

Bärlauch macht uns bärenstark und munter

Die Bezirksblätter waren mit Kräuterpädagogin Elisabeth Teufner an der Traisen in Traismauer unterwegs.

TRAISMAUER (jp). „Ich würde mich nicht nur auf den Geruch verlassen“, sagt Elisabeth Teufner. Maiglöckchen wachsen schon im April, darum überprüfen: knackt die Blattader in der Blattmitte beim Brechen? Ein gutes Zeichen. Außerdem wächst das Bärlauchblümmer einzeln aus der Erde, Maiglöckchen aber paarweise. Tipp: Bärlauchknospen brocken, drei Minuten blanchieren, in Gläser schichten und mit Essig auffüllen. Drei Wochen ziehen lassen: fertig sind die Kapern! Perfekt für Salate. „Der Bärlauch putzt uns so richtig durch“, sagt Teufner. Der

Name „Bärlauch“ kommt nicht von ungefähr, denn gleich nach dem Winterschlaf, schlägt sich der Bär erstmal den Bauch mit Bärlauch voll - gegen die Frühjahrsmüdigkeit. Seit genau einem Jahr ist Elisabeth Teufner, studierte Kräuterexpertin, als Pädagogin tätig. Mit „wild.wuchs.Natur“ tourt sie durch die Region. Auch in der Volkshochschule Traismauer hat sie bereits Halt gemacht. Termine: www.wildwuchsnatur.at



Elisabeth Teufner: „Bärlauch putzt uns so richtig durch.“ Foto: Pery

REGELN FÜRS PFLÜCKEN:

Kräuter nie an Wegrändern pflücken - am besten ein Stück weiter in den Wald gehen, dort ist es unbedenklich. Autoabgase und Verunreinigungen durch

Passanten schaden nicht nur den Pflanzen, sondern auch dem Verzehr. Außerdem nur Kräuter pflücken, die man mit Sicherheit kennt. Bei Bedenken

einen Kräuterkundigen kontaktieren! Elisabeth Teufners Service: Ein aussagekräftiges Foto schießen und an wildwuchsnatur@gmx.net schicken.

Das aufladbare Gehör?

Hörgeräte-Innovation: Jetzt neu mit Lithium-Ionen-Akkus

Viele Menschen verstehen in bestimmten Situationen schlecht. Sobald Nebengeräusche ins Spiel kommen oder jemand undeutlich spricht, kann man Gesprächen nicht mehr folgen. Das Ärgerliche ist, dass das die Freude an geselligen Treffen

mit Freunden und der Familie beeinträchtigt.

Defekte Hörzellen

Ursache kann ein Defekt bestimmter Hörzellen, die vor allem die leisen Töne wiedergeben, sein. Werden diese geschädigt, kann man noch gut Hören, aber das Verstehen leidet. Eine neue Entwicklung bietet nun eine Alternative für Betroffene. Das neue Audeo B-R von Phonak ist eines der ersten Hörgeräte mit Lithium-Ionen-Akku weltweit. Die moderne Technologie lädt die Akkus in kürzester Zeit auf. Die neuen Modelle werden so fast zu einem zweiten „aufladbaren“ Gehör. Die intelligente Software filtert zudem störende Geräusche heraus und dämpft diese automatisch ab.

Dadurch kann man in vielen Umgebungen wieder deutlich besser verstehen.

Einladung zum Aufladen

Interessenten können sich nun zu einem kostenlosen Probe tragen der neuen Akkutechnologie anmelden oder sich bei einem unverbindlichen Beratungsgespräch darüber informieren. Um Terminvereinbarung wird gebeten! Anmeldung unter 0800 880 888 (Anruf kostenlos), per E-Mail an info@hansaton.at, auf www.hansaton.at oder direkt bei einem Hörkompetenz-Zentrum: Kremser Gasse 21, 3100 St. Pölten, sowie am Hauptplatz 21, 3300 Amstetten. WERBUNG



Das Hansaton Team in St. Pölten.

Foto: Hansaton

Bioresonanz

Die natürliche Hilfe

Pollen
Lebensmittel
Stoffwechsel
auch für Hund und Katze

Doris Stahl Naturheilpraxis Schmetterling

St. Pölten
www.inResonanz.at
Tel: 0650 / 97 97 344



Gratis
probieren!

neu



Testhörer gesucht!

- Keine Batterien
- Natürlicher Klang
- Besseres Sprachverstehen

Anmeldung: ☎ 0800 880 888
oder www.hansaton.at

Hansaton



Zielspritzen & luftige Höhen

SITZENBERG-REIDLING | Die Wehren Sitzenberg, Reidling, Hasendorf und Thallern luden die 53 am Ferienspiel teilnehmenden Kinder ein, die Feuerwehr kennenzulernen. Brandinspektor Matthias Fischer (re.) begleitete sie zu den verschiedenen Stationen. Die Kids durften die Aussicht vom Auslegerkran genießen, Zielspritzen und den Wasserwerfer ausprobieren. Auch Interabschnittskommandant Karl Hintermayer (5.v.r., hinten) und Organisatorin Ricarda Öllerer (3.v.r., hinten) waren dabei.

Foto: Altkind

Kräuter kennenlernen

SITZENBERG-REIDLING | Zu einer Entdeckungsreise in die Kräuterwelt lud Kräuterpädagogin Ricarda Öllerer (8.v.l.) im Zuge der Kinderferienspiele ein. Kräuterexpertin und Naturpädagogin Elisabeth Teufner (4.v.r.) erklärte den 15 Kindern die Pflanzen, deren Wirkung und Heilkraft und wie man sie erkennt. Abschließend wurden die essbaren Kräuter verkostet. Als kleine Erinnerung bekamen die Kinder ein Kräutermittbringsel für Zu Hause geschenkt.

Foto: Josef Altkind

Winzer laden in Eichberger Kellergasse

Fest | Am 27. und 28. August findet Bauernmarkt und Hauerkirtag statt.

EICHBERG, SITZENBERG-REIDLING | Zum 36. Mal findet der bereits traditionelle Eichberger Bauernmarkt und Hauerkirtag in der Eichberger Kellergasse statt. Am Samstag, 27., und Sonntag, 28. August, laden die Buschenschenker rund um Obmann Andreas Denk ein. Geboten werden Bauernkrapfen, Blunz'n in Erdäpfelkruste, Eichberger Laibchen, Sortenweine und Heurigen-spezialitäten. Außerdem gibt es Ponyreiten, eine Schmink-Ecke, zwei Spielplätze, eine Luftburg und geführte Riedenwanderungen.

Raserei am Güterweg

Wegestreit | Auf großteils illegal befahrener Strecke kommt es immer wieder zu Konflikten. Bürgermeister stellt Verkehrskonzept in Aussicht.



Ein Fahrverbot und eine GPS-Warn-tafel für Lkw-Lenker. Laut Bürger-meister Friewald gibt es „eigentlich kaum Anrainer, hier dürften nur Landwirte fahren“.

Foto: privat

Von Thomas Peischl

MICHELHAUSEN, STREITHOFEN | Auf dem ehemaligen Betriebsge-lände der Firma Leitzinger wurden Wohnblöcke errichtet. Viele neue Bewohner sorgen für erhöhtes Verkehrsaufkommen, auch auf dem Güterweg von Michelhausen, Grillenbergweg, in Richtung Streithofen (B1).

Immer wieder soll es, trotz Fahrverbots, zu unerfreulichen Begegnungen kommen. Spaziergänger und Radfahrer werden von vorbeirasenden Autofahrern beschimpft oder gar bedroht, auch Müll wird illegal auf dem Güterweg entsorgt.

Bürgermeister Rudi Friewald ist sich der schwierigen Lage bewusst: „Wir haben ein Fahrverbot eingerichtet, mehr können wir derzeit nicht machen.“ Die Polizei könne nicht rund um die Uhr kontrollieren und wenn das Verbot wirklich scharf exekutiert würde, müsste man wohl „99 Prozent aller Benützer des Weges abstrafen“.

Friewald verweist auf das neue Verkehrskonzept, das im Oktober fertig ein soll. Vor Ort soll aber zuerst eine Radarbox aufgestellt werden, um zu erfassen, wer tatsächlich dort fährt: „Wir wollen erziehungsmäßig arbeiten und nicht gleich strafen.“

DONNERSTAG

21

SEP 2017

KOSMETIK AUS KÜCHE UND GARTEN



DI ELISABETH TEUFNER BED.,
*Kräuter- und Grüne Kosmetik
Expertin von wild.wuchs.Natur,
Sitzenberg-Reidling bei Tulln.*

Noch nie wurde unsere Haut so intensiv gepflegt wie heute und sie war auch noch nie derart pflegebedürftig. Die Zahlen an Allergien, Neurodermitis und Unverträglichkeiten steigen durch die Verwendung von zu vielen und chemisch hergestellten Kosmetika stetig an. In diesem Vortrag behandeln wir pflegende, verschönernde und duftende Schätze der Natur und beantworten Fragen wie: Welche Naturprodukte und Kräuter pflegen unsere Haut? Sie erhalten einfache und schnell durchführbare Tipps sowie Rezepte für die Herstellung einer naturbelassenen und gesunden Hautpflege für die ganze Familie.



DONNERSTAG, 21. SEPTEMBER 2017, 18.30 UHR:

Goldenes Kreuz Privatklinik (Panoramasaal),
Lazarettgasse 16–18, 1090 Wien

DER EINTRITT IST FREI, WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG:

Frau Sonja Šaronjić, Telefon: (01) 996 80 92-20,
gesellschaft@oeggk.at oder jederzeit unter www.oeggk.at

MITTWOCH

27

SEP 2017

FREIER ATEM FÜR EIN FREIES LEBEN: ATEMPÄDAGOGIK



MAG. JOHANNES ZEMANEK
*ist akademischer Atempädagoge
und Feldenkraislehrer i.A. Er
unterrichtet Atempädagogik am
Universitätssportinstitut in Wien und
in freier Praxis.*

Wir überleben einen Monat ohne Essen, einige Tage ohne Trinken, aber nur wenige Minuten ohne zu atmen. Atmen scheint uns so nebensächlich und doch ist es so wesentlich. Dieser Vorgang ist in unserem Alltag kaum in unserem Bewusstsein verankert. Wir bemerken ihn erst, wenn er ins Stocken gerät, wir keine Luft mehr bekommen oder endlich wieder aufatmen können.

Damit wir uns dieses Geschehens wieder bewusst werden, bedarf es einer nachhaltigen Auseinandersetzung mit der Atmung in ihren Bewegungsaspekten.

Eine freie und vitale Atmung ist ein wesentlicher Faktor für ein gesundes und reichhaltiges Leben. Um ein Grundverständnis für diesen lebenswichtigen Vorgang zu erhalten, nähern wir uns dem „Phänomen Atmung“ in diesem Vortrag sowohl theoretisch als auch praktisch an.

MITTWOCH, 27. SEPTEMBER 2017, 18.30 UHR:

Goldenes Kreuz Privatklinik (Panoramasaal),
Lazarettgasse 16–18, 1090 Wien

DER EINTRITT IST FREI, WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG:

Frau Sonja Šaronjić, Telefon: (01) 996 80 92-20,
gesellschaft@oeggk.at oder jederzeit unter www.oeggk.at

Sonderausstellung KunstKreativHandwerk

Unter dem neuen Titel „KunstKreativHandwerk“ werden sich heuer KünstlerInnen aus der Region bei der „BAU & ENERGIE“ präsentieren.

Dabei verwandelt sich die Niederösterreich-Halle (Halle 11) rund um einen eindrucksvoll gestalteten Schaukasten der Firma K. u. K. Moser aus Wieselburg in ein einziges großes Atelier.

Bestaunen Sie Acryl- und Ölmalerei, Schmuck, Keramik,



Skulpturen und vieles mehr, treten Sie mit den Künstlern direkt in Kontakt und schauen Sie ihnen bei der Arbeit über die Schulter. Vielleicht wird dabei auch Ihre kreative Ader geweckt!



Gräser- und Stauden- tage mit Vortrag!

Neben der Sonderausstellung „KunstKreativHandwerk“ wird die Fa. Oberleitner Gartenkultur aus Ornding bei Pöchlarn an den drei Messetagen in der Halle 11 Gräser und Stauden zum Verkauf anbieten.

Ganzjährig attraktive Gärten pflegeleicht gestaltet - unter diesem Motto steht ein Vortrag (Samstag, 26. und Sonntag, 27. September) von Gartenarchitekt DI Reinhard Oberleitner.

Kann man Gärten so anlegen, dass sie das ganze Jahr über attraktiv sind und sich der Pflegeaufwand dennoch in Grenzen hält? Durch die geschickte Kombination standortgemäßer Pflanzen lassen sich wirkungsvolle Gartenszenarien schaffen. Die entscheidende Rolle spielt die Verwendung von be-

sonders gartenwürdigen Stauden und Ziergräsern.

Der Gartenarchitekt DI Oberleitner stellt bewährte Gartenkonzepte und harmonische Pflanzenkombinationen für verschiedene Standorte vor.



Vortrag „Ganzjährig attraktive Gärten pflegeleicht gestaltet“
Samstag, 26. September - 11.00 Uhr,
Sonntag, 27. September - 15.00 Uhr,
Seminarraum Halle 11 (NÖ-Halle)

DI Reinhard Oberleitner, Gartenarchitekt

Workshop „Faszination Wildkräuter“

Am Sonntag, 27. September (10.30 und 13.30 Uhr) haben Sie im Seminarraum der NÖ-Halle die Möglichkeit, am Kräuterworkshop „Einstieg in die Faszination Wildkräuter“ teilzunehmen.

Dieser Workshop von „wild.wuchs.Natur“ wird Ihnen die Vielfalt der Kräuterwelt vermitteln und Ihnen zeigen, wie man die Kraft der Natur erkennen und verwenden kann.

Auf Sie warten viele Kräutertipps & Tricks zur Verwendung im täglichen Leben und Sie lernen die wichtigsten Wildkräuter in Ihrer Umgebung für sich zu nutzen.

Bei wild.wuchs.Natur können Natur- und Wildkräuterinter-

essierte oder die, die es noch werden wollen, das ursprüngliche Wissen über Wirkung und Anwendungsmöglichkeiten von Wildkräutern kennenlernen.



Workshop „Einstieg in die Faszination Wildkräuter“
Sonntag, 27. September - Seminarraum Halle 11 (NÖ-Halle)

10:30 & 13:30 Uhr

DI Elisabeth Teufner, BEd; wild.wuchs.Natur

Weitere Workshops im Rahmen der Messe

„Botanische Malerei“ bzw. „Faszination Trockensteinmauer: Bautradition, so modern“ - diese Workshops stehen im Rahmen der „BAU & ENERGIE am Samstag, 26. September bzw. Sonntag, 27. September auf dem Programm

Botanische Malerei ist ein Grenzbereich zwischen Kunst und Wissenschaft mit jahrhundertalter Tradition und hat wenig mit der heute üblichen Aquarellmalerei gemein.

Sie erfordert, neben dem technischen Können, Genauigkeit, Konzentration und die Bereitschaft, sich mit dem gewählten Motiv auseinander zu setzen. Erfahren Sie mehr über diese wunderbare Art der Malerei.

Trockensteinmauern, also das kunstvolle Schichten von Steinen zu Mauern, Stiegen, Sitzbänken und Tischen, Kräuterspiralen, ja sogar Hütten und Steingewölben ohne Mörtel, erlebt seit 10 Jahren in Österreich eine wahre Renaissance.

Erleben Sie im Bildvortrag 800 Jahre alte Kreuzgewölbe aus Stein, Zier- und Nutzbauten, eine Steinwelt aus 330 Tonnen geschichtet oder einfach die Schönheit einer Steinhütte.

Workshop „botanische Malerei“ - Samstag, 26. September - 13.00 Uhr, Seminarraum Halle 11 (NÖ-Halle)

Barbara Schoberberger, um Anmeldung unter 07416/502-0 bzw. info@messewieselburg.at wird gebeten!

Vortrag „Faszination Trockensteinmauer: Bautradition, so modern“ - Sonntag, 27. September - 11.00 Uhr, Bühne Europa-Halle
Mag. Rainer Vogler



Willkommen im gsunden Eck beim Römertor

Vor genau einem Jahr hat sich Evelyn Hochsteger ihren Traum vom eigenen Naturkostladen erfüllt. Nun können wir Kunden ab 6 Uhr morgens in der Innenstadt von Traismauer einkaufen und gleich dort frühstücken.

Im gsunden Eck spürt man ein frisches Lebensgefühl und mit Evelyn und ihrem Team ist es auch gut zu reden über die Produkte. Denn jedes hat seine eigene Geschichte. Wer mehr wissen oder Gleichgesinnte kennenlernen möchte, ist jederzeit willkommen.

Produkte im gsunden Eck: Sonnentor - Zotter - Urkornhof Kammerleitner - BioArt - Felix Kaffee - Hiel - Enner - Styx - Sanoll - Planet Pure - Dora's - Schälühle Nestelberger - Bersta - Biohof Mogg - Uni Sapon - Biohof Fischer

Aktuell werden im gsunden Eck in Zusammenarbeit mit der Kräuterpädagogin DI Elisabeth Teufner von wild.wuchs.Natur Workshops an folgenden Terminen angeboten:

- 09.06.: Geschenke aus meinem Kräutergarten – Natürlich(e) Freude schenken**
- 30.06.: Wohltuende Kräuterkosmetik für den Sommer**
- 18.08.: Geschenke aus meinem Kräutergarten – Natürlich(e) Freude schenken**
- 22.09.: Sanddorn – Heimisches Superfood**
- 20.10.: Wohltuende Kräuterkosmetik für den Winter**
- 10.11.: Baby Kosmetik – Selber machen!**

Anmeldung und Informationen zu Veranstaltungsdetails unter +43 (0) 676 64 44 614, info@wildwuchsnatur.at oder www.wildwuchsnatur.at/termine



gsunds Eck beim Römertor

Evelyn Hochsteger, Wiener Straße 14, 3133 Traismauer
+43 699 10908182 | office@gsundseck.at
www.gsundseck.at

Öffnungszeiten:

Mo, Di, Mi, Fr 6.00 bis 13.00 und 14.30 bis 18.00 Uhr
Do 6.00 bis 13.00 Uhr, Sa 6.00 bis 12.00 Uhr