GstettnReiter

Dorfzeitung des Vereins „Lebenswertes Stillfried-Grub“

Nr. 75/November 2020

ARCHITEKT RAUSCH

+43 (0) 650 860 59 77

office@architekt-rausch.at

www.architekt-rausch.at

Haspelgasse 111, 2262 Grub

ICH BIETE ALLE PLANUNGSLEISTUNGEN
SOWIE BAUBERATUNG UND DIE ERSTELLUNG VON
ENERGIEAUSWEISEN

Dipl.-Ing. Markus Rausch - Staatlich befugter und beeideter Ziviltechniker

Abschleppdienst Bischof

Überstellung – Rückholung – Abschleppdienst

kompetent, zuverlässig & flexibel

PKW, Motorräder,

Wohnwagen, Oldtimer, Traktoren, Boote uvm.

bischof.georg@gmx.at

www.abschleppdienst-bischof.at

24 h Notdienst - +43 664 211 20 80 - 365 Tage

Editorial

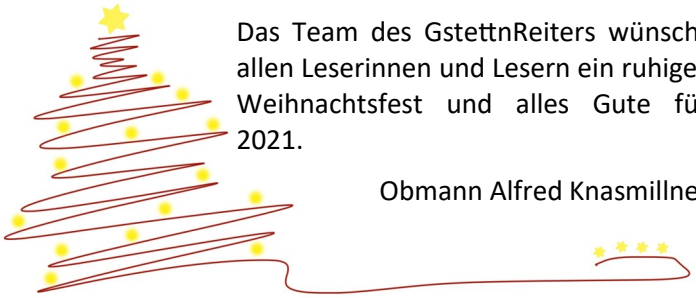
Liebe Jugend, liebe Leserinnen und Leser des *GstettnReiter!*

Normal würde ich heute über unseren kreativen Adventmarkt berichten, aber wie schon angekündigt, ist unsere Situation in unserer Heimatgemeinde bzw. in Österreich derzeit nicht rosig. Immer mehr COVID-19 Fälle werden bekannt und das gebietet zur Vorsicht. Bitte halten Sie Abstand unter dem Motto „schau auf dich, schau auf mich".

Der Besuch der Ratenicer wurde nach Erscheinen der Ausgabe 74 von Seiten der Ratenicer abgesagt. Da einige Fälle in ihrer Heimatgemeinde aufgetreten sind, haben sie sich entschlossen, den Besuch in Stillfried-Grub abzusagen. Wir wünschen ihnen alles Gute und viel Gesundheit in den nächsten Wochen und Monaten.

Die Arbeiten im Dorfstadl gehen auch gut voran, mehr wie immer in dieser Ausgabe. Ein großes Dankeschön an alle, die sich die Zeit nehmen, um uns bei den Arbeiten zu unterstützen. Auch ein Danke an die Gemeinde, sei es durch die Gemeindeführung oder deren Mitarbeiter, ohne ihre Mithilfe würden wir diese Aufgabe sicher nicht so schaffen.

Die Adventfenster gibt es trotz COVID 19 zu besichtigen. Wer, wann und wo sein Fenster zum Erstrahlen bringt, finden Sie auf einer der nächsten Seiten dieser Ausgabe. Ein Danke an Elfi Vecera und Loisi Wernhart für ihre jährliche Unterstützung zum Gelingen dieser Aktion.



Das Team des GstettnReiters wünscht allen Leserinnen und Lesern ein ruhiges Weihnachtsfest und alles Gute für 2021.

Obmann Alfred Knasmillner

IN DIESER AUSGABE:

4	Aus dem offenen Bücherchrank
5	Aktuelles aus Stillfried
6	FF-Stillfried-Grub
7	Kindergarten, Ausmalbild
8	Kurz slovenčiny
9	Guten Appetit! Vogelfutter selbst gemacht
10/11	Neues aus der Umweltecke
12	Heizen – Schadstoffe – Luft - Sauber?
13	Dialekträtsel
14	Wer bin ich? Rätsel, Pensionisten
15	Adventfenster
16/17	Die Psyche - Teil 18
18/19	Diabetes – Thema Blutzuckermessung
21	Dorfstadl
22	„Unsere Zuagrasten"

Impressum

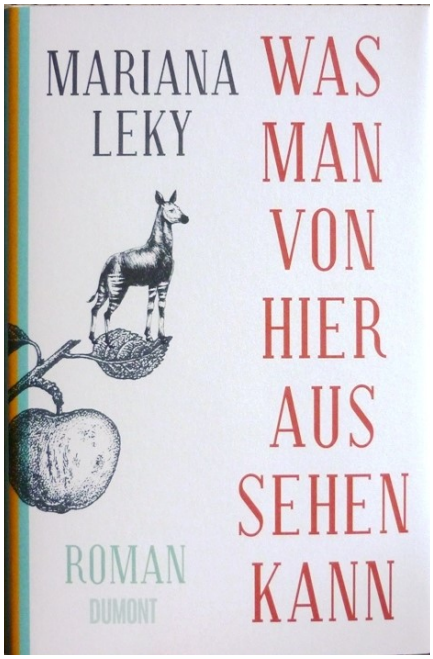
Offenlegung lt. Mediengesetz: Nr. 75, November 2020, Der GstettnReiter ist ein Kommunikationsblatt für alle Stillfrieder und Gruber; Eigentümer, Herausgeber: Verein „Lebenswertes Stillfried-Grub", 2262 Stillfried, Grub-Kellergasse 154; Redaktion: Ernst Hodan, Alfred Knasmillner, Mag. Georg Lobner, Susanne Knasmillner; Layout: Susanne Knasmillner, Lektorat: Constanze Stockhammer u. Mag. Georg Lober; Titelfoto: Mag. Peter C. Huber, div. Illustrationen: pixabay.com, Rätsel: „Rätselecke Österreich" Georg Laublättner, https://www.raetselecke.at/; Logo: Manfred Rührer; Druck: druck.at, Leobersdorf; Erscheinungsort: Stillfried-Grub; Erscheinungsweise: 4x jährlich; Druckauflage 400 Stk. Der nächste GstettnReiter erscheint in der KW 12/2021; Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe ist der 21.02.2021.
Namentlich gekennzeichnete Berichte müssen nicht die Meinung der Redaktion wiedergeben.

Aus dem offenen Bücherschrank

von Johanna Rührer

Dieses Mal stelle ich ein Kinderbuch und einen Roman vor, welcher zum Nachdenken anregt. Aber auch, wenn diese Bücher nicht dem Lesegeschmack entsprechen: Der Bücherschrank ist gut bestückt, jeder kann in Zeiten wie diesen etwas Ablenkung finden.

Ich hoffe, Sie sind alle gesund, und wünsche Ihnen alles Gute!



Was man von hier aus sehen kann

Selma ist eine ältere Dame aus dem Westerwald und Luises Oma. Luise liebt ihre Oma ganz besonders, denn diese hat in der Tat eine besondere Begabung. Wenn Selma von einem Okapi träumt, dann stirbt jemand im Dorf. Unklar ist jedoch, wen es treffen wird. Auch wenn niemand zugeben mag, abergläubisch zu sein, beginnen alle Dorfbewohner damit, letzte Nachrichten zu schreiben und sich gegenseitig ihre Liebe zu gestehen. Luise nimmt uns mit in ihr Dorf und erzählt über den Aufruhr, den Selmas Träume auslösen.

Was man von hier aus sehen kann ist ein 2017 erschienener Roman von Mariana Leky. Die Autorin zeichnet auf amüsante Art und Weise das Bild eines Dorfes und seiner Bewohner. Man kann sich gut in die Figuren hineinversetzen und ihre Gefühle nachempfinden. Ich persönlich hätte mir ein anderes Ende gewünscht, kann das Buch aber trotzdem guten Gewissens weiterempfehlen.

Seiten: 315

Fazit: Der Roman eignet sich vor allem für Menschen, die nicht nur auf die Handlung an sich achten, sondern auch ein bisschen zwischen den Zeilen lesen, da es sehr tiefgründige, aber positive Gedanken vermittelt.

Die Wilden Hühner auf Klassenfahrt

Cornelia Funke ist vielen ein Begriff. Sie ist für ihre Kinderbücher, wie auch die Wilden Hühner, bekannt. *Die Wilden Hühner auf Klassenfahrt* ist der zweite Band der Reihe, der 1996 erschienen ist. Man muss den ersten Teil aber nicht gelesen haben, um am zweiten Freude zu haben (kann ich persönlich bestätigen). Empfohlen wird das Buch ab 10 Jahren.

Sprotte und ihre Hühnerbande dürfen auf Klassenfahrt ans Meer fahren und freuen sich riesig. Sie würden sich noch mehr freuen, wenn nicht auch ihre Erzfeinde, die Pygmäen, mit von der Partie wären. Streiche sind da schon vorprogrammiert. Mit Fußspuren im Sand und seltsamen Geräuschen übertreiben die Burschen es dann aber wirklich ein wenig. Zumindest denken das die Hühner, bis sie erkennen müssen, dass die Pygmäen daran doch unbeteiligt scheinen. Ihr Lehrer erzählt ihnen die Geschichte vom Geist des Strandräubers Jap Lornsen …

Seiten: 191

Fazit: Eine wirklich lustige Geschichte, die zugleich sehr spannend ist. Man merkt, dass das Buch schon etwas in die Jahre gekommen ist. Dass heutzutage ein Lehrer in einem Lokal raucht, scheint undenkbar zu sein. Auf jeden Fall ein Abenteuer für Groß und Klein.

Werbung

Aktuelles aus Stillfried-Grub

Meine sehr geehrten Damen und Herren, liebe Jugend!

Corona-Info

Wie Sie bereits aus den Medien entnehmen konnten, befinden wir uns wieder in einer Ausnahmesituation. Ich bitte Sie, erneut den Vorgaben der Bundesregierung Folge zu leisten. Ich will nochmals ausdrücklich darauf hinweisen, dass es sich um reine Sicherheitsmaßnahmen handelt und vor allem wichtig ist, die Risikogruppen, ältere Menschen, chronisch Kranke usw. zu schützen.

Für diese Risikogruppen haben wir, wie bereits im März, einen Botendienst eingerichtet, der **ausschließlich bei Besorgung von Medikamenten** unterstützt. Wir bitten Sie, Ihre **Medikamente direkt bei Ihrem Arzt (Dr. Anderl oder MR Dr. Kamenski) zu bestellen.** Die Zustellung der Medikamente übernehmen die Mitarbeiter der Marktgemeinde Angern.

Für die Inanspruchnahme des Medikamenten-Lieferdienstes durch die Gemeinde Angern rufen Sie bitte die Telefonnummer **02283/2241 von Montag bis Freitag zwischen 8 und 12 Uhr** an.

Das Gasthaus „Zeislwirt“ in Ollersdorf bietet eine Liefer- und Abholservice an. Die Lieferungen erfolgen von Dienstag bis Sonntag von 11 bis 14 Uhr. Abholung ist an diesen Tagen bis 20 Uhr möglich. Bestellungen müssen am Vortag oder bis spätestens 10 Uhr desselben Tages unter der Telefonnummer 02283/20647 abgegeben werden.

Aktuelles aus Stillfried/Grub

Aufgrund der aktuellen Situation rund um COVID-19 konnten viele geplante Arbeiten nur sehr eingeschränkt bzw. nicht durchgeführt werden.

Unserem Museum wurde das österreichische Museumsgütesiegel verliehen, vorerst wegen Corona nur im Livestream im Rahmen des Internationalen Museumstags in Krems. Ich gratuliere Direktor Mag. Gerhard Antl und seinem Team zu diesem Erfolg.

Pflege der Windschutzanlagen

Diese Arbeiten wurden von den Mitarbeitern der Gemeinde Angern durchgeführt.

Baumkataster

Pflegemaßnahmen und laufende Kontrollen wurden durchgeführt.

Feldwege

Teilweise Sanierung und Neuerrichtung von Feldwegen.

Neue Stiege beim Eingang „Gruber Tor“ (Kirche)

Die neue Stiege wurde von der Pfarre Stillfried/Grub errichtet. Die barrierefreie Rampe neben der Stiege wird von der Marktgemeinde Angern im Frühjahr 2021 errichtet.

Straßensanierung

Die heuer geplanten Straßensanierungsarbeiten werden von der Fa. Porr durchgeführt.

Haspelgasse EVN Wasserleitung und Stromkabelverlegung

Die Verlegung der Leitungen wurde von der Fa. Wibeba fertiggestellt. Im Zuge der Wiederherstellungsarbeiten wurden auch die meisten Einfahrten neu errichtet.

Dorfstadl

Die Arbeiten gehen zügig voran. Aktuell werden die Sanitäranlagen und die Elektroinstallationen fertiggestellt. Im Frühjahr wird der neue Boden verlegt. Bis jetzt wurden ca. 1600 Arbeitsstunden von Obmann Alfred Knasmillner und seinem Team sowie von den zahlreichen freiwilligen Helfern in dieses Projekt investiert. Dafür ein herzliches Dankeschön.

Vereinsleben

Die Vereine von Stillfried/Grub sind durch die aktuelle Situation und die Maßnahmen der Bundesregierung sehr stark betroffen. Dennoch möchte ich mich für die gute Zusammenarbeit in so einer schwierigen Phase bedanken.

Abschließend möchte ich mich bei den Mitarbeitern der Gemeinde Angern in den Bereichen Kindergärten, Schulen, Hort, Außendienst, Verwaltung und den Gemeindevertretern sehr herzlich für Ihren Einsatz während des ganzen Jahres bedanken. Ich wünsche Ihnen allen in diesen schwierigen Zeiten viel Kraft, Gesundheit und besinnliche Stunden im Kreise Ihrer Familien. Bleiben Sie gesund.

Ihr Ortsvorsteher
Hahn Ernst eh.

FF Stillfried-Grub News

Unsere Freizeit für Ihre Sicherheit

Geschätzte Damen und Herren, liebe Jugend!

Wenn man auf das bisher vergangene Jahr zurückblickt, sieht man, dass wir vor viele neue Herausforderungen gestellt wurden, die wir gut gemeistert haben.

Die nächsten Wochen und Monate werden uns noch einiges abverlangen, aber gemeinsam werden wir diese schwere Zeit durchstehen.

Die Freiwillige Feuerwehr Stillfried-Grub wünscht Ihnen allen weiterhin Gesundheit bzw. baldige und vollständige Genesung.

Im September hat es eine Neuerung bei unserem Feuerwehrhaus in Stillfried gegeben. Ist es Ihnen aufgefallen? Das Haus hat neue Tore bekommen, da die alten in keinem guten Zustand mehr waren.

Hochwassereinsatz 2020

Am 15. Oktober 2020 wurde - aufgrund von zweitägigem Regen und den dadurch steigenden Pegelständen der March - der „große Hochwasserdienst“ ausgerufen.

Am 16. Oktober 2020 wurde gemeinsam mit den Feuerwehren aus dem Unterabschnitt der Hochwasserschutz im Hafen Angern aufgebaut.

Die Freiwillige Feuerwehr Stillfried-Grub musste zweimal täglich Dammkontrollen durchführen und protokollieren. Mehrere Mitglieder der Freiwilligen Feuerwehr waren somit einige Tage laufend im Einsatz. Der Pegelhöchststand war in der Nacht auf den 18. Oktober

2020 erreicht. Bereits gegen Mittag des 18. Oktober wurde die Alarmstufe auf „kleiner Hochwasserdienst“ zurückgestuft.

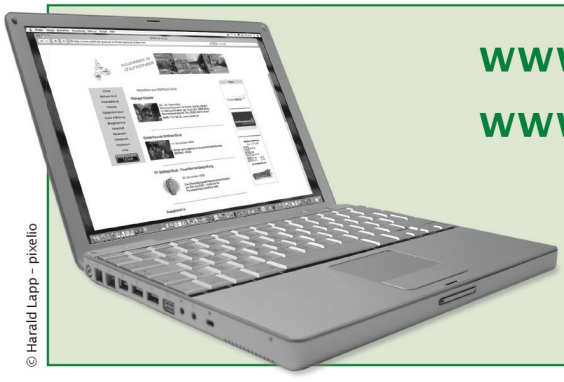
Weitere Einsätze

Türöffnung (T1) – 18. September 2020 / 10:28 Uhr

Fahrzeugbergung (T1) – Am 21. September 2020 um 08:07 Uhr wurde die Freiwillige Feuerwehr Stillfried-Grub gemeinsam mit der Freiwilligen Feuerwehr Mannersdorf zu einer Fahrzeugbergung (umgestürzte Weinlesemaschine) gerufen.

Fahrzeugbergung (T1) – Am 30. Oktober 2020 um 6:58 Uhr wurde die Freiwillige Feuerwehr Stillfried-Grub alarmiert und musste zu einer weiteren Fahrzeugbergung auf der B49 ausrücken.

FM Michaela Galhaup &
FM Simone Winter



© Harald Lapp - pixelio

www.stillfried-grub.at oder
www.facebook.com/StillfriedGrub

- Aktuelles aus Stillfried-Grub
- GstettnReiter als PDF zum downloaden
- Veranstaltungskalender
- Infos über Vereine, Wirtschaft, Kultur & Bildung
- Gästeinformation
- und vieles mehr

Kindergarten

Das neue Kindergartenjahr hat am 7. September mit 17 Kindern - davon 5 neuen Kindern - gestartet. Im Laufe des Jahres füllt sich der Kindergarten noch auf 20 Kinder. Die ersten Wochen standen im Zeichen der Eingewöhnung und des Vertrauenaufbauens sowie des MITEINANDERS.

Im September haben wir den Kindern wieder mehrere Möglichkeiten gegeben, unsere direkte Umgebung zu erkunden: Wir waren im Garten von Buchmann Franz und durften dort Äpfel ernten. Daraus wurde ein Apfelstrudel gebacken. Ebenso durften wir- wie bereits im vergangenen Jahr- zu Familie Rathammer jun., um dort Trauben zu pflücken und zu naschen. Bei diesem Ausgang bot sich auch die Möglichkeit, Erdäpfel zu ernten - die Kinder waren tatkräftig bei der Sache und hatten große Freude.

www.gratismalvorlagen.com

Ein weiterer Wandertag bot sich, indem wir nach Stillfried gingen, um Birnen zu pflücken. Mit diesem Obst haben wir wieder die verschiedensten hauswirtschaftlichen Tätigkeiten gemacht.

Ein herzliches Dankeschön an Franz Buchmann, Familie Richard Rathammer und Ulrike Pinnisch, die uns diese Möglichkeit geboten haben.

Ende September haben wir unsere liebe Betreuerin Erika in die Altersteilzeit verabschiedet und möchten ihr auf diesem Weg nochmals ein herzliches Dankeschön für ihre langjährige, großartige Unterstützung und Hilfestellung im Bereich der Kinderbetreuung aussprechen. Es war eine wundervolle Zeit mit vielen, vielen unvergesslichen Stunden.

Aus diesem Grund wurde sie mit einem internen Verabschiedungsfest von den Kindern und deren Kindergartenpersonal verabschiedet. Die Kinder haben Lieder gesungen, ein Gedicht vorgetragen und selbstgemachte Geschenke überreicht. Sie zeigten viel Freude und Begeisterung beim Vortragen und gaben ihr Bestes, um Erika eine schöne Verabschiedung bieten zu können.

Ulrike Pinnisch ist ab nun die Kinderbetreuerin für die Kinder des Kindergartens Stillfried/Grub, welche wir herzlich begrüßen möchten.

Weitere Aktivitäten – wie das Feiern eines kindergarteninternen Erntedankfestes und eines Drachenfestes- und viele andere Angebote stehen für die Herbstzeit am Programm.

Wir freuen uns schon sehr auf viele neue Erfahrungen, die wir den Kindern bieten dürfen.

Liebe Grüße aus dem Kindergarten von

Claudia, Ulli und Christi

Kurz slovenčiny

Liebe Freunde der slowakischen Sprache, da uns die Zahlen immer auf irgendeine Art und Weise begleiten, habe ich für euch die Grundzahlen und einige Phrasen, die ihr vielleicht nützen könnt, im Folgenden aufbereitet.

Grundzahlen

nula	0		Mit -násť bilden wir weiter bis 19
Jeden (jedna)	1	11	jedenásť (kein Doppel-n!)
dva	2	12	dvanásť
tri	3	13	trinásť
štyri	4	14	štrnásť (y und i fallen weg)
päť	5	15	pätnásť (ť > t)
šesť	6	16	šestnásť (ť > t)
sedem	7	17	sedemnásť
osem	8	18	osemnásť
deväť	9	19	devätnásť (ť > t)
desať	10		

[1] Zur Erinnerung, ä wird wie e gesprochen, ť weich (ca. wie in „tja"), š wie sch in Schule. Länge, also ein langes á, haben wir nur beim Suffix -násť.
„de" in sedem, in deväť und in desať sowie in -desiat ist weich auszusprechen (in etwa wie in Nadja)

Zusammenfassung *11-19*: die Zahl + -násť, wobei zu beachten ist, dass bei *1* kein doppeltes „n" vorkommt, bei *4* kommen die beiden y/i weg, das weiche ť bei *5*, *6* und *9* wird zum t.

Die Zahlen 20, 30 und 40 bilden wir mit -dsať
dva
tri
štyri
dvadsať, tridsať, štyridsať

Die Zahlen 50, 60, 70, 80 und 90 bilden wir mit -desiat
päť
šesť
sedem
osem
deväť
päťdesiat, šesťdesiat, sedemdesiat, osemdesiat, deväťdesiat

100 – sto – wie der Künstler „Hundertwasser" oder das Lateinwörterbuch „Stowasser"
(aber dvesto für 200)
1000 – tisíc
(aber dvetisíc für 2.000)

Einige Phrasen zum Üben

Toto je moje číslo – Das (hier) ist meine Nummer:
z. B. nula šesť šesť nula / jeden dva tri štyri päť šesť sedem – 0 6 6 0 / 1 2 3 4 5 6 7

Ihr könnt nun selber probieren, eure Telefonnummer auf Slowakisch zu sagen.

Zu den Vorwahlen noch:

slovenská predvoľba – slowakische Vorwahl: 00421
rakúska predvoľba – österreichische Vorwahl: 0043

Koľko máš rokov? – wörtl. Wieviele Jahre hast du?
Koľko máte rokov? – wörtl. Wieviele Jahre haben Sie?
Mám ... rokov. – wörtl. Ich habe ... Jahre. (Ich bin ... Jahre alt)

Das Geburtsjahr: Kedy si sa narodil / Kedy si sa narodila? / Kedy ste sa narodili? –
Wann bist du geboren? / Wann sind Sie geboren? Mann: Narodil som sa v roku... – Ich bin geboren im Jahr ...
Frau: Narodila som sa v roku...

Das Jahr zerlegen wir – z.B. 1998 – in: 1000 – 9(100) – 90 – 8
Also: tisíc – deväťsto – deväťdesiat – osem

Hier kann man die Zahlen auch hören bzw. üben: https://www.youtube.com/watch?v=TS3DpXfT5AY

So srdečným pozdravom – mit herzlichem Gruß
Viera

Guten Appetit!

So können wir unsere gefiederten Freunde im Winter unterstützen

Nicht jeder Vogel frisst das Gleiche. Vögel werden je nach Vorliebe in Körner- und Weichfutterfresser unterteilt. Je vielfältiger das Futterangebot ist, desto mehr Arten tummeln sich im Winter an der Futterstelle.

Körnerfresser wie Meise, Gimpel, Grünfink, Distelfink oder Sperling lieben Sonnenblumenkerne, Nüsse, Getreidekörner, Mohn oder Leinsamen. Eichelhäher freuen sich über Erdnüsse, Maiskörner und Eicheln. Weichfutterfresser wie Amsel, Drossel, Rotkehlchen, Specht oder Zaunkönig kann man mit ungeschwefelten Rosinen, Getreideflocken, Kleie, Mohn oder Mehlwürmern verwöhnen.

Auch ein aufgeschnittener Apfel ist eine leckere Mahlzeit.

Alle Vögel lieben Fettfutter. Dies kann leicht selbst hergestellt werden, siehe Anleitung „Leckere Zapfen“ weiter unten.

Ein paar wichtige Tipps, was man beim Füttern beachten sollte:

⇒ Für die Futterstelle sollte ein gut überschaubarer Ort gewählt werden, damit die Vögel sich anschleichende Katzen früh entdecken können.

⇒ Das Futter sollte nicht nass werden. Dafür eignen sich gut Futtersilos und spezielle Bodenfutterspender.

⇒ Am Boden liegendes Futter regelmäßig entfernen, damit keine Ratten angelockt werden.

⇒ Futterhäuschen regelmäßig von Vogelkot reinigen, damit es zu keinen Erkrankungen kommt.

⇒ Keine Brotreste füttern. Diese können schimmeln und schaden dann den Vögeln mehr, als sie nützen.

⇒ Im Frühling unbedingt mit der Fütterung aufhören! Es kann sonst sein, dass die Vögel Körner an ihre Jungen verfüttern, weil sie leicht erreichbar sind. Die Jungvögel können die Körner aber nicht verdauen und sterben daran.

Vogelfutter kann man selbst sammeln, man muss es nicht unbedingt kaufen. Bei einem Herbstspaziergang sammelt man Beeren von Weißdorn, Hagebutte oder Eberesche. Nicht verwenden sollte man Liguster, Efeu oder Schneebeere, da diese giftig sind und von den meisten Vögeln nicht vertragen werden. Samen von Wegerich, Disteln, Brennnesseln, Gräsern, Klette oder Schafgarbe können luftig aufgehängt und von den Vögeln direkt besucht werden.

Wer die Lebensbedingungen der Vögel insgesamt verbessern möchte, pflanzt einheimische Sträucher und Bäume, lässt in seinem Garten ein bisschen mehr Wildwuchs zu - eventuell kann man eine kleine wilde Ecke an die Natur abtreten. Man muss auch nicht alle Stauden im Herbst abschneiden, sondern lässt ihre Stängel und Samen als Winterfutter stehen. So kann man sich die Gartenarbeit ein wenig erleichtern. Sonnenblumen, Nachtkerze oder Kugeldisteln werden dann von den Vögeln abgeerntet und es ist spannend, sie dabei zu beobachten.

Und wenn der Winter vorbei ist, weckt uns dann wieder ihr wunderbarer Gesang und sorgt für gute Laune und Frühlingsstimmung!

„Leckere Zapfen“

Man nimmt 6 Kiefernzapfen und bindet zum Aufhängen oben etwas Garn fest. In einer Schüssel mischt man 200 g Kokosfett mit 200 g Vogelfutter und streicht die Mischung mit den Fingern in die Zapfen. Bei Bedarf kurz ins Gefrierfach stellen, damit das Fett fest wird. Fertig!

„Erdnusskranz“

Man nimmt 2 Hände voll Erdnüsse mit Schale, sticht mit einem Zahnstocher in der Mitte ein Loch durch die Schale. Dann fädelt man die Nüsse auf einen etwa 30 cm langen Draht, formt den Draht zum Kreis und verdreht die Enden. Aufhängen, fertig.

Quellen: „Wir retten die Bienen, Igel und Käfer“ von Susanne Pypke

„Natur im Garten“ - „Herbst und Winter im Garten“

Gabriele Rathammer

Neues aus der Umweltecke

Unser Ernährungssystem ist krank - machen wir es wieder gesund!

Die **Corona-Krise** hat gezeigt: Viele für selbstverständlich gehaltene Sicherheiten können überraschend schnell ins Wanken geraten. Dazu gehört selbst die grundlegende Versorgung mit Lebensmitteln. Denn während der Corona-Krise wurde deutlich, wie sehr unser System vom **Import** abhängig ist, der in Krisen leicht unterbrochen werden kann.

Österreich sollte im Stande sein, sich auch im Krisenfall mit ausreichend und gesunden Lebensmitteln selbst zu versorgen. Doch das ist momentan nicht möglich. Wir decken lediglich 58 Prozent unseres Gemüse- und 46 Prozent des Obstbedarfs selbst. Und gleichzeitig verrotten zehntausende Tonnen Obst und Gemüse auf den Feldern, weil sie gegen Feldfrüchte, die um die ganze Welt verschifft werden, keine Chance haben, weil der Handel nur perfekt aussehende Früchte im Regal haben will. Unser Ernährungssystem ist im **Optimierungswahn**. Doch auf der Jagd nach immer mehr und immer günstiger bleiben Mensch, Tier und Umwelt auf der Strecke. In diesem System gewinnen nur die **großen Konzerne**.

Die Bedingungen am Lebensmittelmarkt sind hart für die Bäuerinnen und Bauern. Der Druck, mit Methoden der industriellen Landwirtschaft möglichst viel und möglichst billig zu produzieren, um die Produkte absetzen zu können, ist groß. Noch verschärft wird das durch **internationale Handelspakte**. Sie bringen kleine Betriebe in Konkurrenz mit riesigen Agrarkonzernen, die in Übersee unter schlechten Umweltauflagen billig produzieren. Außerdem werden Förderungen nach Betriebsgröße statt nach Qualität vergeben. Das zwingt viele kleinere Betriebe aufzugeben und erhöht somit unsere Krisenanfälligkeit.

Hinzu kommt, dass der fruchtbare Boden immer knapper wird. Die Bodenfruchtbarkeit nimmt ab, Böden erodieren zunehmend und wir verlieren pro Tag 14,7 Hektar Boden durch Versiegelung. Besonders abhängig von internationalen Lebensmittellieferungen (und dadurch krisenanfälliger) macht uns der extrem hohe Fleischkonsum in Österreich. Rund 60 Prozent der Ackerflächen in Österreich werden für die Tierfutterproduktion genutzt. Zusammen mit den Weideflächen sind sogar 80 Prozent der landwirtschaftlichen Fläche nur für Nutztiere da. Damit fehlt der Platz für den Anbau von mehr pflanzlichen Lebensmitteln, wie Obst, Gemüse und Hülsenfrüchten. Zusätzlich muss Österreich noch über 500.000 Tonnen Soja-Futtermittel importieren, für das in Übersee oft wertvolle Wälder zerstört werden.

Unser Land hat alles, was es braucht, um die Ernährung seiner Bevölkerung auch in einer Krise sicherzustellen. Dazu müssten sich aber einige Dinge ändern. Greenpeace hat gemeinsam mit den WissenschaftlerInnen der BOKU einen Plan entwickelt, wie unsere Lebensmittelversorgung wieder auf sichere Beine gestellt werden kann, und dies in eine **Petition** verpackt. Die Liste mit den genauen Forderungen finden Sie im Anschluss.

Für ein regionales, umweltfreundliches und krisensicheres Ernährungssystem! Dafür braucht es die Stimme eines jeden Einzelnen!

Unterzeichnen Sie die Petition!
https://
landwirtschaft.greenpeace.at/
ernaehrungssicherheit/

10 Punkte für sichere Lebensmittelversorgung:

1. **Verhindern zerstörerischer Handelspakte.**
   Handelspakte wie der EU-Mercosur-Deal verstärken mehrere Probleme: Sie fördern den Import von Lebensmitteln, die auch bei uns produziert werden. Dadurch stehen unsere Bäuerinnen und Bauern noch mehr in Konkurrenz mit billig produzierenden Agrarkonzernen aus Übersee. Und diese Handelspakte verstärken die Umweltzerstörung in den Herkunftsländern. Wir brauchen ein nachhaltiges und regional verankertes Lebensmittelsystem, nicht noch mehr Transport von Gütern um die ganze Welt!

2. **Ausbau der biologischen Landwirtschaft – 40 Prozent Bio-Flächen bis 2030.**
   Die Bio-Landwirtschaft trägt zur Lösung gleich mehrerer Probleme bei: Sie ist klimafreundlicher als die industrielle Landwirtschaft. Sie ist weniger abhängig von importierten Betriebsmitteln (etwa Pestizide, Futtermittel oder Düngemittel). Und sie erhält die Fruchtbarkeit des Landes besser, denn sie zerstört die Artenvielfalt nicht und ist besser für Böden, Wasser und Tiere.

3. **Reduktion des Fleischkonsums um 50 Prozent bis 2030.**
   In Österreich wird pro Kopf dreimal so viel Fleisch gegessen, wie gesund wäre. Wenn wir das reduzieren, leben wir gesünder und erhöhen die Versorgungssicherheit: Denn einerseits werden so Flächen frei, die jetzt für Futtermittelproduktion genutzt werden, andererseits reduzieren wird die Abhängigkeit von Soja-Importen.

4. **Transparente Kennzeichnung von Lebensmitteln nach Herkunft und Qualität in allen Bereichen.**
   Der Wandel hin zu einem sicheren, nachhaltigen, regionalen und krisenfesten Lebensmittelsystem kann nur mit der Hilfe von KonsumentInnen gelingen. Dafür müssen diese aber auch die entsprechenden Informationen über die Lebensmittel zur Verfügung gestellt bekommen. Denn Wahlfreiheit ist nur möglich, wenn vollständige Information vorhanden ist.

5. **Gezielte Förderung kleinbäuerlicher Strukturen in Österreich.**
   Agrarfördermittel sind derzeit nicht zielgerichtet und fördern eine falsche Art der Landwirtschaft, die auf immer mehr und immer billiger setzt. Stattdessen sollten sie vor allem kleinteilige, vielfältige Strukturen stärken.

6. **Auf Krisenfestigkeit ausgerichtete öffentliche Beschaffung.**
   Die öffentliche Hand gibt jedes Jahr mehrere hundert Millionen Euro für Lebensmittel aus – in Schulen, Kantinen und so weiter. Statt nach dem Billigstbieterprinzip zu vergeben, sollten sie ein krisenfestes Lebensmittelsystem fördern – das heißt mehr Bio, mehr regional, saisonal und weniger Fleisch. So ergänzt die öffentliche Beschaffung eine kluge Förderpolitik!

7. **Halbierung der jährlichen Bodenversiegelung bis 2025.**
   Durch ein Maßnahmenbündel aus Raumplanung, Stadtplanung, verstärkten Schutzmaßnahmen für landwirtschaftliche Nutzflächen und gezielter Entsiegelung, um zu verhindern, dass weiterhin täglich fruchtbare Böden verloren gehen.

8. **Lebensmittelabfälle halbieren bis 2030.**
   Eine Halbierung des Lebensmittelabfalles in Österreich würde dazu führen, dass 15-20 Prozent weniger Lebensmittel produziert werden müssten, was unsere Versorgungssicherheit erhöht und auch die Treibhausgasemissionen aus der Lebensmittelproduktion um 15-20 Prozent reduziert.

9. **Verdoppelung der finanziellen Mittel für das österreichische Agrarumweltprogramm.**
   Im Rahmen des österreichischen Agrarumweltprogrammes werden konkrete Maßnahmen für Umwelt- und Klimaschutz finanziell unterstützt. Die zweckgewidmeten Fördermittel für Leistungen der Bäuerinnen und Bauern im Bereich Klima-, Biodiversitäts- und Umweltschutz sowie Tierwohl sollten von derzeit 25 Prozent auf 50 Prozent der Gesamt-Agrarförderungen erhöht werden.

10. **Keine weitere Beimischung von pflanzlichen Ölen zu Diesel.**
    Flächen, auf denen Pflanzen für Agrotreibstoffe angebaut werden, sollten in Zukunft wieder zur Produktion von Lebensmitteln dienen, um die Versorgungssicherheit zu erhöhen.

Heizen – Schadstoffe – Luft - Sauber?

Es ist Herbst, die Heizsaison hat bereits begonnen und wir möchten es gerne warm in unseren Räumen haben. Viele von uns haben noch immer oder auch wieder einen Holzofen in den Wohnräumen stehen, auch bekannt als Schwedenofen.

Da wir hier in Stillfried-Grub in einer sogenannten Kessellage sind und in den grauslichen Monaten häufig Inversionswetterlage vorherrscht, können die Rauchgase oft nur schlecht aus der Ortschaft abziehen. Wir alle kennen dann den beißenden Gestank von Rauchgasen, welcher das morgendliche Lüften der Wohnung vermiest und gesund - na gesund ist das sowieso nicht!

Ich denke, es geht vielen so wie mir, saubere Luft und Umweltschutz, ausgezeichnet!

Nur: einschränken, finanzieller Mehraufwand, erhöhter Arbeitsaufwand? Na das sollen doch lieber andere tun.

Was hat das alles mit den Schwedenofen zu tun?

Ich habe - mit Ausprobieren und Recherche - eine sehr einfache Möglichkeit gefunden, die Luftschadstoffe zu reduzieren und zwar beim Anzünden des Ofens.

Bisher ist es üblich, am Boden des Ofens den leicht entzündlichen Start-Brennstoff zu positionieren. Darauf kommt kleines Speidlholz und dann noch die Scheiter oben drauf.

NEUE ANZÜNDMETHODE:

Unten werden die Scheiter mit Zwischenraum für die Verbrennungsluft geschlichtet, das kann auch mehrlagig geschehen. Oben drauf kommt der leicht entzündliche Start-Brennstoff, eventuell auch Speidlholz oder Holzkohle-Reste vom Vortag.

Der Abbrand erfolgt also von oben nach unten!

Funktioniert das?

Ja, es funktioniert sogar sehr gut!

Zur Erklärung: Beim Abbrand von Holz brennt vereinfacht gesagt nicht das Holz selbst, sondern die Holzgase. Wird nun das Holz von unten gezündet entstehen jede Menge Holzgase, die aufgrund mangelnder Hitze im oberen Bereich unverbrannt (€€€) durch den Rauchfang entweichen.

Resultat: Schlechter Wirkungsgrad, beißende Abgase, schlecht für den Rauchfang und die Geldbörse.

Wird das Holz jedoch von oben gezündet, gibt es im oberen Bereich sofort eine Flamme, die sich durch herunterfallenden Glutteile langsam nach unten durcharbeitet.

So, nun das Leiwande zu dieser Sache:

Kein Mehraufwand beim Einlegen

Deutlich weniger giftiger Rauch

Besser regulierbarer Abbrand und dadurch weniger oft nachlegen (ich bin halt sehr bequem)

Der Vollständigkeit halber erwähne ich noch, dass die Luftzufuhr natürlich geöffnet sein muss. Es gibt bei den Öfen oft mehrere Luftklappen. Eine für die Luft von unten durch den Rost, zusätzlich oft auch welche für die Luft von etwas weiter oben, auch genannt Scheibenspülung, Sekundär-Luft, Oberluft, etc.

Besonders wichtig ist, dass die obere Luftklappe voll geöffnet ist.

Brennholz soll nur im trockenen Zustand verheizt werden. Hier gilt die Faustregel: Frisches Holz zwei Jahre zum Trocknen liegen lassen.

Das mit der Luftzufuhr und der Kaminabsperrung ist ebenfalls so eine Sache, wobei absichtlich oder durch Unwissenheit Fehler passieren: Ofen vollstopfen, Luftzufuhr auf Minimum und noch den Kamin absperren, das geht gar nicht.

Mit dem Anzünden von oben schreitet der Abbrand viel langsamer voran, es gibt also keine „gache Hitz“, die Luftzufuhr kann beinahe konstant bleiben (ich bin halt bequem), und den Kamin sollte man sowieso nur bei starkem Wind oder wenn nur noch Glut im Ofen ist absperren.

Probiert es einfach aus. Ich bin mir sicher, es überzeugt.

Ich habe einen ganz brauchbaren Link im Netz gefunden, ist zwar aus der Schweiz, doch zum Schluss trinkt der Bursch einen Wein, kann man also gelten lassen.

http://youtu.be/bHbGUeioLQY

mfG Kules

Unser Dialekträtsel – Dialekt direkt –

Mag. Georg Lobner

**„Scho long drad se ois um de Grone, oiso Korona,
do homma jo jetzt wiakli den Scheam auf!“**

Über die derzeitige Pandemie sind ja die Medien voll, da braucht es nicht noch einer Erwähnung. Manche sind schon wegen der vielen Expertinnen und Experten, der Virologen, Epidemiologen und Infektiologen etc. total verwirrt. Halten wir Abstand so und so, auch in diesem Artikel von dieser Pandemie, und wenden wir uns den gewöhnlichen Krankheiten zu, wie sie im Dialekt Ausdruck finden.

„De Gripp“ ist meist in der kommenden kalten Jahreszeit von vielen gefürchtet. Sie, die richtige, echte, auch Influenza, kann bekanntlich auch tödlich enden. Aber, was wurden und werden da für Vorbeugungsmaßnahmen empfohlen? „Ziag di woam au! Nimm da an **Scheu**, dring an Woamen (!) De **Handscha** fagiss ned, host a **Doschntiachl** eingsteckt? Wosch da de Hend, wonnst hamkummst!“ Diese und viele andere gute Ratschläge begleiten einem bei einer an sich harmlosen (?) Krankheit, bei der Erkältung oder einem grippalen Infekt im Winter. „Waun de Nosn rind, Schedlweh hosd, gonz matsch in da Hapfn ligsd, a no fü Fiaba hosd, donn muass da **Dokta heakema**. De Spritzn tuat eh ned weh. Schee A sogn!“ Beim Abklopfen (kommt übrigens vom Klopfen der Weinfässer, wie weit sie voll sind!) „de Luft auhoidn“. Da bei manchen Berufsgruppen, z. B. Bauern, es keine Krankenkassa gab, scheute man oft den Weg zum Arzt und holte ihn nicht. **„Wos alla kummt, muass alla wida gee!“** Diese Spruchweisheit meiner Schwiegermutter aus E. kommt mir da in den Sinn, also nur durchhalten und brav abwarten, bis man wieder gesund und putzmunter ist! Ein früher erfolgreicher Arzt schwor auf „Wärme und Ruhe“. Aber Gott sei Dank haben sich manche Haltungen und Einstellungen doch geändert. Zudem kann man sich ganz schnell auch, wenn man glaubt, keinen Arzt zu konsultieren, im Internet schlau machen, Tipps von anderen Personen, die angeblich von natürlichen Hausmitteln gesund wurden oder an Wundermittel oder gar an Wunderheiler glauben und sich leichtgläubig und naiv daran orientieren; empfehlenswert und seriös ist das nicht, die moderne Medizin bietet viele Möglichkeiten an, die Krankheit in den Griff zu bekommen und wieder gesund zu werden. „Die Götter in Weiß“ – oft tragen sie heute nichtschreckende Alltagskleidung - sind vor allem auf dem Land sehr gefragt, weil manche Stellen nicht gleich besetzt sind. Rat kann man sich auch bei Apothekerinnen und Apothekern holen, unsere „hiesigen“ geben von ihrem Wissen auch in diesem Heft lobenswerterweise etwas preis. Hoffen wir, dass wir durch gesunde, nachvollziehbare Tipps von kompetenten Personen – auch wieder hier im GstettnReiter – die großen und kleinen Wehwehchen gut „**ibadauchn**“ (überstehen).

„Bleim ma olle xund!“, das wünsche ich Ihnen und mir.

Als kleines Dialekttraining wieder neun Beispiele aus der alten Sprachtruhe hervorgekramt.

1. a Woama	4. bremasln	7. dogatzn
2. matsch	5. Essibadscherl	8. Strauka
3. s Reißn	6. aufgreun	9. Scheu

Lösung auf Seite 16

Wer bin ich? Ein Personenrätsel wirklich nur für Insider!

1.Hinweis:
Alle kennen die diesmal gesuchte Person schon lange, mit der Finger Geschicklichkeit funktioniert bald „Bewegliches“ wieder.

2.Hinweis:
Durch diese Person werden auch die Ortsteile irgendwie verbunden. Es gibt da gleich mehrere räumlich großzügige Immobilien.

3.Hinweis:
Vorbildhaft engagiert sie/er sich in einer Elementarorganisation, auch dadurch, dass sich alles im Kreis dreht, meist sehr schnell gefragt.

4.Hinweis:
Beruflich sieht und greift unsere gesuchte Person nach den „Sternen“, bleibt aber schon schützend für uns alle am o-grünen Boden.

5.Hinweis:
Hilfsbereit, freundlich, sich um ihre/seine Familie kümmernd, sowohl antoninisch als auch in einer nach einem bekannten und einst gefürchteten Berg (Matterhorn, Eiger?) benannten Gasse.

Auflösung des Personenrätsels vom letzten Mal

Die Kraft der Hände hat schon vielen Linderung mancher orthopädischer Leiden verschafft, gesucht (und von vielen gleich erkannt) war diesmal Agnes Sofaly-Kormann. Wohnhaft seit ihrer Geburt in der Kellergasse in Grub, wurde das Haus in den letzten Jahren – dank Günters goldenen Handwerkerhänden – großzügig ausgebaut, im Obergeschoß lassen sich bei herrlichem Ausblick sogar „gesteuerte“ Yogaübungen wie Sonnengruß bestens ausführen. Zahl 3: Agnes hat noch zwei Schwestern (Johanna und Maria), aus einem Dreimäderlhaus stammt auch ihre Mutter Poli, „daher“ haben auch Agnes und Günter drei aufgeweckte Kids: Helene, Klaus und Richard. Natürlich lebt eine Physiotherapeutin gesund und umweltbewusst, das versucht sie im Verein mit Gabi R. und Constanze S. im GstettnReiter uns allen nahezubringen – g-Töne, also gesunde Töne anzuschlagen. Sie praktiziert das auch mit viel Sport, fährt oft mit dem Rad nach Angern, wo sie massiert und zum richtigen Stärken der Muskel Übungen anbietet. Das G von der AG, also Günter, ist ein erfolgreicher Wassersportler bei der Feuerwehr, so er nicht gerade einen Bus lenkt. Mögen wir durch Agnes alle noch gesünder leben!

Mag. Georg Lobner

Geburtstage

Herma Seckar	80 Jahre
Maria Ludwig	85 Jahre
Adolf Obala	85 Jahre
Wilhelm Mück	92 Jahre

Der Pensionistenverband Österreich
Ortsgruppe Stillfried-Grub
wünscht den Jubilaren alles Gute,
vor allem Gesundheit!

Elisabeth Sprinzl

Sudoku mittel

rätselecke ÖSTERREICH

		2	1	8	6	5		
		6				1		
8	1			5			9	6
7			6		2			4
6		9		7		2		5
1			9		5			7
3	9			6			5	2
		4				6		
		1	5	3	8	4		

1

Lösung auf Seite 22

Adventfenster

	Stillfried	Ausschank
1.	Maria Ohler, Wienerstraße 89	
3.	Karin Künzl, Wienerstraße 156	
5.	Fam. Wolfgang Obetzhauser, Hauptstr. 9	
7.	Elisabeth Furch, Hauptstraße 13	
9.	Barbara Lobner, Hauptstraße 18	
11.	Yvonne Kadnar, Werkgasse 190	
13.	Geli Küssler, Werkgasse 192	
15.	Regina Staringer, Hauptstraße 17	
17.	Raika	
19.	Inge Brandhuber, Wienerstraße 137	
21.	Ilse Döltl, Marchgasse 1	
23.	Maria Moser, Wienerstraße 43	

	Grub	Ausschank
2.	Fam. Obetzhauser, Gruber-Hauptstr. 31	
4.	Fam. Döltl, Gruber-Hauptsr. 10	
6.	Kindergarten, Gruber-Hauptstr. 27	
8.	Küssler Verena; Haspelgasse 183	ab 16 Uhr
10.	Fam. Foll, Gruber-Hauptstr. 8	
12.	Richard Rathammer Jun., Kellerg. 124	ab 16 Uhr
14.	Rausch-Stockhammer, Haspelgasse 111	mit Punsch to go
16.	Thomas Urban, Ziegelofengasse 59	
18.	Fam Ruthammer, Bernsteinstr. 153	Aussch. und Ausstellung i. Freien
20.	Fam. Elfi Vecera, Gruber-Hauptstr. 37	
22.	Fam. Gaby Rührer, Ziegelofengasse 104	
24.	Fam. Klausbruckner, Kapelle	

Terminvorschau Sprechstunden 2021

Kammer für Arbeiter und Angestellte NÖ, Gänserndorf, Wienerstraße 7a
jeden 2. und 4. Dienstag im Monat von 9:00 - 10:30 Uhr

1.**Halbjahr:** 12. und 26. Jänner, 9. und 23. Februar, 9. und 23. März
13. und 27. April, 11. und 25. Mai, 8. und 22. Juni

2. **Halbjahr:** 13. und 27. Juli, 10. und 24. August, 14. und 28. September
12. Oktober, 9. und 23. November, 14. und 28. Dezember

KOBV
Der Behindertenverband
Wir bewegen

Aufgrund der aktuellen Gefährdungslage sind persönliche Beratungen derzeit NUR nach vorheriger telefonischer Terminvereinbarung unter 01/406 15 86 - 47DW und unter Verwendung eines Mund-Nasenschutzes möglich!

Obfrau Hilde Hager

Dialekträtsel-Auflösung

1. (hier:) Glühwein	4. brennend, stechend	7. pochen
2. müde, matt	5. Essigwickel	8. Schnupfen
3. Rheuma, Gliederschmerzen	6. derb für: aufstehen	9. Schal

Die Psyche – Teil 18

Auszug aus meinem in Kürze erscheinenden Buch „Corona und die Psyche – Intensivstation Gesellschaft“

Allgemeines

Das Jahr 2020 wird durch die Pandemie in die Geschichte eingehen. Durch den im März veranlassten ersten Lockdown erfolgten massive Auswirkungen auf unsere gesamte Bevölkerung – medizinisch, ökonomisch, sozial, die Bildung betreffend. Das Ausmaß der damit einhergehenden psychischen Belastung ist derzeit nur zu einem Teil direkt erkennbar. Es wird zur Gänze in den folgenden Monaten und sogar noch in Jahren sichtbar werden. Dieses Buch zeigt auf, welche Facetten von Leid durch das Corona-Virus bereits hervorgehen und wie die Gesellschaft damit umgeht. Auch abgedruckte Interviews aus der Bevölkerung veranschaulichen, wie Menschen die Krise von Anfang an erlebt haben und wie es ihnen in ihren unterschiedlichen Lebenssituationen bisher ergangen ist. „Corona und die Psyche – Intensivstation Gesellschaft“ bietet keine Lösungen an oder wäre gar ein Ratgeber, nein – es handelt sich um eine Momentaufnahme des psychischen Zustandes unserer gesamten Gesellschaft, die mit einem bereits erfolgten zweiten Lockdown schwer angeschlagen und verzweifelt mit dem Virus leben muss.

Der Medieneinfluss, die Infektionszahlen und die Psyche

Medien beeinflussen stark einen Großteil der Menschen und wirken dement-

sprechend auf ihre Meinungsbildung in Zusammenhang mit ihrer bereits vorhandenen oder für die jüngeren Bürger noch zu bildenden Weltanschauung und somit insgesamt auf die jeweilige Psyche. Fernsehen, Radio, Zeitungen haben große Macht in einem Staat und es gibt wissenschaftliche Vertreter, die meinen, dass die Medien durch ihren Einfluss als so etwas wie die vierte Staatsgewalt gelten – nach Legislative, Exekutive und Judikative. Es ist auch schon lange jedem bekannt, dass „Nachrichten“, besser gesagt Neuigkeiten, hauptsächlich Berichte mit negativem Inhalt darstellen. Der Mensch reagiert psychologisch betrachtet eher auf Skandal- und Katastrophenmeldungen, als darauf, dass es jemandem gut gehe, jemand gerettet wurde oder wieder gesundet sei, außer es handelt sich um Prominente, wo ein großes öffentliches Interesse besteht und viel darüber in der Bevölkerung gesprochen wird, sei es auch mit gespaltenen Meinungen.

Von den zuständigen Vertretern der Bundesregierung wurden der Lockdown und die damit einhergehenden Corona-Maßnahmen am Freitag, dem 13. März 2020, medial verkündet und die darauffolgenden Reaktionen in der gesamten Republik waren von Angst, Hysterie, Hamsterkäufen und Überlebenskampf in Massen geprägt. Obwohl in den folgenden Stunden und Tagen zu Ruhe und Besonnenheit aufgerufen wurde, mit der Beteuerung, dass die Grundversorgung durchgehend garantiert werde, schenkte dem kaum jemand Beachtung oder es wurde schlicht nicht geglaubt. Das zeigt, dass das Negative bei den Menschen sofort hohe Aufmerksamkeit erregt, weil eine verkündete Gefahr die Angst ums eigene Überleben auslöst und häufig zu nicht rational überlegten Handlungen führt. Das Positive wird dann eher nicht wahrgenommen und wenn, dann überwiegt noch immer Misstrauen. Da ist es wohl besser, sich sicherheitshalber mit allen in seiner Macht stehenden Mitteln zu schützen, um für das „Überleben“ gewappnet zu sein.

Es war schon vor Corona üblich, dass die Menschen vorwiegend auf schlechte Neuigkeiten aufmerksam wurden. Sie beziehen sich in ihrem Umfeld auch immer wieder darauf und diskutieren mit ihren jeweiligen Ansichten mit anderen darüber. Politik und ihre Akteure sind meist Thema Nummer eins im Privaten, in der Nachbarschaft, am Wirtshausstammtisch, in der Arbeit und meist lassen sich die Menschen auch negativ darüber aus, weil sie entweder mit ihrem Leben unzufrieden sind oder sie verteidigen z.B. eine politische Partei und ihre Hauptakteure und äußern sich schlecht über andere, je nach Sympathie für eine politische Couleur.

Medien sind also ein großer Teil unseres Lebens, aber es kommt dabei auch erheblich darauf an, wie wir sie konsumieren bzw. wie viel davon und v.a. welche Qualität sie aufweisen. Es werden Medien belächelt und gelten als verpönt. Anderen wird Seriosität zugeschrieben und es wird ihnen großes Vertrauen entgegengebracht. Daher ist die daraus resultierende Frage: Wer lässt sich von welchem Medium wie beeinflussen und wie wirkt sich das auf die jeweilige Psyche jedes einzelnen Menschen aus? Und die anschließende Frage ist, ob von jemandem alles unhinterfragt geglaubt wird, was er liest, sieht und hört oder ob nicht doch auch Misstrauen besteht, weil sich möglicherweise Wahrheitsverzerrungen, Propaganda oder im Extremfall Verschwörungstheorien dahinter verbergen.Menschen, die psychisch anfälliger sind und die Welt aufgrund ihrer seelischen Disposition ohne Corona schon schwer ertragen haben, sind dann durch die Krise noch mehr beeinträchtigt, je mehr Medien sie konsumieren. Ich habe mehrmals Menschen erlebt, die mir erzählt haben, dass sie grundsätzlich Nachrichten meiden, weil sie das ganze Negative, das Elend in der Welt nicht aushalten und deshalb nichts darüber lesen, hören oder es sehen wollen und können, weil es ihnen ansonsten psychisch schwer zusetzt. Da würden die ständigen Nachrichten über das Corona-Virus vieles noch verschlimmern.

Es ist tatsächlich so, dass der ständige Medienkonsum, v.a. in negativem Sinne, psychisch viel mit den Menschen macht. Es kostet nicht nur viel Zeit und Energie, alles immer zu verfolgen, sondern insgesamt wird damit noch ein kollektiver Pessimismus gefüttert. Es herrschen dadurch vermehrt Meinun-

gen wie: „Die Politiker sind eh alle nur korrupt“ oder „Es wird immer mehr Arbeitslose geben als früher“, „Kein Job ist mehr sicher“, „Die meisten krachen sowieso schon“, „Alle haben nur Schulden“, um nur einige Beispiele zu nennen.

Nun ist durch die Corona-Krise die Situation entstanden, dass beinahe die gesamte Wirtschaft zerstört wurde und Begriffe wie „Pandemie“, „Corona -Virus“, „Covid 19“, „Maskenpflicht“, „Mindestabstand“, „Hände waschen“, „desinfizieren“, „zweite Welle“ etc. an der Tagesordnung sind. Mittlerweile wird sogar schon von einer „Corona-Depression“ gesprochen. Diese Vokabeln geben jetzt eine ganze Gesellschaftsrichtung vor und niemand weiß mehr, wo das alles noch hinführt. Neben Corona werden hauptsächlich noch Flüchtlingsthemen und politisches Hick-Hack durch die Medien vermittelt und diskutiert. Was können die Menschen tun, was den Medieneinfluss betrifft?

Es kommt bei jedem Einzelnen darauf an, was er wirklich für sich daraus ziehen möchte oder nicht. Sich ununterbrochen jeden Tag zu informieren und alles zu verfolgen, belastet auf Dauer nur, außer jemand möchte das unbedingt und es belastet ihn nicht. Es wird daher für jene ratsam sein, die sich zu beeinträchtigt davon fühlen, sich nicht mehr als ein bis maximal drei Mal täglich kurz zu informieren, um auf einem aktuellen Stand von Gegebenheiten zu sein. Jeder kann für sich entscheiden und steuern, was für ihn das Richtige und ein gesunder Umgang ist.

Es ist aber auch zu erwähnen, dass Medien sehr stark Gedanken und Handeln von einer großen Anzahl von Menschen beeinflussen können. Als es z.B. in früheren Jahren zur Verkündung des Vogelgrippevirus gekommen ist, so war dieser eine Zeit lang in den Medien und Menschen, die ängstlicher waren, fühlten sich natürlich mehr verunsichert, als andere, die dem nicht so viel Beachtung schenkten. Es folgte später noch das Schweinegrippevirus, wo der Verlauf so ähnlich war. Auch über Ebola wurde damals (wieder) verstärkt berichtet – über Monate hindurch. All diese Gefahren werden medial beeinflusst, solange sie die Menschen dadurch auch wahrnehmen können. Doch es besteht in diesen Fällen die Annahme „Aus den Augen, aus dem Sinn“. Diese Viren gibt es immer noch, nur berichtet längst niemand mehr darüber. Ebola wütet immer noch in Gebieten Afrikas und die Weltgesundheitsorganisation (WHO) ist immer noch besorgt darüber, nur wird bei uns nicht mehr darüber informiert, außer vielleicht durch die eine oder andere Randnotiz in Zeitungen, weshalb auch niemand mehr darüber spricht.

Man erkennt an diesen Beispielen, dass Medien in der Bevölkerung immer großen Einfluss haben. Selbstverständlich spielt dabei die Themenwahl eine große Rolle. Dabei kann auch kritisch hinterfragt werden, weshalb über noch vorhandene Umstände plötzlich nicht mehr berichtet wurde und wird. Auch das Verschwinden von Themen oder das Schweigen darüber hat Bedeutung. Mit all ihrer Macht an Beeinflussung der ganzen Bevölkerung kommt es auch zu der angenommenen Bezeichnung der Medien als die „vierte Staatsgewalt“.

Was die täglich verkündeten bekann-

ten Infektionszahlen betrifft, kann man dem leider keinen uneingeschränkten Glauben schenken. Erstens geben verschiedene Stellen Zahlen an, die sich auf die jeweils letzten 24 Stunden beziehen, wo niemand nachvollziehen kann, wie diese gezählt werden, welche nun „stimmen“. Diesbezüglich gab es auch schon mehrmals Verwirrungen und Korrekturen, wie man aus den Medien erfahren konnte. Es wird immer wieder in der „Zeit im Bild“ lediglich darauf hingewiesen, dass die Zahlen vom Innenministerium stammen, aber dieses ist auch nur von der Bekanntgabe der verschiedenen Untersuchungsstellen abhängig. Es wird in den Fernsehnachrichten auch immer angeführt, wie viele sich davon in Spitalsbehandlung befinden und wie viele sich davon wiederum auf der Intensivstation befinden. Auch die Anzahl der Verstorbenen am Corona-Virus wird immer aktuell präsentiert. Das Problem ist, dass es dabei keineswegs nachvollziehbar ist, ob es sich bei den Verstorbenen tatsächlich um Corona-Tote handelt, die auch tatsächlich wegen Corona verstorben sind. Es können Todesopfer in der Statistik aufscheinen, die aufgrund anderer Einflüsse von uns gegangen sind und es wurde nur bei ihnen auch das Virus festgestellt, ohne dass es für den Tod irgendeine Rolle gespielt hätte. Wir haben es also mit verzerrten Infektionszahlen zu tun, denen man nicht einfach so trauen kann.

Man hat auch keine Ahnung davon, wie hoch die Dunkelziffer ist, welchen „Wert“ von welcher Stelle man nun auch immer heranzieht. Die Dunkelziffer kann mit einem Mehrfachen der bekannten Infektionszahlen angenommen werden – möglicherweise von einem Fünf- bis zu einem Zehnfachen. Es gibt nur Vermutungen, die in verschiedene Schätzungen münden, doch was sollen diese bringen? Es ist schon klar, dass man auf einen Anhaltspunkt mit einer Anzahl von derzeit bekannten Erkrankten und täglichen Neuinfizierten angewiesen ist, um etwas daraus ableiten zu können.

Auf jeden Fall geht es darum, dass die täglich veröffentlichten Infektionszahlen mit allen schön dargestellten Statistiken und Graphiken seit Beginn der Krise viele Menschen psychisch beeinflussen. In beinahe jeder Begegnung gibt es irgendeine Erwähnung bezüglich Corona. Die Krise hat nicht nur unseren Alltag bei den Verhaltensregeln bestimmt, sondern auch die gesamte Kommunikation, in diesem Fall vor allem den Inhalt betreffend. Einen Satz, den ich sehr oft höre, ist „Die Zahlen steigen wieder“ oder „Die Zahlen steigen weiter“ und dann geht das Thema erst recht los. Es wäre mittlerweile angenehmer, dass es einmal eine Corona -freie Unterhaltung gäbe, doch das scheint nicht gut möglich zu sein. Es ist auch beinahe gleichgültig, welche E-Mail man erhält, es wird ständig etwas in diesem Zusammenhang erwähnt und das wird leider noch länger so weitergehen.

Bei diesen täglich präsentierten Zahlen wird auch keinerlei Unterscheidung vorgenommen, weil das zu einem Großteil auch gar nicht möglich ist. Man muss aber differenzieren, woher die Infizierten kommen, denn die Zahlen sagen nichts darüber aus, wie viel

davon z.B. aus dem Ausland eingeschleppt wurde. Es war klar, dass die Wiedereröffnung der Staatsgrenzen zu einer weiteren Katastrophe führen musste. Dabei war man in Österreich schon auf so einem guten Weg. Man kann das Risiko reduzieren und trotzdem leben und auch „Spaß am Leben" haben, doch es gab zu große Versäumnisse, dass solch eine bessere Lebensqualität (wieder) ermöglicht worden wäre.

Es wurde schon ein so hoher Preis mit dem ersten Lockdown bezahlt, wo die große Frage ist, ob es wirklich notwendig war, beinahe der gesamten Wirtschaft und damit unzähligen Existenzen so große Schäden zuzufügen. Relativ lange Zeit wurde trotz hoher und steigender Infektionszahlen mit abwechselnden Lockerungen und Verschärfungen von Maßnahmen ermöglicht, dass man ohne so ein drastisches Mittel wie im März auskommt. Mit dem enormen Anstieg der insgesamten Infektionszahlen und den daraus resultierenden zunehmenden Spitalsbehandlungen wurde nun – der schon seit geraumer Zeit erwartete – zweite Lockdown verhängt. Kurz vor Erscheinen dieses Buches wurde das also schon Realität. Man weiß zwar schon einiges über das Virus und es hat sich seither auch vieles verändert, es wäre aber von Beginn an angebracht gewesen, wenn man klar kommuniziert sowie sinnvolle und vereinheitlichte Maßnahmen vorgenommen hätte, so dass sich auch jeder immer auskennt.

Man kann Influenza mit Corona nicht vergleichen, aber…

Man kann Covid-19 nicht mit den Grippeviren vergleichen, so viel steht von Anfang an fest. Das Corona-Virus ist daher keinesfalls zu verharmlosen, genauso wie andere Viren auch nicht zu verharmlosen sind. Die Frage ist allerdings, weshalb die Grippewellen seit vielen Jahren mit einem Vielfachen an Infizierten, Schwerkranken und tausenden Toten kaum jemanden interessieren und einfach immer so hingenommen wurden. Denkt man dabei nur an Arbeitsplätze und öffentliche Verkehrsmittel, waren die Menschen es immer wieder gewohnt, dass gehustet und geniest wird und dadurch intensiv Viren durch die Gegend geschleudert werden, und dabei hat sich leider kaum jemand Gedanken darüber gemacht, weil es eben immer Gewohnheit war. Nimmt man die Infizierungen durch Influenza her und betrachtet dabei die jährlichen, v.a. saisonal bezogenen Infektionszahlen, sowie die Sterberate, so muss man mit Entsetzen feststellen, dass das kaum veröffentlicht wird bzw. überhaupt eine wesentliche Rolle spielt. Obwohl weltweit hunderttausende Menschen daran sterben, gibt es keinerlei Maßnahmen wie Abstandsregeln, Maskenpflicht, Datenhysterie mit Registrierungen, Quarantäne, Ruin der Wirtschaft, Probleme in Schul- und Medizinwesen sowie Desozialisierung und Strafandrohungen bei Nichtbefolgung von Maßnahmen.

Quelle:
Anton A. Wambach (2020). Corona und die Psyche – Intensivstation Gesellschaft. 320 S. (in Druck).

DDr. Anton Wambach

Diabetes – Thema Blutzuckermessung

Blutzucker messen: Was muss ich beachten?

Die Blutzuckermessung ist ein wichtiges Instrument für das persönliche Diabetesmanagement, die Beratung und die Therapie. Die Selbstmessung gibt Auskunft über den aktuellen Blutzuckerspiegel. Der sogenannte Langzeitzucker (HbA1c), durch eine Blutuntersuchung beim Arzt, gibt Auskunft über die letzten 8 – 12 Wochen. Der HbA1c wird auch als „Blutzuckergedächtnis" bezeichnet. Er gibt allerdings keine Auskunft über Blutzuckerschwankungen. Dieser individuelle Tagesverlauf der Werte kann nur mittels Blutzuckermessungen durch die Betroffenen selbst aufgezeichnet werden.

Ablauf der Blutzucker-Selbstmessung:

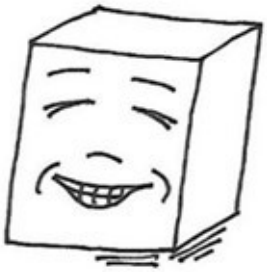
Vorbereitung aller benötigten Materialien (Blutzucker-Messgerät, Messstreifen, Stichhilfe mit neuer Nadel, Taschentuch, Blutzucker-Tagebuch)

Hände waschen mit Seife (Reste von Eiweiß, Fett oder Kohlenhydrate, Schweiß, Handcreme und ähnliches, werden abgewaschen – führt sonst zu einem verfälschten Ergebnis) – Desinfektion mit Alkohol nicht notwendig

Warmes Wasser bei kalten Händen verwenden (fördert die Durchblutung und es ist leichter, einen Blutstropfen zu gewinnen)

Hände gut abtrocknen (feuchte Finger verdünnen sonst den Blutstropfen und verfälschen ebenfalls die Werte), massieren der Finger von der Handfläche bis zu den Fingerbeeren (fördert die Durchblutung und es ist leichter, einen Blutstropfen zu gewinnen)

Stichhilfe mit neuer Nadel – Stechtiefe einstellen, um einen ausreichend großen Blutstropfen zu gewinnen, ohne quetschen zu müssen (quetschen führt zum Austritt von Gewebswasser, verdünnt den Blutstropfen und verfälscht den Wert



Teststreifen aus der Dose nehmen und in das Messgerät einführen (Gerät schaltet sich ein – achten auf den richtigen Code), Dose sofort wieder schließen

Einstich seitlich in die Fingerbeere (Einstichstellen regelmäßig wechseln),

Durch leichtes Streichen von der Handfläche zur Fingerbeere einen Blutstropfen bilden

Gerät mit dem Teststreifen an den Blutstropfen halten – notwendige Blutmenge wird automatisch eingesaugt (Gerät gibt ein Signal ab)

Messzeit abwarten – angezeigten Blutzuckerwert mit Datum und Uhrzeit ins Blutzucker-Tagebuch eintragen

Reinigung der Einstichstelle mit einem Taschentuch

Entsorgung der Teststreifen im Hausmüll, Nadel oder Lanzette wegen der Verletzungsgefahr in einen bruchsicheren Behälter (leere Teststreifendose oder Plastikflasche) werfen

Was kann die Blutzuckermessung verfälschen:

Erhöhter Flüssigkeitsverlust (Durchfall oder Erbrechen)

Messung bei sehr hoher oder sehr niedriger Umgebungstemperatur

Starke Sonneneinstrahlung bei der Messung

Messung in großer Höhe (Berg)

Berührung des Messfeldes am Teststreifen

Blutentnahmestelle nicht sauber

Falsche Lagerung der Teststreifen (nicht in der geschlossenen Dose)

Abgelaufene Teststreifen

Zu starkes Pressen/Quetschen der Fingerbeere

Blutzuckermessung – Wann:

Je nach Therapieform (Tabletten, Insulin oder eine Kombinationstherapie) muss unterschiedlich oft gemessen werden. Bei einer Insulintherapie sind mehrmalige tägliche Messungen erforderlich. Bei einer Therapie mit Tabletten reicht eine Messung täglich, aber nicht immer zum selben Zeitpunkt.

Um einen Verlauf der Werte beobachten zu können, sollte zu folgenden Zeiten gemessen werden:

1. Tag: nüchtern in der Früh
2. Tag: 2 Stunden NACH dem Frühstück
3. Tag: VOR dem Mittagessen
4. Tag: 2 Stunden NACH dem Mittagessen
5. Tag: VOR dem Abendessen
6. Tag: 2 Stunden NACH dem Abendessen
7. Tag: Spätmessung vor dem Schlafengehen

Ziel der Blutzucker-Selbstmessung:

Eine verbesserte Bewältigung des Diabetes-Verlaufs. Erhöhung der Motivation zur Verhaltensänderung durch sichtbare Erfolge (nach Bewegung und Veränderung der Ernährung und ähnlichem). Erhöhte Sicherheit durch Kontrollen bei Unterzuckerungen (Hypoglykämien), zu hohen Blutzuckerwerten (Hyperglykämien) und deren Bewältigung. Verlaufskontrolle für Ärzte und Diabetesberater.

Gabriele Schreib

DGKP, Diabetesberatung

(Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin)

Quellen: ÖDG (Österreichische Diabetes Gesellschaft) Pocket Guide 2019, Leitlinien für die Praxis - Kurzform
Therapie aktiv – Diabetes im Griff
VDBD (Verband der Diabetes- Beratungs- u. Schulungsberufe in Deutschland), Leitfaden zur Glukose-Selbstkontrolle

SCHWERPUNKTPRAXIS
FÜR **ERGOTHERAPIE**
Ulrike Burghauser

Hauptstraße 83
2262 Stillfried

ENERGIE
KRAFT
RUHE

SCHAU AUF DICH!
GERADE JETZT...

- **CHINESISCHE FUSSREFLEXZONEN-BEHANDLUNG** – löst Blockaden und regt Selbstheilungskräfte an
- **BREUSS-MASSAGE** – eine gefühlvolle Behandlung der Wirbelsäule
- **KLANGSCHALEN-BEHANDLUNG** – für tiefe Entspannung und innere Ruhe
- **KAHI LOA** – eine alte hawaiianischen Heilzeremonie für Körper, Geist und Seele

Höchster **hygienischer Standard** gewährleistet!

Wohlbefinden auch als **GUTSCHEINE** zu verschenken!
Mehr Informationen unter **www.energie-kraft-ruhe.at**

Terminvereinbarungen unter: **0664/3821292** oder **info@energie-kraft-ruhe.at**

Werbung

Man trifft sich im

Stillfrieder Hof

Liebe Gäste, wir haben neue Öffnungszeiten:
Sonntag 10 Uhr bis 16 Uhr
Montag geschlossen
Dienstag ab 16 Uhr
Mittwoch ab 10 Uhr
Donnerstag ab 16 Uhr
Freitag und Samstag geschlossen

Wir bieten nur kleine Speisen an:
z.B.: Toast - Toast mit Zwiebel - Frankfurter mit Senf, Kren und Gebäck - Debreziner mit Senf, Kren und Gebäck - Bohnensuppe mit Gebäck - Würstel mit Senf, Ketchup und Pommes

2262 Stillfried, Bahngasse 104
www.stillfriederhof.com
Tel.: 022 83/23 54
www.facebook.com/stillfriederhof

STILLFRIEDER FORST & GARTENBAU KG

Baumschnitt
Rasendoktor
Gartengestaltung

Ing. Marcus Schöner
Tel.: 0664 281 74 07
E-Mail: kontakt@schoener-baum.at
Web: www.schoener-baum.at

Werbung

Computerservice Wagner - Zistersdorf

Ihr IT-Partner aus der Region für individuelle Lösungen

Reparatur - Aufrüstung - Datensicherung - Netzwerk - Videodigitalisierung

www.computerservice-wagner.at +43(0)660 390 90 64

Leistungen im Überblick

- Beratung und Durchführung von EDV-Projekten
- Großformatausdrucke bis 44 Zoll (Druckbreite von 1,1m)
- Hilfestellung bei individuellen Problemen
- Systembetreuung und Datensicherung
- Reinigung des PCs (Präventivwartung)
- Auf Wunsch Vor Ort Betreuung
- PC-Reparatur und Aufrüstung
- Installation von Endgeräten
- Netzwerke, LAN und WLAN
- Video Digitalisierung

Partnerfirma: Bestattung Aumann - Zistersdorf

Kaiserstraße 24 & 28 - 2225 Zistersdorf Tel.: +43(0)2532 2367
www.bestattung-aumann.at bestattung.aumann@gmx.at

Durch die Kombination von einem hausinternen IT-Unternehmen wurde die komplette Infrastruktur der Bestattung Aumann aktualisiert und erweitert. Sämtliche Arbeitsgeräte, Drucker und Großformatdrucker wurden in einem Netzwerk integriert. Die Stellen, die nicht mit herkömmlichen Netzwerkkabeln versorgt werden können, arbeiten mit WLAN Accesspoints, die als Verbindung zum zentralen Netzwerk im ganzen Haus zur Verfügung stehen. Zusätzlich wurde ein NAS System integriert, mit dem man von jedem PC aus arbeiten kann. Hat den Vorteil, dass alle Benutzer jederzeit auf die Daten der Bestattung zugreifen können. Dieses System arbeitet mit zwei gespiegelten Festplatten, um die Datensicherheit zu gewährleisten. Täglich wird noch zusätzlich ein Backup dieser NAS-Station völlig automatisiert erstellt.

Werbung

Dorfstadl

Seit meinem letzten Bericht hat es nicht lange gedauert und die Firma Frischeis aus Stockerau stellte die erste Lieferung für den Fußboden zu. Danach ging`s ans Zuschneiden auf die erforderliche Länge sowie Ausschneiden der Bohrungen für die Kabelführungen im Unterboden. Es wurden 35 Polsterhölzer in einem Abstand von 70 cm verlegt.

Tage später ging es daran, die Polsterhölzer in die Waage zu bringen. Der Anfang war rasch gemacht aber dann musste alles in den rechten Winkel sowie waagrecht gebracht werden. Jedoch nach raschem Baufortschritt waren einige Polsterhölzer zu hoch, was nun? Abhilfe schaffte eine Kettensäge. An den Unterseiten vieler Polsterhölzer mussten nämlich der Länge nach oft bis zu 4 cm Holz entfernt werden, da der Unterboden (Betonplatten) sich als Berg und Talbahn herausstellte. Aber auch dies wurde hervorragend gemeistert, obwohl man manchmal nicht genau wusste, schneiden wir jetzt 3 cm oder 4 cm weg. Aber mit dem Werkzeug „Strichmaß“ wurden alle Unebenheiten auf die Polsterhölzer übertragen und danach entfernt. Nach einigen Tagen war die erste Arbeit für den Fußboden fertig. Alle Polsterhölzer waren in die Waagrechte gebracht worden, sodass der nächste Schritt getätigt werden konnte.

So kam die Firma Lehner Estrich aus Mistelbach zum Einsatz. Mit einem kleinen Mischwagen und 140 Säcken Styroporgranulat zu 0,25 m^3 ausgerüstet, wurden an einem Vor-

mittag 35 m^3 Granulat zwischen die Polsterhölzer eingebracht. Drei Tage später war das Granulat bereits so fest, dass es begehbar war und wir konnten mit dem Auflegen der OSB-Platten beginnen. Einige Tage später waren durch fleißige Hände 170 OSB-Platten verlegt, verklebt und verschraubt.

Fast zeitgleich konnten im Damen- bzw. Herrn-WC die Zwischenwände aufgestellt werden. Nach einigen Startschwierigkeiten wurden alle Wände und Türen an ihren richtigen Platz gestellt und verschraubt. Hier konnten wir viele Euros einsparen, da wir selbst die Montage der Zwischenwände durchführten. Für die elektrischen Anlagen wurden am Dachboden Rohre verlegt und das Hauptspeisekabel eingezogen. Der Hauptverteiler nimmt bereits Gestalt an, so mancher Sicherungsautomat bzw. eine Unmenge an Kabeln wurden darin bereits verlegt.

Bis zum Frühjahr, wo ich Ihnen über den Bauvorschritt wieder berichten werde.

Alfred Knasmillner

Mitgliedsbeitrag

Auch heuer brauchen wir wieder Ihre Unterstützung, sei es nun als Mithilfe bei einem Projekt oder durch Ihre Mitgliedschaft beim Verein „Lebenswertes Stillfried-Grub“. Der Mitgliedsbeitrag beträgt pro Jahr und Person Euro 10,-.

Diesem Heft ist ein Zahlschein beigelegt. Ich hoffe, Sie machen zahlreich davon Gebrauch. Sollten Sie kein Mitglied unseres Vereins werden wollen, so besteht auch die Möglichkeit einer unverbindlichen Spende.
Vermerken Sie bitte auf dem Zahlschein Ihren Namen und den Verwendungszweck.

Sie haben auch die Möglichkeit online bzw. per Telebanking einzuzahlen unter:
IBAN: AT 41 3209 2000 0220 4568, BIC: RLNWATWWGAE.

Danke!

„Unsere Zuagrasten“ - wir stellen vor: Die Korbas

Die Familie Korbas - das sind Dominika (32), Michal (43) und ihre beiden entzückenden Töchter Michaela (5) und Livia (3) - lebt in der Haspelgasse 109, Grub.

Ich treffe Dominika und ihre Töchter im Garten zu einem sehr entspannten, netten Gespräch.

Michal ist heute leider beruflich im Einsatz.

Wie lange seid ihr schon in Stillfried-Grub und wo kommt ihr ursprünglich her?

Mein Elternhaus steht in Vrbové, einer kleinen Stadt nahe Piestany. Dort bin ich aufgewachsen. Das ist nicht so weit weg von der österreichischen Grenze. Mein Mann kommt aus Trnava. Das ist näher zu Bratislava.

2014 haben wir geheiratet und uns entschieden, uns in Österreich anzusiedeln. Ein Jahr später haben wir das Haus in Grub gefunden. Es sollte vor allem ein ruhiger und lebenswerter Ort für uns und vor allem auch für unsere Kinder sein.

War es viel Arbeit, das Haus zu gestalten?

Im Hausinneren war so ziemlich alles kaputt. Es war viel Arbeit und ich war schwanger, aber nun ist alles ganz hübsch geworden. Jetzt wird noch der Garten gestaltet.

Was macht ihr beruflich?

Michal ist in der Slowakei beim Militär angestellt. Er arbeitet für den Luftschutz. Praktischerweise hat er meist 24-Stunden-Dienste und ist dann die restliche Zeit zuhause. Das ermöglicht mir auch, 2 Tage in der Woche zu arbeiten.

In der Slowakei habe ich zuerst die medizinische Mittelschule (Krankenpflegediplom mit Matura) absolviert und einige Zeit in Wien in der 24-Stunden-Pflege gearbeitet. Danach habe ich noch eine Ausbildung als Physiotherapeutin gemacht und bin jetzt im Physikalischen Institut in Gänserndorf beschäftigt.

An diesen Tagen kocht mein Mann für uns, kümmert sich liebevoll um unsere Töchter und übernimmt auch gerne die Hausarbeit.

Habt ihr Hobbys? Was macht ihr gerne?

Wir wollen möglichst viel Zeit mit unseren Kindern verbringen. Gerne machen wir gemeinsame Radausflüge in der näheren Umgebung. Außerdem macht mir das Inlineskaten gerade viel Spaß.

Etwa einmal pro Monat besuchen wir unsere Eltern und Geschwister in der Slowakei.

Was gefällt euch besonders an Grub?

Die Leute sind alle so lieb und freundlich, unsere Nachbarn sehr hilfsbereit.

Mein Mann freut sich immer besonders, wenn Pauli (unser „Zuagraster“ aus der Nr.73, Juni 2020) zu Besuch kommt. Es gibt immer was zu lachen und er kann sein Deutsch ein wenig aufbessern.

Was vermisst ihr hier?

Ein kleines Geschäft für den täglichen Bedarf wäre super …

Ich danke für das wirklich herzliche Gespräch … die Kostproben vom besten slowakischen Schnaps … und wünsche den Korbas noch eine wirklich gute Zeit in Stillfried-Grub.

Ulli Burghauser

Lösung Sudoku

9	7	2	1	8	6	5	4	3
4	5	6	3	9	7	1	2	8
8	1	3	2	5	4	7	9	6
7	3	5	6	1	2	9	8	4
6	4	9	8	7	3	2	1	5
1	2	8	9	4	5	3	6	7
3	9	7	4	6	1	8	5	2
5	8	4	7	2	9	6	3	1
2	6	1	5	3	8	4	7	9

STAR INGER

BIOWEINGUT

Öffnungszeiten

★ 6. Jänner bis 24. Jänner 2021
jeweils Fr., Sa., So. und Ft. ab 15Uhr

Quadengasse 186, 2262 Stillfried - www.weingut-staringer.at - 0664/4902450 - office@weingut-staringer.at

Werbung

Gartenbau Zens

Inhaber Roman Zens
www.gartenbau-zens.at

Gruber Hauptstraße 29a
2262 Grub an der March

Tel: 0699/1981 28 09
E-Mail: kontakt@gartenbau-zens.at

Werbung

WIT
INSTALLATIONEN GMBH

GAS / WASSER / HEIZUNG / SOLAR / WOHNRAUMLÜFTUNG
WÄRMEPUMPEN / BIOMASSE / WASSERAUFBEREITUNG

Roman Wlaschinsky / 2253 Tallesbrunn 26 / 02283/206 91 / www.wit-installationen.at

Neben Heizung, Installationstechnik, Lüftung und Sanitär sind wir vor allem auf Alternativenergie wie Solar-, Photovoltaik- und Pelletsanlagen spezialisiert.

Wir bieten fachkundige Beratung und ein auf Sie speziell ausgerichtetes Angebot für kostengünstiges Heizen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Elektro Binder

Bauprovisorium • Hausanschluss• Störungen
Elektroinstallationen • Anlagenüberprüfung

Konzessionierter Meisterbetrieb

Ziegelofengasse 70
2262 Stillfried -Grub

binder.mario@gmx.at
0664/ 38 031 19