

heidenreichstein

LIEBENSWERT & LEBENSWERT

DEZEMBER 2021 | JÄNNER | FEBRUAR 2022 MAGAZIN FÜR HEIDENREICHSTEIN & UMGEBUNG

NACHHALTIG WIRTSCHAFTEN



hei
NATUR

Naturpark des Jahres
Seite 13

hei
LEBEN

Nachhaltig leben und wirtschaften
Seiten 2 bis 12

hei
BILDUNG

Aus unseren Schulen
Seiten 18 und 19

hei
LEBEN

VHS Programm
Seiten 20 und 23

SEHR GEEHRTE BÜRGERINNEN UND BÜRGER!



Was versteht man unter Nachhaltigkeit - einfach erklärt.

Nachhaltig handeln heißt: Beim Verbrauch von Rohstoffen und anderen Schätzen der Erde nimmt man Rücksicht auf die nachfolgenden Generationen. Man wird dann nicht mehr verbrauchen, als auch nachwachsen kann. Beim Naturschutz und in der Umweltpolitik spricht man oft von Nachhaltigkeit. (Wikipedia)

Wir handeln meistens nicht sehr nachhaltig, wage ich jetzt zu behaupten. Generationen vor uns mussten aus der Not heraus nachhaltig handeln. Ich denke da beispielgebend an die Kindheit, wo die Jüngeren von den Älteren die gebrauchte Bekleidung tragen mussten. Heute gibt es unter anderem eigene Geschäfte mit gebrauchter Bekleidung, die ebenfalls unter den Begriff "Nachhaltigkeit" fallen.

Auf Gemeindeebene bemühen wir uns, im Bereich des Energieverbrauchs nachhaltig zu wirken. Wir installierten eine energiesparende Straßen- und Gebäudebeleuchtung, sowie Photovoltaikanlagen auf dem

Dach des Bauhofes und bei der Mittelschule und setzen Elektroautos am Bauhof und für Essen auf Räder ein. Auch der Verein „Solartaxi“ ist beispielgebend.

Ebenso werden die Mittelschule und der Kindergarten durch eine Hack-schnitzelheizung versorgt. Eine Pelletsheizung wurde in der Volksschule eingebaut.

Eine gesunde Mischung von Energieformen wird auch in Zukunft entscheidend für eine optimale Versorgung sein. Sonne, Wind und Wasser stehen nur zu bestimmten Zeitabschnitten in optimaler Menge zur Verfügung. Ein Zuwenig oder ein Zuviel kann zum Energiekollaps führen und einen Blackout verursachen. Ein Umdenken in vielen Bereichen kann einen Beitrag für die Erhaltung der Natur, die uns die Lebensmittel schenkt, bedeuten.

Wenn die Rohstoffe knapp werden, weil weniger Grundmaterial abgebaut wird oder die Lager zwar voll sind, aber kein Weitertransport erfolgt, wird die Wirtschaft in die Knie gezwungen, der Konsument wird das letztendlich alles bezahlen müssen. Wenn die Regenwälder ohne Bedenken abgeholzt werden und die Umwelt durch grob fahrlässiges Handeln bewusst geschädigt wird, so dürfen wir mitansehen, dass es immer mehr Naturkatastrophen gibt.

Atomstrom ist eine Energieform, die immer zur Verfügung steht, wir darf-

ten aber die Gefährlichkeit bei Kraftwerksunglücken erleben und die ungeklärte Lagerung von Brennstäben konnte bisher nicht bewältigt werden und wird auch danach ein Gefahrenpotenzial darstellen.

Ohne Strom wird nur der mit Holz betriebene Küchenofen funktionieren. Kerzen und Petroleumlampen, solange wir Petroleum haben. Wasserleitung und Kanäle würden in absehbarer Zeit ihre Funktion aufgeben, ebenso Akkus und Sendemasten. Supermärkte ohne Strom, Bankomaten, elektrische Türöffner und Kontrolleinrichtungen verlieren ihre Funktionen. Das Wichtigste: Wir dürfen nicht in Panik verfallen! Ruhe bewahren!

Zurück in die Gegenwart: Schätzen wir das breitgefächerte Angebot, versuchen wir nachhaltiger zu leben, es wird schwierig genug, die Nachhaltigkeit bei einem Überangebot an Waren und Dienstleistungen nicht aus den Augen zu verlieren.

Achten wir auf uns und unsere Mitmenschen.

Ein friedliches, nachhaltiges Weihnachtsfest, Gesundheit, Glück und Zuversicht für das kommende Jahr 2022 wünscht

Ihr/dein Bürgermeister
Gerhard Kirchmaier

Impressum: Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: Stadtgemeinde Heidenreichstein; Redaktion und Anzeigenannahme: Romana Kranner, Tel. 02862 52336-231, info@heidenreichstein.gv.at; Für den Inhalt verantwortlich (ausgenommen unterfertigte Artikel): Bgm. Gerhard Kirchmaier. Die Redaktion behält sich vor, zugesandte Beiträge zu kürzen, zu ändern oder nicht zu veröffentlichen. Auflage 7.600 Stück.

Redaktions- und Anzeigenschluss für die Ausgabe März/Apri/Mai 2022: Freitag, 21. Jänner 2022.

Da in der deutschen Sprache durch das generische Maskulin alle Geschlechter gleichermaßen miteinbezogen werden, wird aus Gründen der einfacheren Lesbarkeit auf die geschlechtsspezifische Differenzierung, z. B. TeilnehmerInnen, verzichtet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für alle Geschlechter.

Gedruckt nach der Richtlinie des Österreichischen Umweltzeichens auf 100% Recyclingpapier von der Druckerei Janetschek GmbH, UW-Nr. 637



AUSGABE DER GELBEN SÄCKE IM BÜRGERSERVICE

Alle Liegenschaftseigentümer werden wieder ersucht, die gelben Säcke für das Jahr 2022 im Bürgerservice der Stadtgemeinde, Stadtplatz 1, zu folgenden Zeiten abzuholen:

Montag, 6.12.	8.00-11.30 und 13.00-18.00 Uhr
Dienstag, 7.12.	8.00-11.30 Uhr
Donnerstag, 9.12.	8.00-11.30 Uhr
Freitag, 10.12.	8.00-11.30 Uhr
Montag, 13.12.	8.00-11.30 und 13.00-18.00 Uhr
Dienstag, 14.12.	8.00-11.30 Uhr
Mittwoch, 15.12.	8.00-15.30 Uhr
Donnerstag, 16.12.	8.00-11.30 Uhr
Freitag, 17.12.	8.00-11.30 Uhr



ALLGEMEINE INFORMATION ZUM GELBEN SACK:

Was gehört in den gelben Sack:

Saubere und restentleerte Plastikflaschen für Getränke, Körperpflege, Wasch- und Reinigungsmittel sowie Tetrapackungen.

Die gelben Säcke jeweils erst nach vollständiger Befüllung zur Abfuhr bereitstellen.

Eine Abgabe am Altstoffsammelzentrum ist auch möglich.

Wichtig:

Flaschen flachdrücken und Boden umknicken! Tetrapacks flach drücken!

Es werden zusätzliche andere durchsichtige Säcke, die mit PE/PET-Flaschen und Tetrapacks gefüllt sind, bei der „Gelben Sack“-Abholung kostenlos mitgenommen.

Informationen rund um das Thema „Abfall“ finden Sie unter <http://gmuend.umweltverbaende.at>

WANDKALENDER 2022

Der Heidenreichsteiner Wandkalender wird wieder mit den gelben Säcken im Bürgerservice der Stadtgemeinde ausgegeben.

NÖ HEIZKOSTENZUSCHUSS 2021/2022

Die NÖ Landesregierung hat beschlossen, sozial bedürftigen Niederösterreicherinnen und Niederösterreichern einen einmaligen Heizkostenzuschuss für die Heizperiode 2021/2022 in Höhe von 150,00 Euro zu gewähren.

Einkommensrichtsätze – brutto:

- Alleinstehende 1.000,48 EUR
- Ehepaare/Lebensgemeinschaften 1.578,36 EUR
- zuzüglich für jedes Kind 154,37 EUR
- zuzüglich für jeden Erwachsenen 577,88 EUR

Bei der Beantragung ist ein Einkommensnachweis aller im Haushalt lebenden Personen sowie die Sozialversicherungskarte mitzubringen.

Sollten Sie Bezieher der bedarfsorientierten Mindestsicherung sein, so sind Sie von der Förderung ausgenommen!

Eine Beantragung ist bis spätestens 30. März 2022 im Bürgerservice der Stadtgemeinde Heidenreichstein, Stadtplatz 1, bei Herrn Alfred Haufer, möglich.

Tel. 02862 52336-213.

AUSZAHLUNG DER JAGDPACHT

Die **Jagdpatch 2022** für Heidenreichstein und deren Katastralgemeinden kann in der Zeit von **24. Jänner bis 25. Juli 2022** während der Parteienverkehrszeiten im Rathaus, Kirchenplatz 1, Zimmer 1, bei Kathrin Redl, behoben werden.

Auch 2022 besteht die Möglichkeit der Überweisung auf Ihr Konto. Bitte geben Sie dazu Ihre Kontodaten schriftlich bekannt. E-Mail: kathrin.redl@heidenreichstein.gv.at

WINDELRUCKSACK DER STADTGEMEINDE



© Eveline Eigenschink

Zur Geburt Ihres Babys gratuliert die Stadtgemeinde Heidenreichstein mit einem Wickelrucksack, gefüllt mit Babysachen und Gutscheinen der Gewerbebetriebe, fünf Müllsäcke und ein Kinderbuch der Stadtbibliothek.

Aus Datenschutzgründen werden die Eltern ersucht, eine Geburt bei der Stadtgemeinde Heidenreichstein, Hr. Haufek, Tel. 02862 52336-213 zu melden, damit wir Ihnen den Rucksack mit den Glückwünschen überbringen können.

EHRENPRÄSIDENT DES AMATEURFUNKCLUBS

Bei der letzten Generalversammlung des Amateurfunkclubs Heidenreichstein (AFCH) wurde der nicht mehr zur Wiederwahl antretende Vorsitzende Rainer Gangl, OE3RGB, einstimmig zum Ehrenpräsidenten, in Anerkennung hervorragender Verdienste und Würdigung seiner außerordentlichen Leistungen in der 15-jährigen ehrenamtlichen Tätigkeit zum Wohle des Amateurfunks im AFCH als Vorsitzender und Gründungsmitglied ernannt.

Am 1. April 1970 legte Rainer Gangl

vor der Fernmeldebehörde Wien die Amateurfunkprüfung mit Morsen erfolgreich ab, infolge dessen bekam er das Rufzeichen OE3RGB zugewiesen.

Seit der Gründung vom Amateurfunkclub Heidenreichstein (AFCH) im Dezember 2005 übte er den Vorsitz aus.

Die gewonnene Freizeit wird nun vermehrt für Aktivitäten für WWFF (World Wide Flora Fauna) und „WCA“ (World Castle on the Air) via Amateurfunk genützt.



© Maria Gangl



© Kleinregion Waldviertel Nord

DIE KLEINREGION ALS KLAR!-REGION

Im Rahmen der Klar!-Region werden in allen Gemeinden der Kleinregion Waldviertel Nord Vortragsreihen durchgeführt.

Den Auftakt bildete eine Wanderung entlang des Reißbachs von Gopprechts nach Litschau. Die Vorträge befassen sich mit Klima- und Umweltthemen der Agenda 2030 für nach-

haltige Entwicklung.

Der UN-Aktionsplan setzt sich für die Menschen, den Planeten und den Wohlstand mit 17 Zielvorgaben ein.

Der „Natur im Garten“-Vortrag zum Thema „Herbstarbeiten im Naturgarten“ fand am 29. Oktober 2021 im Eventkeller des Burgstüberls in Heidenreichstein statt.

EHRUNG DER BESTEN FREIWILLIGEN

Bei der Ehrung der besten Freiwilligen des Bezirkes Gmünd in Heinrichs bei Weitra, wurde aus der Stadtgemeinde Heidenreichstein die langjährige Stadträtin Elisabeth Jank für ihre Freiwilligentätigkeiten geehrt.

Elisabeth Jank war Volksschuloberlehrerin und Stadträtin für Soziales und Gesundheit. Sie ist bis heute Obfrau der Volkshilfe und Mitglied des Arbeitskreises Gesundheit.

In ihre Ära fallen die Eröffnung der Kurzzeitpflege bis zur Übernahme durch Heime, die Einführung eines Kinderhauses bis zur Betreuung der zweieinhalbjährigen durch den Kindergarten, der Ausbau von „Essen auf Rädern“, die Organisation von Gesundheitsvorträgen, die Entwicklung des Arbeitskreises „Gesundheit“ mit dem Gesundheitstag, die Organisation der jährlichen Seniorenausflüge der Gemeinde, die Vergabe der Sozialwohnungen im Patriazentrum, die Einführung der Wickelrucksäcke für Neugeborene, die Organisation der Kinderausflüge und des Kindersommers „Fun &



Foto: TDW Großschönau

Action“, die Organisation der jährlichen Feier der 70-jährigen der Gemeinde, sowie ihre Mitgliedschaft in vielen Vereinen und im Vorstand des Naturparks und die vieljährige Lesepatenschaft in der Volksschule.

Wir bedanken uns bei Elisabeth Jank für ihre vielfältigen, freiwilligen Leistungen ganz herzlich, wünschen ihr Gesundheit, viel Zeit und schöne Erlebnisse mit ihren Enkelkindern und ihrem Lebenspartner.

40 JAHRE VOLKSHILFE IM DIENSTE DER MITMENSCHEN

Feierlich beging die Volkshilfe Heidenreichstein ihr 40-jähriges Bestehen.



© Franz Dangl

Neben dem Team des Sozialen Dienstes unter der Leitung von DGKS Gabriele Perathoner, Mitgliedern und

Kunden der Volkshilfe konnte Ortsgruppenvorsitzende Elisabeth Jank als Ehrengäste Herrn Mag. Hadmar

Senk als Vertreter der Bezirkshauptmannschaft, den Präsidenten der NÖ-Volkshilfe Prof. Ewald Sacher, Bezirksvorsitzenden NR a.D. Rudolf Parnigoni, Regionalleiterin f. d. Waldviertel Roswitha Neuwirth, Kammerrätin Andrea Mezera, Bürgermeister Gerhard Kirchmaier, Vizebürgermeisterin Margit Weikartschläger sowie Stadt- und Gemeinderäte begrüßen.

Die Redner hoben in ihren Ansprachen die Wichtigkeit im Pflege- und Betreuungsbereich, sowie die finanziellen Unterstützungsmöglichkeiten (z.B. „Abschaffung der Kinderarmut“) durch die Volkshilfe hervor und würdigten die hervorragende Arbeit des Sozialen Dienstes der Volkshilfe.

DRUCKEREI JANETSCHEK: ENGAGEMENT FÜR MENSCHEN UND KLIMA

Die Druckerei Janetschek hat sich als Vorzeigebetrieb für umweltfreundliche Druckproduktionen klar positioniert. Drei aktuelle Beispiele belegen: Im Mittelpunkt der erfolgreichen Nachhaltigkeitsstrategie stehen Umwelt, Wirtschaft und Soziales.



Das Öko-Kompetenz-Team bei Janetschek ist ein wichtiger Motor für das umfangreiche Engagement im Nachhaltigkeitsbereich; © Janetschek

Die nachhaltige Medienproduktion zeigt sich bei der Druckerei Janetschek durch eine Reihe von Maßnahmen wie etwa den Einsatz von Recyclingpapieren oder Strom aus erneuerbaren Quellen. „Bereits vor 20 Jahren wurde damit begonnen, den Betrieb umweltfreundlich auszurichten. Der Erfolg gibt uns dabei Recht und ich bin glücklich, dass das Thema Nachhaltigkeit mittlerweile in den Köpfen und in den Herzen der Menschen einen festen Platz hat,“ zeigt sich Geschäftsführer Erich Steindl erfreut.

Die Kernkompetenz des Unternehmens liegt in der Herstellung hochwertiger Druckprodukte nach strengsten Umweltstandards und selbst gesetzten Leitlinien. Die Druckerei Janetschek bekennt sich zudem klar zu den Zielen für nachhaltige Entwicklung (17 SDGs), auf die

sich alle 193 Mitgliedsstaaten der Vereinten Nationen geeinigt haben und beeindruckt besonders durch regionalen, ökologischen Einkauf und die stete Reduktion von Umweltauswirkungen.

Dieses Engagement brachte der Druckerei auch internationale Anerkennung und die Aufnahme in den sogenannten „UmDEX“, den Umwelt-Index für Druckereien im deutschsprachigen Raum, der nur Betriebe mit nachweisbarem Umweltengagement nominiert. Janetschek erfüllt als einzige Druckerei Österreichs die dafür notwendigen Top-Kriterien.

MITARBEITERKORB – GESUND UND KLIMAFREUNDLICH

Neben dem ökologischen Engagement wird bei Janetschek vor allem die Verantwortung gegenüber den

Menschen sehr hoch bewertet. Um darauf hinzuweisen, wie jede und jeder Einzelne zum Klima- und Umweltschutz beitragen kann, hat sich Janetschek dafür entschieden, den Mitarbeitenden einen Geschenkekorb mit regionalen und nachhaltigen Produkten zu überreichen. Die Verwendung regionaler Produkte bedeutet kürzere Transportwege und somit weniger CO₂-Ausstoß. Durch umweltfreundliche Herstellung kann sichergestellt werden, dass bei der Erzeugung weder Mikroplastik noch Pestizide zum Einsatz kommen.

Umweltmanagerin Ing. Angelika Moser dazu: „Ökologischer und regionaler Einkauf ist uns bereits seit Jahren ein Herzensanliegen und auch fix im Unternehmensleitbild verankert.“ Das Projekt des Produktkorbes zielt genau auf dieses Anliegen ab, soll die Mitarbeiter für das Thema sensibilisieren und auf Produkte aufmerksam machen, die es in der Region gibt. Das unterstützt nicht nur den Umweltschutz, sondern trägt durch Bioqualität auch zur Gesundheitsförderung bei. Im Korb enthalten sind Produkte des täglichen Bedarfs, wie zum Beispiel Emmerreis, Komposttee oder handgemachte Seifen aus der Region.

KLIMANEUTRAL DURCH HUMUSAUFBAU

Überhaupt ist den Verantwortlichen das „miteinander Gutes tun“, der Schulterschluss zwischen Landwirtschaft und Wirtschaft ein großes Anliegen. So auch beim Humusaufbauprojekt, das den Auftraggebenden die Möglichkeit einer weltweit ein-



Ein Teil des Janetschek-Teams beim Waldsetzen-Aktionstag; © Janetschek

zigartigen Form von klimaneutralen Drucksorten bietet. Durch das Projekt wird der Humusaufbau bei Landwirten in der Region unterstützt. So können in den Ackerböden wieder große Mengen an Kohlendioxid gespeichert werden. Davon profitieren wir alle, denn auf gesunden Böden können wertvolle Lebensmittel wachsen, es wird mehr Wasser im Boden gespeichert und die Biodiversität kehrt zurück. Auf diesem Weg konnte die Druckerei Janetschek mithilfe umweltbewusster Kunden bereits mehr als 1.600 Tonnen CO₂ ausgleichen.

BÄUME PFLANZEN

Ein weiteres Projekt, das Janetschek unterstützt, ist die Initiative „waldsetzen.jetzt“, bei welcher Unternehmen Arbeitszeit spenden, um Bäume zu pflanzen. Ein gesunder Wald ist in seiner Bedeutung nicht zu unterschätzen. Als Lebensraum zahlreicher Tier- und Pflanzenarten, Wasserspeicher und als natürliche Klimaanlage. Doch auch die heimischen Wälder leiden unter den steigenden Temperaturen, die der Klimawandel mit sich bringt. Dies begünstigt weiter Wald-

brände und den Befall durch Baum-schädlinge. Allein im Waldviertel mussten 12.000 Hektar Wald abgeholzt werden.

Das Projekt unterstützt Waldbesitzende bei der Wiederaufforstung der entstandenen Kahlfelder. Dadurch entstehen Mischwälder, die auch Klimaveränderungen überstehen und noch nachfolgenden Generationen einen gesunden Erholungsraum bieten. „Wir unterstützen dieses Projekt, weil es den teilnehmenden Menschen die Möglichkeit gibt, ohne großen Aufwand einen wertvollen Beitrag für den Klimaschutz zu leisten.“, erzählt Manfred Ergott, Verkaufsleiter und Nachhaltigkeitsbeauftragter des Unternehmens. Im Zuge eines Aktionstages im Frühjahr konnte ein Janetschek-Team mit Unterstützung insgesamt 1.600 Bäume pflanzen. Weitere Aktionstage werden laufend geplant. Waldbesitzende, die Unterstützung bei der klimafitten Wiederaufforstung benötigen, können sich bei viktoria.hutter@waldsetzen.jetzt melden.

All diese Projekte zeigen, wie gut sich Wirtschaft und Ökologie zu einem

notwendigen Ganzen verbinden lassen und auch das Wohlergehen der Menschen fördern. Mit dieser konsequent-ökologischen Ausrichtung und dem Ziel, wirtschaftlich erfolgreich zu sein, übernimmt Janetschek auch weiterhin soziale Verantwortung und arbeitet gemeinsam mit den Anspruchsgruppen an einer lebenswerten Zukunft.



Die Janetschek-Nachhaltigkeitsberichte wurden bereits mehrfach ausgezeichnet; © ASRA

FRAMSOHN FROTTIER: NATUR, DIE BERÜHRT

Vom Faden bis zum fertigen Handtuch - seit über 114 Jahren produziert framsohn frottier natürlich weiche Frottierwaren in Heidenreichstein. Heute führt Philipp Schulner das Unternehmen und legt nach wie vor höchsten Wert auf die Familienerfahrung und nachhaltige Produktion von hochwertigen Frottierwaren.



Mag. (FH) Philipp Schulner, Geschäftsführer; © framsohn frottier

Bereits in vierter Generation führt Philipp Schulner den Familienbetrieb Framsohn Frottier, den viele heute noch unter dem Familiennamen AMSTETTER kennen. „Teil einer so langen Tradition zu sein, mit der ich auch aufgewachsen bin, ist etwas sehr Bereicherndes. Besonders stolz bin ich darauf, dass sich trotz all der Jahre unsere gesamte Produktion immer noch unter einem Dach befindet,“ so Philipp Schulner.

NACHHALTIGE PRODUKTION

Heute ist Nachhaltigkeit in aller Munde. Und das ist gut so - und das gilt auch für Frottierwaren. Mit Weberei, Färberei und Näherei unter einem Dach produziert framsohn nicht nur hochwertige Frottierwaren, sondern vor allem regionale und umweltschonende Produkte.

Das zeigt sich in der gesamten Wertschöpfungskette des Betriebs, be-

gonnen beim Produktionsstandort über die verwendeten Garne bis hin zum nachhaltig schonenden Färbeprozess.

Der respektvolle und umweltbewusste Umgang mit Wasserressourcen ist seit jeher in den Unternehmenswerten von framsohn verankert. Denn Wasser hat für die Herstellung der Handtücher eine ganz besondere Funktion: es macht sie besonders weich und



Garnfärbung; © framsohn frottier

ermöglicht eine schonende Färbung. „Das besonders weiche Wasser aus unserer eigenen Quelle in Heidenreichstein hilft uns beim umwelt- und faserschonenden Färben.“

Die Kunden erleben das am seidenweichen Griff der Handtücher und am angenehm natürlichen Gefühl auf der Haut,“ veranschaulicht Philipp Schulner.

Durch jahrelange Erfahrung und einem klaren Bekenntnis zur Forschung ist es framsohn möglich, das Wasser aus der eigenen Quelle rein mechanisch zu filtern und aufzubereiten. Durch diesen schonenden Prozess bleibt die natürliche Weichheit erhalten und nach der Produktion gibt Framsohn das Wasser in vorbildlich gereinigter Form wieder zurück in den natürlichen Kreislauf.

ÖSTERREICHS AUSZEICHNUNG FÜR WIRTSCHAFTEN MIT VERANTWORTUNG

Der TRIGOS ist Österreichs Auszeichnung für verantwortungsvolles Wirtschaften und wird seit 2004 vergeben. Ausgezeichnet werden Unternehmen, die eine Führungsrolle und besondere Vorbildwirkung für verantwortliches Wirtschaften und Nachhaltigkeit übernehmen und die zur Zukunftsfähigkeit der österreichischen Wirtschaft, Gesellschaft sowie Umwelt beitragen.

2011 wurde framsohn frottier für seine regionale, ökologische und Ressourcen schonende Produktion sowie seine soziale Verantwortung mit dem „TRIGOS“ Österreich in der Kategorie „Markt“ ausgezeichnet.

SO VIEL NACHHALTIGKEIT STECKT IN FROTTIERWAREN VON FRAMSOHN

Als Familienbetrieb legt das Unternehmen großen Wert auf die Verbundenheit mit der Natur und den Menschen. Das nennt man heute Nachhaltigkeit. framsohn frottier nennt es seit jeher Verantwortungsgefühl.



Serie Botanic Deluxe; © framsohn frottier

Für jene, die auf Regionalität, Qualität und Nachhaltigkeit Wert legen, bietet framsohn frottier verschiedene Kollektionen aus hochwertigsten Rohstoffen. framsohn blickt aufgrund seines langjährigen Bestehens auf einen bedeutungsvollen Erfahrungsschatz zurück und schafft dadurch eine optimale Verschmelzung von Innovation und Nachhaltigkeit bei der Herstellung seiner Frottierwaren.

BIO-BAUMWOLLE

Eine Besonderheit stellen die Bio-Baumwolle Serien Organic Nature & OCEAN dar. Das verwendete Baumwollgarn kommt bei diesen Kollektionen vollständig aus kontrolliert biologischem Anbau und überzeugt mit kuschelig weicher Qualität.

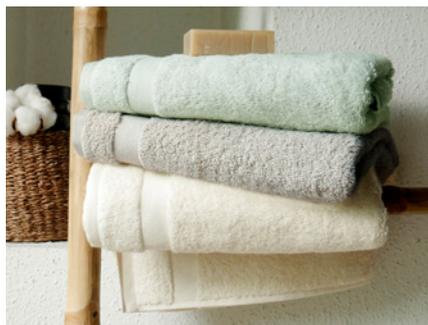
CO2 NEUTRALE BUCHENHOLZFASER

Innovation zeigt sich bei framsohn auch durch den Mix von natürlichen Fasern.

Bei den Quattro und Botanic De-

luxe Serien sind neben Baumwollfasern auch dreißig Prozent der in Österreich hergestellten CO2 neutralen Tencel™ Modal Fasern aus Buchenholz verwoben. Diese einzigartige Kombination sorgt für zusätzliche Weichheit bei gleichzeitig hohem Volumen.

„Obwohl für uns die Nachhaltigkeit des gesamten Produktionsprozesses gelebte Unternehmensphilosophie ist, scheuen wir nicht den Beweis durch diverse Zertifizierungsstellen anzutreten und diesen auch zu bestehen“, so Philipp Schulner.



Serie Organic Nature; © framsohn frottier

ÖKOLOGISCHE UND ETHISCHE VERANTWORTUNG

Mit der Gesamtproduktion am Standort in Heidenreichstein werden die CO2 Emissionen durch kurze Transportwege reduziert, eine durchgängige Qualitätskontrolle vom Faden bis zum Handtuch ist möglich und ökologische Parameter werden positiv beeinflusst und optimiert. Framsohn ist mit dem Global Organic Textile Standard (GOTS), Oeko-tex 100, EU Eco Label zertifiziert und Mitglied der Initiative Waldviertler Handwerk und Manufaktur.

Das breite Angebot von framsohn an nachhaltig hergestellten Frottierwaren kann man direkt im Fabriksverkauf/Outlet auf dem framsohn Firmengelände in Kleinpertholz erleben. Handtücher, Bademäntel, Badeteppiche, Küchentextilien und vieles mehr warten auf Sie.

GUT ZU WISSEN:

Der Name „Framsohn“ leitet sich von **FR**anz **AM**stetter (und **SOHN**) ab, der das Unternehmen 1908 in Seyfrieds gegründet hat.

EIN BESUCH LOHNT SICH!

OUTLET / Fabriksverkauf:
Kleinpertholz 65 (am Framsohn Firmengelände)

Öffnungszeiten:

MO, DI, MI, DO und SA: 9.00 – 13.00 Uhr
FR: 9.00 – 16.00 Uhr

Tel.: 02862 524 55-220

E-mail: outlet@framsohn.at

Website: www.framsohn.at

Facebook: www.facebook.com/framsohn

Instagram: [@framsohn_frottier](https://www.instagram.com/framsohn_frottier)

WIE FÄHRT MAN NACHHALTIG?

Nachhaltigkeit ist das Schlagwort, wenn es um Umweltschutz und Benützung der fossilen Ressourcen im Bereich der Energie geht. Doch wie geht Nachhaltigkeit?



Photovoltaik; © Stark Elektrotechnik

Gerade die letzten Wochen haben gezeigt, dass sich die Energiepreise sehr stark verändern und allem Anschein nach deutlich steigen werden. Ebenso wird in den Medien immer öfter von einem drohenden „Blackout“ gesprochen. Doch was ist ein „Blackout“ und wie kann ich diese Situation vermeiden? Wie kann ich von den Energiepreisen unabhängig sein?

Wolfgang Stark von Elektrotechnik Stark erklärt die Situation so: „Ein Blackout passiert, wenn das Netz überlastet wird und somit die Versorgung mit Strom nicht mehr gewährleistet werden kann. Dies kann ich mit der Herstellung von eigenem Strom ebenso umgehen, wie die steigenden Energiepreise. Somit ist es von klarem Vorteil, wenn man einen Teil oder am besten den ganzen Strombedarf selbst produziert und von den Schwankungen der Energiepreise und von der Versorgung nicht mehr abhängig ist. Dies gelingt, in dem man sich eine Photovoltaik-An-

lage in ausreichender Dimension auf das eigene Hausdach oder das Dach vom Schuppen montieren lässt und es noch mit einem Speicher, sprich Akku mit einer Notstromumschaltung kombiniert.“ Ebenso ein Vor-



Stromspeicher; © Martin Hörmann

teil aus selbstproduziertem Strom ist, dass man weder Kohle-, noch Atomstrom vom jeweiligen Stromanbieter abnehmen muss oder ein kalorisches

Kraftwerk damit unterstützt, sondern einen nachhaltigen Strom für sich selbst produziert und diesen auch verwendet. „Besonders geeignet ist dies natürlich auch, um ein Elektrofahrzeug zu betreiben oder die Heizung bei der Warmwasserproduktion zu unterstützen“, so Stark.

FORTBEWEGUNG MIT KLEINEM FUSSABDRUCK

Die Antriebsarten und Möglichkeiten der Fortbewegung ändern sich in diesem Jahrzehnt in rasanten Schritten. Befeuert wird das Thema auch durch die CO²-Regularien der Regierungen und den selbst auferlegten Zielen der Fahrzeughersteller. „Auch wenn sich manche Leute noch nicht damit abgefunden haben, so muss man sich doch mit dem Thema der alternativen Antriebe auseinandersetzen, denn man kann nicht davon ausgehen, dass wir die nächsten hundert Jahre mit fossilen Brennstoffen unsere Fahrzeuge betreiben können“, so der Experte Martin Hörmann vom Autohaus Hörmann.

Der Dschungel an Abkürzungen und Bezeichnungen, wie PHEV, Hybrid oder EV nehmen zu und so manchem Interessenten fehlt immer mehr der Durchblick. „In jedem Fall sollte man eine fundierte Beratung in Anspruch nehmen. In einem professionellen Autohaus gibt es einen Spezialisten für alternative Antriebe, der dafür extra geschult wurde und hier Licht ins Dunkel bringen kann“, so Hörmann, der diese Kurse selbst absolviert hat. „Die nachhaltigste und effektivste Form ist ein batteriebetriebenes Fahrzeug, also ein reines Elektrofahrzeug, oder eine Kombination aus Batterie und Verbrennungsmotor, auch Plug-In-Hybrid genannt, in Verbindung mit einer Photovoltaikanlage

oder einem Ökostrom-Tarif des Strombieters. In dieser Form kann man die CO²-Belastung im Fahrbetrieb auf null reduzieren oder im Fall des Plug-In-Hybrides sehr stark senken. In unserer ländlichen Gegend wird der öffentliche Verkehr nie den Einsatz eines eigenen Fahrzeuges ersetzen und so arbeiten die Fahrzeughersteller mit Hochdruck an den nächsten Projekten und entwickeln die Antriebsformen weiter, damit der Individualverkehr auch die nächsten Jahrzehnte gesichert ist“, so Hörmann abschließend.



Elektrofahrzeug; © Dacia

DATEN UND FAKTEN

- Die Anschaffungskosten eines Elektrofahrzeuges fangen bei ca. 17.000 Euro an.
- Derzeit gibt es noch eine Bundesförderung in Höhe von 3.000 Euro.
- Um ein Elektrofahrzeug 100 km bewegen zu können, benötigt man ca. 17 kw/h Strom.
- Für die Ladung eines Elektrofahrzeuges benötigt man mindestens einen 230-Volt-Anschluss in der Garage oder im Carport, empfohlen wird ein 400-Volt-Anschluss.
- Ein Stromspeicher sollte ca. die Kapazität von 10 kw/h haben, um ein Einfamilienhaus über Nacht versorgen zu können.
- Die Photovoltaik-Anlage erzeugt Gleichstrom und Gleichstrom wird im Akku gespeichert, Wechselrichter wandeln den Gleichstrom zu Wechselstrom um, damit dieser verwendet werden kann.
- Beim Stromspeicher kostet 1 speicherbares kw ca. 1.000 Euro.
- Eine Photovoltaik-Anlage für ein Einfamilienhaus mit ca. 5 kW-Spitzenleistung kostet ca. 6.000 Euro

DER NEUE RENAULT ARKANA

3/3 Wegfahrpreis
ab **€ 8.989,-¹⁾**

4 JAHRE GARANTIE*

Alle Aktionen und Preise gelten bis 31.12.2021 für Privatkunden bei Kauf des ausgelobten Modells. 1) 3/3 Kredit-Berechnungsbeispiel Neuer ARKANA ZEN TCe 140 EDC: Kaufpreis: € 27.240,-, Laufzeit 24 Monate, Anzahlung € 8.989,-, 1. Rate € 9.306,-, Schlussrate € 9.216,-, Gesamtkreditbetrag € 18.522,-, Bearbeitungsgebühr € 365,-, Sollzinssatz 0,99%, effektiver Jahreszins inkl. Services 2,96%, Gesamtbetrag € 19.046,-, zzgl. Einhebung der RSV Small HV € 160,- zu Vertragsbeginn. Freibleibendes Angebot von Renault Finance (RCI Banque SA Niederlassung Österreich), gültig bis auf Widerruf, bei allen teilnehmenden Renault-Partnern. *Gültig für alle Renault PKW und 100.000 km oder 4 Jahre je nachdem was früher eintritt. Änderungen, Satz- und Druckfehler vorbehalten. Symbolfotos. Kombiniertes Verbrauch: 4,8 – 6,1/100km, CO₂-Emissionen 108 – 138g/km, homologiert gemäß WLTP.

renault.at

HÖRMANN GmbH

3860 Heidenreichstein, Schremser Straße 69
Tel. 02862/52382, E-Mail: office@auto-hoermann.at

Kompetenz die bewegt!
HÖRMANN
DAS AUTOHAUS

NACHHALTIG EINRICHTEN

Das Thema Nachhaltigkeit ist in den letzten Jahren immer mehr in den Fokus gerückt. Umweltschutz, CO2 Reduktion und Nachhaltigkeit sind zu einem zentralen Thema geworden, um unsere Erde auch für zukünftige Generationen zu erhalten.



echt.zeit Küche von Team 7; © Team 7

Leider trägt unsere heutige Wegwerfgesellschaft aber diesem Nachhaltigkeitsgedanken oft noch zu selten Rechnung. Vieles wird im Internet bestellt und zu einem Spottpreis um die halbe Welt gekarrt. So verhält es sich vielfach auch bei Möbel, wo scheinbar noch viel zu oft das Argument des Preisdumpings zählt. Und es klingt skurril, aber zu beobachten ist: Je billiger die Möbel sind, umso weiter ist der Produktionsort dieser Möbel von uns entfernt.

ALTE MÖBEL

Bereits am Beginn seiner Überlegungen sollte man sich Gedanken machen: Was passiert mit meinen alten Möbeln. Will oder kann man sie vielleicht restaurieren? Muss ich wirklich jedem neuen Möbeltrend folgen, oder bin ich mit meinem alten, eventuell restaurierten Möbelstück doch noch zufrieden? Entscheidet man sich doch für die

Neuinvestition, dann kommt man nicht drum herum sich zu überlegen, wie man die alten Möbel einem neuen Verwendungszweck zuführt. Die Entsorgung der alten Möbel sollte die letzte Option sein.

Achten Sie beim Neukauf, wenn irgendwie möglich, hochwertig und regional zu kaufen. Nur, was lange Freude schenkt, möchte und kann man auch lange behalten. „Moderne, qualitativ hochwertige Technik verspricht über Jahrzehnte lange Lebensdauer. Je länger Sie Ihre Möbel behalten, umso besser ist das für unsere Umwelt“, weiß auch Ing. Jürgen Wandl, Einrichtungsberater bei Möbel Handl Heidenreichstein.

Jedes Jahr werden knapp 160.000 Quadratkilometer des tropischen Regenwaldes abgeholzt. Eine Umweltsünde, die nie wieder heilen wird. Deshalb sollten Sie gut überle-

gen, bevor Sie Möbelstücke aus Tropenhölzern wie Teak oder Bangkirai kaufen. Hochwertige, zertifizierte Massivholzmöbel aus europäischer Forstwirtschaft fördern den Nachhaltigkeitsgedanken am meisten. Holz ist ein natürlich nachwachsender Rohstoff. Viele der heimischen Möbellieferanten achten darauf, dass jeder Baum, der geschlagen wird, auch wieder nachgesetzt wird.



© Pixabay

UMWELTSCHONENDE HERSTELLUNG

Wandl: „Wir sind gerade dabei, unser Produktsortiment anzupassen. So ha-

ben wir erst kürzlich unser komplett neues Team7 Studio, welches sich im Erdgeschoss unseres Möbelhauses befindet, eröffnet. Team7 produziert sehr hochwertige, schöne, mit Naturöl wie Leinöl, Sojaöl oder Bienenwachs geölte Massivholzmöbel, egal ob aus Eiche, Buche, Nuss oder Zirbe. Der komplette Produktionsprozess läuft bei Team7 aus einer Hand. So wird umweltschonende Herstellung garantiert und man behält die Kontrolle über den gesamten Produktionsprozess.“



Stehend Ing. Alfred und Kornelia Handl, sitzend Ing. Jürgen Wandl; © Fa. Handl

Regionale Einkaufsstrukturen bei den Möbellieferanten ersparen lange An-

fahrtswege, so wird der Schadstoffausstoß minimiert. Es wird auch auf eine strenge, auftragsbezogene Fertigung geachtet. Es wird nicht auf Lager gefertigt, um die Verschwendung von wertvollem Material zu minimieren. Und wer zwar nachhaltig einrichten möchte, sich damit aber nicht auskennt, kann sich bei Michael Dorfmeister Hilfe holen.



Michael Dorfmeister;
© Benjamin Wald

Der gelernte Tischler, der viele Jahre in diversen Branchen von Einrichtung bis Bau verbracht hat, hat sich nun mit seiner Firma Artitektur selbstständig gemacht. Was er anbietet ist relativ schnell erklärt: Egal ob kleines oder großes Projekt: Er übernimmt, wenn einem selbst entweder Erfahrung oder Zeit fehlen, um sich seinem Projekt zu widmen, und er weiß mittlerweile aus Erfahrung: „Egal ob ich Privathäuser oder große Wohnprojekte betreue, der Umweltgedanke und das Streben danach seinen ökologischen Fußabdruck möglichst zu mini-

mieren, steigt deutlich.“

Die meisten Möbelerzeuger setzen auch auf die Ausbildung von eigenen Mitarbeitern, um die lange Anreise von weit entfernt wohnenden Mitarbeitern zu vermeiden. Selbstverständlich ist auch die Nutzung von Strom aus der eigenen Photovoltaikanlage genauso ein wichtiges Thema, sowie die Wärmegewinnung aus eigenen Holzabfällen.

SOFA TIPP:

Achten Sie als Konsument auch beim Kauf von Sofas auf Regionalität. Vielen ist nicht bewusst, dass bei Sofas aus China und Osteuropa viele giftige Chemikalien, wie beispielsweise Pentachlorphenol, Schwermetalle oder Formaldehyd im Schaumstoff enthalten sind. Dies verursacht Kopfschmerzen, Niesanfälle oder tränende Augen. Anhand verschiedener Gütesiegel, wie beispielsweise „blauer Engel“, „Goldenes M“, FSC, ... können Sie erkennen, ob das Produkt nachhaltig und ohne Schadstoffe hergestellt wurde. Bezüge und Polster sollten aus natürlichen Rohstoffen wie Wolle, Hanf oder Bio-Baumwolle bestehen.



TEAM 7

BESUCHEN SIE
UNSER NEUES
TEAM 7 STUDIO

**MÖBEL
HANDL**
IHR EINRICHTUNGSHAUS

Möbel Handl GmbH
Pertholzerstraße 15 & 22
3860 Heidenreichstein
www.moebelhandl.at

W4-REPAIR CAFE

Reparieren statt wegwerfen lautet die Devise im W4-Repair Cafe in Heidenreichstein, das vor 5 Jahren gegründet worden ist.



@ Helmut Fallend

Oft ist nur eine Kleinigkeit defekt und alles funktioniert wieder.

Einerseits soll die Umwelt durch Müll- und Schrottvermeidung geschont, andererseits dem Besitzer geholfen werden, seinen lieb gewordenen Gebrauchsgegenstand weiterzuverwenden und gleichzeitig Geld zu sparen.

Neben dem Reparieren/Basteln geht es auch um das Zusammenkommen im „W4 Repair Cafe“. Derzeit wird das Angebot neben dem Flohmarkt-Verkauf von überprüften Geräten um einen Geräteverleih erweitert.

"Seit kurzem gibt es auch für die ordnungsgemäße Entsorgung alter (Blei/Gel) Akkus ein Service", so Helmuth Fallend, Gründer des Repair Cafes.

Es sind keine Bastler am Werk, sondern sechs gelernte Techniker, zwei Frauen und vier Männer. Die Infrastruktur sowie das Werkzeug stellt das „W4 Repair Cafe“ kostenlos zur Verfügung. Durch die vorhandenen Werkstätten sind auch größere oder längerfristige Reparaturen, die nicht im Rahmen des „W4 Repair Cafe“ zu

erledigen sind, möglich. Auch ältere Gerätetypen (Oldtimer) werden mit viel Liebe wieder restauriert.

300 Mitglieder zählt der gemeinnützige Verein, die immer für ein Jahr die Mitgliedschaft (25 EUR) antreten und innerhalb dieses Jahres die Angebote nutzen können. Bei Reparaturen werden lediglich die Materialkosten den Vereinsmitgliedern verrechnet.

KONTAKT:

Verein W4-Repair Cafe
Patriazentrum, Litschauer Straße 2
3860 Heidenreichstein

Dipl.Päd. Meister Helmuth Fallend
Tel. 0650 46 00 292

facebook: W4 Repair Cafe
Mail: w4-repaircafe@gmx.at

SCHNELL-LADESTATION AM STADTPLATZ IN HEIDENREICHSTEIN IN BETRIEB

Die E-Mobilität ist im Vormarsch. Daran führt in naher Zukunft sicherlich kein Weg vorbei.



©Stadtgemeinde Heidenreichstein

Dass sich die Antriebsform der verschiedenen Kraftfahrzeuge verändert, ist hinlänglich bekannt.

Die Tankstelle am Stadtplatz in Heidenreichstein wird mit 100% EVN Ökostrom betrieben und bietet unseren Bürgern, Gästen und Touristen eine komfortable, einfache und sichere E-Ladestation.

Damit die zur Verfügung stehenden Parkplätze nicht länger beansprucht werden als erforderlich, werden auch hier zeitabhängige Gebühren verrechnet.

In einer Stunde ist Ihr Akku bis ca. 80% geladen.

Man kann die TANK-Karte der EVN verwenden (ist günstiger). Sie kann einfach und kostenlos unter www.evn.at/mobil bestellt werden.

Sie können Ladungen Ihres E-Autos auch einfach mit Ihrer Bankomatkarte (Maestro), VISA oder Mastercard bargeldlos bezahlen.

Die EVN Charging Station hat folgende Anschlüsse: CHAdeMO – 50,0 kW, CCS – 50,0 kW und Typ 2 – 22,0 kW.

EINE GROSSE AUSWAHL BIETET DER SOOGUT-MARKT IN HEIDENREICHSTEIN

Das Spektrum der soogut-Märkte ist vielfältig. Menschen, die mit wenig Geld haushalten müssen, mit günstigen Lebensmitteln und Alltagsgütern zu versorgen - dafür legen sich die soogut-Märkte tagtäglich mächtig ins Zeug. Der selbstbestimmte und würdevolle Einkauf - zu den Produkten greifen zu können und zu wissen, dass sie leistbar sind - das sind Aspekte der soogut-Sozialmärkte. Wesentlich ist auch der Nachhaltigkeitsgedanke dabei, der durch die Lebensmittelrettung geleistet wird.

Doch nicht nur Lebensmittel werden gerettet - unterschiedlichste funktionstüchtige Gegenstände, die nicht mehr gebraucht werden - finden einen neuen Verwendungszweck. Der angeschlossene Second Hand Bereich bietet eine bunte Vielfalt an Kleidungsstücken, Schmuck, Spielwaren, und Haushaltswaren. Eine gute Alternative, um sich günstig einzukleiden, Kindern eine Freude zu bereiten oder den eigenen Hausrat ein wenig zu erweitern.

Mit großer Sorgfalt bereiten freiwillige Helfer die zahlreichen privaten Warenspenden für den Verkauf vor. „Es steckt wirklich viel Arbeit dahinter“, erzählt die soogut-Marktleiterin Roswitha Sprinzl. ALLE Heidenreichsteiner können sich selbst von der großen Auswahl im Second Hand Laden überzeugen und in Ruhe das Angebot durchstöbern.

Jeden Tag aufs Neue wissen viele Kunden nicht, von welchem Geld sie leben sollen, die Verzweiflung wächst, der Selbstwert sinkt, Trostlosigkeit und Einsamkeit nehmen Einzug. Die Café-Ecke im soogut-Markt bietet eine Oase der Zuflucht. Hier können die Menschen in Gesellschaft Kaffee trinken und Kuchen essen, gemeinsam lachen und einander Sor-

gen anvertrauen. Ihren Kunden wieder Raum für Begegnungen bieten zu können, darüber ist Roswitha Sprinzl, Marktleiterin in Heidenreichstein, wirklich erleichtert. Sie weiß, dass die Zeit des sozialen Rückzugs für viele eine sehr schwierige war.

Besonders am Herzen liegt ihr das Angebot eines breit gefächerten Warensortiments, um ihre Kunden im täglichen Überleben ein Stück weit unterstützen zu können. Momentan liegt die größte Heraus-



Edith Lever zählt schon viele Jahre zu den guten Seelen im soogut-Sozialmarkt Heidenreichstein.

An mehreren Tagen in der Woche unterstützt sie tatkräftig das Team! © soogut-Sozialmärkte

forderung für die Marktleiterin darin, alle anfallenden Tätigkeiten mit genügend Arbeitskräften abdecken zu können. Daher sucht sie dringend tatkräftige und dynamische Ehrenamtliche, die sie bei den täglichen Warenabholungen unterstützen und auch beim Sortieren von Obst und Gemüse, im Markt selbst und im Second Hand Bereich mithelfen. Kurz zusammengefasst, in allen Bereichen werden Freiwillige gesucht, die mit viel Elan und Schwung anpacken können und dem soogut-Markt ihre Zeit schenken möchten. Unter 0676 880 44 660 oder heidenreichstein@soogut.at könnt ihr direkt mit der Marktleitung in Kontakt treten.

WER DARF BEI SOOGUT EINKAUFEN?

Einkommensgrenzen:

- Einpersonenhaushalt 1.240,00 EUR
- Zweipersonenhaushalt 1.630,00 EUR
- pro Kind plus 300,00 EUR
- pro zusätzlichen Erwachsenen 195,00 EUR
- Menschen, die Zivil- oder Präsenzdienst oder ein freiwilliges soziales Jahr leisten, Studierende, Schüler (mit gültigem Ausweis) und Lehrlinge

Im Second Hand Laden können alle einkaufen oder Sachen abgeben.

Tischlerei Michael
Weinstabl

WALDVIERTLER HANDWERKSQUALITÄT
www.weinstabl.co.at

Bau- und Möbeltischlerei
Entwurf und Maßanfertigung
Massivholzstiegen . Saunabau . Objektbau

Leopoldsdorf 79 . A-3863 Reingers
T +43 2863 / 8483 . F +43 2863 / 8483-1
E office@weinstabl.co.at . f Auch auf Facebook!



AUS DER REGION FÜR DIE REGION



Doris Inkhofer freut sich auf Ihren Besuch;
© Inkhofer

Angeboten wird eine Fülle an erstklassigen Produkten aus unserer Region – dem Waldviertel. Im angeschlossenen Bedienungsbereich findet man zudem ein vielfältiges Angebot an Dekorations- und Geschenkartikel.

Wer einheimische Lebensmittel kauft, trägt einen wesentlichen Beitrag zur Nachhaltigkeit bei. Doris

Unter diesem Motto eröffnete Doris Inkhofer am 2. November 2021 in der Schulgasse 5 in Heidenreichstein (vormals Fa. Janetschek) einen Selbstbedienungsladen.

Inkhofer möchte ihre Kunden dabei unterstützen dies umzusetzen. In ihrem Geschäft bringt sie die regionalen Produkte direkt vom Erzeuger zum Konsumenten, um ihren Kunden lange Anfahrtswege und Zeit zu ersparen. Der Weg der Lebensmittel vom Erzeuger bis zum Verbraucher ist nachvollziehbar und hinter jedem Lieferanten stehen überzeugte Menschen, die den regionalen Gedanken in ihrer täglichen Arbeit umsetzen.

WIR WISSEN, WO'S HERKOMMT – ist für immer mehr Kunden ein wichtiger Aspekt beim Einkaufen.

Somit können ihre Kunden beim täglichen Einkauf die regionale Wirtschaft stärken, Arbeitsplätze sichern und gleichzeitig qualitativ hochwertige Lebensmittel beziehen. Vor allem Obst und Gemüse überzeugen in ihrer Frische und ihrem Geschmack sehr, die ansonst durch frühzeitige Ernte und lange Transportwege verloren gehen. Außerdem wird durch kurze Anlieferungswege die ohnehin

überlastete Umwelt geschont. Die Qualität, die Frische, der Geschmack und die Natürlichkeit der Produkte, die Transparenz in die Produktion, die Unterstützung der regionalen Landwirtschaft und die Wertschöpfung und Arbeitsplatzsicherung unserer Region müssen es uns wert sein, immer mehr unter dem Motto „Aus der Region für die Region“ einzukaufen.



Doris Selbstbedienungsladen ist täglich von 7.00 bis 21.00 Uhr geöffnet und basiert auf Ehrlichkeit und Vertrauen.

Überzeugen Sie sich selbst von ihrem reichhaltigen regionalen Angebot und tragen Sie dadurch Ihren Teil zur Nachhaltigkeit bei!

framsohn frottier
Alles fürs Bad,
Wellness und Spa

OUTLET-Shop
Klein Pertholz 65
3860 Heidenreichstein
Tel.: 02862/52455-220
E-mail: outlet@framsohn.at

Öffnungszeiten:
Mo. Di. Mi. Do. und Sa.
9 - 13 Uhr
Freitag: 9 - 16 Uhr

-30% Rabatt-Woche*
vom 29.11 bis 04.12.2021

* Aktion gültig auf 1A Frottierwaren, Küchentücher, HAJO Produkte und Bettwäsche
** ausgenommen sind Gutscheine, Gloriette Hemden & Seifen

NATURPARK HEIDENREICHSTEINER MOOR ERHÄLT AUSZEICHNUNG

Am 25. September wurde dem Naturpark Heidenreichsteiner Moor die Urkunde „Naturpark des Jahres 2021“ feierlich überreicht. Damit wird vor allem sein jahrzehntelanges Engagement für den Moorschutz geehrt.



© Franz Dangl

Der Verband der Naturparke Österreichs (VNÖ) kürt jedes Jahr mithilfe einer unabhängigen Fachjury einen von derzeit 48 Naturparken zum „Naturpark des Jahres“.

„Der Naturpark Heidenreichsteiner Moor hat sich klar gegenüber seinen Mitbewerbern durchgesetzt. Seine grenzüberschreitende Naturschutzarbeit sowie die Möglichkeit, das

Moor sinnlich zu erleben, sind nur einige Punkte, die zeigen, wie sehr der Naturpark die Auszeichnung verdient hat“, erläutert Johann Thauerböck, Präsident des VNÖ, die Entscheidung der Jury.

Der Fokus der Arbeiten im Bereich des Moorschutzes liegt im wichtigen Zusammenspiel von Moor- und Klima-

schutz, denn Moore speichern weltweit gigantische Mengen an Kohlenstoff. Die Bedeutung der Moore für das globale Klima und den voranschreitenden Wandel wird klar, wenn man weiß, dass ein Hektar Moorfläche die zehnfache CO₂-Menge der gleichen Fläche Wald speichert.

Der Naturpark Heidenreichsteiner Moor arbeitet mit Erfolg seit über 30 Jahren an der Gesundung und dem Erhalt der rund 30 Hektar großen Moorfläche im nordwestlichen Waldviertel. Die eigentümliche, artenarme Moorlandschaft des Hochmoors wird ausschließlich durch Regen gespeist und wächst durch Torfbildung in die Höhe – und das gerade einmal 1 mm pro Jahr. Dies verdeutlicht, warum beeinträchtigte Moore, wie auch das Heidenreichsteiner Moor, durch den bis in die 1940er Jahre verbreiteten Torfabbau, tausende Jahre zur Regeneration benötigen.

Geschätzte Gäste, Kunden & Geschäftspartner!

Das gesamte Motorfun B30-Team bedankt sich für das entgegengebrachte Vertrauen im Jahr 2021!

Wir wünschen viel Glück, Gesundheit und Zufriedenheit für das kommende Jahr!

B30 MOTORFUN IHRE ZUFRIEDENHEIT IST UNSER ANTRIEB!

HEIDENREICHSTEIN IST ENERGIE-VORBILDGEMEINDE



© Franz Dangel

Heidenreichstein hat am Energie & Umwelt-Gemeinde-tag vom Land NÖ die Auszeichnung Energie-Vorbildgemeinde erhalten.

Dabei geht es um die Optimierung der Energiebuchhaltung, die Energieeffizienz zu steigern und die Gemeinde vor den Vorhang zu holen.

Die Erhebung der Energieverbräuche bei den wichtigsten gemeindeeigenen Gebäuden wurde von Energie- & Umweltgemeinderat Erich Müllner durchgeführt.

Dadurch werden die Grundlagen zur Erreichung der Klimaziele geschaffen.



Gasthof GROSSMANN

ESSEN - TRINKEN - WOHLFÜHLEN

Öffnungszeiten:

Mo - Do 11.00 - 14.00 & Mo - Mi 18.00 - 21.00
So und Feiertag 8.00-14.00 | Fr & Sa Ruhetag

15 Gästezimmer | Telefon 02862 52279
gasthof.grossmann@gmx.at | www.gasthof-grossmann.at
Stadtplatz 9 | 3860 Heidenreichstein

MOORSTEIN.AT

Klassiker - Burger - vegetarisch - vegan

Stadtplatz 12, 3860 Heidenreichstein

E-Mail: burger@moorstein.at

Extra Raum für Veranstaltungen

Für Reservierungen Tel: 0043-2862-51081



© Moorstein

„Gutes Gelingen“ und
„Guten Appetit“
wünschen

Werner Kampfner und
sein Moorstein-Team



ERDÄPFEL ZAPFN

ZUTATEN (für 4 Personen):

- 500g mehligte Erdäpfel
- 20g Butter
- 100g Mehl griffig
- 20g Grieß
- 1 Eidotter
- Salbeiblätter
- Parmesan
- Salz



ZUBEREITUNG:

Erdäpfel kochen, noch lauwarm pressen, mit zerlassener Butter, Mehl, Grieß und Eidotter zu einem Teig verkneten. Den Teig zu einer 5 cm dicken Rolle formen, Stücke (Zapfen) schräg abschneiden und im kochenden Salzwasser aufkochen lassen, abseihen. Zapfen in Butter mit Salbei in einer Pfanne schwenken, mit Parmesan bestreuen und mit Pesto servieren.

Tipp: Sie können das Gericht mit frischem Ruccola noch verfeinern.

LANGE NACHT DER MUSEEN - BENEFIZVERSTEIGERUNG IM HAUS DES MOORES

Die Lange Nacht der Museen begann heuer mit einer Kinderführung im Haus des Moores in Kleinpertholz. Nach einer Zugfahrt mit der Schmalspurbahn zum Bahnhof ging es weiter mit der Kinderführung mit Geheimgang in der Burg. Im Heimatmuseum und Haus des Moores wurde jeweils ein Bild von international anerkannten Künstlern für die Benefizversteigerung zur Verfügung gestellt. Das Gemälde von Fadhil Hussein erstand GR DI Leopold Diesner. Die Schale mit Harzeffekt von Lucas Dinhof ersteigerte Gabriele Mauritz und das Ölgemälde von Katerina Teresidi ging an Christa Hirsch. Katerina Te-

residi, die für den österreichischen Kunstpreis nominiert wurde und international ihre Werke präsentiert, stellte bereits zum zweiten Mal bei der Langen Nacht der Museen in Heidenreichstein aus. Musikalisch gestaltet wurde der Abend von der renommierten Sängerin, Texterin und Allrounderin Susan Blake. VBgm Margit Weikartschläger führte durch das Programm und dankte den Künstlern für ihre großzügige Unterstützung. Alle Einnahmen der gelungenen Veranstaltung kommen dem Verein „Bambakids - Wir für Kinder Kenias“ zugute.



© Weikartschläger

MITTENDRIN UND DOCH AM RAND

Der zweite Teil des Tourismusprojekts der Gemeinden Heidenreichstein und Nova Bystrice „Mittendrin und doch am Rand“ führte nach Tschechien. Für die Teilnehmer wurde eine kostenlose Busfahrt organisiert. Bei einem Rundgang mit Rätselralley wurde das Gebiet um

das Hotel Perslak erkundet. Die NÖ.Regional.GmbH unterstützt, als Verwalterin des Kleinprojektfonds Österreich-Tschechische Republik, die Umsetzung des Projekts. Zum Abschluss lud die Gemeinde Nova Bystrice zu einer Jause und einem gemütlichen Beisammensein ein.

Für das nächste Jahr sind zwei weitere Veranstaltungen mit Workshops für Kinder geplant. Diese werden am 10. April 2022 in Nova Bystrice und am 24. April 2022 im Naturpark Heidenreichsteiner Moor stattfinden.



© Johann Schlosser

MINIMARKT

ZU VERMIETEN

Wohnung in der Teichgasse, Heidenreichstein, Größe 65m², Küche (möbliert), Bad, WC 3 Zimmer, Garten
Tel. 0664 411 76 75

ZU VERKAUFEN

- Tastenhandy BEA-FON SL 360, neuer Akku, 30 EUR
 - Damen-Fahrrad, 21-Gänge, verkehrstauglich, 100 EUR
- Tel. 0677 62 55 78 49

HEIDENREICHSTEIN - VERANSTALTUNGEN DEZEMBER BIS FEBRUAR

DI 30.11. bis FR 17.12.

Weihnachtsgabentisch vor der Heidenreichsteiner Arche. Bringe deine nicht mehr benötigte Weihnachtsdekoration vorbei und/oder suche dir etwas vom Gabentisch aus;

FR 3.12 ab 17.00 Uhr

Der Nikolaus kommt, Junge ÖVP ; Rabachtl, Stadtplatz

SA 4. und SO 5.12. 10.00 und 14.00 Uhr

Nikolauszug; Abfahrt Bahnhof Heidenreichstein

SA 4., SO 5. und MI 8.12. 13.00 bis 18.00 Uhr

Modellbahn-Verein, Ausstellung Advent; bei der evangelischen Kirche

MO 6.12. 16.30 Uhr

Nikolausfeier; Stadtpfarrkirche

SA 11. und SO 12.12. 13.00 bis 18.00 Uhr

Modellbahn-Verein, Ausstellung Advent; bei der evangelischen Kirche.

SO 12.12. 14.30 Uhr

Seniorenachmittag; Pfarrsaal

MI 15.12. 16.00 Uhr

Herbergsuche; Treffpunkt: mit Laternen vor der Stadtpfarrkirche, gemeinsamer Spaziergang zur Betriebsseelsorge

SA 18. und SO 19.12. 13.00-18.00 Uhr

Modellbahn-Verein, Ausstellung Advent; bei der evangelischen Kirche

SO 19.12. 14.00 Uhr

Bratapfelzug; Abfahrt Bahnhof Heidenreichstein

FR 24.12. 10.00 und 13.30 Uhr

Christkindzug; Abfahrt Bahnhof Heidenreichstein

FR 24.12.

Das Friedenslicht von Bethlehem kann von der Pfarrkirche Heidenreichstein ab 11.00 Uhr und von der Pfarrkirche Seyfrieds, den Dorfkapellen Altmanns, Dietweis, Eberweis, Motten, Thaurer und vom Glockenturm Neuthaurer ab 11.30 Uhr abgeholt werden.



© Pixabay

FR 24.12. 12.00 bis 16.00 Uhr

Modellbahn-Verein, Ausstellung Advent; bei der evangelischen Kirche

FR 24.12. 16.00 Uhr

Kindermette; Stadtpfarrkirche
Im Anschluss an die Kindermette
Weihnachtsgrüße der Stadtkapelle Heidenreichstein; Rabachtl

FR 24.12. 21.00 Uhr

Christmette; Kirche Seyfrieds

FR 24.12. 23.00 Uhr

Christmette; Stadtpfarrkirche Heidenreichstein

DO 6.1. 19.30 Uhr

Jimmy Schlager – Leberkaas Hawaii, Musik, Kabarett, Satire; Moorstein

SA 8.1. 19.00 Uhr

Konzert "Neujahrsträume"; Margithalle

DI 25.1. 19.00 Uhr

Vortrag "Genusstraining" – Essen mit allen Sinnen; Rasthof Stefanie

MI 16.2. 16.30 Uhr

Vortrag "Pflegegeld"; Rasthof Stefanie

SA 19.2.

Winterkuppler der FF Eberweis; Margithalle

ABGESAGT:

Heidenreichsteiner Burgadvent 2021

Da die Entwicklung der nächsten Wochen und Monate nicht absehbar ist und auch die Covid-19-Vorgaben der Regierung im Burghof nicht sinnvoll durchgeführt werden können, sehen sich die Organisatoren leider dazu gezwungen, den heurigen Adventmarkt abzusagen.

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen im nächsten Jahr (3./4.12.2022).

SENIORENFREUNDLICHE GEMEINDE HEIDENREICHSTEIN

In einer gemeinsamen Informationskampagne der NÖ-Volkshilfe und des Pensionistenverbandes NÖ werden im Auftrag des NÖ Gemeindevertreterverbandes Vorträge zu folgenden Themen angeboten:

Demenz: Mittwoch, 24. November 2021, 16.30 Uhr – Rasthof Stefanie

Pflegegeld: Mittwoch, 16. Februar 2022, 16.30 Uhr – Rasthof Stefanie

Verlassen- und Erbschaften: Donnerstag, 28. April 2022, 16.30 Uhr –

Volksheim.

Durch diese Informationskampagne erhalten die Teilnehmer relevante Informationen zu den Themenbereichen.

Die Veranstaltungen finden unter Einhaltung der zu diesem Zeitpunkt allgemein gültigen Covid-19-Sicherheitsmaßnahmen statt. Trotzdem können auch Veranstaltungen abgesagt oder verschoben werden.

NEUJAHRSKONZERT MIT SUPERSTAR KATICA ILLÉNYI

8. Jänner 2022 um 19.00 Uhr in der Margithalle



© Quelle: Musikwelten

Das Konzert im Rahmen der Festspiele MUSIKWELTEN präsentiert unter dem Motto "Neujahrsträume" faszinierende Musik aus ganz Europa.

Im Mittelpunkt steht die brillante, virtuose und so sympathische Künstlerin Katica Illényi, die sonst auf den großen Konzertbühnen der Welt präsent ist. Einzigartig in ihren Talenten und mit ihrem außergewöhnlichen Können, als gefragte Spitzengeigerin, Theremin-Spielerin (jenem geheimnisvollen Musikinstrument, das völlig ohne körperliche Berührung gespielt wird) und Sängerin.

Begleitet wird sie von der Donau Philharmonie Wien unter dem, aus Waid-

hofen/Th. stammenden, Dirigenten Manfred Müssauer, der in bekannt charmanter Weise durch das Programm führen und ein Feuerwerk an Stücken von Skandinavien bis Südeuropa darbieten wird.

Damit wird auch das Versprechen aus dem Vorjahr eingelöst, dieses - Covid-bedingt verschobene - Konzert nachzuholen.

Tickets unter: www.musikwelten.eu
oder Tel. 0676 355 16 65

A1 SMARTPHONE UND TABLET STAMMTISCH

A1 Trainer unterstützen dabei, sich mit dem eigenen Smartphone oder Tablet im Internet zurecht zu finden. Die Teilnehmer bekommen Tipps zur täglichen Nutzung und Infos darüber was hinsichtlich Sicherheit im WWW zu beachten ist. Es werden aktuelle Themen besprochen (Handysignatur, Grüner Pass, Suchen und Finden im Internet, ...).

Danach gibt es Übungsrunden und Platz für Fragen.

STAMMTISCH-TERMINE:

- Dienstag, 15. März 2022, 13.00 – 16.00 Uhr oder
- Mittwoch, 16. März 2022, 9.00 – 12.00 Uhr oder
- Donnerstag, 17. März 2022, 9.00 – 12.00 Uhr

Gruppengröße: max. 12 Personen
Dauer der Veranstaltung: 3 Stunden
Ort der Veranstaltung: Volksheim Heidenreichstein.

Die Anmeldung für einen Stammtisch ist bei Elisabeth Jank, 0664 135 24 37, schon jetzt möglich.

Infos: www.A1Seniorenakademie.at

KOSTENLOSE TABLETKURSE DER A1 SENIORENKADEMIE IN HEIDENREICHSTEIN



© A1 Telekom Austria AG



Im Oktober hatten Senioren die Möglichkeit mit Tablets die Welt des Internets kennenzulernen. WhatsApp, WLAN, YouTube, Fotos und Videos, ... waren nur einige der angebotenen Themengebiete.

Sicher zur Schule!

Rund um die Volksschule Heidenreichstein zieren viele bunte Fußabdrücke die Straße. Dies hat einen besonderen Grund! Diese Idee stammt von der Zusammenarbeit des KfVK und der AUVA mit dem Elternverein und der Schule, um die Schulwege für unsere Kinder sicherer zu machen. Ziel ist es, den Verkehr rund um die Volksschule zu minimieren und den Eltern und Großeltern die Möglichkeit zu geben, ihr Kind trotzdem sicher zur Schule zu bringen. Helfen Sie mit und geben Sie bitte ebenfalls besonders Acht, wenn Sie mit dem Auto in diesem Bereich unterwegs sind. Vielen Dank!



Leseabend

Am 13. Oktober 2021 waren die beiden 2. Klassen mit "Hokus und Pokus in der Zauberschule" zu einem Leseabend verabredet. Passend zur Lektüre hieß es dazwischen auch im Turnsaal "1, 2, 3 - Zauberei". Danke auch an die Buchhandlung Blätterwirbel für die rasche Besorgung und den günstigen Preis der Bücher.



Fahrradführerschein Hurra!

Wir gratulieren allen Kindern der 4. Klassen zur bestandenen Fahrradprüfung.



Tierisch geht es in den ersten Klassen zu!

NÖ MITTELSCHULE & NATURPARKSCHULE

Projekttag

Ende September fanden die langersehten Projekttag der 3. Klasse statt. Ihr Weg führte sie zuerst nach Retz. Dort wurde der berühmte Retzer Erlebniskeller erkundet. Ein weiteres Wahrzeichen durfte natürlich auch nicht fehlen: die Retzer Windmühle. Danach ging es kulinarisch weiter nach Kittsee, zur Schokoladenfabrik Hauswirth. Am Nachmittag wurde das eigentliche Ziel der Reise erreicht: Illmitz am Neusiedlersee. Dort wurden das Nationalparkzentrum Neusiedlersee, das Strandbad und natürlich auch der Nationalpark selbst, bei einer Kutschenfahrt erforscht. Begleitet wurden die Schüler von ihren beiden Lehrern Mario Macho und Verena Ruso, die für ein abwechslungsreiches Abendprogramm sorgten.



© Mario Macho



Naturparktag

Wie jedes Jahr, durften auch heuer die ersten Klassen der NÖMS & Naturparkschule eine Führung durch den Naturpark "Heidenreichsteiner Moor" genießen. Viel Informatives über das Moor selbst und vor allem auch das Begreifen und hautnahe Erleben bleibt den Schülern noch lange in Erinnerung. Dadurch sind die Naturparktage eine gerngesehene Abwechslung und ein Highlight für die jungen Menschen.

© Verena Ruso



Projekt Afrika

Zum Auftakt des Klassenprojekts "Afrika" der 1. Klassen begrüßte Anna Weinberger Dr. Emeka Emeakaroha an der NÖMS & Naturparkschule. Er erzählte humorvoll über sein Heimatdorf in Nigeria und über seine Probleme bei der Ankunft in Österreich. Er hat in Nigeria eine Schule gegründet, um den Kindern den Schulbesuch zu ermöglichen. Dieser wird über Patenschaften finanziert. Als Gastgeschenk schenkte Dr. Emeakraoha der Schule zwei seiner selbstverfassten Bücher.

Am darauffolgenden Tag besuchte uns der Schwarzenauer Künstler Helmut Lisy, der gemeinsam mit den Schülern Bilder zum Thema „Afrika“ gestaltete. In Acryltechnik mit den Farben gelb, orange, rot und schwarz gestalteten die Kinder Bäume und die Tierwelt Afrikas auf Leinwand.

Unterstützung beim Projekt hatte Anna Weinberger von den Lehrerinnen Ingrid Redl, Pia Spatschek-Bachhofner, Michaela Koller und Marion Markhart.



© Anna Weinberger



Barbara Körner (Leiterin)
0660 399 22 14
koerner_barbara@yahoo.de

Nicole Spießmaier (Organisation)
02862 523 36-210
nicole.spieessmaier@heidenreichstein.gv.at

SPRACHEN & BILDUNG

1 Spanisch für Anfänger/Espanol para principiantes

A1.1

KL Beatriz Hincapié

160 EUR

17.02.22 (10x)

DO 16.30-18.00 Uhr

Volksschule Heidenreichstein/Eingang Schulhof
bzw. auch als Online-Kurs möglich

2 Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen A2.1

KL Beatriz Hincapié

160 EUR

15.02.22 (10x)

DI 19.00-20.30 Uhr

Volksschule Heidenreichstein/Eingang Schulhof
bzw. auch als Online-Kurs möglich

3 Spanisch für Fortgeschrittene/Espanol para avanzados B2.6

KL Beatriz Hincapié

165 EUR

17.02.22 (10x)

DO 18.30-20.00 Uhr

Volksschule Heidenreichstein/Eingang Schulhof
bzw. auch als Online-Kurs möglich

4 Auffrischen der Grundkenntnisse in Deutsch und Mathematik

Sie können sich auf Deutsch gut verständigen, wollen aber ihre Kenntnisse im Lesen, Schreiben und Rechnen verbessern?

Dipl. Päd. Peter Böhm

50 EUR

ab 17.02.22 (regelmäßig an Schultagen)

DO 9.45-11.15 Uhr

Tagesstätte Zuversicht

SPORT, FITNESS & BEWEGUNG

5 Gesunde Wirbelsäule

Gezielte Dehnungs- und Kräftigungsgymnastik zur Stabilisierung der Wirbelsäule, Haltungskorrektur – Haltungs-

schulung, Entspannung und Stressabbau

Christa Sarcletti, Physiotherapeutin, Wirbelsäulen- u. Faszientrainerin

60 EUR

14.02.22 (10x)

MO 19.00-20.00 Uhr

Turnsaal der NÖMS



6 Faszientraining und Gesunde Wirbelsäule

Das kollagene Netzwerk der Faszien spielt eine wesentliche Rolle bei der Kraftübertragung und ist die Grundlage für Flexibilität und Leistungsfähigkeit unseres Körpers. Ein gut trainiertes Bindegewebe ist ein großer Beitrag für einen starken und schmerzfreien Rücken. Das Faszientraining beruht auf den aktuellen Erkenntnissen und wird in diesem Kurs in das Wirbelsäulenprogramm mit Entspannungs- und Stressabbauübungen integriert.

Christa Sarcletti, Physiotherapeutin, Wirbelsäulen- u. Faszientrainerin

60 EUR

14.02.22 (10x)

MO 20.00-21.00 Uhr

Turnsaal der NÖMS



7 50+ in Vielfalt – Gesund & Aktiv

Durch sanfte Kräftigungs-, Mobilisations- und Dehnungsübungen wird das ganzheitliche Wohlbefinden gesteigert. Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordinationsvermögen werden erhalten bzw. verbessert. Auf dem Programm stehen: Faszientraining und Gymnastikübungen (mit und ohne Geräte)

Ingrid Poindl, Dipl. Bewegungstrainerin Rückenfitness, Übungsleiterin für Senioren

40 EUR

22.02.22 (10x)

DI 19.00-20.10 Uhr

Turnsaal der NÖMS



8 Treffpunkt Tanz – Tanzen ab der Lebensmitte

Menschen, die Freude an Bewegung, Musik und Geselligkeit haben, kommen zusammen. Tänzerische Erfahrungen sind nicht erforderlich. Wir tanzen einfache Schrittkombinationen in verschiedenen Formationen zu moderner und

traditioneller Musik aus verschiedenen Kulturkreisen.
Ingrid Poindl, Tanzleiterin
jeden Montag (außer Feiertag) bis Juni 22
MO 16.00-18.00 Uhr
Pfarrhof Heidenreichstein
Info: Ingrid Poindl, 0664 480 31 61, poindl05@gmx.at



9 Pilates

Wollen Sie Ihr Aussehen verbessern, Kraft und Beweglichkeit steigern? Haben Sie Lust auf ein gesundes Körpergefühl? Dann sollten Sie einfach PILATES mit Faszienstimulation durch Black-Rolls und Tools versuchen – ein Training, das Körper und Geist verändert!
Ilse Böhm, Professional Instructor
43 EUR
10.03.22 (6x)
DO 19.30-20.30 Uhr
Turnsaal der Volksschule
Anmeldung und Info: Ilse Böhm, 0664 73 64 09 02

10 DanceAbility

DanceAbility ist eine einzigartige Möglichkeit zu tanzen, die für alle Menschen offen ist: für erfahrene und weniger erfahrene Tänzerinnen und Tänzer, für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung. Die Kommunikation über den Körper, die Bewegung und den Tanz bildet die Grundlage für DanceAbility. Es sind keine Vorkenntnisse nötig, jeder ist willkommen! Bitte eine Gymnastikmatte oder Decke sowie bequeme Kleidung mitbringen!
Christa Sarcletti, Physiotherapeutin und DanceAbility Trainerin
5 EUR/Termin
28.01., 25.02., 25.03.22
FR 14.30-16.30 Uhr
Pfarrhof Heidenreichstein
Anmeldung und Info: Christa Sarcletti, 0664 503 26 44 oder christa.sarcletti@gmx.net

11 Power-Yoga – Vinyasa Flow-Yoga

Möchtest du auch beweglicher und gelassener im Alltag sein? Yoga bedeutet den Körper, Geist und die Seele zu verbinden.
Vinyasa Yoga, auch Power Yoga genannt, ist ein dynamischer und konditionell fordernder Yoga Stil. Verschiedene Asanas werden in einer fließenden Bewegung zusammengesetzt. Durch diese festgelegten Abfolgen und die Synchronisierung mit dem Atem entsteht eine „Flow-Wirkung“. Vinyasa Yoga – kurz erklärt – Bewegungsmeditation; Jede Altersgruppe (egal ob Mann oder Frau), unabhängig der aktuellen Beweglichkeit oder vom Fitnesslevel, kann Vinyasa-Yoga ausführen und für sich selbst nutzen. Die Wirkungen sind u.a.:

- perfektes Koordinationstraining aus Atmung und Bewegung - für mehr Flexibilität, Power, Spaß und höhere

Lebensqualität.

- Stärkung deines Geistes durch Konzentration auf bestimmte Bewegungsabfolgen
 - weniger Rückenverspannungen
 - aktiviert deinen Stoffwechsel
 - fördert dein Gleichgewicht und die innere Ruhe und Gelassenheit
 - hebt dein Energieniveau
 - kräftigt deine Muskulatur
 - fördert deine Konzentration und Lernfähigkeit
 - wirkt stark entgiftend und bringt Sauerstoff in alle deine Zellen durch die Atemtechnik (Ujayi Atmung)
- Mitzubringen: Yoga-Matte, Yoga-Block (wenn vorhanden) und Handtuch
Katharina Essbüchl, Personal-Trainerin
90 EUR
16.02.22 (10x)
Mi 19.00-20.00 Uhr
Einstieg jederzeit möglich!
Turnsaal der Volksschule
Anmeldung und Info: 0664 912 76 67, kathi@infinite-fitness.at

12 Gesundheitsyoga für die Wirbelsäule

Die Wirbelsäule ist der Stamm, der dich stützt und hält, während das Leben durch dich durch wirbelt. Mehr Achtsamkeit in deinen Bewegungen, eine gute Aufrichtung und damit verbunden ein besserer Energiefluss bringen nicht nur deine Säule zum Wirbeln. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Auch geeignet wenn's dort und da schon zwickt und quietscht.
75 EUR
13.01.22 (5x)
DO 19.15-20.30 Uhr
Turnsaal der NÖMS

13 Gesundheitsyoga für Gelenke und Flexibilität

Bring Bewegung in dein Leben! Deine Gelenke spüren, wahrnehmen, verstehen – sie achtsam und schonend bewegen – und damit auch deine Flexibilität erweitern. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Auch geeignet wenn's dort und da schon zwickt und quietscht.
75 EUR
03.03.22 (5x)
DO 19.15-20.30 Uhr
Turnsaal der NÖMS

14 Gesundheitsyoga für (mehr) Kraft und Energie

Gesunde Bewegung erfordert einen stabilen Stützapparat. Durch sanfte Kräftigung deiner Muskulatur bringst du (mehr) Energie in Körper und Seele. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Auch geeignet wenn's dort und da schon zwickt und quietscht.
75 EUR

21.04.22 (5x)
DO 19.15-20.30 Uhr
Turnsaal der NÖMS

15 Yoga für Schwangere

75 EUR
Kursbeginne: 13.01., 03.03. u. 21.04.22 (je Kurs 5x)
DO 17.30-18.45 Uhr
Turnsaal der NÖMS

16 ONLINE – Gesundheitsyoga für den Beckenboden über „JITSI MEET“

- wahrnehmen, spüren, kräftigen und entspannen deines Beckenbodens. Auch für junge Mütter ab 12-16 Wochen nach einer Geburt (oder nach erfolgter Rückbildung) geeignet. Damit du dein Baby nicht herumschleppen musst und gemütlich zu Hause üben kannst, findet dieser Kurs ONLINE statt.

75 EUR
16.02.22 (5x)
MI 9.00-10.15 Uhr

KURSE 12-16:

Martina Schörghofer, zert. Gesundheits- und Schwangere-
renyogalehrerin, Anmeldung und Info: 0677 612 25 410,
mamartina@gmx.at

17 Ein fröhlicher, tanzender und hüpfender Körper durch Bodyweight Training

Als Bodyweight Training bezeichnet man eine sportliche Übung, die das eigene Körpergewicht nutzt und somit eine Form des Kraft- und Ausdauertrainings ist. Gewichte oder Fitnessgeräte kommen hier nur marginal zum Einsatz. Die Übungen beanspruchen viele Muskelpartien und beinhalten Bewegungsabläufe, die Muskeln aufbauen, deinen Körper straffen und deine Fitness steigern können. Hierbei wird deine intramuskuläre Koordination und die Effizienz einzelner Körperregionen trainiert. Ebenso wird deine Fettverbrennung angekurbelt und wirkt sich positiv auf Blutdruck und Puls aus.

Dein Benefit:

- mehr Kraft,
- mehr Ausdauer,
- eine definierte Körperstruktur,
- Entlastung der Wirbelsäule und Gelenke und somit eine
- selbstbewusste aufrechte Haltung.

Zielgruppen:

- Jugendliche ab 14 Jahren
- Alle, die einen sitzenden, fordernden Beruf haben
- Ausdauersportler, um ihre Leistungsperformance zu verbessern
- für alle ab 50 Jahre, um nach dem Arbeitsleben anhaltend fit und gesund zu bleiben

Martin Raidl, Dipl. Gesundheits- und Fitnesstrainer

89 EUR
13.1.22 (10x)
DO 19.00-20.15 Uhr
Turnsaal der NNÖMS

18 Badminton

ÜL Roman Flicker
35 EUR (Schüler u. Studenten 30 EUR)
16.02.22 (10x)
MI 19.00-21.00 Uhr
Turnsaal der NÖMS

19 Volleyball

DMS OSR Johann Dangl
60 EUR
16.02.22 (10x)
MI 19.30-21.00 Uhr
Turnsaal der NÖMS

KREATIVES

20 Fotoclub

Dipl. Päd. Herbert Dietrich
25 EUR Jahresbeitrag
ab 07.02.22, jeden 1. MO im Monat
MO 19.30-21.30 Uhr
Rasthof Stefanie, Edelwehrgasse 8
Anmeldung bei jedem Clubabend möglich!

21 ONLINE Haarstyling-Workshop „DIY Frisurenideen“ – leichte Flecht- und Dirndlfrisuren über die „ZOOM-APP“

Sie erhalten vor Kursbeginn bebilderte Schritt-für-Schritt-Anleitungen der einzelnen Frisuren, die während des Workshops vorgezeigt und gleich an sich selbst ausprobiert werden können. Ideal ab Schulterlänge!
25 EUR
29.12.21
MI 18.00-20.00 Uhr

22 ONLINE Schmink-Workshop – natürlich – schnell – einfach über die „ZOOM-APP“

In diesem interaktiven Workshop lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie sich mit nur sechs Produkten ein strahlendes und natürliches Make-Up zaubern können. Auch für Schminkanfängerinnen geeignet!
25 EUR
27.12.21
MO 18.00-20.00 Uhr

Kurse 21-22:

Cornelia Trinko, Visagistin u. Hochzeitsstylistin
Anmeldung und Info: 0680 331 17 64,
beautycoach@connytrinko.at

KURSSTANDORTE

Volksschule

Schulgasse 2

Neue NÖ Mittelschule (NÖMS)

A. Ullrich Gasse 7 (VHS Eingang über die Eisentreppe neben dem unteren Eingang der NÖMS)

Tagesstätte Zuversicht

Kleinpertholz 17

Pfarrhof Heidenreichstein

Kirchenplatz 4, (Pfarrsaal)

ANMELDUNG

VB Nicole Spießmaier, Stadtgemeinde, Kirchenplatz 1, 02862 523 36-210,

nicole.spießmaier@heidenreichstein.gv.at

www.heidenreichstein.gv.at/Bildung_Kultur_VHS

(Online-Kursanmeldung)

Teilnahmevoraussetzung für alle Kurse ist die Einhaltung der aktuell geltenden Corona-Regeln!

Die Anmeldeformalitäten und Datenschutzbestimmungen sind auf der Homepage der Stadtgemeinde Heidenreichstein unter www.heidenreichstein.gv.at/Bildung_Kultur/Volkshochschule ersichtlich.



Wir wünschen allen Kunden und Freunden ein schönes Weihnachtsfest und einen guten Start ins Jahr 2022!

Wir sagen DANKE für Ihr Vertrauen und Ihre Treue und freuen uns auf eine weiterhin gute Zusammenarbeit!



Wir sagen Danke und wünschen ein friedliches Weihnachtsfest sowie ein farbenfrohes neues Jahr 2022!

ADLER
FARBEN MEISTER

Schönheit für
HAUS + HEIM

RUDOLF
Haslinger
farbe & wohndecor GmbH

02862/52196
A-3860 Heidenreichstein, Bahnhofstraße 25
www.haslinger-maler.at

INKU
FACHBERATER

Malermeister

DAMENMODE | STRUMPFWAREN | WÄSCHE | GESCHENKE | TASCHEN

STRUMPFWARE
FABRIKSPREISE

- 10 %
HUBER-WÄSCHE

- 20 %
DAMENMODE

GOLDEN-LACH | HUBER | ISA | Luwa | NATUBANA | Slamp | slaggi | Triumph

WOLLE | HANDARBEITEN | BASTELN | NÄHEN | DEKOARTIKEL

Ingrid Sauerl
Heidenreichstein

TEXTIL
OUTLET

KREATIV
CENTER

Stofffachgeschäft
Trend: Jersey

HEIDENREICHSTEIN

www.sauerl-kreativ-u-textil.at

Waidviertel
Wäxtiachtln & -taschtln
Eigene Erzeugung

www.stoffig-shop.at

GEBURTEN

 **Leon Steiner**, Heidenreichstein

Geburten werden nur veröffentlicht, wenn eine schriftliche Einwilligung am Stadamt erteilt wurde.

EHESCHLIESSUNGEN



Thomas Reisner
Wien
Lisa Sam
Heidenreichstein



Andreas Unger
Michaela Fraiβl
Loosdorf



Stefan Apfelthaler
Corinna Hochstöger
Altmanns



Manuel Gaugusch
Annika Loidolt
Heidenreichstein



Markus Lisy
Kerstin Gegenbauer
Thaya

Markus Redl
Astrid Mader
Heidenreichstein

Roland Edinger
Olesja Domennikova
Litschau

Bernhard Dürr
Sonja Bauer
Hoheneich

Eheschließende unterzeichnen die Zustimmungserklärung für die Veröffentlichung bei der „Niederschrift zur Ermittlung der Ehefähigkeit“.

STERBEFÄLLE

Gertraud Kaufmann, 81, Heidenreichstein
Elisabeth Öllinger, 78, Horn
Anna Appel, 87, Heidenreichstein
Otmar Langegger, 82, Thauras
Rudolf Haslinger, 66, Heidenreichstein
Hedwig Hirsch, 81, Heidenreichstein
Margarethe Böhm, 82, Heidenreichstein
Manfred Wurz, 80, Kleinpertholz
Alfred Novotny, 86, Heidenreichstein

Josef Bauer, 84, Haslau
Alexander Birnzain, 35, Heidenreichstein
Herbert Pölz, 81, Heidenreichstein
Werner Martin Bartl, 56, Wielandsberg
Franz Granner, 84, Eberweis
Leopold Moldaschl, 83, Heidenreichstein
Hermine Wais, 82, Seyfrieds
Gottfried Zalesak, 77, Heidenreichstein



EHRUNGEN & JUBILÄEN



90er
Raimund Wurz

90. GEBURTSTAG



Aurelia Weisgram

80er

- Kurt Hofbauer
- Maria Böhm
- Melitta Hergesell
- Maria Österreicher
- Helena Lošová
- Anna Leyrer
- Manfred Schuster
- Irene Schindl
- Karl Flicker
- Karl Rath
- Sieglinde Rychetsky
- Gerold Nöbauer
- Albert Bednarek
- Maria Pufler
- Josef Brand
- Lucia Rangl
- Dr. Anni Pfeiffer

GOLDENE HOCHZEIT

Anna und Wilhelm Bauer

Karl und Martha Dangl

Elfriede und Friedrich Böhm

Elfriede und Reinhard Fürnweiger

DIAMANTENE HOCHZEIT

Mathilde und Felix Apfelthaler

Leopoldine und Alfred Reiningger

Christa und Rudolf Lamprecht

Melitta und Heinz Binder

EISERNE HOCHZEIT

Otilie und Hubert Buxbaum

GOLDENE HOCHZEIT



Maria und Karl Maurer

DIAMANTENE HOCHZEIT



Elfriede und Richard Pöppel

EISERNE HOCHZEIT



Helga und Friedrich Spazierer

AKTIV- UND GESUNDHEITSTAG IN HEIDENREICHSTEIN

Ganz im Zeichen des „Genuss“ stand der 20. Heidenreichsteiner Aktiv- und Gesundheitstag Mitte Oktober.

Das Thema Genuss wurde von verschiedenen Sichtweisen beleuchtet, die Besucher konnten sich bei dreißig Ständen über Maßnahmen zur Gesunderhaltung, Bewältigung von Gesundheitsproblemen und Verbesserung der Lebensqualität mit mehr Genuss durch regionales und saisonales Einkaufen informieren und beraten lassen. Beim On-Tour-Bus von Natur im Garten erhielten die Interessierten Auskunft über Selbstversorgung mit Gemüse aus dem eigenen Garten oder vom eigenen Balkon. Beim Vortrag von Réne Zimmermann über "Regenerative Aspekte von Gemüse, Kräutern und Fermentation", konnte ein Kräutersalat und ein fer-

mentiertes Getränk verkostet werden. Beim Vortrag von Mag. Franziska Popp „Wildkräuter – Gesundheit, die uns zu Füßen liegt“ wurde eine Kräuterbutter, ein Wildkräuteraufstrich und eine Heilsalbe zubereitet. Der Vortrag von Sabrina Stöckel, BSc „Wir setzen einen Sauerteig an“ war mit Verkostung von selbstgebackenem Brot. Auch die Vorträge „Essen – ein Tor zur Welt, Gesundheit und Leben“ von Dr. Alexander Erlach und „Genuss und Gesundheit - wie kann man das vereinen?“ von Dr. Sabine Fröhlich waren sehr interessant. Auch die Abschlussdiskussion mit Vortragenden, Besuchern, Standbetreuern und Teilnehmern des Arbeits-

kreises, welche von Mag. Martin Hetzendorfer moderiert wurde, fanden alle sehr interessant.



© Müllner

Den Hauptpreis - ein Wellness-Wochenende für zwei Personen - gewann Frau Anita Fronhofer aus Heidenreichstein.

VORTRAG

GENUSSTRAINING – ESSEN MIT ALLEN SINNEN „Essen ist ein Bedürfnis, Genießen jedoch eine Kunst“

Auch in Österreich nehmen Lebensmittel leider vermehrt einen niedrigen Stellenwert ein. Essen ist ein Stück Lebensqualität und viel mehr als nur bloße Nahrungsaufnahme. Alle Sinne essen mit.

Es wird den Teilnehmern der Genuss durch Tasten, Schmecken, Riechen und Hören unterschiedlicher Lebensmittel wieder nähergebracht.

Datum: Dienstag, 25. Jänner 2022

Zeit: 19.00 Uhr

Ort: Rasthof Stefanie

Referentin: Diätologin Birgitt Schwarzinger

MENTAL FIT ONLINE-VORTRAG FÜR GESUNDE GEMEINDEN

"Herzengesangelegenheiten"

Dienstag, 14. Dezember 2021 um 19.00 Uhr, mit Referentin Natalia Ölsböck

Die Teilnahme an dem Vortrag ist unter <https://www.noetutgut.at/schwerpunkte/mental-fit/moeglich>.

VORANKÜNDIGUNG

Anfang März findet ein Informationsabend „**Schlank in den Frühling – Schlank mit Kneipp!**“ mit der „Schlank mit Kneipp®“-Trainerin Maria Hafellner im Seminarraum der Stadtapotheke Heidenreichstein statt. Die Teilnahme am INFO-Abend ist kostenlos!

INFO

Die nächste **Sitzung des Arbeitskreises Gesundheit Heidenreichstein** findet am **Dienstag, 11. Jänner 2022 um 17.00 Uhr** im Rasthof Stefanie statt.

Alle an Gesundheit Interessierten oder im Gesundheitsberuf Tätigen sind dazu herzlich eingeladen.

BLEIB GESUND! "HEILFAKTOR HERZLICHKEIT UND ZUWENDUNG"



Renate Dejmek, MSc

Wir haben einen natürlichen Impuls in uns, jemanden in den Arm zu nehmen oder ihm Zuwendung zu schenken.

In der jetzigen Zeit kommen Herzlichkeit und Zuwendung immer mehr abhanden und viele bemerken es nicht einmal.

Eine persönliche Zuwendung kann durch soziale Medien (z.B. Facebook) oder medizinische Geräte (z.B. Massageräte, Roboter) nicht ersetzt werden.

Heutzutage hat sich die gespielte "Bussi-Bussi Gesellschaft" etabliert. Die Menschen geben sich sehr oft auch nur mehr nett, wenn ein entsprechender Erfolg zu erwarten ist. Die Berührungen sind dann flüchtig

Der Mensch ist ein Beziehungswesen, das berührt werden will oder berühren will.

und oberflächlich.

Bei einer Zuwendung in Form einer angenehmen Berührung werden Glückshormone wie Dopamin und Serotonin ausgeschüttet und das Hormon Oxytocin freigesetzt, das ein Bindungsgefühl auslöst.

Der unerfüllte Wunsch nach Geborgenheit, Nähe und Zuwendung mündet oft in Verhaltensstörungen, Sucht, mangelndem Selbstwert und Krankheit.

**"Man muss nicht viel besitzen
um viel geben zu können!
Die Geste die von Herzen kommt,
die macht's aus."**

(Tina Wolf)

Viele können es sich nicht vorstellen, aber Herzlichkeit und Zuwendung wirken sich positiv auf uns Menschen, unseren Körper und unser Umfeld aus. Herzlichkeit und Zuwendung in Form einer Umarmung, eines Gespräches oder der Berührung einer schmerzenden Stelle mildern Schmerzen, stärken das Immun-

system, beleben, bauen Spannungen ab, mildern Depressionen und erzeugen das Gefühl, sich jünger und leistungsfähiger zu fühlen.

Gerade auch bei Beziehungsproblemen ist es wichtig, sich einander wieder zu nähern, denn es ist oft die Nähe zueinander, die mit den Jahren verloren gegangen ist.

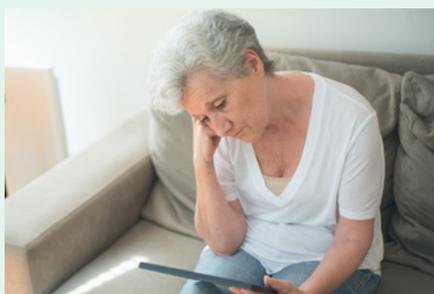


© Pixabay

Gemeinsame Unternehmungen mit netten Menschen, das Halten von Haustieren, soziale Kontakte, Engagement in Vereinen oder in der Nachbarschaftshilfe sind eine gute Ergänzung.

Warten wir nicht, bis jemand auf uns zukommt, machen wir den ersten Schritt!

EINSAMKEIT MUSS NICHT SEIN!



© Kampus Production von Pexels

Sie fühlen sich einsam? Möchten Sie gerne einmal plaudern? Wollen Sie Besuch bekommen oder selbst jemanden besuchen?

Es ist eine Anlaufstelle im Aufbau, um Personen aus Einsamkeit und Isolation herauszuholen und zusammenzubringen.

Sollten Sie Interesse haben, rufen Sie bitte an! Tel. 0664 646 67 47, Gesundheitsstadträtin Eveline Eigenschink.



Unser Team wünscht
fröhliche Weihnachten
und einen guten Rutsch ins neue Jahr!

Wir freuen uns, Sie in unserer Genusswelt begrüßen und kulinarisch verwöhnen zu dürfen!

Riedl's GenussWelt
Restaurant & Kaufhaus

Geschenktipp:
UNSERE GUTSCHEINE ZUM SPEISEN UND EINKAUFEN!
Einzulösen in der Genusswelt, im Kaufhaus oder im Bike-Geschäft. Betrag frei wählbar.

Riedl's Genusswelt KG | A-3863 Leopoldsdorf 18
02863 / 8240 | 0664 / 464 10 90
info@genusswelt-riedl.at | www.genusswelt-riedl.at

Malermeister Hofmann

- Malerei - Fassaden - Anstrich
- Mobile Fassadenreinigung

Tel.: 0664 / 910 27 77




sauberefassade.com farbe-design.at
@sauberefassade.com farbe-design.at

kostenlose Probefläche



Wir leben Fisch
Fischverkauf Heidenreichstein
Schremser Straße 9



Öffnungszeiten

Ab 22.10.2021 jeden Freitag
von 09:00 bis 11:00 Uhr

Weihnachten 2021

Montag 20.12. bis
Donnerstag 23.12.2021
von 08:00 bis 12:00 & 13:30 bis 17:00 Uhr
Freitag 24.12. von 08:00 bis 12:00 Uhr



Silvester 2021

Freitag 31.12.2021
von 09:00 bis 11:00 Uhr

2022

Freitag 04.02.2022 & 18.02.2022
von 09:00 bis 11:00 Uhr

Faschingsdienstag 01. März 2022

von 09:00 bis 11:00 Uhr

Fische in Bio Qualität Waldviertler Bio Karpfen

ERSTE HILFE BEI HALSSCHMERZEN



Mag. Alice Wittig-Pascher

Rauer Hals, keine Stimme oder sogar Schmerzen? Wer kennt dieses Problem im Winter nicht allzu gut.

für eine rasche Abheilung sorgen. Lutschtabletten und Gurgellösungen entfalten ihre Wirkung im vorderen Mund- und Rachenbereich, in tiefere Regionen dringen die Wirkstoffe meist nicht oder nur in geringem Ausmaß vor. Bei Präparaten zum Einsprühen kann der Wirkstoff gut in das Entzündungsgebiet gelangen und dort Linderung verschaffen.

Am schnellsten wirken schmerzstillende Tabletten oder Säfte zum Einnehmen wie Paracetamol, Acetylsalicylsäure und Ibuprofen. Sie lindern Halsschmerzen rasch und über mehrere Stunden anhaltend.



© pixabay

ANWENDUNGSTIPPS:

- Lutschtabletten, Gurgellösungen und Rachensprays wendet man am besten gleichmäßig über den Tag verteilt nach den Mahlzeiten an, damit die Wirkstoffe möglichst lange im Mund verweilen und wirken können.
- Halstabletten dabei so lange wie möglich im Mund zergehen lassen und nicht zerbeißen. Dazu schiebt man sie am besten in eine Wangentasche. Vorsicht bei Lutschtabletten für kleine Kinder: Sie müssen schon richtig lutschen können.
- Wer gurgelt, sollte dies ausreichend lange durchführen – mindestens sechzig Sekunden sollten es schon sein.

Wer unter Halsschmerzen leidet, möchte schnell Linderung. Lutschtabletten mit Inhaltsstoffen wie Salbei, Menthol, Salz oder Isländisch Moos wirken desinfizierend und umgeben die entzündeten Schleimhäute mit einem beruhigenden Schutzfilm. Auch Präparate mit Hyaluronsäure weisen diesen Effekt auf, während Zusätze mit Dexpanthenol

MEDIKAMENTE RICHTIG ENTSORGEN



© Pixabay

In vielen Städten ist es mittlerweile schwierig, seine Altmedikamente

richtig zu entsorgen. Nicht so in Heidenreichstein.

Durch eine Kooperation der Stadtgemeinde Heidenreichstein mit der Apotheke ist es gelungen, den Bürgern weiterhin das Service anzubieten, ihre Altmedikamente, wie bisher bewährt, in der Apotheke abzugeben.

Das Service ist weiterhin kostenfrei.

UND SO FUNKTIONIERT ES:

- Altmedikamente aus der Papierverpackung nehmen
- Papier und Beipackzettel in den privaten Papiermüll geben
- Blister, Fläschchen etc. in die Apotheke bringen.
- Nadeln, Spritzen etc müssen in speziellen Nadelbehältern gesammelt werden!


MASSAGEFACHINSTITUT
 Jasmin Dejmek

MASSAGEFACHINSTITUT JASMIN DEJMEK
 Grabengasse 1 • 3860 Heidenreichstein
 Jasmin +43 664 45 40 719 • Renate +43 664 15 38 431
 Telefon +43 2862 52 437
 massage@dejmek.at • www.massage.dejmek.at
 Termine nach Vereinbarung!

VERMESSUNG
 DI Weißenböck
 Morawek

Wir schaffen GRUNDLAGEN


3950 Gmünd | Gymnasiumstraße 2
 Telefon: 02852 / 531 61 | Fax: DW-31
 www.dervermesser.at

Staatlich befugter und beideter
 Ingenieurkonsulent
 für Vermessungswesen



janetschek
DRUCK | MEDIEN | DESIGN

Ihre Werbung?
Natürlich + nachhaltig!

Wir drucken Ihre
Botschaften auf Materialien
aus nachwachsenden
Rohstoffen.



www.janetschek.at

BETRIEBSSELSORGE OBERES WALDVIERTEL

MÄNNERRUNDE

Montag: 20.00 Uhr,
6.12.2021, 10.1., 7.2.2022

BIBELCAFÉ

Mittwoch: 17.00 Uhr,
22.12.2021, 26.1., 23.2.2022

KAB FRAUENRUNDE

Dienstag: 15.00 Uhr,
21.12.2021, 15.1., 22.2.2022

MUTTER-KIND-RUNDEN

Mittwoch: 9.00 – 13.00 Uhr,
15.12.2021, 12. und 26.1., 16.2.2022

Veranstaltungsort:

Betriebsseelsorge Oberes Waldviertel
Pertholzer Straße 16

TREFFEN FÜR ARBEIT SUCHEnde PERSONEN

Freitag: 10.00 – 12.00 Uhr,
3.12.2021, 4.2.2022

Veranstaltungsort:

Heidenreichsteiner Arche
Patriazentrum, Litschauer Straße 2

Ob und in welcher Form die Veranstaltungen stattfinden können, hängt von den aktuellen Corona-Bestimmungen ab.

Anmeldung für alle Veranstaltungen erbeten.

Informationen: Betriebsseelsorge Oberes Waldviertel,
Pertholzer Straße 16, 02862 522 93, www.bsowv.at

RAT UND HILFE

KONSUMENTENBERATUNG

Persönliche Beratungstermine
jeden Montag 9.30 - 11.30 Uhr
Bezirksstelle Gmünd
Weittraer Straße 19, 3950 Gmünd

Terminvereinbarung: 05 71 71-25450
noe.arbeiterkammer.at/konsumententermine

BERATUNG

MUTTER-ELTERN-BERATUNG

Rathaus Heidenreichstein,
Kirchenplatz 1, 2. Stock,
22. Dezember 2021, 26. Jänner,
23. Februar 2022, 8.30 – 9.30 Uhr

In der Beratungsstelle achten Sie bitte auf die Hygieneregeln und halten Sie Abstand, das Tragen einer FFP2 Maske für Eltern ist verpflichtend. Bitte kommen Sie nicht wenn Kinder oder Eltern krank sind.

GESUNDHEITS- UND PFLEGESERVICE

NÖ Volkshilfe – Ortsgruppe
Heidenreichstein
Auskunft: Sozialstation Heidenreichstein,
Litschauer Str. 2/6,
Regionalbüro Gmünd
0676 870 05 71 40
8.00 – 12.00 Uhr

BERATUNG IN BEHINDERTEN- ANGELEGENHEITEN

Kriegsopfer- & Behindertenverband
Kammer für Arbeiter und Angestellte
NÖ, Weitraerstr. 19, 3950 Gmünd
Persönliche Beratungen sind derzeit nur nach vorheriger Terminvereinbarung unter 01 406 15 86-47 und unter Verwendung einer FFP2 Maske möglich.

SERVICE

SOLARTAXI HEIDENREICHSTEIN

Betriebszeiten:
Mo – Fr 7.30 – 17.30 Uhr
Sa 8.00 – 12.00 Uhr
ausgenommen Feiertage
0664 88 29 82 98

STILLBERATUNG

Rathaus Heidenreichstein,
Kirchenplatz 1, 2. Stock
22. Dezember 2021, 26. Jänner,
23. Februar 2022, 9.30 Uhr

In der Beratungsstelle achten Sie bitte auf die Hygieneregeln und halten Sie Abstand, das Tragen einer FFP2 Maske für Eltern ist verpflichtend. Bitte kommen Sie nicht wenn Kinder oder Eltern krank sind.

SHG FÜR TINNITUSBETROFFENE, MENSCHEN MIT HÖRSTURZ UND MORBUS MENIÈRE

Leitung: Marianne Popp
Lärchengasse 14,
0676 717 44 56
jeden 1. Mittwoch der geraden
Monate
19.00 Uhr
Burgstüberl, Heidenreichstein

SCHULDNERBERATUNG

Landstraße 52, 3910 Zwettl
Bitte um vorherige
Terminvereinbarung unter
02822 570 36.

BESTATTUNG

Inghofer, Kleinpertholz 18,
02862 525 50
Wir sind jederzeit für
Sie erreichbar.
Traueranzeigen
www.bestattung-inghofer.at

BETRIEBSSEELSORGE OBERES WALDVIERTEL

Pertholzer Str. 16, Heidenreichstein
Mo – Fr 8.00 – 12.00 Uhr

02862 522 93
0676 826 68 81 78

office@bsowv.at
www.bsowv.at

HEIDENREICHSTEINER ARCHE

Beratungsstelle für Arbeitsuchende
Patriazentrum, Heidenreichstein
Mo – Fr 8.00 – 12.00 Uhr

02862 280 83
0664 653 96 52

hsteiner-arche@bsowv.at
www.bsowv.at

SPRECHTAG NOTAR

Rathaus Heidenreichstein,
Kirchenplatz 1, Sitzungszimmer
Mag. Gerald Wagner
jeden Montag, 13.30 – 16.00 Uhr
Bitte um vorherige
Terminvereinbarung unter
02865 5006.

NOTRUFNUMMERN

Feuerwehr 122
Polizei 133
Polizei Heidenreichstein 0591333404
Rotes Kreuz 144
Ärztendienst 141
Euro-Notruf 112
Tel. Gesundheitsberatung 1450
Rotes Kreuz für Krankentransporte
(nicht dringend) 148 44



WOCHENEND- & FEIERTAGS-BEREITSCHAFTSDIENSTE

ÄRZTE

Wochenend- und Feiertagsdienst
8.00 bis 14.00 Uhr, Ordinationsbe-
trieb von **9.00 bis 11.00 Uhr**.

Bitte um Terminvereinbarung.
In der Nacht von 19.00 bis 7.00 Uhr
rufen Sie bitte den Ärztenotdienst
Tel. 141. www.arztnoe.at

DEZEMBER 2021

4./5. Dr. Michael MÜLLER,
02863 8244
8. Dr. Clemens BINDER,
02862 53122
11./12. Dr. Alexander GABLER,
02862 52525
18./19. Dr. Clemens BINDER,
02862 53122
24. Dr. Alexander GABLER,
02862 525 25
25./26. Dr. Astrid CISAR,
02862 584 66
31. Dr. Josef ZIEGLER,
02859 7320

Die Einteilung der Wochenend- und
Feiertagsdienste für die Monate Jän-
ner und Februar 2022 waren bis zum
Redaktionsschluss noch nicht abruf-
bar.

Die Dienste finden Sie im Internet un-
ter www.arztnoe.at



© freepik

APOTHEKEN

Dienstbereitschaft Nacht-und
Wochenenddienste.

Apotheke Heidenreichstein,
Schremser Straße 18, 02862 522 28,
www.apotheke-heidenreichstein.at

Apotheke Litschau
Stadtplatz 75, 02865 278,
www.stal.at

Apotheke Schrems
Hauptplatz 6, 02853 772 35,
www.apotheke-schrems.at

DEZEMBER 2021

APOTHEKE HEIDENREICHSTEIN
2., 7., 10./11./12., 15., 20., 23., 28., 31.

APOTHEKE LITSCHAU
3./4./5., 8., 13., 16., 21., 24./25./26., 29.

APOTHEKE SCHREMS
1., 6., 9., 14., 17./18./19., 22., 27., 30.

JÄNNER 2022

APOTHEKE HEIDENREICHSTEIN
1./2., 5., 10., 13., 18., 21./22./23.,
26.,31.

APOTHEKE LITSCHAU
3., 6., 11., 14./15./16., 19., 24., 27.

APOTHEKE SCHREMS
4., 7./8./9., 12., 17., 20., 25., 28./29./30.

FEBRUAR 2022

APOTHEKE HEIDENREICHSTEIN
3., 8., 11./12./13., 16., 21., 24.

APOTHEKE LITSCHAU
1., 4./5./6., 9., 14., 17., 22., 25./26./27.

APOTHEKE SCHREMS
2., 7., 10., 15., 18./19./20., 23., 28.

TIERARZT

Jedes Wochenende
Dr. Wolfgang KÜHTREIBER,
Litschau, 02865 5900

ZAHNÄRZTE

Samstag Sonn- und Feiertage,
von **9.00 bis 13.00 Uhr**.
www.notdienstplaner.at

DEZEMBER 2021

4./5. DDr. Thomas ADENSAM,
Schrems, 02853 762 77
8. Dr. Veronika KHEMIRI,
Schwarzenau, 02849 271 41
11./12. DDr. Michael BILEK,
Hoheneich, 02852 51860
18./19. Dr. Peter TOTH,
Thaya, 02842 546 32
24./25./26. Dr. Philipp HERZOG,
Gmünd, 02852 209 20
31. Dr. Thomas FITZ,
Waifhfen/Thaya, 02842 525 97

JÄNNER 2021

1. Dr. Klaus FIETZ,
Zwettl, 02822 535 68
6. Dr. Robert DESBALMES,
Gmünd, 02862 537 55
8./9. Dr. Vera STANEK-LEMP,
Horn, 02982 3239
15./16. Dr. Marlis BERGMANN,
Schrems, 02853 765 20
22./23. DDr. Hubert GRIESSNIG,
Weitra, 02856 204 66
29. Dr. Klaus FIETZ,
Zwettl, 02822 535 68

FEBRUAR 2021

5./6. Dr. Gertrude WEISSINGER,
Rappottenstein, 02828 8410
12./13. Dr. Xenia
SCHÄGERL-TÜRSCHENREUTH,
Zwettl, 02822 52968
19./20. Dr. Gernot BLABENSTEINER
Schweiggers, 02829
26./27. Dr. Fahim AZIMY,
Gmünd, 02852 529 03

ORDINATIONSZEITEN PRAKTISCHE ÄRZTE

DR. ASTRID CISAR

Heidenreichsteiner Str. 77, Aalfang,
02862 584 66

Mo, Di, Mi von 8.00 bis 11.00 Uhr

Mi von 16.00 bis 18.00 Uhr

Fr 14.00 bis 17.00 Uhr

DR. ALEXANDER GABLER

Mühlgasse 8, Heidenreichstein,
02862 525 25

Mo, Do, Fr von 7.30 Uhr bis 12.30 Uhr

Mi von 13.00 bis 18.00 Uhr

DR. CLEMENS BINDER

Litschauer Str. 11, Heidenreichstein,
02862 531 22

Mo, Di von 8.00 Uhr bis 13.00 Uhr,

Do von 11.00 bis 17.00 Uhr

Fr von 8.00 bis 12.00 Uhr

ORDINATIONSZEIT FRAUENFACHARZT

DR. ROBERT KRALICEK

Schremser Str. 18/1/1, Heidenreichstein,
02862 537 37

0650 445 96 65 (im Notfall)

Di von 14.30 bis 17.30 Uhr

Do von 16.00 bis 19.00 Uhr

Mi, Fr von 8.30 bis 11.30 Uhr

ROTKREUZSTELLE HEIDENREICHSTEIN BERICHTET

156 Spender stellten sich bei der Blutspendeaktion im Oktober in Heidenreichstein in den Dienst der Allgemeinheit. 11 Spender mussten leider abgewiesen werden.

Jubiläumsspender:

- 140. Spende: Erich Mader
- 115. Spende: Vzlt. Friedrich Riegler
- 105. Spende: Robert Weinberger, Wolfgang Kahl,
- 95. Spende: Martin Bittermann, Andreas Anibas, Josef Hetzendorfer
- 90. Spende: Anton Czetina
- 80. Spende: Andreas Lugus
- 75. Spende: Bernhard Hauer
- 70. Spende: Wolfgang Wagner
- 65. Spende: Hermann Hinterhoger
- 55. Spende: Helga Böhm
- 45. Spende: Ing. Christian Kotz, Helmut Altschach
- 40. Spende: Gerhard Traun
- 30. Spende: Christian Scherzer, Maximilian Zimmermann, Alfred Prazak
- 25. Spende: Marcel Weghofer
- 20. Spende: Daniel Großler
- 15. Spende: Vladimir Eichler, Patrick Pichler, Rene Böhm
- 10. Spende: Karin Schuster
- 5. Spende: Jürgen Immervoll, Anita Herzog, Stephan Hetzendorfer, Felix Steindl

In Anerkennung besonderer Verdienste um das Blutspendewesen erhielten bei dieser Spendenaktion nachangeführte Spender eine Auszeichnung:

"Silberne Verdienstmedaille":

Anna Brayer und Erich Kranner

"Bronzene Verdienstmedaille":

Patrick Breinhölder, Johannes Hahnl, und Ing. Andreas Maurer

Bei ALLEN Spendern bedanke ich mich auf das Herzlichste für Ihre Treue und wünsche Ihnen Gesundheit und Gottes Segen für die Zukunft.

NACHFOLGE

Nach 19 Jahren, bei 75 Blutspendeaktionen mit über 13.000 Spendern, lege ich die Organisation in "jüngere Hände".

Frau Gabriela Pichler-Litschauer wird ab 2022 das Blutspenden in Heidenreichstein koordinieren.

Einen herzlichen DANK an meine bewährten, freiwilligen ehemaligen bzw. langjährigen Mithelfer: wie Willi Bauer, Thomas Bartl, Hans Drnek, Inge Flicker, Peter Hofbauer, Gerhard Litschauer, Gabriela Pichler-Litschauer, Maria u. Gerhard Macho, Bettina Miniböck, Henriette Österreicher, Leopold Ramharter, Walter Schattauer, Renate u. Günther Waldhäusl, Gabriele u. Karl Wunsch sowie Silvia Tanzer.

Im Gedenken an Erna Gastinger u. Kurt Willert und Hannes Rammel.

Ohne ihre tatkräftige Unterstützung hätten die Aktionen nicht durchgeführt werden können.

Monika Frank

Blutspendeaktionen 2022:

Jeweils am Donnerstag den 13. Jänner, 21. April, 14. Juli, 13. Oktober von 09.00-12.00 und 14.30-19.00 Uhr, Einsatzzentrale.

CHRISTBAUM AM STADTPLATZ

Der Christbaum am Stadtplatz wurde von Familie Gruber, Seyfrieds 55, zur Verfügung gestellt. Die Firma Talkner Ges.m.b.H. übernahm wieder kostenlos die Aufstellung. Die Anbringung der Weihnachtsbeleuchtung wurde von der Firma Stark Elektro & Kälte ebenfalls kostenlos durchgeführt.

Die Stadtgemeinde Heidenreichstein bedankt sich sehr herzlich.



STRASSENLAMPEN

Sollte Ihnen im Gemeindegebiet Heidenreichstein eine defekte Straßenlampe auffallen, ersucht Sie die Stadtgemeinde Heidenreichstein, diese im Bürgerservice, Stadtplatz 1, bei Alfred Haufek, zu melden, 02862 523 36-213. Vielen Dank für Ihre Mithilfe!

CHRISTBAUM- ENTSORGUNG

Wie schon in den vergangenen Jahren, werden auch im kommenden Jahr wieder die Christbäume zur Zerkleinerung zu Häcksel- und Kompostmaterial übernommen.

Die Abholung der Bäume erfolgt am **Montag, 10. Jänner 2022** durch den Bauhof der Stadtgemeinde Heidenreichstein.



SCHNEERÄUMUNG DER GEHSTEIGE



© Pixabay

WER MUSS WAS RÄUMEN UND STREUEN?

Im Ortsgebiet gelegene und dem öffentlichen Verkehr dienende Gehsteige und Gehwege, einschließlich der dazugehörigen Stiegenanlagen, müssen von Schnee und Verunreinigungen gesäubert sowie bei Schnee und Glatteis bestreut werden (§ 93 StVO).

Diese Verpflichtung trifft die Eigentümer von Liegenschaften, die an den Gehsteig bzw. Gehwegangrenzen, sofern dieser nicht mehr als 3 Meter von der Grundstücksgrenze entfernt ist.

Darüber hinaus müssen Schneeweichten und Eiszapfen, von den Dächern der an der Straße gelegenen Gebäude entfernt werden.

WO UND WANN IST ZU RÄUMEN UND ZU STREUEN?

Zu räumen bzw. zu streuen ist entlang der gesamten Grundstücksgrenze, und zwar in der Zeit von 6.00 Uhr bis 22.00 Uhr. Gehsteige und Gehwege sind in ihrer gesamten Breite zu räumen. Ist ein Gehsteig oder Gehweg nicht vorhanden, so ist der Straßenrand in einer Breite von 1 Meter zu räumen und zu bestreuen.

Der Schnee von Gehsteigen, aus Häusern und Grundstücken darf nicht auf die Straße bzw. Fahrbahn geräumt werden.

MÜLLABFUHRTERMINE DEZEMBER 2021/JÄNNER/FEBRUAR 2022

RESTMÜLL

22. Dezember
19. Jänner
16. Februar

BIOMÜLL

7. und 21. Dezember
4. und 18. Jänner
1. und 15. Februar

PAPIER

15. Dezember
27. Jänner

GELBER SACK

18. Jänner

Wichtig!

Bitte die Tonnen bzw. den „Gelben Sack“ für die Müllabfuhr bereits ab 7.00 Uhr bereitstellen!

ALTSTOFFSAMMELZENTRUM

Öffnungszeiten:
jeden Mittwoch im Monat von
12.00 bis 15.30 Uhr,
jeden 1. Samstag im Monat von
7.30 bis 11.00 Uhr,
ausgenommen an Feiertagen!

Abgabe von (nur Privatpersonen):

- Baum- und Strauchschnitt
- Sperrmüll
- Altholz
- Eisenschrott
- Elektroschrott
- Problemstoffe
- Verpackungsfolien
- Verpackungsstyropor
- NÖLI



SILOFOLIENSAMMLUNG

17. November und 16. Februar 14.00-14.30 Uhr, hinter der Einsatzzentrale, Litschauerstraße

Informationen zum Thema Abfall und Abfallvermeidung finden Sie auch auf der Homepage des Gemeindeverbandes Gmünd unter <https://gmueund.umweltverbaende.at>



JACQUES LEMANS



BRILLENGLASBESTIMMUNG • KONTAKTLINSEN • HÖRGERÄTE
AUGENOPTIK ÖSTERREICHER
UHREN • SCHMUCK

3860 HEIDENREICHSTEIN, MARKTGASSE 1 TEL. 02862/ 53693, FAX 02862/53693-4



SE-0176B
99,90€



SE-C176I
139€



SE-C177B
89,90€



SE-C185B
109€



SE-0178H
49,90€



1-2092F
160€



1-2092N
130€



1-2092G
160€



1-2109J
449€



1-2109H
399€

Machen Sie Eindruck durch Ausdruck

medienwerkstatt jonas

Außenwerbung und Werbetechnik

**XXL-DRUCK: Plakate, Transparente, Roll Ups,
Schilder, Leuchtwerbung u.v.m.**

jonas.werbetechniker.cc

Brunnengasse 6 • 3860 Heidenreichstein • Tel. 0 28 62 / 585 90 • medienwerkstatt@speed.at

MEISTERDACH
Zimmerer Dachdecker Spengler

H.ESCHELMÜLLER GmbH

Badergrabenweg 21 . A-3874 Litschau
02865 / 5955 . buero@meisterdach.at
www.meisterdach.at

„Ich bin ein Heidenreichsteiner“

Das echte Waldviertler Fenster.

Schauraum-Öffnungszeiten: Mo - Fr 8.00 - 17.00 Uhr,
Mo, Mi und Fr bis 18 Uhr, Sa 9.00 - 12.00 Uhr
Terminvereinbarung unter 02862/52477-52



Böhm-FENSTER

Industriestraße 3
3860 Heidenreichstein
Tel: 02862/52477-52
verkauf@boehm-fenster.at
www.boehm-fenster.at

POST AUS DER BURG

Wenn ich aus meinem Fenster in meinem Zimmer im zweiten Turm schaue, kann ich direkt das Treiben in der Stadt beobachten. Besonders faszinierend finde ich die großen Fahrzeuge. Bagger, Kran, Lastwagen und Traktoren machen zwar viel Lärm, sind aber wirklich sehr praktisch.

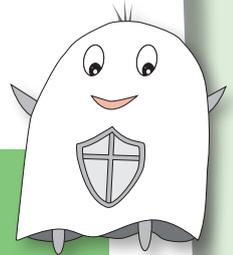
Als die Burg gebaut wurde, gab es das alles nicht. Statt dem Bagger wurde jedes Loch mit einer Schaufel gegraben. Die vielen Steine, die die Burg so sicher machen, wurden händisch zerkleinert und mit einem Ochsespann zur Burg-Baustelle transportiert. Auch einen Kran gab es nicht. Daher wurde jeder Stein entweder hochgetragen (und die waren sehr schwer) oder mit einem Flaschenzug nach oben gezogen. Und das ganz schön weit, denn der größte Turm der Burg, der Bergfried, ist 40 Meter hoch. Das ist so, wie wenn man einen Stein in einem Hochhaus

in den 13. Stock trägt. Puh, das war damals anstrengend. Deswegen dauerte es auch mehrere hundert Jahre, bis die Burg fertig gebaut war.

Bauen ist heute schon viel leichter mit Bagger, Kran, Lastwagen und Traktor.



Frohe Weihnachten und einen guten Rutsch wünscht euch
Euer Heinrich Jun.
Freundlicher Burggeist



Hast du gut aufgepasst?
Wie viele Meter ist der Bergfried hoch?
Wie viele Stockwerke wären das?

RÄTSEL-ECKE

Was braucht man alles um eine Burg zu bauen?
Findest du die Wörter?

S	L	S	I	P	P	E	Y	C	C	W
N	J	C	Q	K	X	Q	B	F	C	D
Q	R	W	Y	B	F	U	H	W	P	D
V	M	J	G	L	A	S	V	O	T	M
K	H	Z	V	H	A	S	P	N	O	A
G	K	Y	C	F	A	O	E	P	I	R
S	E	I	S	E	N	T	L	G	O	M
A	K	N	Q	N	K	W	H	R	C	O
N	A	N	G	S	F	E	C	A	C	R
D	L	P	D	T	H	M	C	N	D	O
A	K	X	W	E	S	T	E	I	N	Y
A	X	N	B	R	Y	O	W	T	G	A

Dach	Glas	Marmor
Eisen	Granit	Sand
Fenster	Kalk	Stein

OH, WIE PRAKTISCH!

Heinrich liebt große Fahrzeuge.
Findest du heraus welches sein liebstes Fahrzeug ist?