

Das Magazin der Wirtschaftsregion Stainz

STAINZ



39. Jahrgang | Nr. 153 | Frühjahr 2016 | Auflage: 13.100 Stk. | zugestellt durch Österreichische Post

Fit in den Frühling



Fit in den Frühling

Ein guter Start in die wärmere Zeit – S. 9

Garten und Floristik

Verschönern Sie Ihr Zuhause – S. 17

Von li. nach re.: *Johann Kainz, Manuela Marchl, Hans Hecher, Gabriele Koch, Mag. pharm. Angelika Bischof und Nina Reiterer, MA*

Foto: Foto Augenblick

GLASEREI
STEINER UITZ!
 www.kreativglas.at
 Graz · Wildon · Stainz

Armin Uitz
0664 / 88 31 60 32

Thomas Steiner
0664 / 231 71 50

www.kreativglas.at

JESCHELNIG
 AUTOS AUS LEIDENSCHAFT

Autohaus Jeschnig · 8511 St. Stefan ob Stainz 175 · T: +43 (0) 3463 / 81 611
 E: office@jeschnig.at · www.jeschnig.at

Friseursalon Heike
 0650/6044830
 H. Hohensinger@gmx.net

Heike Hohensinger
 Friseurmeisterin
 Radlpaßstraße 22
 8510 Stainz



Autorenfoto: Sissi Furgler

von
Nina
Reiterer, MA

Wir laden Sie herzlich ein!

Der Frühling steht bereits in den Startlöchern, alles blüht und gedeiht ... Genießen Sie die ersten wärmenden Sonnenstrahlen, entdecken Sie die schönen Wanderwege im Umkreis, flanieren Sie durch Stainz, aber vor allem: Nutzen Sie das große Angebot vor Ort! Die Werbegemeinschaft Stainz mit ihren über 100 Mitgliedsbetrieben steht für eine enorme Vielfalt an Produkten und Dienstleistungen in unserer Region.

Diese große Angebotspalette wurde auch bei unserem Gewinnspiel im Dezember eindrucksvoll sichtbar.

2.200 Teilnahme­scheine wurden übrigens von unseren Kunden abgegeben und bestätigten uns in unserem Bemühen. Wir sagen auf diesem Wege nochmals allen beteiligten Betrieben und allen Teilnehmern DANKE!

Eine weitere Erfolgsgeschichte ist unser Stainz-Gutschein. Im vergangenen Jahr konnten wir Gutscheine im Gesamtwert von € 183.420,- verkaufen! Diese Entwicklung macht uns ganz besonders stolz, denn mit dem Gutscheinkauf bleibt die Wertschöpfung in Stainz, und unsere rund 1.700 Ar-

beitsplätze im Großraum Stainz werden gesichert. Also, falls Sie jemandem mit einer Kleinigkeit zu Ostern Freude bereiten wollen – der Stainz-Gutschein wäre sicher ein passendes Geschenk!

» ... flanieren Sie und genießen Sie das tolle Einkaufserlebnis ... «

Wir von der Werbegemeinschaft haben auch in diesem Jahr wieder viel vor – wir starten sozusagen „Fit in den Frühling!“. Lassen Sie sich überraschen und halten Sie uns weiterhin die Treue, damit wir Ihnen auch in Zukunft ein so umfangreiches Sortiment bieten können. Denn Einkaufen in der Umgebung bedeutet Lebensqualität. Wir sind der Meinung, wir sind „groß genug“, um auch weiterhin bei Ihnen punkten zu können – mit einer schönen Einkaufsatmosphäre, mit Fachberatung und mit Regionalität!

Frohe Ostern!

*Ihr Team
der Werbegemeinschaft
Stainz*

Fit in den Frühling

Bewegung für unsere Gesundheit

Foto: Bundesheer/GREBIEN

von
Werner
Gaich

Foto: pixelio.de/Albrecht E. Arnold

Der Winter ist fast vorüber, wenn man überhaupt von einem sprechen kann, und der Drang nach Bewegung wird wieder größer.

Damit man es auch richtig macht, empfiehlt die WHO, ein 150-Minuten-Herz-Kreislauf-Training pro Woche zu absolvieren. Für den sportlichen Menschen mag das gering erscheinen, aber für viele stellt das ein unüberwindbares Hindernis dar. Körperliche Aktivität leistet einen wichtigen Beitrag bei der Prävention zahlreicher Volkskrankheiten.

Wie komme ich nun auf die 150 Minuten Bewegung pro Woche?

Zügiges Gehen oder langsames Joggen lautet das Geheimnis. Sollte dich der innere Schweinehund daran hindern, helfen Verbündete. Verabrede dich mit einem/r Freund/Freundin zum Sport und das idealerweise immer zu einem fixen Termin, dann klappt es. Nach dem Motto „Laufen ohne zu schnaufen“ sollte man subjektiv immer das Gefühl haben, sich zu unterfordern – genau dann stimmt die Belastung.

Hat man sich zum Ziel gesetzt, dabei auch die über den Winter angesammelten Kilos abzubauen, empfehlen sich zusätzlich Sportarten wie: Nordic Walking, Joggen, Schwimmen oder Rad fahren und das bei

gemäßigtem Tempo. Drei bis vier Einheiten in der Woche mit Ruhetagen dazwischen wären ideal. Ist man schon 40+ und hat längere Zeit keinen Sport betrieben, wäre es ratsam, zuerst die sportliche Tätigkeit mit einem Arzt abzuklären. In den meisten Fällen wird man das aber begrüßen. Wichtig ist es auch, sich ein Ziel zu setzen. Eine gute Gelegenheit wäre, am 3. September aktiv beim Schilcherlauf dabei zu sein. Also, auf geht's und viel Spaß!

INHALT

Editorial	2
Apothekeninformation	3
Styling	4
Kulinarik	5/7
Wissenswertes	6/10
Kunsth Handwerk	8
Fit in den Frühling	9
Aus der Region	11/14/19
Unternehmer privat	12
Neue Mitglieder	13
Schätze aus der Natur	16
Garten und Floristik	17
Bienen	18
Sport	20
Kultur	21
Veranstaltungen	22
Ärzte- und Apothekendienst	23

Stainz-Tasche aus Bio-Baumwolle –

erhältlich in der Apotheke, bei Spar und Hubmann sowie bei vielen anderen Mitgliedsbetrieben.

Der Selbstkostenpreis der Tasche:
€ 1,69 inkl. MwSt.

An alle Betriebe der Region, die noch nicht Mitglied in der Werbegemeinschaft Stainz sind: Wir informieren Sie gerne über eine künftige Mitgliedschaft und über eine Betriebsvorstellung in Stainz aktuell.

Unser Email-Kontakt: office@stainz.istsuper.com



Schlank ins neue Jahr – abnehmen mit Eiweiß

*Wertvolle Tipps, um sich vom Winterspeck
verabschieden zu können*



von
Mag. pharm.
Angelika
Bischof

Die Festtage haben nicht nur Geschenke und Köstlichkeiten gebracht, sondern sind auch an Bauch und Hüfte nicht spurlos vorübergegangen. Aber keine Sorge, Sie kommen wieder in Form mithilfe eines schlaun Diätplanes und ein paar kleinen Verhaltensänderungen.

Experten sind sich heute einig: Diät bedeutet nicht strenges Fasten, sondern die richtigen Lebensmittel wählen, statt nur hungern, Vitamine und Mineralstoffe tanken und mit sportlicher Aktivität die Fettverbrennung unterstützen und den Stoffwechsel anregen.

Ganz ohne Einschränkung wird es mit dem Wunschgewicht nicht klappen, denn es gibt keine Wunderdiäten.

Gleich zu Beginn muss man sich genau überlegen: Was esse ich, wann esse ich und warum esse ich. Somit wissen Sie rasch, wo Sie Kalorien einsparen können. Essen nach Lust und Laune soll durch feste Essenszeiten abgelöst werden, somit bringt man Hungergefühle, die aus dem Lot geraten sind, wieder auf Kurs. Genießen Sie auch die kleinste Mahlzeit ganz aufmerksam, denn wer mit Achtsamkeit isst, isst automatisch weniger und trainiert sein Sättigungsgefühl.

Nur, wie wird man schneller satt?

Satt ist man, wenn der Magen bis zu einem bestimmten Grad ausgedehnt ist. Deshalb ist es ratsam, vor der Mahlzeit einen Salat oder eine klare Suppe zu essen. Auch Wasser und un-



Foto: bit24 - Fotolia

gesüßter Kräutertee füllen den Magen, haben null Kalorien und erhöhen den Energieumsatz.

» ... wer mit Achtsamkeit isst, isst automatisch weniger ... «

Die Wahl der Lebensmittel macht den Unterschied.

Feinde der schlanken Linie sind leere Kohlenhydrate und Alkohol, denn diese bringen jede Menge Kalorien, aber kaum Vitalstoffe. Zum Abnehmen benötigt der Stoffwechsel aber eben diese aus Gemüse, Obst und Eiweiß. Gemüse hat noch dazu einen hohen Sättigungsgrad dank Wassergehalt und Ballaststoffen. Die darin enthaltenen Mineral- und Pflanzenstoffe unterstützen auch die Entgiftung während

der Diät. Bananen und Weintrauben sollte man eher meiden, da sie einen sehr hohen Zuckergehalt aufweisen. Der Favorit unter den diättauglichen Lebensmitteln ist mit Sicherheit Eiweiß!

Will man den Fettabbau ankurbeln und Kalorien sparen, so muss man seine Ernährungsweise optimal zusammensetzen. Sie sollten eiweißreiche Nahrung zu sich nehmen, wie beispielsweise mageres Fleisch, fettarme Milchprodukte und Hülsenfrüchte. Fleischlos, aber dennoch eiweißreich abnehmen kann man mit dem Verzehr von Hülsenfrüchten, Soja oder Tofu. Viel pflanzliches Eiweiß finden wir auch in Spinat, Brokkoli, Champignons, Zucchini oder Karfiol. Am praktischsten zum Abnehmen sind Eiweiß-Shakes, da

sie nicht nur Eiweiß, sondern auch Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente enthalten. Sie sättigen überdies auch noch sehr gut und sind somit als Ersatz für eine Mahlzeit wunderbar geeignet. Empfehlenswert ist für die Zubereitung Ihres Protein-Shakes ein hochwertiges Eiweißpulver mit Aminosäuren aus Ihrer Apotheke.

Da die Muskulatur die beste Fettverbrennungsmaschine im Körper ist, müssen Sie sich auch unbedingt bewegen. Regelmäßiges Muskeltraining regt die Fettverbrennung sogar nach dem Training in der Ruhephase an.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg und hoffen, dass Sie sich mithilfe unserer Tipps bald vom Winterspeck verabschieden können.



Apotheke Stainz

Mag. pharm. Bischof KG | A-8510 Stainz | Hauptplatz 8 | Tel: 03463/2156
E-mail: office@apotheke-stainz.at | www.apotheke-stainz.at



von
Eva
Riedl

Individuell, natürlich, leicht

Nude – ein Look der Vielfalt und jugendlichen Frische



Outfit, Make-up, Nägel und Haarfarbe – Nude liegt voll im Trend und ist auch vom roten Teppich kaum mehr wegzudenken. Was am Laufsteg begann, wurde von der Kosmetikindustrie aufgegriffen und ist nun bei den Haaren angelangt.

Zu Recht! Nude – der federleichte Look – lässt sich individuell anpassen und steht für Eleganz, Glamour und Lässigkeit in Naturtönen. Nude-Töne wirken stets mühelos schön und schmeicheln seiner Trägerin in jeder Hinsicht. Besonders

belebend wirkt der Nude-Stufen-Look durch seinen nahtlosen Übergang mehrerer Farbtöne. Wunderschön ist auch der Frame-Style, bei dem das Gesicht mit helleren Nuancen im wahrsten Sinne des Wortes gerahmt wird.

Mein Team und ich beraten Sie gerne und kreieren für Sie den perfekten Nude-Look. Individuell (perfekt auf Sie zugeschnitten) und einzigartig. Unsere Stylistin vollendet den zauberhaften Naturlook noch mit Make-up und Nägeln im angesagten Farbton Nude.

Apropos Nägel: Ab sofort bei uns in allen Farben erhältlich: GELLACK-Maniküre – verstärkt den Naturnagel, null Trocknungszeit, makelloser Glanz und absolute Kratzfestigkeit über Wochen.

Der Frühling darf kommen!
Ihre Eva Riedl, Team Steinbauer



Inhaberin: Riedl Eva | 8510 Stainz | Grazer Straße 5
Tel.: 03463/2632 | www.team-steinbauer.at

Exklusivität vor Augen

PORSCHE DESIGN
EYEWEAR
P'8000

Fassungen &
Sonnenbrillen



Brillengläser

DIE WELT KLAR SEHEN



EXKLUSIVE BRILLENMODE
CONTACTLINSEN
VERGRÖßERENDE SEHHILFEN

Hauptplatz 6 – A-8510 Stainz
Tel. & Fax: +43 (0) 3463/25 58
dr.scala.optik.stainz@speed.at
www.dr-scala-optik.at

TOYOTA HECHER St.Stefan ob Stainz



ALWAYS A
BETTER WAY

PREISVORTEIL BIS ZU
€ 3.800,-*



jetzt Sondermodell "EDITION 45"
bei Aygo, Yaris, Auris und Verso

* Editionsbonus € 1.500,-, Finanzierungsbonus € 1.000,-, Wert der Edition 45-Ausstattung bis zu € 1.300,-. Gültig bei allen teilnehmenden Toyota Partnern bei Zulassung bis 30.6.2016, inkl. Händlerbeteiligung. Symbolfoto. Normverbrauch kombiniert: 4,5 – 6,8 l/100 km, CO₂-Emission: 119 – 158 g/km.

TOYOTA HECHER

8511 St. Stefan ob Stainz
direkt an der
Schilcherstraße
Tel: 03463/81206 od
0664/3573328
www.toyota-hecher.at



Das beliebte Osterkörberl ist wieder da!



Lassen Sie sich diese Gaumenfreude nicht entgehen! Ein Osterkörberl vom Wurstpionier Messner, gefüllt mit Original Osterkraimer mit Holzspeil, Osterschinken aus der „absolut steirisch“-Linie, Lendbratl, Steirerkren und gefärbten Ostereiern – ein Muss für Liebhaber der traditionellen Osterjause. Alles bereits essfertig und in

zwei Größen erhältlich zum Sonderpreis von € 36,- und € 29,-. Ab 14. März 2016 in Ihrem Messner-Feinkostgeschäft in Stainz. Vorbestellungen werden auch gerne von unserem Filial-Team entgegengenommen.

Fotos (3): Messner

In diesem Sinne wünscht Ihnen das gesamte Messner-Wurstpionier-Team jetzt schon fröhliche Ostern und lassen Sie es sich schmecken!



Wir sind für Sie da!

Unsere Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag von 6.30 Uhr bis 13.00 Uhr und 15.00 Uhr bis 18.00 Uhr
Freitag durchgehend von 6.30 Uhr bis 18.30 Uhr, Samstag von 6.00 Uhr bis 13.00 Uhr
Tel. 0 34 63 / 21 18-230, E-Mail: filiale@messner-wurst.at

Unser Filialteam

Wir stellen uns vor:



Foto: Foto Augenblick

Von links nach rechts:

Sonja Trapp: Unsere Köchin aus Leidenschaft – jeden Freitag gibt es ein zusätzliches Menü, das von ihr kreiert wurde – eine Gaumenfreude!

Michaela Wegl: Unsere Teilzeit-Hilfe unterstützt das Team in vielen Belangen, u.a. durch das Gestalten der Werbetafeln.

Gabi Meier: Unsere diplomierte Fleischsommelière steht Ihnen gerne mit ihrem Fachwissen zur Verfügung.

Katharina Ceru: Unsere Filialeiterin seit über 10 Jahren.

Sophie Hiden: Unsere Dame der „heißen Theke“ und Präsentation der Waren.

Gabi Theißl: Unsere Köchin der bekannten Gulasch- und Flecksuppen – einfach probieren und genießen.

Helga Ruhri: In der Filiale begonnen vor 28 Jahren – in die Produktion gewechselt – und seit 1 Jahr wieder zurück in der Filiale.

Haben Sie das auch schon probiert?

Unsere beliebten Salami Sticks classic und pikant – der schmackhafte Snack für Jung und Junggebliebene! Ob in den Geschmacksrichtungen **classic** oder **pikant**, Sie werden begeistert sein. Egal ob bei der Arbeit, in der Schule, auf Festen usw. oder einfach zwischendurch – **Salami Sticks** sind der ideale Begleiter für Ihren Alltag. Erhältlich in der praktischen 80 g- oder 100 g-Packung im Lebensmittelhandel und auf www.wurstbox.at





von
Mag.
Wolfgang
Schnabl

Grundstückswert

Wie die Berechnung durchgeführt wird

Mit 01. Jänner 2016 wurden die Regelungen hinsichtlich der Grunderwerbsteuer novelliert. Die neuesten Änderungen bestehen vor allem darin, dass anstelle des Einheitswertes nunmehr der Grundstückswert als Bemessungsgrundlage für die Grunderwerbsteuer herangezogen wird. Dies gilt auch für Erwerbe innerhalb des engen Familienkreises (z.B. Erwerbe zwischen Eltern und Kindern). Nach wie vor begünstigt (Bemessungsgrundlage bildet der Einheitswert) bleiben Übertragungen von land- und forstwirtschaftlichen Grundstücken im erweiterten Familienkreis. Der Grundstückswert kann auf drei verschiedene, gleichwertige Arten ermittelt werden: Zur Berechnung des Grundstückswertes wurde das Pau-

schalwertmodell entwickelt. Hier bildet die Summe des Boden- und Gebäudewertes den Grundstückswert.

» ... wir beraten Sie gerne über die Neuerungen ... «

Der Grundstückswert berücksichtigt sohin die Lage des Grundstücks (jeweilige Gemeinde, bei bebauten Grundstücken hinsichtlich der Baukosten das jeweilige Bundesland), die Bauweise und Nutzung des Gebäudes, die Nutzfläche bzw. Bruttogrundfläche und den Erhaltungszustand des Gebäudes. Für die Ermittlung des Grundstückswertes nach dieser Berechnungsmethode sind jedoch zahlreiche Angaben des Steuerschuldners zum Grundstück und zum Gebäude notwendig.

Der Grundstückswert kann auch anhand eines geeigneten Immobilienpreisspiegels ermit-

telt werden. Für Erwerbe, für die die Steuerschuld vor dem 01. Jänner 2017 entsteht, ist ausschließlich der zuletzt veröffentlichte Immobilienpreisspiegel der Wirtschaftskammer Österreich, Fachverband der Immobilien- und Vermögens-treuhänder heranzuziehen.

Im diesbezüglichen Immobilienpreisspiegel 2015 finden sich unter anderem nach Bundesland unterteilte Durchschnittspreise von Eigentumswohnungen, Reihenhäusern, Einfamilienhäusern und Baugrundstücken.

Sollte der Nachweis gelingen, dass der gemeine Wert der Immobilie geringer ist als der aufgrund der obangeführten



Varianten ermittelte Grundstückswert, so wird die Steuer vom geringeren gemeinen Wert ermittelt. Erfolgt dieser Nachweis durch Vorlage eines Schätzungsgutachtens, das von einem allgemein beeideten und gerichtlich zertifizierten Immobiliensachverständigen erstellt wurde, hat der von diesem festgestellte Wert die Vermutung der Richtigkeit für sich. Wir stehen Ihnen zur Beratung gerne zur Verfügung.

Notar
Mag. Wolfgang Schnabl
Sauerbrunnstraße 6
8510 Stainz
Tel.: 03463/23 29
Fax: 03463/23 29-15



OSTERMARKT
4. bis 25. März 2016, 10.00 bis 18.00 Uhr

Das Ausflugsziel

Straußenfarm Voetsch

8562 Mooskirchen / Pirkhof 57
Mobil: +43 (0) 664/485 69 59
Email: info@straussenfarm-voetsch.at
www.straussenfarm-voetsch.at

glasfasswald stainz

Ihre Glaserei in Stainz.

Isolierglas
Glas für Küche
Balkonverglasungen
Dachverglasungen
Ganzglastüren
Duschverglasungen
Design mit Glas

Gewerbepark 22
Hauptplatz 19
8510 Stainz
03463 2152
office@fasswald.at

Vermessung



DI Roland Krois

Staatlich befugter und beeideter Ingenieurkonsulent für Vermessungswesen
WWW.VERMESSUNG-KROIS.AT

Deutschlandsberg
Schulgasse 27/2
T: 03462-30836

Stainz
Grazer Str. 6
T: 03463-2515

Ich möchte euch einmal zeigen, wie man ganz einfach (!) ein Sauerteigbrot selbst bäckt!

Mit Sauerteig deshalb, weil es die Verfügbarkeit der Mineralstoffe des Getreides für den menschlichen Organismus verbessert, den glykämischen Index verringert (super zum Abnehmen und bei Diabetes!), das Wachstum von Bifidobakterien im Darm fördert, die Haltbarkeit des Brotes verbessert und noch dazu super schmeckt. Also los! Zum Vollkorn-Sauerteig kommt ihr auf zwei Arten:

Variante eins: 100 g Roggen frisch gemahlen mit 150 g warmem Wasser verrühren und 24 Stunden warm stehen lassen. Am 2. Tag wieder 100 g Roggen gemahlen und 150 g Wasser dazu und 24 Stunden stehen lassen. Am 3. Tag 100 g Roggen gemahlen und nur mehr 3 EL Wasser dazu. Am 4. Tag 200 g Ansatz wegnehmen und in einem Schraubglas aufbewahren! Mit dem Rest kann man gleich ein Brot backen.

Richtig gutes Brot mit Sauerteig backen



Ohne Schwierigkeiten zum Erfolg

Variante zwei: 100 g Roggenmehl und 100 ml warmes Wasser und einen Sauerteigansatz (im Laden erhältlich) zu einem dicken Brei verrühren. 12 Stunden warm stellen. Dann wieder 100 g Roggenmehl und 100 ml Wasser dazurühren. Brei 6 Stunden stehen lassen. Danach zeigt sich eine Gärung sehr gut. Erneut

100 g Mehl und 100 ml Wasser dazu und 3 bis 6 Stunden stehen lassen. Dann 200 g entnehmen und den Rest gleich verbacken. In einem Schraubglas ist es im Kühlschrank bis zu vier Wochen haltbar!

Bauer und Co veranstaltet eine neue Kochkursreihe! Von Hausfrau für die Haus-



von Regina Rihtar

frau! Schnell, einfach, unkompliziert und lecker kochen!

5. April, 18.00 Uhr:

G'schmackige Restverwertung

3. Mai, 18.00 Uhr:

Kreative und leckere Aufstriche und Jausenrezepte

7. Juni, 18.00 Uhr:

Schnelle und g'schmackige Vollwertgerichte

Anmeldung im Bauernladen!

Vielen Dank,
Regina Rihtar

Schnelles Sauerteigbrot:

500 g Roggenvollmehl, 400 g Weizen- oder Dinkelvollmehl, 40 g Germ, 0,7 l Wasser warm, Sauerteig 200 g, 2 TL Salz, 2 EL Brotgewürz

und mit den übrigen Zutaten einen Teig kneten und ca. 45 min. rasten lassen. Dann einen Wecken formen und 20 min. gehen lassen. Danach bei 220 Grad 50 min. im vorgeheizten Backrohr backen. Und schon kann man genießen! Weitere Informationen einfach im Laden abholen!

100 g Roggenmehl, 100 ml vom Wasser und 200 g Sauerteig in der Früh anrühren und warm stellen. Am Nachmittag oder Abend 200 g Sauerteig fürs nächste Mal weggeben

Viel Spaß beim Backen und Genießen!



DER BAUERNLADEN IN STAINZ

Sauerbrunnstraße 4,
8510 Stainz, Tel. 03463/ 20114
bauerundco@aon.at

Foto - Augenblick

Ihr Meisterbetrieb in Stainz

www.foto-augeblick.at
e-mail.: studio@foto-augeblick.at
Tel.: 0664 7622126 od. 03463 69573

Öffnungszeiten:
Mo-Fr.: 9-12 Uhr und 15-18 Uhr
Sa.: 9-12 Uhr Dienstag Ruhetag

Wertvolle Bilder zu schaffen, ist seit 9 Jahren unser Handwerk. Meisterlich fotografieren wir: Hochzeiten, Portrait, Industrie, Hotels, Weingüter, Produkte uvm.!

Wir freuen uns auf Sie!

EU-Passbilder
sofort zum Mitnehmen!
ohne Anmeldung zu den Öffnungszeiten möglich.

Mein perfektes Shooting

139.-

inkl. 12 Fotos
in einem 20x20 cm Fotobuch!

Gültig für Kinder von 0-12 Jahren
Büße um tel. Vereinbarung.

BESTATTUNG

Peinhopf KG

Ihr Ansprechpartner im Trauerfall

Stainz, St. Stefan, St. Andrä i.S.
Groß St. Florian, Wettmannstätten

MARKTFLORIST • FLORA-SALON

Hammer

A-8510 Stainz • Hauptplatz 17
Telefon 03463/33 53

Öffnungszeiten: Mo bis Do 8 - 12.30, 14.30 - 18 Uhr
Fr 8 - 18 Uhr; Sa 7.30 - 12.30

Tel.: 0676/72 35 336

Trauerfloristik
Kränze, Gestecke
Hochzeitsfloristik
Trendige Bindekunst
Eigene Produktion
Gärtnerei
Bestattungsannahme



von
Brigitte
Wagner
Senemann

Es lebe der Frühling

Die Blütenpracht in Glas geformt ...

Aus dem Material Glas lassen sich herrliche Kreationen in wunderbarer Vielfalt formen. Ob Blüten oder Schmetterlinge, Vögel oder Marienkäfer als Glücksbringer für den Garten, Kunstwerke aus Glas gestalten und beleben Ihre Outdoor-Bereiche in bunter, geschmackvoller und auch stilsicherer Art und Weise. Den Ideen sind hier keiner-

lei Grenzen oder Einschränkungen gesetzt. Ein weiterer wichtiger Vorteil dieses zeitlos schönen Werkstoffs ist die

Wetterbeständigkeit. Auch bei äußerst schlechter Witterung verändert sich weder Farbe noch Form des gläsernen, künstlerischen Objekts. Sollten Sie Lust und Laune haben, Ihre individuellen Glaswünsche selbst verwirklichen

zu wollen, biete ich Ihnen gerne einen geführten Workshop mit dem Thema „Selbermachen ist angesagt“ an. In diesem Workshop erkunden und erleben Sie die nahezu unbegrenzten Möglichkeiten der Glas-

kunst. Ganz besondere Schmankele für Sie sind für Ostern vorbereitet: An Frühling in seinen schönsten Facetten erinnernde, erlesene Exponate warten darauf, Ihren Garten zu verschönern.

Übrigens: Handgefertigte Glaskunst eignet sich hervorragend als individuelles Geschenk für wirklich alle Anlässe und Feierlichkeiten.



Fotos: Glas und Mehr...

Atelier Glas und Mehr...
Brigitte Wagner Senemann
Maderthonerweg 4
8510 Stainz beim Friedhof
Tel.: 0664/5563217
www.glasundmehr.at
office@glasundmehr.at
Öffnungszeiten:
Mo. – Fr.: 9.00 – 11.00
14.00 – 17.00



Kreative Glaskunst verschönert Ihr Heim im Innen- und auch Außenbereich.



NEUES VON

ESB EDV-STUDIO BRETTERKLIEBER

8510, Sauerbrunnstraße 59

Orthaber setzt auf „regionale“ Kassenlösung

Die Firma Orthaber Kaufhaus KG in Stallhof bei Stainz ist fit für die Auflagen der Registrierkassenverordnung.

Orthaber: Folgende Punkte sind für uns wichtig: Einen kompetenten Ansprechpartner zu haben, der auch mit „Nicht-EDV-Spezialisten“ reden kann, sodass wir uns um keine technischen Details kümmern müssen und dass unser neuer Partner aus der Region kommt.

ESB – Manfred Bretterklieber: Mit uns und der BüroWARE basic-Kassa können wir problemlos die geforderten Punkte abdecken.

Das System ist einfach, wird mit den Grunddaten vorinstalliert geliefert und kann bei Bedarf auch erweitert werden.

Wir erfüllen selbstverständlich alle Anforderungen in Zusammenhang mit der Registrierkassenverordnung.

Mehr

Infos und persönliche Beratung bei Manfred Bretterklieber unter 0664/357 61 46 oder auf www.esb.at



V.l.: Manfred Bretterklieber, Karina Krammer, Franz Orthaber



Alfred Kroys
8510 Stainz
0699/11 23 95 00



Margarete Höller
8510 Stainz
03463/600 68
0664/536 46 26

Pinter
Bestattung



Christine Hubmann
8502 Lannach
03136/81 671



Irene Mitteregger
8524 Bad Gams
03463/60 451



Josef Rumpf
8511 St. Stefan
03463/80 274



Lassen Sie sich im Frühling von Claudia Versic im Salon de Beauté in Graschuh verwöhnen.



Gönnen Sie sich das Fashion-Glück im Doppelpack bei IMA Schuhe in Stainz.



Karin Fedl vom Massageinstitut Fedl hilft Ihnen mit Fasten, Altes, Verbrauchtes und unnötig Gespeichertes endlich abzubauen und Platz und ein Energiedepot für Neues zu schaffen.



Fotos von den teilnehmenden Firmen

Professionelle Reparaturen und Gartengeräteverleih finden Sie bei Elektromechanik Kainz in Mettersdorf.

Wenn die Tage wieder länger werden, kommt auch die Zeit, in der man Körper, Seele, aber auch andere Dinge wie Gartengeräte wieder in einen guten Zustand bringen sollte.

Modisch tut sich ebenfalls einiges: Lläuft das Leben z. B. durch Frühjahrsmüdigkeit nicht immer so, wie man es wünscht, so braucht man nicht sofort einen Arzt, oft reicht eine kleine Aufmunterung wie das Gefühl, sich etwas Schönes zu gönnen: **IMA Schuhe** empfiehlt: Neue Schuhe & eine neue Tasche! Diese Dinge wirken garantiert! Im Frühling wird es farbenfroh – knallig oder mit Pastelltönen. Extra-dicke Sohlen, Fransen und raffinierte Schnürungen sind die Must-haves der Saison. Daneben behaupten sich stolz die Dauerbrenner Sneakers und Booties.

Auch durch Fasten lässt sich vieles erreichen: Fasten ist Gesundheitsvorsorge und Neugeburt, dadurch stellt sich der Körper von der Ernährung von

außen auf innen um. Auch dies ist eine naturgegebene Form des menschlichen Lebens. Fasten ist ein guter Impuls, um die Entschlackung anzuregen, weiters ist es eine gute Gelegenheit, Gewohnheiten zu ändern. Wer loslässt, hat beide Hände frei für das Leben. Karin Fedl vom **Massageinstitut Fedl** begleitet Sie gerne als Fasten- und Gesundheitstrainerin. Die nächste ambulante Fastenwoche findet bei ihr im Institut von 8. bis 15. April statt. Bitte unter 0699/11391083 anmelden. Der blühende Frühling ist auch die Zeit, in der man sich selbst wieder zum Blühen bringen sollte. Die diplomierte Kosmetikerin **Claudia Versic** bietet in ihrem Salon de Beauté professionelle Gesichts- und Körperbehandlungen für Ihre Schönheit und Ihr Wohlbefinden an. Gesichtsbehandlungen

Fit in den Frühling

Gut vorbereitet in die wärmere Jahreszeit

gen mit Naturprodukten, die nach genauer Hautanalyse individuell auf das Alter abgestimmt werden, Tiefenreinigungen, die Unreinheiten der Haut wieder verschwinden lassen. Die Körperbehandlungen bringen Ihre Figur wieder in Form. Sowohl Body Wrapping als auch Bandagen Bodystyling werden erfolgreich angewendet. Bis Ende März gibt es als Osteraktion 10% auf Gesichtsbehandlungen. Im Frühjahr bedarf auch der Rasen einer pflegenden Behandlung. Alle träumen von einem schönen Rasen, sehen aber viel Moos, Unkraut und kahle Stellen. Deshalb ist das rechtzeitige Vertikutieren sehr wichtig – am besten vor dem ersten Düngen nach dem ersten oder zweiten Mähen. Dann hat das Gras schon genug Kraft und wächst schnell nach. Damit das Ergebnis gut

ausfällt, sollte der Rasen ein paar Mal bearbeitet werden. Übrigens: In Mettersdorf finden Sie bei **Elektromechanik Kainz** die Möglichkeit, sich günstig einen guten Vertikutierer zu leihen.


Salon de Beauté
Versic Claudia
Tel. 0664 / 87 90 572

IMA Schuhe
Schuhe zum Wohlfühlen
Hauptplatz 20, 8510 Stainz
Tel. 0 34 63/55 502

 karin fedl **massage-**
institut
tel.: (03463) 321 90


Elektromechanik **KAINZ** Elektromechanik
85104 Stainz/Preßing • G: 03463/55 502 • 0

Frühjahrsputz für Geist und Seele

Lassen Sie die Sonne in die Seele



von Karin Koch

Nachdem die Wintermonate jetzt vorbei sind, ist es an der Zeit, die Sonne auch in die Seele einzuladen. Suchen Sie aus Ihrem Kleiderschrank wieder die farbigen Stücke hervor.

Sie werden nicht glauben, wie sehr ein buntes Tuch Ihre Stimmung heben kann. Oder nehmen Sie sich am Morgen diese Minute, um den Sonnenaufgang zu bewundern. Sie sagen, dass dafür keine Zeit sei? Versuchen Sie es einfach einmal und beobachten Sie, ob der Tag damit nicht ein kleines bisschen fröhlicher beginnt. Lassen Sie sich überraschen und berichten Sie mir von Ihren Erlebnissen.



Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision
Langegg 146, 8511 St. Stefan, Tel: 0664/40 42 185
karin.koch@karko.at



„Die Biene Mimose“ ist das erste Bilderbuch von Renate Jäger, einer naturbegeisterten Stainzerin.

Ein Natur-Bilderbuch

Lehrreiche und vergnügliche Seiten

Im letzten Jahr war „die Biene“ der Themenschwerpunkt einer Ausgabe von Stainz aktuell. Nachdem die Grazerin (mit starkem Stainz-Bezug) Renate Jäger, eine Kindergärtnerin, diese Zeitung durchgeblättert hatte, fasste sie den folgenreichen Entschluss, sich mehr mit diesem Themenkreis zu beschäftigen. Sie begleitete ein halbes Jahr „ihre“ Bewohner auf der Wiese mit dem Fotoapparat – nun darf man all diese Bienen, anderen Insekten, Frösche, Igel usw. in ihrem wunderschönen Wiesenbilder-

buch bewundern. Weiters sind darin auch tolle Kochrezepte enthalten – u.a. wird ein leckeres Honig-Dinkel-Vollkornkeks-Rezept präsentiert. Für die Nachhaltigkeit gibt es eine Stoffsack-Bedruckanregung mit einem bunten Wiesenmotiv (Stoffsack bedrucken: 8. April, Kaufhaus Hubmann). Der Erlös dieses Buches wird wieder in ihre naturbelassene Wiese sowie in die Anschaffung eines Bienenstocks investiert, was in ihren Augen einen Gewinn für alle darstellt.

Schule aus dem 19. Jhdt. zu verkaufen



Bautyp: Holzbau • Baujahr: 1824 • Grundfläche: 1.305 m²

Die Liegenschaft der Marktgemeinde Stainz befindet sich in **Rachling**, ehemalige Gemeinde Marhof. Das Gebäude steht unter **Denkmalschutz** und stellt mit der Eröffnung im Jahre 1824 eine der ältesten Volksschulen der Weststeiermark dar. Die Schule ist ein Holzbau auf gemauertem Kellerfundament und steht auf einem 1.305 m² großen Grundstück (Gst.Nr. 44/4 + Gst.Nr.: 441/2).

Verhandlungsbasis: € 90.000,00

Nähere Informationen rund um das Verkaufsobjekt erhalten Sie unter 03463 / 2203 – 250 (Ing. Karl Herunter, Bauamt).

Bestattung WOLF

• Seriös • Einfühlsam • Würdevoll

Ihre private Bestattung in Stainz
Gärtnerei Calovini

Ihre Bestattung für Stainz und Umgebung:
Ettendorfer Str. 22
Helga Calovini
0664/23 84 585



Herr Alois Haagen steht Ihnen als Ansprechpartner gerne zur Verfügung.
Alois Haagen
0664/9114648



Verlässliche Partner in schweren Stunden

erreichbar von 0 - 24 Uhr • www.bestattung-wolf.com



von
Gerhard
Langmann

Seit 1999 bemühen sich Funktionäre des Fußballclubs Ligist um eine neue Heimstätte, nun scheint die von gemeindepolitischen Wendemanövern geprägte „unendliche Geschichte“ ihr Happyend zu erleben. Zum Vorteil aller, denn der Zustand der bestehenden Kabinen aus dem Jahr 1970 ist schlichtweg unzumutbar. „Es wird kein Prunkbau, son-

dern eine gediegene Mehrzweckanlage“, verrät FC-Obmann Bernhard Schröttner (Foto), dass mit Kinderspielfeld, Wegesystem, Funccourt und Eisstockhalle (Bauschritt 2) nicht nur die Wünsche der Fußballer bedient werden.

Das Sporthaus wird vier Umkleidekabinen und Räume für Schiedsrichter, Geräte, Technik und Kantine umfassen. An Spielflächen sind ein Haupt- und ein Trainingsfeld vorgesehen, die durch eine Naturtribüne für 250 Besucher getrennt werden.

Mit zwei Millionen Euro klingt die Investitionssumme recht hoch, durch die Landesförde-

Neue Sportanlage für Ligist

Die Finanzierung ist nun gesichert



rung von 1,2 Millionen werden die Kosten aber stark abgedeckt. Zudem verbleibt der Marktgemeinde der bisherige Sportplatz als Zukunftsfläche und das Areal des aktuellen Trainingszentrums an der Umfahrungsstraße kann einer gewerblichen Nutzung zugeführt werden.

Bald vom Plan in die Natur

Volksgesundheit fängt beim Einzelnen an

Eine interessante Vortragsreihe für alle



Geballte Vortragskraft

Die Leitlinie der Gesunden Gemeinde Stainz lautet: Wir bieten Informationen zu einem gesünderen Leben. Der unausgesprochene Nachsatz: Es liegt an den Menschen, in ihren bewussten und – noch mehr – unbewussten Entscheidungen, sich für oder gegen die Gesundheit zu entscheiden. Durch die Zusammenlegung der Gemeinden erreicht das Angebot mit einem Schlag 8.600 Bewohner. Als Dachorganisation der Gesunden Gemeinde fungiert „Styria Vitalis“. „Sie kennen ihre Gemeinde am besten“, vertritt Geschäftsführerin Karin Reis-Klingspiel die Meinung, dass die Menschen in der Region in die Gestaltung ihrer

Lebensbedingungen eingebunden werden sollen. Ebenso sind die Gemeindeverantwortlichen gefordert, bei ihren Vorhaben auf Lebens- und Arbeitsqualität Rücksicht zu nehmen.

Für das Jahr 2015/16 hat die Gesunde Gemeinde Stainz die Familie in den Mittelpunkt ihrer Bemühungen gestellt. „Wir wollen die Kapazitäten der Region nutzen“, hat Frontfrau Karin Fedl eine Vortragsreihe mit heimischen Referenten zusammengestellt.

Die nächsten Termine:

17. März, 20 Uhr, Dachboden-theater, Christine Neumann; 8. April, 18.30 Uhr, Kindergarten, Alexander Reimer.

Als Beispiel für die gar nicht kühne Behauptung soll der Weinbaubetrieb Karl Geiser vulgo Tschankhiasl in Grubberg dienen. Das gemütliche Plätzchen zum Entspannen hält von Donnerstag bis Sonntag und feiertags offen. Als Mitinitiator des Genuss-schilchens hält Karl Geiser am 23./24. April seine Buschenschanktüre offen. „Es gibt zwei Routen“, lässt er wissen, dass beim Wandertag etwa vierzig Betriebe entlang der Strecken auf den Besuch warten. Ob auf der kleinen oder der großen Tour: Im Mittelpunkt steht das Wandererlebnis in der prachtvollen Natur. Wo er einsteigt und ob er die gesamte Runde durch-

Mit dem Frühjahr beginnt die Saison

Start für den Buschenschank Geiser

macht ist jedem einzelnen Wanderer überlassen.

» ... ein kunterbuntes Angebot ... «

Ein weiterer Tschankhiasl-Anziehungspunkt: das Spielzeugmuseum, das Führungen gegen Voranmeldung (Telefon 0664/5227276) anbietet. Was man dort vergeblich sucht, sind Playstation, Plastikspiele oder Elektronik. Der umfangreiche

Fundus spezialisiert sich auf Blechspielzeug, mit dem Kinder vor siebzig, achtzig Jahren gespielt haben. Passend dazu der Flohmarkt am 10. April (8 Uhr) mit einem kunterbunten Angebot für Nostalgiker.



Selbst der Flascherzug dampft im Spielzeugmuseum

Unternehmer ganz privat

Drei Persönlichkeiten stellen sich vor

Uns allen ist sie als kompetente Stainzer Apothekerin bekannt: Frau Angelika Bischof. Die 40-jährige ist Mutter von

Magdalena (11) und Anna (8), verheiratet und wohnt in Tobelbad. Schon in ihrer Kindheit war der berufliche Weg für sie



Foto: Bischof

klar, da ihre Mutter PKA in der Stiftsapotheke Admont war. Nach der Matura und dem Studium der Pharmazie hatte sie für viele Jahre eine Anstellung in Graz. Seit 2013 führt Frau Bischof nun die Stainzer Apotheke. In ihrer Freizeit genießt sie es, mit ihrer Familie

Zeit zu verbringen und vertieft sich auch sehr gerne in ein gutes Buch.

Als größtes Glück empfindet die Vollblutmutter und Geschäftsfrau ihre jetzige Lebenssituation: die perfekte Kombination aus Beruf- und Privatleben.

Schnell gefragt

- 1) Schnitzel oder Sushi?
- 2) Puntigamer oder Schilchermischung?
- 3) Blockhaus oder Bungalow?
- 4) Pumps oder Sneakers?
- 5) Sportwagen oder Familyvan?
- 6) All inclusive-Urlaub oder Campingplatz?
- 7) Garten oder Supermarkt?
- 8) Atemlos oder Highway to Hell?
- 9) Oper oder Kino
- 10) Sport oder Relaxen?

Schnitzel
Beides
Blockhaus
Pumps
Sportwagen
All inclusive
Supermarkt
Atemlos
Kino
Relaxen

Hans Hecher wohnt zusammen mit seiner Freundin Silke in St. Stefan ob Stainz, direkt über dem Betrieb, mit

dem er sehr stark verbunden ist. Von Kind an war er in der Werkstatt und es war für ihn schon damals klar, dass er

im Familienbetrieb arbeiten möchte. Deshalb absolvierte er die HTL für Kraftfahrzeugbau in Mödling. Aber auch privat interessieren ihn Autos und Sportwagen. Eine Leidenschaft, die er mit seinem Sohn Niklas (13 Jahre) teilt. Freude machen ihm auch das Schifahren, Badeausflüge zum Wörthersee im Sommer und das Organisieren von speziellen Events für und mit seinen Freunden.

Was ist Glück für Hans Hecher? Wenn man Menschen in seiner Nähe hat, auf die man sich verlassen kann und bei denen das Worthalten noch zählt!



Foto: Hecher

Schnell gefragt

- 1) Schnitzel oder Sushi?
- 2) Bier oder Schilchermischung?
- 3) Blockhaus oder Bungalow?
- 4) Hemd oder T-Shirt?
- 5) Sportwagen oder Familienkutsche?
- 6) All Inclusive-Urlaub oder Campingplatz?
- 7) Garten oder Supermarkt?
- 8) Atemlos oder Highway To Hell?
- 9) Oper oder Kino?
- 10) Sport oder Relaxen?

Schnitzel
Bier
Bungalow
T-Shirt
Sportwagen
All-Inclusive
Garten
Atemlos
Kino
Relaxen



Foto: Reiterer

Schon im elterlichen Betrieb, der Firma Mus-Max, war sie für das Marketing verantwortlich und die Leidenschaft zur Werbung blieb.

Frau Reiterer studierte Medienkunde, war Redakteurin der Kleinen Zeitung und anschließend sechs Jahre lang für die Werbung des Shopping Center West (IKEA Immobilien) verantwortlich.

Seit 2007 ist die gebürtige Groß St. Florianerin nun mit ihrer Werbeagentur „Werbeschmiede“ selbstständig. In ihrer Freizeit stehen Wandern, Tennis und Schifahren mit der Familie am Programm.

Entspannung findet Frau Reiterer auch bei einem guten Buch.

Als größtes Glück empfindet Sie als Familienmensch die Gesundheit all ihrer Lieben!

Schnell gefragt

- 1) Schnitzel oder Sushi?
- 2) Puntigamer oder Schilchermischung?
- 3) Blockhaus oder Bungalow?
- 4) Pumps oder Sneakers?
- 5) Sportwagen oder Familyvan?
- 6) All Inclusive-Urlaub oder Campingplatz?
- 7) Garten oder Supermarkt?
- 8) Atemlos oder Highway to Hell?
- 9) Oper oder Kino
- 10) Sport oder Relaxen?

Schnitzel
Schilchermischung
Blockhaus
Pumps
Familyvan
Städtetrip
Garten
Atemlos
Oper
Relaxen



Foto: Joachim Gruendler

Manuela Marchl: Entspannung durch Shiatsu

Frau Marchl, wie gestaltet sich Ihre Arbeit: Shiatsu ist eine eigenständige Form der ganzheitlichen, manuellen Körperarbeit. Auf einer Matte am Boden arbeite ich mit achtsamer Berührung und bringe Entspan-

nung, Gelassenheit und neue Visionen in das Körper-/Geist-/Seele-System. Shiatsu bedeutet eine große Stärkung der Geduld, und Nachsicht für uns selbst und andere wird dadurch wieder möglich.

Ganzheitlich zum Glück

Was bedeutet für Sie Frühling bzw. was verbinden Sie mit Frühling?

Im Shiatsu steht der Frühling für die Zeit, in der man hinaus ins Leben geht, um Ziele zu verwirklichen und Pläne zu schmieden. Doch es gibt Lebensumstände, die einengen und Situationen, in denen Mann/Frau sich geistig nicht entfalten kann.

Wird diese (Weiter-)Entwicklung gehemmt, sucht sich das, was wachsen will, Umwege. Diese Umwege können sich in Zorn, Wut, Stress oder körperlichen Symptomen ausdrücken.

Wie machen Sie Ihre Kunden fit für den Frühling?

Der ganzheitliche Ansatz spricht Symptome nicht isoliert an, sondern wirkt auf den ganzen Organismus. Shiatsu eignet sich besonders gut während Phasen großer Veränderungen, als unterstützende Begleitung einer psychotherapeutischen Behandlung und bei medizinisch abgeklärten Erkrankungen. Mein Anliegen ist es, in meiner Praxis einen Rahmen zu schaffen, in dem Menschen entdecken können, wer sie wirklich sind.

Info: 0699/11 34 23 76
www.shiatsu-energetik.at

Worte aus dem Herzen

Was bieten Sie als Zeremonienbegleiterin an?

Herzensworte begleitet bei emotionalen Lebensfesten wie Geburt, Hochzeit und Abschied. Ich gestalte Hochzeitszeremonien für Paare, die nicht kirchlich heiraten können oder sich eine persönliche und individuelle Ergänzung zu ihrer standesamtlichen Trauung wünschen. Eine „freie“ Zeremonie ist eine wundervolle Option für Patchworkfamilien und eine schöne Möglichkeit Verpartnerungen auf besondere Art zu feiern. Eine „freie“ Trauungszeremonie“ kann an jedem Tag, zu je-

der Zeit und an jedem Ort Ihrer Wahl durchgeführt werden. Für Babys, die nicht getauft werden sollen, biete ich besondere Namensfeste an. Die „stille“ Seite von Herzensworten ist die Begleitung von Familien, die sich auf besondere Art von ihrem Angehörigen verabschieden möchten. Nach dem persönlichen Vorgespräch schreibe ich ein detailliertes Ablaufkonzept. In Zeremonien sind traditionelle Elemente, wie Einzug der Braut, Lichtrituale, Ehren der Ahnen, Ringsegnung, Ja-Wort und moderne Texte und Gebete enthalten.

Kinder werden aktiv eingebunden. Herzstück des Festes ist immer eine individuelle Rede! Ich biete meine Leistungen in ganz Österreich, im Ausland und auf Wunsch auch in englischer Sprache an.

Die Hochzeit ist der Höhepunkt im Leben eines Paares. Treffen Sie Ihre Entscheidungen ausschließlich nach Ihren persönlichen Wünschen und dem, was Ihr Herz zu Ihnen sagt.



Gabriele Koch spricht Herzensworte

Foto: Thomas Stark

Info: 0664/53 66 326
Winner Austrian Wedding Award
www.herzensworte.at



Foto: Johann Kainz

Repariert Geräte mit Leidenschaft: Johann Kainz

Herr Kainz, was genau ist der zentrale Tätigkeitsbereich bei Elektromechanik Kainz? Spezialisiert ist unser Betrieb, der von Stainz aus kommend am Ortsanfang von Mettersdorf liegt und auch Lehrlinge ausbildet, auf Reparaturen von

Elektro- und mechanischen Geräten. Neuwicklungen von Motoren, kleine Dreharbeiten, Reparaturen von Gastromaschinen und Forst-Gartengeräten etc. sind uns ein echtes Anliegen, da viele Geräte wegwerfen werden, obwohl sie

Reparaturen auf höchstem Niveau

noch lange weiterverwendet werden könnten. Weiters verleihen wir diverse Gastromaschinen wie Kühlmaschinen, Kühlwägen, Geschirrspüler usw. sowie auch Vertikutierer für den Außenbereich. Durch unser großes Ersatzteillager können wir Ihre Reparaturen auch kurzfristig erledigen – mehr als 170 Lieferanten versorgen uns hier kurzfristig (ca. 1 Tag) mit den nötigen Teilen. In unserem Gasthaus Leberschuster gibt es ganzjährig kalte und warme Speisen, be-

sonders beliebt ist das geradezu berühmte Gulasch unseres Hauses. Aber auch andere Spezialitäten wie selbstgemachtes Geselchtes oder vorzügliche Pizzas werden von unseren Gästen gerne genossen. Wir verwenden sehr viele Produkte aus unserem Garten und legen auch hier größten Wert auf hohe Qualität. Weiters bieten wir unseren Kunden auch ein Catering an. Übrigens: Die Trike-Vermietung beginnt wieder am 1. Mai. Info: 0664/39 69 150



Nach der Sommerdienststeilung ist Schluss

Gleich vorweg: Das Prädikat „olte Tant“ hat Barbara Klug, die Leiterin des Kindergartens Lasselsdorf, von ihren Kolleginnen zum Sechziger verabreicht bekommen. Wobei wir bereits bei einem Verdienst angelangt sind: Lange vor der Gemeindefusion regte die Umtriebige einen Gedankenaustausch unter den sechs Kindergärten der Kommune an, auf den im Zuge der Fusion gerne zurückgegriffen wurde. Ein Schwerpunkt ihrer Kindergartenarbeit: das Einbetten der Aktivitäten in das Brauchtum des Jahreslaufes. So wurden Frühlingsbeginn, Fasching,

Die „olte Tant“ hat den Kindergarten im Griff

Abschied nach 38 schönen Jahren

Osterfest, Muttertag, Erntedank, Advent und die Heiligen Martin und Nikolaus besonders betont. Nach Möglichkeit spielte sich das Geschehen dabei in der freien Natur ab, der Schwerpunkt Wald des heurigen Jahres unterstreicht diese Haltung. Hängt auch mit der Natur zusammen: Lasselsdorf war einer der ersten Kneipp-Kindergär-

ten des Landes. „Es sind beide Gruppen eingebunden“, finden Barbara Klug, Bettina Kleinhappel, Renate Krenn und Karin Unterkofler, dass Arme-, Füßeberieselung, Taulaufen und Schneetreten nicht nur lustig, sondern auch wertvoll sind. Im Sommer ist für die „olte Tant“ Schluss mit lustig: Nach 38 Jahren sagt sie adieu.

FF Wald mit neuem Führungsduo

Ein Team mit vielen Ideen, das auch weiterhin auf Kameradschaft setzt

Es ist wohl so etwas wie eine Verjüngungskur, welche die Freiwillige Feuerwehr gerade durchläuft. Bei der Wehrversammlung Anfang Dezember wurde Anton Harzl (28) zum Kommandanten und Stefan Jandl (25) zu seinem Stellvertreter gewählt. Die beiden übernehmen ein schweres Erbe, denn die bald neunzig Jahre alte Wehr ist gut aufgestellt: 51 Aktive,

zehn Jungfeuerwehrleute, 10.761 freiwillige Arbeitsstunden im Jahr 2015, eine erfolgreiche Leistungsgruppe, eine hohe Tagesausrückbereitschaft. Dennoch will das neue Führungsteam Impulse setzen. „Das Üben in kleinen Gruppen und nach einem vorgegebenen Lehrplan fördert den Ausbildungsstand“, wollen Anton Harzl und Stefan Jandl möglichst viele Kameraden zu Kur-

sen animieren. Was unverändert bleibt: Es wird ganz stark auf Kameradschaft gesetzt. Der Ausbildungsweg der beiden Frontmänner verlief sehr ähnlich: früher Eintritt in die Wehr, aktiv in der Feuerwehr-

jugend, rasche Beförderung aufgrund ausgezeichneter Leistungen, erfolgreicher Gruppenkommandantenlehrgang in Lebring. Die Bevölkerung kann sich weiterhin einer starken Wehr sicher sein.



Stefan Jandl, Anton Harzl: Einer allein kann nicht Feuerwehr sein

Bäuerliches Kunst- und Kleinhandwerk und „Stöckl“ (früher Schilcher- und Kernölstöckl) in unmittelbarer Nähe zum Rüsthaus sind bekannt

für die gediegene Qualität ihrer Produkte. Dieser Befund wird sich beim 1. „Stöckl“-Ostermarkt am Palmsonntag, dem 20. März, (10 – 18 Uhr)

Ostermarkt im Rassacher „Stöckl“

Ein umfangreiches Programm durch eine große Anzahl an Ausstellern

ein weiteres Mal bestätigen. Eine Vielzahl an Ausstellern hat sich für den Ostermarkt angesagt. Die Werkstoffe im „Stöckl“ reichen von Keramik und Schafwolle über Leder, Textilien bis zu Holz und Beton. Daneben werden Marmeladen, Kuchen und Schnäpse präsentiert. Ein weiterer Fixpunkt: die esoterische Empfindsamkeit, die bei Räucherwerk und Klangschalen angesprochen wird. Nicht zu vergessen sind Bilderausstel-

lung, Boomerangs und Kletterwand als Abrundung des vielfältigen Programms.

Das Bäuerliche Kunst- und Kleinhandwerk bringt eine Menge an österlichem Dekor ein. Beim Ostermarkt und den üblichen Öffnungszeiten finden sich geritzte, bemalte, gebohrte und bestickte Ostereier, Heuhasen und -hennen, aber auch Palmbuschen und Weikörbe mit Deckerln im Sortiment.



Text und Fotos: Gerhard Langmann

In Vorfreude auf das Osterfest

HUBMANN

WILD & FREE

Jetzt frühlingshafte
Modetrends bei
Hubmann entdecken.

UNSER TIPP:

NEUE JEANS-
MARKEN!

REPLAY &

Pepe Jeans
LONDON

MODEHAUS HUBMANN, Grazer Straße 1, 8510 Stainz
www.hubmann.st, www.facebook.com/hubmannndaskaufhaus





von
Mag. pharm.
Gerlinde
Pohorely

Warum Bitteres im Frühling?

Mit Pflanzen dem Körper Gutes tun

Bitterstoffe haben eine hervorragende Wirkung auf unseren Stoffwechsel. Sie beeinflussen den gesamten Verdauungsprozess, angefangen von den Funktionen des Magens, der Gallenblase, der Leber, der Nieren bis zur Blase. Die Bitterstoff-Pflanzen sind Schutz- und Heilpflanzen, die schon vor Jahrtausenden verwendet wurden.

Bei uns werden Bitterstoffe aus den Pflanzen weggezüchtet, obwohl wir diese für einen gut funktionierenden Ablauf aller im Körper stattfindenden Prozesse, auch der Kräfte aufbauenden, dringend bedürfen. Im Frühjahr sind wir eher geneigt, eine Reinigungskur für unseren Körper zu machen. Schauen wir, was uns das Schatzkästchen der Natur bietet:



Auf nahezu allen Wiesen heimisch: Der Löwenzahn.

Foto: pixello.de/Uschi Dreiercker

Löwenzahn: Wer kennt nicht den „Röhrlsalat“? Dieser enthält viel Vitamin A und C, regt die Leber an, die Galle dünnflüssiger zu produzieren, hilft bei der Entgiftung, stärkt die Bauchspeicheldrüse und bringt dem Körper auch noch Mineralstoffe, die er benötigt.

Artischocke: Am meisten Inhaltsstoffe haben die Blätter vor der Blüte. Ob wir solange

warten wollen? Es gibt Artischocken-Extrakt in Dragees in der Apotheke, die schmecken nicht bitter – Artischocke hilft sehr gut beim Entgiften.

Echter Salbei: Enthält den Bitterstoff *Salvin*, wirkt antibakteriell, desinfizierend, harntreibend, schleimlösend, schweißregulierend, also eine gute Ergänzung beim Entgiften (Achtung: Stillende dürfen

Salbei nur verwenden, wenn Sie abstillen wollen).

Brennnessel: Die Wirkung dieser Heilpflanze ist wissenschaftlich erwiesen. Positive Beeinflussung von Darm und Blase, Stärkung der Haarwurzeln, entgiftet und entschlackt. Auch als Gemüse schmecken die Blätter gut.

Schafgarbe: Die Inhaltsstoffe bewirken mehr Ausscheidung von Harn und regen die Leberfunktion an. Eine gute Ergänzung ist auch der warme Leberwickel (in starken Aufguss von Schafgarbe ein kleines Handtuch tauchen und auf die rechte Seite des Oberbauches legen, noch eine Wärmflasche darüber und mindestens eine Stunde einwirken lassen).

Diese Arzneipflanzen sind eine gute Mischung für eine Entgiftung. Sie können eine Teemischung oder auch Säfte oder Dragees einnehmen. Drei Wochen sollte man sich schon Zeit dafür nehmen. Es ist auch mehr Wasser als sonst für die Ausschwemmung notwendig.



Man nehme: einen großen Kochtopf mit Wasser und bringe das Wasser zum Verdampfen. In der Zwischenzeit breite man dicke, große Decken über einen Tisch und baue sich eine Höhle. Anschließend nehme man den dampfenden Wassertopf vom Herd, gebe ein paar Rosenblätter hinein und setze sich unter den Tisch ...

ODER:

Man vereinbare einen Termin im Schauraum der Firma **Flanyek** und lasse sich seine **Wellnessoase** planen.

Dampfbäder, Wannen mit Massage, elegante Wohlfühl-Duschen, Traumbäder, Outdoor-Whirlpools, Schwimm-SPAs ...



FRÜHLINGSAKTION bis 29. April 2016

Ein neues spülrandloses **V&B Hänge-WC** mit abnehmbarem und absenkbarem WC-Sitz inkl. Austauscharbeit ohne Änderungen.

€ 400,- inkl. MwSt.

FLANYEK Ges.m.b.H.
BÄDER • WÄRME • KLIMATECHNIK
8510 Stainz, Sackstraße 8, Tel. 0 34 63/23 07, Fax: DW 85
office@flanyek.at, www.flanyek.at



Blühendes im Frühling erleben

Durch die Natur verwöhnen lassen



Herrliche Blütenpracht in



der Genussgärtnerei Höller

Foto: Genussgärtnerei Höller (2)

Nicht nur wir Menschen erfreuen uns an den Wundern des Frühlings, auch Bienen, Hummeln und Vögel machen mit beim Frühlingskonzert. Während die Osterglocken, Hornveilchen und Traubenzhyazinthen unsere Lieblingsplätze zieren, beginnen schon die frühblühenden Bäume und Sträucher im Orchester mitzuspielen – man möchte die Zeit anhalten vor Entzücken. Die Energie der ersten frischen Kräuter verfeinert unsere Frühlingsalate, nicht zuletzt unsere bekannten Wildkräuter wie

z. B. Löwenzahn und Brennesseljungtriebe. Sie bringen Energie und reinigen unseren Körper. Hornveilchen, Gänseblümchen und Vergissmeinnichtblüten sind essbar und bereichern unsere Speisen auch mit gutem Geschmack und Heilkräften. Das Kräuterangebot wird vielfältiger; es kommen Neuheiten für experimentierfreudige Köche und Genießer dazu. Nehmen wir Platz am gedeckten Tisch, den die Natur uns bereithält! Die **Genussgärtnerei Höller** informiert Sie gerne.

10 Jahre
in Stainz

14. – 19. März

Mo – Fr 8 – 18 Uhr
Sa 8 – 14 Uhr

Feiern Sie mit uns!

Jubiläumangebote:
14. + 15.3. Stiefmütterchen 0,35 €
16. + 17.3. Topfnarzissen -30%
18. + 19.3. Orchideen -50%
Angebote gelten solange Vorrat reicht.

Höller

Die Genussgärtnerei

www.gaertnerei-hoeller.at

Der perfekte Garten

Mit einfachen Mitteln professionell geplant

Der Frühling ist die Zeit für den Wohlfühlbereich im Freien. Gerade wenn es um die kreative Gestaltung von Garten-, Terrassen- oder Poollandschaften geht, sind die **hagebau Wallner-aussenRAUM-Experten** die richtigen Ansprechpartner für Ihr persönliches Projekt. Durch besondere Elemente und Designstrukturen entstehen neue und individuelle Lebensräume aus Naturstein. Setzen Sie Ihrer Kreativität und Ihren Wünschen keine Grenzen

und geben Sie Ihrem Alltag einen Rahmen mit viel Atmosphäre. Design, Funktion und Innovation werden individuell auf persönliche und praktische Ansprüche zugeschnitten. Gemeinsam mit den **aussenRAUM-Profis** können sich ästhetische Gesamtkonzepte bestens in das bereits bestehende Umfeld integrieren. In unseren hagebau-Märkten in Stainz, Deutschlandsberg und Eibiswald finden Sie modernste Umwelttechnik und alles für Garten- und Landschaftsbau.



Maßgeschneiderte Gesamtlösungen bei hagebau Wallner

Foto: Michael Felix Denk

Ein Lebens(t)raum wird wahr

Sie möchten Ihren Außenbereich und Garten um- oder neugestalten? Wir finden, dass zu einem schönen Haus auch ein gut gestalteter Außenbereich gehört, in dem Sie sich einfach wohl fühlen, in dem Sie sich nach einem langen Tag entspannen, Ihre Träume verwirklichen und viele Ideen selbst umsetzen können. Wir hagebau Wallner **aussenRAUM-Experten** stehen Ihnen mit Rat und Tat bei der Gestaltung Ihres neuen Lebensbereiches zur Seite.



Foto: Michael Felix Denk

aussenRAUM-Fachberater bei hagebau Wallner Stainz:

Bernhard Krill	03463/2600-330	krill@wallner-gmbh.at
Manfred Schwarzl	03463/2600-196	schwarzl@wallner-gmbh.at
Rupert Reinprecht	03463/2600-199	reinprecht@wallner-gmbh.at



von
Regina
Rihtar

Aktiver Bienenschutz

Mit einfachen Dingen vieles erreichen

Der Frühling ist wieder im Lande und alles fängt an zu blühen und zu gedeihen. Und sind die Blüten da, sind auch die Bienen da! Stimmt nicht ganz, eigentlich sind sie schon viel länger da! Bei den heurigen sonnigen und warmen Wintertagen sind die Bienen schon sehr früh und sehr oft ausgeflogen. Ein großes Problem laut Imker Hermann Zapfl, weil sie mit ihren Nahrungsreserven nicht über den Winter kommen.

Umso wichtiger ist es, dass Bienen schon im Frühjahr ein Nahrungsangebot haben. Vorne voran: Palmkatzerl, Kornelkirsche und fast alle Frühblüher wie Narzissen oder Frühlingsknotenblumen. Die Tulpe gibt leider nichts her.

Auch im Sommer achten Sie bitte auf bienenfreundliche Pflanzen, wie sie die meisten alten Bauerngartenblumen sind: z.B. Sonnenblumen, Ringelblumen Storchenschnabel, Glockenblumen, ungefüllte Dahlien, Zinnien, Kapuzinerkresse und natürlich alle Kräuter und viele Blühsträucher. Die Gärtnereien und Baumschulen beraten Sie sicher gerne!

» ... es ist für die Bienen von Vorteil, wenn der Garten nicht ganz sauber zusammengeräumt wird und Nützlingsecken gelassen werden ... «

Was können Sie noch für unsere Bienen tun:

- Lassen Sie eine Blumenwiese wachsen! Naturwiesen sind auch Lebensraum für die Nützlinge in Ihrem Garten. Wenn Sie schon eine Wiese haben, mähen Sie später oder lassen Sie Flächen bis zum Abblühen stehen!
- Vielleicht räumen Sie Ihren Garten nicht ganz sauber zusammen und lassen bewusst eine Nützlingsecke, in der Brombeeren (super Bienepflanze) und Wildrosen wach-



Lassen Sie eine Blumenwiese als Lebensraum für unsere Bienen wachsen.

sen dürfen – und der eine oder andere abgestorbene Ast, eine Trockenmauer oder ein offener Sand- oder Erdhügel als natürliches Insektenhotel dienen darf.

- Mulchen Sie Ihre Pflanzen mit Rasenschnitt und verwenden Sie Effektive Mikroorganismen. Damit haben Sie einen lebendigen Boden mit lebendigen und gesunden Pflanzen! Damit beugen Sie Pflanzenkrankheiten vor und Sie brauchen nicht mit Gift zu spritzen.
- Wenn Pflanzen dennoch kränkeln, dann mit natürlichen Mitteln vorgehen: Zinnkrautbrühe, Brennnesseljauche, Knoblauch oder Kapuzinerkresseteetee, Urgesteinsmehl und EM. Es gibt auch homöopathische Mittel für Pflanzen.
- Wenn Sie Unkraut an bestimmten Stellen stört, dann Pflanzen in der Mittagshitze mit Wasser besprühen, dann

bekommen Sie Sonnenbrand und vertrocknen! Von Florissa gäbe es auch eine Sprühlösung mit Pelargonsäure, die man dafür verwenden kann.

Zitronenöl in Alkohol wäre auch einen Versuch wert!

• Bitte denken Sie beim Einkaufen daran, wie sehr die meisten „Pflanzenschutzmittel“ in der konventionellen Landwirtschaft das Leben der Bienen, das vieler Nützlinge und auch uns in weiterer Folge gefährden, und entscheiden Sie sich bitte für biologische Lebensmittel von heimischen Bauern! Damit gemeint sind jetzt nicht nur Obst und Gemüse! Auch bei Fleisch und Geflügel, Getreide, bei Kosmetik und bei Genussprodukten wie Wein wäre BIO die bessere Wahl.

» ... mulchen Sie Ihre Pflanzen mit Rasenschnitt und verwenden Sie Effektive Mikroorganismen, um einen lebendigen Boden zu haben ... «

- Wenn Sie Landwirt sind: Vielleicht schaffen Sie es, nicht nach Zeitplan zu mähen, sondern nach Bedarf.
- Waldbesitzer und Biomasseerzeuger könnten vielleicht auch nicht jede Ecke sauber zusammenräumen und Verbissholz stehen lassen. Das sind für Bienen wichtige Ecken und sie dienen auch dem Wild als Nahrung. Außerdem sollten Sie auf Baumarten und Sträucher wie z. B. Vogelkirsche, Ahorn und Weiden Rücksicht nehmen.

Regina Rihtar

Die Arbeit geht weiter!

Voriges Jahr, zur selben Zeit, sind der Imkerverein und die Werbegemeinschaft Stainz mit der Bitte an mich herangetreten, ob ich gegen das immer schlimmere Bienensterben aktiv mitarbeiten würde.

Zuerst galt es, die Politiker mit ins Boot zu holen, und danach konnten wir sehr viele Grünflächen, die zurzeit nur als Grünland dienten, für die Blumenwiesen umfunktionieren. Am Ende des Jahres stellte sich heraus,

dass diese so stark übersäuerten Wiesenflächen, die wir als Blumenflächen markiert haben, noch lange keine Blumenwiesen sind. Wir werden diese aber mit einem Speziaalsamen heuer etwas auffrischen.

Aber in einigen Jahren könnte es sehr wohl eine positive Veränderung geben.

Nur ein „nachhaltiges Denken“ kann zu Verbesserungen führen.

Andreas Scheer

Der Bauernhof von Hans und Brigitte Wagner vlg. Göri in Angenofen 17 (Marktgemeinde Stainz) schreibt im wahrsten Sinne des Wortes Geschichte. Gäbe es nicht die sehr aufschlussreiche Familienchronik von den bereits verstorbenen Vorbesitzern (Grete und Anton Wagner), so könnte man annehmen, es wäre ein Bauernhof wie so viele in unserer Heimat. Aber schon der Umstand, dass es beim Anwesen erst nach 90 Jahren die ersten leiblichen Nachkommen für die künftige Hofübernahme gibt, ist nicht alltäglich. So gab es zwei Generationen an Vorbesitzern, die ihren Bauernhof an Adoptivkinder weiter vererbt haben. Erst die jetzige Bauersfamilie Hans und Brigitte Wagner teilen ihr Familienglück mit den vier Kindern (Agnes, Eva, Brigitte und Johannes). Brigitte (sen.) aus dem Kärntner St. Jakob im Rosenthal fand vor 30 Jahren durch die Verheiratung mit dem damaligen Heeres-Ausbildungs-offizier in diesem Bauernhof ihre neue Heimat. Mit viel Hingabe wird

Was die Heimat uns erzählt!

Die Geschichte eines Bauernhofes

der „Bio-Bauernhof mit Mutterkuhhaltung“ mit Ehemann Hans und den bereits erwachsenen Kindern bewirtschaftet. Als gelernte Tischlerin war sie eine Quereinsteigerin als Bäuerin, was ihr aber gut gelang, wie der Gemüseanbau mit Anbau alter Sorten beweist. Wie aus der Chronik zu entnehmen ist, sind auch die berühmten Dreißiger-Jahre des vorigen Jahrhunderts am Bau-

ernhof Göri nicht spurlos vorübergegangen. Schon im Jahre 1895 ist das Stall- und Wirtschaftsgebäude der schweren Schneelast zum Opfer gefallen – und auch das mehrere hundert Jahre alte Bauernhaus musste dringend saniert werden. Bezeichnend für diese Zeit war auch, dass am Bauernhof bereits eine Wassermühle mit Sägeseitengatter und E-Werk zur Stromversorgung am Rain-



von
Werner
Waniek

bach errichtet wurde. Für die Besitzer bedeutete dies eine große wirtschaftliche Anstrengung. Aber auch der Aufstieg der Fünfziger- und Sechziger-Jahre haben den letzten Besitzern (Grete und Anton Wagner) enormen Einsatz abverlangt. Untrennbar verbunden mit dem Bauernhof ist wohl die weithin bekannte „Göri-Kapelle“, die für diverse kirchliche Rituale (Maiandacht, Hubertusfeiern) gerne aufgesucht wird. Die Errichtung der Göri-Hauskapelle erfolgte bereits um 1780, die Glockenweihe war 1922. Die heutigen Besitzer haben auch am örtlichen Vereinsgeschehen regen Anteil. So war Hans Wagner 15 Jahre Stabsführer der Marktmusikkapelle Stainz und Brigitte Wagner wirkt in der Pfarre Stainz sowie in der bäuerlichen Ständevertretung aktiv mit.



Brigitte und Hans Wagner lesen gerne, was uns die Vergangenheit erzählt.

Foto: Waniek

So **FLEISSIG**
wie der **OSTERHASE!**

Seit 1991 begeistern wir unsere Kunden in der Region mit Top-Qualität.

Unsere Mitarbeiter bedienen mit fachlichem **Know-how** und Leidenschaft Maschinen und Geräte, um Drucksorten glänzen zu lassen. Wir produzieren im Jahr mit ca. **140 Tonnen Papier** mehr als **1.000 Druckerzeugnisse**. Über **52 Millionen Rollenetiketten** verlassen unser Haus. Darüber hinaus engagieren wir uns als **Berater, Gestalter** und **Dienstleister**.

Darauf, und auf mehr, sind wir mächtig stolz – das kann man ruhig einmal mit „Nachdruck“ sagen!

Druckhaus Stainz GmbH

Fabrikstraße 36 | 8510 Stainz | Telefon: 03463/45 80 | office@druckhaus-stainz.at | www.druckhaus-stainz.at





Kann sich auch im Alleingang plagen

Schon seine ersten Schritte als Fußballer des Sportclubs Stainz waren von viel Laufarbeit geprägt. In der

Ein Leben ohne Sport ist für Albert Oswald undenkbar

Es war ein langer Weg vom Fußball über das Laufen bis zu Trekking-Touren am Fuße des Mount Everests

Folge wurde das Laufen zur Leidenschaft: Zunächst bei Volksläufen, in der Folge bei Marathons und Bergläufen lotete das Mitglied der Greisdorfer Wurzelhupfer die Grenzen seines Körpers aus. „Ausdauer-sportarten haben es mir angetan“, verscrieb er sich, um an Triathlon-Veranstaltungen teilnehmen zu können, auch dem Laufen und dem Radfahren. Im Winter fand er mit

dem Langlauf eine passende Ergänzung.

„Heutzutage gehe ich das Ganze lockerer an“, gesteht der nunmehrige Betreiber einer eigenen Edelstahl-schlosserei, früher intensiv trainiert zu haben. Die Vorbereitung auf einen Event folgte weniger der Sportmedizin, sondern dem eigenen Empfinden, was der Körper hergibt. Viele Triathlons und Marathons hat

er auf diese Weise erfolgreich absolviert.

Das jüngste Hobby? Berg gehen. Auch hier kein gemütliches Wandern, sondern Trekking-Touren in beachtliche Höhen. Am Fuße des Mount Everests war der Ehemann von Frau Irmgard und Vater der Kinder Nicole und Albert bereits, als nächstes kommt der indonesische Vulkan Rinjani an die Reihe.

Josef Gratt macht keinen Bogen um die Trainingsarbeit

Durch Leidenschaft zum Erfolg

Es ist eine Vielzahl an Vorbereitungs-schritten notwendig, um – wie Josef Gratt aus Stallhof – im Bogensport erfolgreich zu sein. Akribisch notiert der gelernte Landmaschinenmeister jede Einstellung am Bogen, vergleicht sie mit der Schussleistung, um beim nächsten Training mit einer anderen Position noch exakter zu werden.

Der Lohn der Besessenheit? Steirischer Meistertitel und Staatsmeistertitel 2015 sowie zahlreiche Topplatzierungen. Dabei gelangte der 66-Jährige erst 2011 zum Bogenschießen. Sein erstes Sportgerät war ein normaler Bogen, bevor er auf einen leistungsstärkeren Compound-Bogen umstieg. Seine Leidenschaft lebt er als Mitglied des Schützenvereins



Text und Fotos (2): Langmann

Stainz aus. Für das Training hat er sich eine Anlage hinter seinem Wohnhaus hergerichtet. Gut eineinhalb Stunden täglich wendet er für das Üben auf, im Winter weicht er zwei bis drei Mal in die Halle Stallhof aus. Haupttrainingsdomizil ist aber das Schützenhaus mit seiner 70-m-Anlage.

Das Ziel für heuer? Die Verteidigung der beiden Titel. Die eigens angeschaffte Spectension Release-Einrichtung zum unbewussten Loslassen des Karbonpfeils soll das möglich machen.

Gut auf 70, 60, 50 und 30 Meter Distanz

Von einer Altersmüdigkeit ist bei den Mettersdorfer Stockschiützen nichts zu merken. Unbeirrt trainieren die Teams auf der vereinseigenen Asphaltanlage, im Winter mieteten sie sich zusätzlich auf der Eisanlage in St. Martin ein. „Erfolg verlangt ein intensives Training“, merkt Obmann Wolfgang Hermann an, dass der Stocksport schon lange zur Ganzjahressportart mutierte. Über mangelnden Erfolg brauchten sich die Athleten nicht zu beklagen. Beim Mixed-Bewerb holten sie in Liebenau Gold, die Union-Meisterschaft brachte mit Platz 2 den Aufstieg in die Landesliga, bei der Gebietsmeisterschaft führen sie Rang 1 ein und von der Bezirksmeisterschaft in St. Martin kamen sie mit dem Meistertitel nachhause. Auch die Senioren

ESV Mettersdorf zum 35-Jahres-Jubiläum im sportlichen Hoch

Geplant: Die Anlage zu vergrößern

steuerten ihr Scherflein bei: Sie schafften den Sprung in die Kreisklasse.

» ... Erfolg verlangt ein intensives Training ... «

Die Basis für den Höhenflug? Die kameradschaftlich-familiäre Stimmung im fünfzig Mitglieder umfassenden Verein. Die sollte auch mithelfen, wenn es jetzt darum geht, die bestehende Anlage um eine weitere Bahn zu vergrößern.



Foto: KK

Auf den Mix kommt es an

Kultur in Stainz

Das Programm für die Monate April bis Juni 2016:

2. April 2016 um 20.00 Uhr im Dachbodentheater Stainz Stefan **Waghubinger** „**Au-Bergewöhnliche Belastungen**“ – ein SatireKabarett

7. April 2016 um 20.00 Uhr im Dachbodentheater Stainz Premiere der **Stainzer Theatertruppe** – „**Tohuwabohu**“ – Regie: Julia Zach

Weitere Vorstellungen am: 9. und 10. 4. sowie am 14. bis 16. 4. 2016

23. April 2016 um 20.00 Uhr im Dachbodentheater – **Phil & The Dirt** – Alternativ Rock

10. Mai 2016 um 20.00 Uhr im Dachbodentheater Stainz, Übernahme einer Produktion der Kulturinitiative KÜRBIS: „**Looking for Brunhild**“ – ein Puppentheater für Erwachsene

3. Juni 2016 um 19.30 Uhr in der Pfarrkirche Stainz



Konzert von Friedrich **Klein-hapl**, Cello & Andreas **Woy-ke**, Klavier mit Werken von Bach, Mendelssohn-Bartholdy und Piazzolla

25. Juni 2016 um 19.30 Uhr im VTZ-HOFER-Mühle Lesung von Robert **Schindel** aus seinem letzten Roman „**Der Kalte**“ – Österreich in den Waldheimjahren und dem Lyrikband „**Scharlachnatter**“. **Musik:** Reinhard **Uhl**



Fotos: www.stainzeit.at

26. Juni 2016 Literaturwanderung ab 11 Uhr mit Mercedes **Echerer** & Konstanze **Breitebner** unter dem Motto: **Kleine Schritte, große Reisen**

Die beiden Künstlerinnen lesen aus eigenen Texten. Wanderung von Bad Sauerbrunn zum Schloss Stainz. Ein Shuttlebus wird am Schlossplatz bereit stehen.

30. Juni 2016 um 20.00 Uhr im Innenhof des „Barbäckhauses“ – Konzert mit **Bartolomey Bittmann** – eine musikalische Reise durch verschiedenste klangliche Umgebungen.

Gleichzeitig wollen wir noch auf weitere kulturelle Ereignisse in Stainz hinweisen:

Jeden ersten Samstag des Monats, also am 2. April, 7. Mai und 4. Juni kann man im **Atelier Grete Faßwald** beim Glasblasen zusehen. Auskünfte unter: 0664/533 9119.

Offenes Singen in der Buschenschank **Jud** jeden ersten Donnerstag in den Monaten April und Mai

22. April 2016 um 20.00 Uhr **Jazz im Wirtschaftshof** Stainztal – „**Max Ganster Bachelorband**“ und die „**Stainztal Combo**“

23. April 2016 um 20.00 Uhr in der Ölmühle Herbersdorf –

Astrid Kohlmeier, Lyrik mit Ton und Bild

13. Mai 2016 um 20.00 Uhr in der Ölmühle Herbersdorf – **R. P. Gruber und die Rougler**

21. Mai 2016 um 20.00 Uhr in der Ölmühle Herbersdorf – Peter **Turrini** und Silke **Hassler**

4. Juni 2016 um 20.00 Uhr in der Ölmühle Herbersdorf – Folke **Tegetthoff**

18./19. Juni 2016 – „**Stainz wächst zam**“ – Kunsthandwerksmarkt in Wald Süd 48; Samstag 13 – 18 Uhr; Sonntag 10 – 17 Uhr mit Künstlern und Handwerkern aus der Umgebung – Verein „**Handwerk trifft Kunst**“.

24./25. Juni 2016 um 20.00 Uhr in der Ölmühle Herbersdorf – Konzert **Lebensfyhl**

Karten für die Veranstaltungen gibt es bei der **Trafik Schauer in Stainz**, 03463/2647, an der **Abendkasse** und unter **office@stainzeit.at**.

Informieren Sie sich auf unserer Homepage **www.stainzeit.at**

Das Team der Kulturinitiative **StainZeit**

Blitzlichter



Die Unterstützung von Kindern und Jugendlichen ist der Stainerin Gabriele Koch ein persönliches Anliegen. Im Vorjahr spendete sie der VS Stainztal 250 Bücher. Diesmal beschenkte sie Kinder der Tagesmutter Sabine Lueger.



▲ Als Service für unsere Wirte, um alle Gäste wirklich bestmöglich informieren zu können, führte der Tourismusverband Schilcherland Stainz-Reinischkogel eine sehr informative Exkursion mit Guide Karl Dudek zum alten und historisch wertvollen Glasofen in Sommereben durch. Mit dabei war u. a. die bekannte Krimi-Autorin Claudia Rossbacher (2.v.r.).



Ein Riesenerfolg war das diesjährige Weihnachtsgewinnspiel der Werbegemeinschaft Stainz, bei dem attraktive Preise verlost wurden.

Auf dem Bild sind die glücklichen Gewinner und die Vertreter der teilnehmenden Betriebe zu sehen.

Änderungen vorbehalten!

16. 03.
Frühlingsmenü mit Weinbegleitung
Buschenschank Ulz
Beginn: 19.00 Uhr
Info: 03463/2216

17. 03.
Bernd Jeschek
„Ciocco Moderato“
Rauchhof, 20.00 Uhr
Info: 03463/2882



18. 03.
Simone Kopmajer & Band
„Swing that music“
Rauchhof, 20.00 Uhr
Info: 03463/2882



18. 03.
Fest der Begegnung
Genussgärtnerei Höller, Stainz
Beginn: 14.00 Uhr, Vortrag: 19.00 Uhr
Info: 03463/60483

18. 03.
ADAM
ein Film von David Lapuch (ab 14 J.)
Dachbodentheater Stainz
Beginn: 20.00 Uhr
Info: 0699/1016347

02. 04.
Offenes Atelier von Grete Faßwald
10.00 – 14.00 Uhr, Lastenstraße 14
Info: 0664/5339119

07., 09., 10., 14. – 16. 04.
TOHUWABOHU
von der Theatertruppe Stainz
Dachbodentheater Stainz
Beginn: 20.00 Uhr
Info: 0699/10416347



10. 04.
Fetzenmarkt
der FF-Rassach
Beginn: 07.00 Uhr

23. 04.
Jahgangspräsentation der steirischen Bio-Winzer
Gasthof Bio-Alm Wassermann
Sommereben 8 am Reinischkogel
Beginn: 18.00 Uhr
Info: 03143/8113

23. 04.
Astrid Kohlmeier liest Lyrik und Theatertexte
„Flüstere mir mein Meer glatt“
in der Ölmühle Herbersdorf
Beginn: 20.00 Uhr
Info: 0664/4108097

30. 04.
Saisoneröffnung Flascherzug
Abfahrt: 15.00 Uhr
Info: 0664/9615205

01. 05.
Weckruf der Markt- und Musikkapelle Stainz
Beginn: 5.00 Uhr
Info: 0660/4001984

10. 05.
Berufsreifeprüfung/Infoabend Business School Benko
Stainz, Technologiepark 2
Beginn: 18.30 Uhr

21. 05.
Peter Turrini und Silke Hassler
Lesung aus: „Spekulanten Komödie“
Ölmühle Herbersdorf
Beginn: 20.00 Uhr
Info: 0664/4108097



04. 06.
Konzert Kleinhapl & Woyke
Pfarrkirche Stainz, Beginn: 20.30 Uhr
Info: 0699/10416347

„Stainz wochst zam“

Eine Plattform für heimische Künstler

Der Verein „**Handwerk-trifft-Kunst**“ veranstaltet unter dem Motto „Stainz wochst zam“ von 18. bis 19. Juni 2016 eine interessante Kunsthandwerksausstellung im Garten der Familie Schattinger-Kohlbacher in Wald-Süd, Stainz.

» ... auf der Homepage www.handwerk-trifft-kunst.webnode.at können Sie einen Eindruck über unsere Veranstaltungen bekommen ...

Wir wollen das Thema der Gemeindegemeinschaft aufgreifen und somit eine Plattform für **ansässige KünstlerInnen und HandwerkerInnen** bieten. Unsere Ausstellungen werden auch immer

musikalisch umrahmt, deshalb freuen wir uns auch über **Musiker aus unserer Gegend**, die daran interessiert sind, an unseren Ausstellungen künstlerisch mitwirken zu können.

Einen Eindruck über unsere bereits veranstalteten Ausstellungen können Sie auf unserer Homepage www.handwerk-trifft-kunst.webnode.at bekommen.

Wenn Sie sich angesprochen fühlen und Sie schon immer einmal Ihre künstlerisch wertvollen Werke oder Ihr musikalisches Talent präsentieren wollten, dann schicken Sie bitte einige aussagekräftige Fotos Ihrer Werkstücke per Mail an:

handwerk-trifft-kunst@gmx.at
Einsendeschluss: 30. Mai 2016



Ihr Partner für:

- Stahl- u. Hallenbau
- Blechbearbeitung
- Geländer
- Carports

8510 Stainz, Ettendorf 17
Tel. + Fax: 0 34 63 / 36 51
Mobil: 0664 / 73 71 19 94
office@metalltechnik-reinbacher.at
www.metalltechnik-reinbacher.at

Schicken Sie Ihre **Veranstaltungstermine 2016** auch an office@druckhaus-stainz.at

Wir nehmen ab sofort einen

LEHRLING

in unserem Team auf.

Lehrlingsentschädigung 1. Lehrjahr: € 568,52 (brutto) monatlich.
Lehrzeit: 4 1/2 Jahre. Lehrberuf: **Elektrotechniker/in**

Elektro Gaich KG

8510 Stainz, Bahnhofstraße 3, Tel: 03463/2387, Fax: DW 21
E-Mail: elektro.gaich@aon.at

Wir suchen ab sofort:

Lehrling Bürokaufmann/frau

Lehrlingsentschädigung 1. Lehrjahr: € 526,00 (brutto) monatlich.

Nähere Informationen:

HUBMANN
...das Kaufhaus!

8510 Stainz, Grazer Straße 1, Tel: 0 34 63 / 21 06-0

Wir suchen ab sofort:

Lehrling Lebensmittel-Einzelhandelskaufmann/frau

Lehrlingsentschädigung 1. Lehrjahr: € 526,00 (brutto) monatlich.

Nähere Informationen:

HUBMANN
...das Kaufhaus!

8510 Stainz, Grazer Straße 1, Tel: 0 34 63 / 21 06-0

Was ist los in der Großgemeinde Stainz?

Ärztenotdienst 04/2016 bis 06/2016

mit **VORBEHALT!**

März:

19./20.	Dr. Peter Höll	Stainz	Tel. 33 77	DA	Anm. 9 – 11 Uhr
26./27.	Dr. Johann Deutschmann	St. Stefan	Tel. 81 4 55		Anm. 9 – 11 Uhr
28.	Dr. Kurt Leinich	Stainz	Tel. 38 80		Anm. 9 – 11 Uhr

April:

02./03.	Dr. Camilla Friedrich	St. Stefan	Tel. 80 2 20	GA	Anm. 9 – 11 Uhr
09./10.	Dr. Peter Höll	Stainz	Tel. 33 77	DA	Anm. 9 – 11 Uhr
16./17.	Dr. Georg Gamillscheg	Stainz	Tel. 33 11	DA	Anm. 9 – 11 Uhr
23./24.	Dr. Johann Deutschmann	St. Stefan	Tel. 81 4 55		Anm. 9 – 11 Uhr
30.	Dr. Peter Höll	Stainz	Tel. 33 77	DA	Anm. 9 – 11 Uhr

Mai:

01.	Dr. Peter Höll	Stainz	Tel. 33 77	DA	Anm. 9 – 11 Uhr
05.	Dr. Camilla Friedrich	St. Stefan	Tel. 80 2 20	GA	Anm. 9 – 11 Uhr
07./08.	Dr. Camilla Friedrich	St. Stefan	Tel. 80 2 20	GA	Anm. 9 – 11 Uhr
14./15./16.	Dr. Werner E. Salmhofer	Bad Gams	Tel. 38 00	DA	Anm. 8 – 10 Uhr
21./22.	Dr. Camilla Friedrich	St. Stefan	Tel. 80 2 20	GA	Anm. 9 – 11 Uhr
26.	Dr. Johann Deutschmann	St. Stefan	Tel. 81 4 55		Anm. 9 – 11 Uhr
28./29.	Dr. Kurt Leinich	Stainz	Tel. 38 80		Anm. 9 – 11 Uhr

Juni:

04.	Dr. Kurt Leinich	Stainz	Tel. 38 80		Anm. 9 – 11 Uhr
05.	Dr. Camilla Friedrich	St. Stefan	Tel. 80 2 20	GA	Anm. 9 – 11 Uhr
11./12.	Dr. Georg Gamillscheg	Stainz	Tel. 33 11	DA	Anm. 9 – 11 Uhr
18./19.	Dr. Georg Gamillscheg	Stainz	Tel. 33 11	DA	Anm. 9 – 11 Uhr
25./26.	Dr. Peter Höll	Stainz	Tel. 33 77	DA	Anm. 9 – 11 Uhr

Der Wochenenddienst bedeutet nur telefonische Rufbereitschaft. Bitte beanspruchen Sie die Notdienste nur in wirklich dringenden Fällen. Der Dienst habende Arzt ist unter der jeweiligen Telefonnummer zu erreichen.

mit **VORBEHALT:**

URLAUB & FORTBILDUNG

Dr. Deutschmann:

30. 05. – 05. 06. 2016

Dr. Gamillscheg:

27. 05. 2016

25. 06. – 30. 06. 2016

Dr. Höll:

24. 03. – 28. 03. 2016

05. 05. – 08. 05. 2016

Dr. Leinich:

01. 04. – 03. 04. 2016

09. 05. – 16. 05. 2016

Dr. Salmhofer:

06. 06. – 12. 06. 2016

Dr. Friedrich:

21. 03. – 28. 03. 2016

23. 05. – 29. 05. 2016

Ä N D E R U N G E N V O R B E H A L T E N !

Allgemeinmediziner Ordinationszeiten

Dr. Deutschmann	Mo, Di, Mi, Fr 8 – 12 Uhr, Di 17 – 19 Uhr; Telefon 81 4 55 Do 14.30 – 18 Uhr
Dr. Friedrich	Mo 8 – 11.30 Uhr; Di 8.20 – 13.00 u. 17.00 – 19 Uhr; Telefon 80 2 20 Mi 17.30 – 20 Uhr; Do u. Fr. 8.20 – 12.10 Uhr
Dr. Gamillscheg	Mo, Di, Do, Fr 7.30 – 12 Uhr; Telefon 33 11 Mi 15 – 18 Uhr
Dr. Höll	Mo, Di, Mi, Fr 8 – 12 Uhr; Telefon 33 77 Di und Do 16 – 18 Uhr
Dr. Leinich	Mo 16 – 19 Uhr; Di 7.30 – 12 u. 18 – 19 Uhr; Telefon 38 80 Mi 7.30 – 12 Uhr; Do keine Ordination; Fr 7.30 – 12 Uhr; Sa 7.30 – 10 Uhr
Dr. Salmhofer	Di – Fr 7.30 – 11 Uhr; Telefon 38 00 Mo und Do 16 – 19 Uhr

Fachärzte Ordinationszeiten

Dr. Millauer Internist Tel. 5060-0 Fax 5060-20	Mo, Mi, Do, Fr 8.30 – 12.30 Uhr; Mo, Mi 14.30 – 18.00 Uhr und nach Vereinbarung. Kassen: BVA, KFA, SVA, SVB, VA Wahlarzt für GKK; VU für alle Kassen
Dr. Schoklitsch Zahnärztin, Tel. 22 62	Mo – Fr 8.00 – 12.00 Uhr Mo, Mi 14 – 18 Uhr
Univ. Doz. Dr. Wimmer Zahnarzt, Tel. 23 65	Mo, Di, Mi, Do, Fr 8 – 12 Uhr; Di 13 – 18 Uhr und Do 13 – 17 Uhr und nach Vereinbarung
Dr. Zach Zahnarzt, Tel. 31 69	Mo 8 – 18 Uhr; Di und Do 8 – 14 Uhr; Mi 12 – 19 Uhr; Fr 8 – 12 Uhr
Univ. Prof. Dr. Bartl Augenarzt, Tel. 52 59	nach Vereinbarung Hauptplatz 16
Dr. Scheer Psychologin, Tel. 57 87	nach Vereinbarung Am Viehmarkt 4

Fachärzte im Ärztehaus Stainz

Dr. Gollmann, HNO, Tel. 29 37, Mi von 16 – 19 Uhr

Dr. Griesbeck, Allgemeinmedizin, Homöopathie und Akupunktur, Telefon 0676/353 76 43
Di und Do von 9 – 12 Uhr und 16 – 18 Uhr und nach telefonischer Vereinbarung

Dr. Rüttenauer, Interne Medizin, Telefon 29 37, Di und Mi von 8 – 12 Uhr



ÄRZTEHAUS
03463/2937



Nachdienstenteilung der Apotheken

März 2016	April 2016	Mai 2016	Juni 2016
11 12 13	14 15 16 17	18 19 20 21 22	23 24 25 26

KW

Laut Verordnung der BH Deutschlandsberg wochenweiser Wechsel, jeweils montags 8.00 Uhr

- Stainz, 03463/21 56
 - Lannach, 03136/80 980
 - St. Stefan, 03463/80 2 65
- KW: Kalenderwoche



Grünes Kreuz Steiermark: 148 46
Rettungsdienst u. Krankentransport: 24-Stunden-Erreichbarkeit



05 0144-512000
www.st.oteskruz.at

Farmer-Rabensteiner vlg. Graf Ölkaiser 2016

Wir dürfen uns über den Ölkaiser 2016, 1 Goldene Birne 2016, 18 x Gold, 22 x Silber und 10 x Bronze freuen.

Unsere prämierten Köstlichkeiten:

Goldene Birne 2016	Walnussessig
Ölkaiser 2016	Walnussöl
Gold	Apfel-Balsamessig
Gold	Dirndlessig
Gold	Dirndl-Balsamessig
Gold	Apfelessig
Gold	Feigenessig
Gold	Himbeeressig
Gold	Holunderessig
Gold	Johannisbeer-Balsamessig
Gold	Rotwein-Walnuss-Balsamessig
Gold	Nussiger Kürbiscremelikör
Gold	Schoko Kürbiscremelikör
Gold	Weichsellikör
Gold	Kürbis-Orange-Marmelade
Gold	Kürbis-Traube-Nuss-Marmelade
Gold	Kürbis-Weichsel-Marmelade
Gold	Kürbis-Jostabeere-Marmelade
Gold	Kürbis-Johannisbeer-Marmelade
Gold	Käferbohnen-Marmelade
Silber	Steirisches Kürbiskernöl
Silber	Omega 3-6-9-Öl
Silber	Brombeeressig
Silber	Ingweressig
Silber	Granatapfelessig
Silber	Zirben-Balsamessig
Silber	Zwetschkenessig
Silber	Walnuss-Balsamessig
Silber	Holunderblütenessig
Silber	Marillenessig
Silber	Preiselbeeressig
Silber	Bärlauchessig
Silber	Preiselbeerlikör
Silber	Zitronenmelissenlikör
Silber	Orangenlikör
Silber	Holunderlikör
Silber	Kürbiscremelikör
Silber	Kürbis-Pfirsich-Marmelade
Silber	Kürbis-Apfel-Marmelade
Silber	Kürbis-Preiselbeer-Marmelade
Silber	Kürbis-Marillen-Marmelade
Silber	Kürbis-Waldheidelbeer-Marmelade
Bronze	Kürbiskernöl
Bronze	Kürbiskern-Walnussöl
Bronze	Apfel-Kräuter-Likör
Bronze	Heidelbeerlikör
Bronze	Schilcherlikör
Bronze	Waldhimbeeressig
Bronze	Zwetschken-Balsamessig
Bronze	Kürbis-Brombeer-Marmelade
Bronze	Kürbis-Birne-Marmelade
Bronze	Kürbis-Zwetschken-Marmelade



Im heurigen Jahr wurden der Familie Farmer-Rabensteiner unzählige Auszeichnungen für ihre herausragende Produktqualität verliehen.



Die prämierten Produkte können täglich von 8 bis 18 Uhr am Hof der Familie Farmer-Rabensteiner vlg. Graf in Bad Gams – Furth 8 – verkostet werden.



**Farmer-Rabensteiner
vlg. Graf**

Furth 8, 8524 Bad Gams
Telefon und Fax:
03463/3107
Mobil: 0676/4124698
farmer-rabensteiner@
kuerbiskernoel.at
www.kuerbiskernoel.at