetten@ooe.familienbund.at
www.ooe.familienbund.at/gramastetten

**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

AUFLÖSUNG

Pfarrren am Pilgerweg (S. 16)

1. Eidenberg
2. Gramastetten
3. Wilhering
4. Zwettl an der Rodl
5. Ottensheim
6. Puchenau
7. Bad Leonfelden
8. Oberneukirchen
9. Vorderweißenbach
10. Traberg
11. Hohenfurth

Fotos 2-10: Kagerer

Maler 2,4,5,6,7,8,9,10: Georg Michael Schneider, 1850

Maler 3: Franz Xaver Bobleter, 1842

Abb. 1: Kaplan_Expositur Meierhof, 1932

Abb. 11: 1907

MLB - Vollkornstangerl



#kompaktes Kraftpaket
#nährstoffreich
#wir wissen was drin ist

VS.

Herkömmliches Korngebäck



#großes volumen
#viel luft & nix dahinter
#inhalt 🍷

Druck- und Satzfehler vorbehalten

Delfin Wellness
MEIN URLAUB ZUHAUSE

POOL

SAUNA

INFRAROT



Offline-Urlaub

Entspannung pur im Eigenheim.

Stellen Sie sich vor, Ihr Zuhause wird Ihr **persönliches Wellnessresort**: Ein Ort, wo Alltagsstress in den sanften Wellen Ihres Pools verschwindet und Sorgen in der Wärme Ihrer privaten Sauna schmelzen.

Wir verwirklichen diesen Traum, begleiten Sie von der Idee bis zur Umsetzung, um Ihren Offline-Urlaub zu realisieren – eine Oase der Erholung, die dort beginnt, wo Sie sich am wohlsten fühlen: **Zuhause**.

Wir freuen uns auf Ihre Anfrage!

0732 / 68 10 00, office@delfin-wellness.at

www.delfin-wellness.at



my friends
DEINE FAHRSCHULE

Zentrale: Ottensheim

Nonstopkurse - Schnellkurse - Mopedkurse

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

www.fahrschule-myfriends.at

Nächste Starttermine:

14.05.2024 – 5 Wochen Kurs

24.06.2024 – Schnellkurs

15.07.2024 – Schnellkurs

05.08.2024 – Schnellkurs am Vormittag

26.08.2026 – Schnellkurs

KABARETT. DAHARRY

Do. 16. Mai 2024 | 19:30 Uhr | Gramophon, Panoramasaal



Foto: Kulturforum Gramastetten

Wie hoch können Drachen fliegen? Sind Smombies gefährlich? Und ist der Hausverstand vom Aussterben bedroht?

Das Leben wirft täglich neue Fragen auf; und Newcomer „Da Harry“ geht ihnen auf den Grund.

In seinem Debutprogramm „eins“ teilt er seine persönlichen Erfahrungen. Dabei beschäftigt er sich mit dem schrittweisen Tod der deutschen Sprache, der Hürde „Kommunikation zwischen Frau und Mann“ und anderen Tücken des Alltags.

Selbstverständlich kommen auch die positiven Dinge des Lebens – wie Älter- und Elternfreuden – nicht zu kurz. Hält das Leben doch so viel Schönes für uns bereit.

Das Team des Kulturforum Gramastetten und der Künstler freuen sich auf euer Kommen und wünscht allen Besuchern gute Unterhaltung und viel Spaß!

Vorverkaufskarten erhalten Sie

- beim Veranstalter Kulturforum Gramastetten (0680/2078645)
- online über <http://www.kulturforum-gramastetten.at>
- beiden Vorverkaufsstellen von oeticket

VVK EUR 20,00

AK EUR 24,00

Freie Platzwahl!

VA: Kulturforum Gramastetten



GARTNER

08. - 14.

APRIL

HAUSMESSE



GARTNER

Montag bis Sonntag | täglich von 09.00 bis 18.00 Uhr

www.gartnertueren.com

TOP PRODUKTE IN HOLZ & METALL

HAUSTÜREN - FENSTER - INNENTÜREN
 BÖDEN - MÖBEL - STRESSLESS
 TREPPEN - TERRASSEN - GELÄNDER
 ÜBERDACHUNGEN - SCHIEBEVERGLASUNGEN
 ZÄUNE / TORE - SONDERANFERTIGUNGEN

**TOLLE
MESSE-
AKTIONEN**





PERFEKT FÜR ALLE HÄUSLBAUER & RENOVIERER

Nikola-Tesla-Straße 8 | 4070 Eferding | 07272/69802



Da Frühling

Musik und Text: Klaus Karl

© 2013



1. Im Fruah-jahr, wann da Bach anschwillt, da Wind si mit die
 2. Die Quack - si ea - na Froschkon - zert a je - dergern vom
 3. Hiaz hat da Win - ter ganz va - lorn, um - a - dum is'



As - tln spielt, mecht i schon drau - ßn si - tzn, die
 Fisch - teich hört, a - ber net vorm Fen - ster. Wanns
 a - per worn, kann dös Fruah-jahr kem - ma.



Ak - ker braun, die Wie - sn grean, ü - ber - all die
 näm - lich bei da Nacht so klingt und ma da - bei koan
 Aus is' mi - tn Ne - bü - frust, ham - ma wie - der



Vo - gerl hör, die Blea - mal aus - sa spi - tzn.
 Schlaf net findt da moant ma, man hört G'spen - ster.
 Le - bens - lust, lass ma uns net nem - ma.



Drei hal la ra hol la dje ri ti ri ai ha, dje di ri ai ha.

Aus dem Buchlein „30 Lieder und Jodler“ von Klaus Karl
 Druck: Arnold Letschnik, 17. Februar 2024

Foto: tomoko-ujiri-eriuKjwcdjl-unsplash.jpg

Werkzeug – Maschinen
Haushaltsartikel
Messer aller Art

WHM

Stahlwaren – Bleche
 Schleifarbeiten
 Lasergravur

Jürgen Messner

Handel mit Waren aller Art

Hören bedeutet LEBENSQUALITÄT

**Wir verhelfen zu mehr Lebensqualität.
Die neuesten Hörsysteme 4 Wochen
Probe tragen - KOSTENLOS.**



Über 35 Jahre Erfahrung



Kostenlose Hörmessung



Ausführliche Beratung durch top
ausgebildete HörgeräteakustikerInnen



Top Technologien & nahezu
unsichtbare Modelle



Krankenkassen-Direktverrechnung



Hausbesuche, u.v.m.



JETZT Website
besuchen und
INFORMIEREN!

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

Tel. 05 0277
fascination@waldstein.at
fascination-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