

Das Magazin der Wirtschaftsregion Stainz

# STAINZ



44. Jahrgang | Nr. 174 | Sommer 2021 | Auflage: 13.300 Stk. | zugestellt durch Österreichische Post

## Der Sommer kann kommen!



Lehrlinge in Stainz

Wir stellen uns vor! S. 10

Wo kaufen Sie am liebsten ein?

Mitglieder der Stainzer Wirtschaft wurden befragt! S. 21

v.l.n.r.: Elisabeth Ritter, Ferdinand Ruppert, Oliver & Verena Kraxner

Foto: Foto Augenblick

G'sund und bewegt  
in Stainz  
11. Sept. 2021  
Hauptplatz Stainz

Stainzer Wirtschaft  
STAINZ

Anzeige

KREATIVBIER  
Blue Grape  
DAS 1. SCHILCHERBIER ORIGINAL  
www.blue-grape.com  
DAS BIER-ERLEBNIS IM WEINGLAS

Anzeige

Friseursalon Heike  
06650/6044830  
H. Hohensinger@gmx.net

Heike Hohensinger –  
Friseurmeisterin  
Radlpaßstraße 22 –  
8510 Stainz

Anzeige

Elektrotechnik  
Müller - Gaich GmbH

Blitzschutz  
Alarmanlagen  
Planungsbüro  
Kundenservice  
EDV-Netzwerktechnik  
E-Installationen und E-Geräte

Bahnstraße 3, 8510 Stainz  
Telefon: 03463/2387

Anzeige

von  
Ferdinand  
Ruppert

## Liebe StainzerInnen, liebe Gäste!

Am 8. Mai hatte ich die Ehre beim Einkaufstag dabei zu sein und Frau Dietzen und ihrer Familie ein Einkaufserlebnis der besonderen Art zu bescheren (Genauerer findet ihr auf den folgenden Seiten).

Es war ein sonniger Samstag, wettertechnisch absolut perfekt zum Shoppen und Flanieren. Dieser Meinung müssen auch viele andere Leute gewesen sein. Die Stimmung auf dem Hauptplatz war unbeschreiblich. Nach so einer langen Zeit der Ruhe, wieder so viel Bewegung, Freude und Remmidemmi in unserem Ortszentrum zu sehen, brachte Glücksgefühle hervor, wie ein Gefühl der Befreiung. Alles war locker, man achtete natürlich auf Abstand und Co. aber man hat gemerkt, das Leben kehrt zurück. Und genau das ist es, worauf wir gewartet haben.

Durch die Lockerungen haben wir die Chance, wieder Freude, Heiterkeit und Glück einkehren zu lassen. An diesem Tag bin ich mit viel offeneren Augen durch den Ort marschiert. Da fällt noch viel stärker auf, welche Möglichkeiten sich uns allen hier bieten. Man bleibt wieder bei jedem Schaufenster stehen, hält inne, genießt richtig den Lärm. Es fällt auf, welche Geschäfte es hier gibt, an die man vielleicht gar nicht mehr gedacht hat, oder die man, gefühlt, noch nie gesehen hat. In diesem Moment setzt Wohlbefinden ein, Sicherheit, der Gedanke „Ich weiß, ich bekomme hier alles“. Da wir verkehrstechnisch gut an Graz angebunden sind, fällt uns oft nicht auf,

was wir doch alles direkt vor der Haustüre haben.

An diesem Tag habe ich noch viel stärker genossen, dass ich sagen kann, hier bin ich zuhause. Der deutsche Dichter und erste Präsident des Kulturbundes der DDR, Johannes R. Becher, hat gesagt: „Der Mensch bedarf des Menschen, um Mensch zu werden“. Durch das Erlebnis wird einem das noch viel bewusster. Wir brauchen uns alle gegenseitig, in guten, wie in schwierigen Situationen und besonders nach der herausfordernden Zeit. Eine grundsätzliche Lockerung von „Fesseln“ alleine bringt uns nicht zu dem zurück, was wir hatten. Wir brauchen uns gegenseitig, um unser Leben wieder so lebenswert zu machen, wie wir es im schönen Stainz gewohnt sind. Mit Bewegung in unserem „Bermuda-Dreieck“ zwischen Sparkassen- und Rathausplatz, der Hubmann-Passage und am Hauptplatz hinunter bis zum Sauzipf. Unterwegs mit einem leckeren Eis an heißen Tagen, sitzend oder stehend bei einem guten Kaffee und natürlich dem persönlichen Kontakt unter uns allen. Dadurch lebt ein Ort.

Die Definition von Leben ist der ständige, geregelte Austausch von Energie, Stoffen und Informationen von einer Vielzahl materieller Erscheinungen in der Natur. Insofern passt auf euch auf, bleibt gesund aber tauscht eure Energie und Informationen aus. Lebt und genießt den Sommer!

Wir sehen uns in Stainz!

Unser Titelfoto wurde im Gastgarten Café-Pub Magnet aufgenommen.



## Was fand Erzherzog Johann so besonders an Stainz?

Ein Blick durch die Brille Erzherzog Johanns

von  
Katrin  
Löschnig

*Reif für die Insel sind wir wohl alle. Nach über einem Jahr im Corona-Chaos wünscht man sich natürlich eine Auszeit und Entspannung in der Natur. Hürdenlos zu verreisen wird wohl noch länger nicht möglich sein. Doch in Stainz lässt es sich auch gut urlauben.*

Erzherzog Johann, geboren im schönen Italien, wusste die Idylle der Stainzer Natur und Wälder zu schätzen. Er verbrachte die meiste Zeit in der heutigen Marktgemeinde in der Mitte des 19. Jahrhunderts. Die Naturschätze und Menschen in der Steiermark hatten den ersten Stainzer Bürgermeister schon in seiner Jugend berührt. Viele der Ausflugsziele, die die Menschen heute nach Stainz locken, erinnern an den ehemaligen Erzherzog. So zum Beispiel das Stainzer Schloss, das als Blickfang über Stainz thront und das Stainzer Jagdmuseum beherbergt – Erzherzog Johann war als passionierter Jäger bekannt. Neben zahlreichen Wanderwegen, wie zum Beispiel dem Schilcherrundweg, dem Spori-

roafen, oder dem Höllerhansweg, die man um und in Stainz erkunden kann, erinnert auch der „Erzherzog Johann Weg“ an seinen berühmten Namensgeber. Einige Ausflugsziele, die heute das Stainzer Bild prägen, wären dem Erzherzog neu, wenn nicht gar unheimlich. So zum Beispiel der Stainzer Fläscherzug, ein Zeitzeuge der damals hochmodernen Technik. Der dazugehörige Bahnhofpark ist aktuell einer der beliebtesten Freizeitorde für frische Familien in Stainz. Das hat er auch dem nagelneuen Spielplatz zu verdanken. Auch die Stainzer Warte wurde erst am Beginn des 20. Jahrhunderts errichtet – an der Stelle des früheren Wehrturmes Polan. Übernachten kann man heute im modernen Hotel „Stainzerhof“, das besonders vielen Gästen aus dem urbanen Raum zusagt. Und wenn die Schilchertage erst einmal wieder stattfinden können, werden wie immer viele Fremde die schöne Gemeinde und die vielen Buschenschänke um Stainz erkunden. Stainz in der Weststeiermark ist im Laufe der Zeit zu einem beliebten Ausflugsziel geworden, das trotz aller Modernität noch an seine reiche Geschichte erinnert und seinen einstigen Bürgermeister in Ehren hält. So kann man die heurigen Sommermonate nutzen, um es sich in der Gemeinde gutgehen zu lassen – der Urlaub in der Heimat kann kommen.

### INHALT

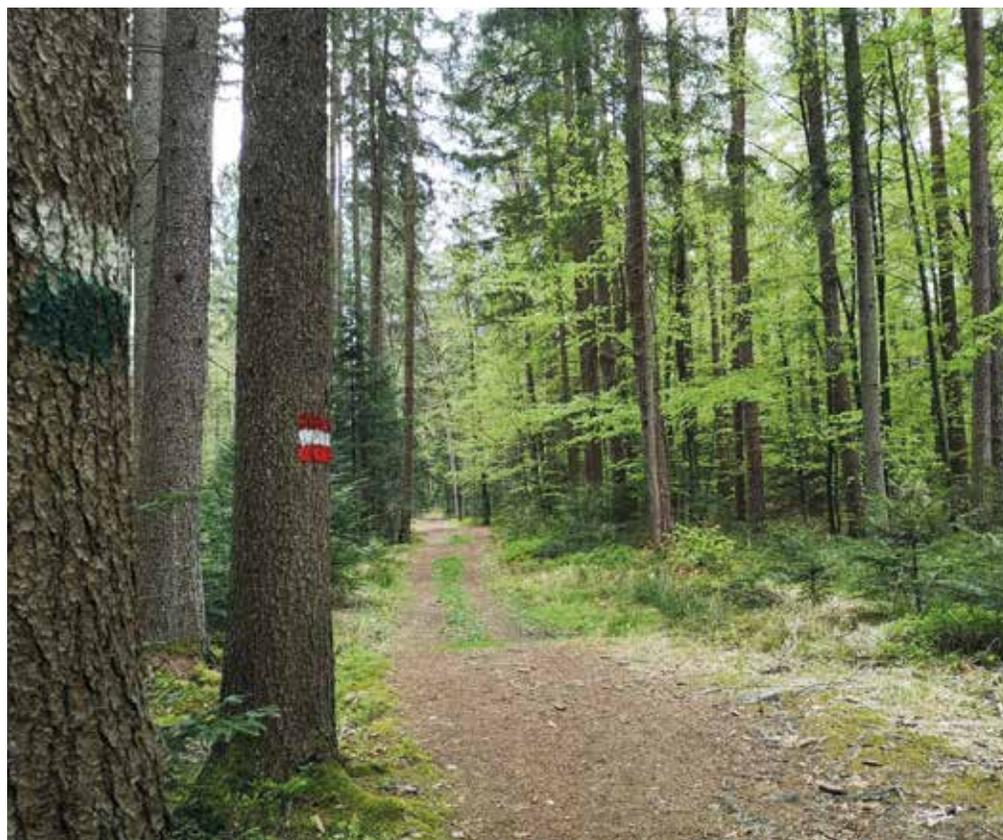
Vorwort / Kolumne	2	Aus der Region	
Apothekeninformation	3		13, 14, 15, 16, 19, 21
Wissenswertes		Sport	17
	4, 6, 8, 22	Gewinnspiel	18
Schätze aus der Natur	7	Ärzte- und	
Lehrlinge	10	Apothekendienst	23
Neue Mitglieder	12	Veranstaltungen	24



## Borreliose – die häufigste durch Zeckenstiche übertragene Erkrankung



von  
Mag. pharm.  
Angelika  
Bischof



aufzutreten, weshalb dieses Symptom auch Wanderröte genannt wird. Im weiteren Verlauf verblasst sie von der Mitte ausgehend, sodass sie anfangs als scheibenförmige, später als ringförmige Rötung zu sehen ist. Zusätzlich können Fieber, Kopf- und Gliederschmerzen auftreten.

Das Stadium II entwickelt sich erst Monate nach dem Zeckenstich. Es kommt zu Nervenschmerzen nahe der Stichstelle, sowie zu Lymphknotenschwellungen und Lähmungserscheinungen.

Stadium III tritt Monate bis Jahre nach dem Stich auf und äußert sich oft durch eine Gelenkentzündung (Arthritis), sowie durch eine Entzündung von Gehirn und Rückenmark, die zu bleibenden Schäden führen kann.

Bei frühzeitiger Diagnose ist die Krankheit jedoch durch eine entsprechende Antibiotikatherapie gut behandelbar.

Um Zeckenstichen vorzubeugen, sollten Sie bei Spaziergängen im Wald stets langärmelige Kleidung, eine Kopfbedeckung sowie geschlossenes Schuhwerk tragen. Außerdem helfen geeignete Sprays aus der Apotheke, die Zecken fernzuhalten, indem sie einen schützenden Duftfilm auf der Haut und Kleidung bilden. Zu Fragen rund um das Thema Zeckenschutz beraten wir Sie gerne in unserer Apotheke Stainz und wünschen Ihnen eine schöne Frühlingszeit.

Bei Borreliose handelt es sich um eine bakterielle Infektion, die vorwiegend durch die bei uns heimische Schildzecke übertragen wird. Das Bakterium befindet sich im Mitteldarm der Zecke. Deshalb wird der Erreger auch nicht sofort beim Zeckenstich übertragen, wie das beim FSME-Erreger der Fall ist, sondern gelangt normalerweise erst nach ungefähr 24 Stunden mit den Ausscheidungen der Zecke in den menschlichen Körper.

Sie sollten die Zecke möglichst innerhalb dieses Zeitraumes

fachgerecht entfernen, ohne sie zu quetschen, damit der Darminhalt der Zecke nicht über den Stichkanal in Ihren Organismus gelangt. Andere Übertragungswege sind zwar selten, werden aber ebenfalls diskutiert.

Die verschiedenartigen Symptome der Borreliose führen immer wieder dazu, dass das vorhandene Krankheitsbild einer anderen Erkrankung zugeordnet wird. Beim Arzt kann das mögliche Auftreten von Symptomen der Borreliose mit Hilfe einer Checkliste systema-

tisch abgefragt und gegebenenfalls auch eine Blutbildauswertung gemacht werden, um eine sichere Diagnose zu stellen.

Bei einer symptomatischen Borreliose unterscheidet man drei Stadien, die aber nicht zwingend auftreten müssen:

In Stadium I kommt es typischerweise innerhalb von einigen Tagen zu einer schmerzlosen Rötung rund um den Zeckenstich. Sie breitet sich langsam kreisförmig aus und kann auch an anderen Körperstellen



Anzeige, Foto: Apotheke Stainz

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

# Blick ins Kaleidoskop

"I wish I had kaleidoscope eyes  
For a world full of color, like a candy store  
to look into kaleidoscope eyes  
I can't seem to help myself  
something opened my mind  
now i wish for kaleidoscope eyes"

Kaleidoscope Eyes - Vida Noa  
Quelle: YouTube

Stunden faszinieren konnten die selbstvergessenen Zeiten in der Kindheit!

Durch geringe Drehungen dieses optischen Spielzeuges veränderte sich im Sichtfeld das symmetrische farbige Muster ständig.

Einfache Gegenstände spiegeln sich in dieser Apparatur mehrfach so, dass aus einzelnen Formen vielfältige Gestalten sichtbar wurden. Die Herkunft aus dem altgriechischen Wort be-

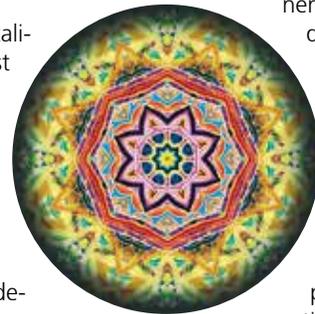
schreibt das mit „schöne Formen sehen“. Konkret lauten die drei Wörter: „καλός“ kalós „schön“, „εἶδος“ eidos „Form, Gestalt“ und „σκοπεῖν“ skopéin „schauen, sehen und betrachten“.

Angst, Sorge, Kummer, Trauer, Ärger, Wut und Zorn sind dynamische Formen von Gefühlen. Sie drücken in der momentanen Situation unser Innenleben aus. Durch Erlebtes, Erfahrungen und Erinnerungen bewerten wir diese „Gestalt der Gefühle“.

Das kann oft schmerzhaft, unangenehm und belastend sein. Aber wenn wir im Fluss des Lebens bleiben, geschieht in jedem Augenblick von alleine eine Neubewertung dieser „Gestalt der Gefühle“.

sich in Perlen der Weisheit. Unbändige Wut befreit, als hilfreiche Energie, aus belastenden Einschränkungen.

Für neue Sichtweisen von belastenden Lebenssituationen und Entdecken der farbenfrohen Perspektiven im Leben bedarf es manchmal der professionellen Begleitung der Psychotherapie oder der psychotherapeutischen Beratung.



Lebensfreude, Vitalität und Lebenslust machen das Leben lebenswert. Angst wird hilfreich als Vorsicht, um sich mit gesunder Neugier einer neuen Herausforderung zu stellen.

Tränen der Trauer werden hilfreich bei schmerzlichem Verlust und sie verwandeln

Lassen Sie uns gemeinsam einen Blick durch Ihr Lebenskaleidoskop werfen!

Anzeige

**BEATE DIMAI**  
**PSYCHOTHERAPEUTIN**  
IN AUSBILDUNG UND UNTER SUPERVISION

Bahnhofstraße 6a  
8510 Stainz  
Telefon: 0676/4964167  
Email: beate.dimai@aon.at



EINFACH ÜBERZEUGEND.  
ZUM BESTPREIS.

**TOYOTA TOP DEAL**



**TOYOTA COROLLA TOURING SPORTS**  
LED-Scheinwerfer, Rückfahrkamera, Multimedia - Audiosystem, Tempomat, Lenkradheizung uvm.

BISHERIGER LISTENPREIS:

€ 31.290

ERSPARNIS: € 4.500

NEUER AKTIONSPREIS:

€ 26.790\*

\*Aktionsangebot beinhaltet Bonus in Höhe von € 4.500,-. Verbindliches Angebot inkl. NoVA und MwSt. gültig für Bar-Kauf von TOYOTA Corolla Kombi Active 1,8 Hybrid 122PS Neuwagen bei Kaufvertragsabschluss bis inkl. 30.06.2021. Abbildung zeigt Symbolfoto. Änderungen, Satz- und Druckfehler vorbehalten.  
Normverbrauch kombiniert: 4,6 l/100km, CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert: 103 g/km.

**TOYOTA HECHER ST. STEFAN**  
Ihr Autohaus im Schilcherland  
03463/81206 oder 0664/3573328  
www.toyota-hecher.at

Anzeige

Anzeige

**PhysiOase**

Ganzheitliche Physiotherapie  
Prävention - Rehabilitation - Schmerzlinderung



**Angebote:**

Mit ärztlicher Zuweisung:  
Einzelheilgymnastik, Heilmassage,  
Hausbesuche

Präventivmaßnahmen:  
Präv. Gymnastik, Taping,  
Entspannungsmassage, uvm.

**Verena Krebs**  
Physiotherapeutin  
K-Taping Pro Therapeutin  
Skenar - Therapeutin  
Trainerin f. Sturz u.  
Fallprävention

Praxis:  
Rainbach 64  
8510 Stainz

**Tel.: 0664 / 45 42 189**

**Impressum:**

**Gemeinschaftszeitung des Vereins „Stainzer Wirtschaft“.**

**Autoren:** Mag. pharm. Angelika Bischof, Beate Dimai, Claudia Dunst-Mösenlechner, Elke Krois, MSc, Ferdinand Ruppert, Gerhard Langmann, Katrin Löschnig, Mag. Gerlinde Pohorely, Mag. Wolfgang Schnabl, Mag. Petra Reisner, Dr. Med. univ. Werner Kühnel, MHA

**Redaktion und für den Inhalt verantwortlich:**

Verein „Stainzer Wirtschaft“  
Grazer Straße 1, 8510 Stainz.  
www.stainzerwirtschaft.at  
Manuskripte werden nicht zurückgesandt. Autorenbeiträge müssen nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen.

**Herstellung:**

Druckhaus Stainz GmbH  
8510 Stainz, Fabrikstraße 36  
Telefon 0 34 63/45 80, Fax DW 45  
E-Mail: office@druckhaus-stainz.at

**Die nächste Ausgabe erscheint im September 2021.**

Wenn in dieser Ausgabe männliche Schreibweisen verwendet werden, so ist bei Entsprechung auch die weibliche Form inkludiert. Auf eine durchgehende geschlechtsneutrale Schreibweise wird zugunsten der Lesbarkeit des Textes verzichtet.

# Heiz den Grill an!

## Vom Kotelett zu den Spareribs



Der hartnäckige Winter hat die Vorfreude auf die Grillsaison noch einmal angeheizt. Wenn sich nun endlich die Regenwolken verziehen und die Sonne vom Himmel scheint, steigt auch der erste Rauch auf. Über Gas-, Kohle- oder Elektrogrill kann man streiten, in einer Sache aber ist man sich einig: Nirgendwo brutzelt Fleisch schöner als unter freiem Himmel. Dementsprechend ernsthaft betreiben hierzulande viele den „Grillsport“ mittlerweile. Und während altherwürdige österreichische Grillikonen wie Kotelett und Würstel Bestand haben, landen bei vielen Grill-Aficionados heute Klassiker des amerikanischen BBQs wie Ribs und Pulled Pork auf den Kohlen. Diese Freude am Neuen schlägt sich auch in der erfrischenden Vielfalt an den Grilltheken nieder.

So widmen sich in Stainz die Wurstpioniere von Messner in ihrer Filiale mit einer Grillinsel der verführerischen Fleischeslust vom Rost. Dabei geht ihr Angebot weit über die Wurst hinaus. Schweinemedallions im Speckmantel, Rippchen, Schopf und Karree in feinen Würzmischungen, Schweinebauch, Hühnerbrust und farbenfrohe Spieße lassen kaum Wünsche offen. Und wenn es doch eine Wurst sein soll? Krainer, Berner-, Brat- oder Jumbowurst – die Möglichkeiten sind zahlreich.

Dass man bei Messner in besten Händen ist, beweist schon die lange Tradition des Familienbetriebs. Seit den 1930er-Jahren ist das Geschäft am Stainzer Hauptplatz zur Institution geworden.

Die hohe Qualität des rein österreichischen Fleisches, ebenso wie Produkte aus der eigenen Selcherei und kompetente Beratung locken Menschen aus dem Ort und der Region vom frühen Morgen an – aufgesperrt wird schon um 06:30 Uhr – zu den Messners. Von Montag bis Freitag wird man hier mittags außerdem mit einem täglich wechselnden Mittagsmenü versorgt.

*Feinkostfiliale  
Stainz:  
Hauptplatz 21,  
8510 Stainz*

**MESSNER**  
*Die Wurstpioniere*

**Jetzt ist Grillzeit in der Messner-Filiale in Stainz!**  
Grillinsel mit großer Auswahl, natürlich nur 100% österreichisches Qualitätsfleisch!

**neu!**

GLUTENFREI  
LAKTOSEFREI  
OHNE ZUGABE VON GESCHMACKS-VERSTÄRKERN

WURSTKULTUR  
SEIT 1934  
AUS ÖSTERREICH

[www.messner-wurst.at](https://www.messner-wurst.at)

Anzeige

# GmbH-Gründung

Foto: © lupispuna



einzigster Geschäftsführer ist) als Notariatsakt vor einem öffentlichen Notar errichtet werden.

Im Gesellschaftsvertrag legen die Gesellschafter die Eckpfeiler der Gesellschaft fest. Der Gesellschaftsvertrag muss mindestens die Firma und den Sitz der Gesellschaft, den Gegenstand des Unternehmens, die Höhe des Stammkapitals und den Betrag der Stammeinlagen der Gesellschafter enthalten. In der Praxis werden jedoch weitere Punkte in den Gesellschaftsvertrag aufgenommen (z.B. Mit welcher Mehrheit werden Beschlüsse der Gesellschafter gefasst? Was passiert beim Ableben eines Gesellschafters mit dessen Geschäftsanteil? etc.).

Das Stammkapital der GmbH muss mindestens € 35.000,- betragen, wobei grundsätzlich mindestens die Hälfte davon bar eingezahlt werden müssen.

Es besteht allerdings die Möglichkeit, die sogenannte Gründungsprivilegierung in Anspruch zu nehmen. Die Gründungsprivilegierung sieht unter anderem eine Begünstigung in Form einer verringerten Einzahlungsverpflichtung (mindestens jedoch € 5.000,-) vor. Die Gründungsprivilegierung endet spätestens 10 Jahre nach der Eintragung der Gesellschaft im Firmenbuch.

Die Gesellschafter haben weiters einen oder mehrere Geschäftsführer zu bestellen. Die Geschäftsführer vertreten die Gesellschaft nach außen. Die Geschäftsführer haben die Gründung der GmbH mittels Firmenbuchgesuch zur Eintragung in das Firmenbuch anzu-melden. Dieser Anmeldung ist weiters die Bestätigung einer Bank vorzulegen wonach die Mindesteinzahlung des Stammkapitals geleistet wurde. Die GmbH entsteht mit Eintragung in das Firmenbuch. Vor der Gründung einer GmbH

sind zahlreiche weitere Faktoren, wie z.B. steuerrechtliche oder sozialversicherungsrechtliche Aspekte oder Haftungsfragen, zu berücksichtigen.

Wir stehen Ihnen zur Beratung gerne zur Verfügung.



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

**NOTAR SCHNABL**  
 WWW.NOTAR-SCHNABL.AT

Anzeige



## WIR SUCHEN

## DICH!

**WERDE JETZT TEIL DES HAGEBAU WALLNER-TEAMS!**

**Verkaufsberater/in im hagebaumarkt STAINZ**  
 Vollzeit oder Teilzeit

Garten-Hart und Werkzeug  
 Sanitär und Elektro  
 Holz und Holzschnitt

Nähere Infos unter [www.hagebau-wallner.at/stellenangebote](http://www.hagebau-wallner.at/stellenangebote)

AUCH QUEREINSTEIGER WILLKOMMEN!



SAGS WEITER!

SCAN ME

www.hagebau-wallner.at/stellenangebote

Anzeige

## Pflanzen aus aller Welt

Wenn wir auf der Suche nach Schätzen der Natur sind, bemerken wir, dass je nach Gegend, Land oder Kontinent, die Pflanzenvielfalt angepasst ist.

In südlicheren Gebieten gibt es andere Bakterien und daher sind auch die Wirkstoffe in den Pflanzen anders und somit angepasst. Aber wir können uns auch vieler Schätze bedienen und Heilpflanzen und Gewürze aus

anderen Ländern verwenden. Da ist zuallererst die „Paradeis“ zu erwähnen – jeder kennt sie und sollte sie ausreichend verzehren. Das darin enthaltene Lutein ist besonders gut für die Augen! Dann der „Kreuzkümmelsamen“, dieser kräftigt uns und hilft bei der guten Verarbeitung der Mahlzeiten.

Aber Achtung: Das Aroma ist intensiv, daher nur eine Prise! Die „Artischocke“ hilft der Le-

ber bei der Fettverarbeitung – als Salat, aber auch konzentriert in einem Dragee (Apothek) wird der Cholesterinspiegel moderat gesenkt.

Der „Koriander“, sowohl als frisches Kraut oder getrocknet und pulverisiert, ist für unser Wohlbefinden von Vorteil. Auch die „Gelbwurzel“ dient einer guten Verdauung. Nicht vergessen darf man den „Chili“, in kleinen Portionen verwendet, wird der Magen gestärkt



von  
Mag. pharm.  
Gerlinde  
Pohorely

und designiert. Die verwendete Prise soll so klein sein, dass die Speise nur ganz leicht schärfer schmeckt.

Nun wünsche ich einen gelungenen Sommer mit vielen gefundenen Schätzen – auch aus unserer heimischen Natur!



Foto: Pixabay.com

Alles **SCHARF** sehen – auch beim **SPORT**  
mit **OPTISCHER DIREKTVERGLASUNG**  
bei **SPORTBRILLEN**  
von **GLORYFY, EVIL EVE & NIKA**

Alle unsere Brillen bieten 100%igen UV-Schutz.

**JETZ NEU: ZEISS Brillengläser mit DuraVision®AntiVirus Platinum UV**

Die neue ZEISS Beschichtung schützt vor Kratzern, UV-Strahlung und störenden Reflexen und wirkt jetzt zusätzlich gegen Viren und Bakterien auf der Brillenglasoberfläche.

DIE WELT KLAR SEHEN

Dr.

**SCALA OPTIK**



EXKLUSIVE BRILLENMODE  
CONTACTLINSEN

VERGRÖßERENDE SEHHILFEN

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

Schauen Sie auf unsere neu gestaltete Homepage  
[www.dr-scala-optik.at](http://www.dr-scala-optik.at)

Anzeige

**WIR WOLLEN DICH!**



**GWH-Installateur**



Bewirb dich bei:

Klinger Haustechnik GmbH  
Tel: 0650 5060244  
eMail: office@klinger-ht.at  
Post: Thomas Klinger  
Pichling 244  
8510 Stainz



Anzeige

# NoVA Neu – Steuerliche Neuerungen bei Erstzulassungen

Im Jahr 2021 kommt es für Autofahrer generell zu Verteuerungen, so auch bei der Normverbrauchsabgabe – sprich NoVA. Dabei handelt es sich um eine Zulassungssteuer, die anfällt, wenn ein KFZ erstmalig in Österreich zugelassen wird.

Bereits mit 01.01.2021 wurde die Berechnungsformel geändert, wodurch es schon jetzt bei rund 50% der neu in Österreich zugelassenen Fahrzeuge zu Preiserhöhungen kommt. Im Vergleich zur bisherigen Berechnungsweise, wird beispielsweise bei Personenkraftwagen nun vom **CO<sub>2</sub>-Emissionswert** nicht mehr der Wert 115, sondern nur mehr 112 abgezogen. Wie bisher wird bei PKW's vorerst bei einem CO<sub>2</sub>-Ausstoß über 275 g/km der Betrag je Gramm über dieser Höchstgrenze mit 40 Euro bestraft. Bei Motorrädern über

150 g/km beträgt der Malus je Gramm 20 Euro. Der einmalige Abzug von € 350 bei PKW's und Klein-LKW's gilt auch weiterhin.

Weitere Neuregelungen erfolgen für alle erstmaligen Zulassungen ab 01.07.2021 (für alle Kaufvertragsabschlüsse vor dem 01.07.2021 und Lieferung bis 31.10.2021 gilt noch die alte Regelung).

- Kleinlastkraftwagen bis 3,5 t fallen neu unter die NoVA, z.B.: Fiat Ducato 2,3 oder VW Crafter.
- Die bereits bis 2024 vorgesehenen jährlichen Verschärfungen für PKW's beinhalten ein weiteres **Absenken des CO<sub>2</sub>-Abzugsbetrags** und **Malus-Grenzwertes** sowie eine **Erhöhung des Malusbetrags** und des **Höchststeuersatzes**.

- Für **Motorräder** wird der Höchststeuersatz von bisher 20% auf 30% erhöht.
- Die Berechnung für **Quads** erfolgt analog zu Motorrädern.

Es gibt aber auch eine positive Neuerung ab 01.07.2021. Menschen mit Behinderung sind nun auch beim Fahrzeug-Leasing von der NoVA befreit.

Generell gilt, dass sämtliche emissionsfreie KFZ von der NoVA befreit sind, beispielsweise für rein elektrisch oder durch eine Brennstoffzelle mit Wasserstoff angetriebene KFZ.

Das BMF bietet unverbindlich und kostenlos einen NoVA Rechner an:  
<https://onlinerechner.haude.at/BMF-NoVARechner>

Für Ihre Fragen sind wir gerne erreichbar!



Mag. Petra Reisner

Anzeige, Foto: Tinksi

**GRUBER REISNER**  
STEUERBERATUNG

**Mag. Petra Reisner**  
**Gruber.Reisner Steuerberatung GmbH & Co KG**  
8010 Graz, Opernring 7 und  
8510 Stainz, Rossegg 89  
0316 / 38 36 06  
office@gruber-reisner.at  
www.gruber-reisner.at



Alfred Kroyss  
8510 Stainz  
0699/11 23 95 00



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

**Pinter**  
Bestattung



Christine Hubmann  
8502 Lannach  
03136/81 671



Irene Mitteregger  
8524 Bad Gams  
03463/60 451

Anzeige



**Notdienst 0 - 24:00 Uhr**

Abflussverstopfung  
Kanalreinigung

**Rohrreinigung**

Rohrortung  
Kanal-TV  
Dienstleistungen



**Franz Kienzer**  
0664/46 80 333

**Gerd Fahler**  
0664/46 80 334

**F & K Rohrreinigung OG**

8502 Lannach • 8543 St. Martin • 03136/81 5 92  
[www.abflussservice.at](http://www.abflussservice.at)

Anzeige

## NATURHEILPRAXIS KATHARINA POSCH

Folgende Veranstaltungen finden bei mir im Juni, Juli und August bei gutem Wetter im Freien mit herrlichem Blick auf Stainz statt:

- Jeden Montag: Den Tag energetisch gut aufgeladen beginnen – „Tai Chi“ mit Frau Justine Pisjak (Mobil: 0664/804444623)!
- Jeweils am Mittwoch starten wir in den Tag mit den „5-Tibetern“ – von mir geführt!
- Zwei Mal findet „Yoga bei Sonnenaufgang“ statt – mit Frau Victoria Denise Heinrich (Mobil: 0650/6460344)!
- Frau Claudine Mrak konnte ich gewinnen, damit sie uns zwei Mal „essenzielle Übungen für den Rücken“ zeigt (Mobil: 0650/7707015)!
- Frau Sabine Mühle wird uns einmal am Abend mit ihrem Gesang während eines „Feuerrituales mit vedischen Mantren“ begeistern (Mobil: 0664/5325709)!
- An den Vollmondtagen im Juni, Juli und August können Sie an dem heiligen Feuerritual „Agni Hotra“ teilnehmen, welches mein Mann Helmut beim exakten Sonnenaufgang durchführt!
- Last but not least: Frau Alexandra Geisler führt uns in zwei Workshops: „Harmonisiere Punkte an den Füßen mit der RWO-SHR Methode“ zur Selbsthilfe und „Schöpfungsquelle – Ich bin“!

Bitte besuchen Sie für weitere Informationen meine Website oder Sie rufen die durchführende Person direkt an.

Wir freuen uns, Sie begrüßen zu dürfen!

**Naturheilpraxis**  
KATHARINA POSCH

Max Gschiel Str. 40 | A-8510 Stainz  
Tel. +43 3463 3210120 | Fax +43 3463 3210122  
info@naturheilpraxis-kp.com  
www.naturheilpraxis-kp.com



Anzeige

Wir wünschen Ihnen einen

**FARBENFROHEN**

und erholsamen Sommer

**Druckhaus Stainz GmbH**

A-8510 Stainz | Fabrikstraße 36  
www.druckhaus-stainz.at

**Bleiben Sie gesund.**

Anzeige

## Heimat und Ausbildungsstätte liegen so nah bei einander

Ausbildung und Nähe zur Heimat ist gerade im Jugendalter ein großes Thema. Wenn man sich im Alter von 14 Jahren dazu entscheidet, eine Lehre zu beginnen, spielt der Standort oft eine große Rolle. Während Stainz mit dem Auto sehr gut angebunden ist, was für uns Erwachsene mittlerweile selbstverständlich ist, haben es Jugendliche oft nicht sehr leicht, günstig und vor allem schnell und einfach von A nach B zu kommen.

Im Fall von Lehrlingen ist es besonders spannend, da es nicht zu jedem Arbeitsplatz einen Shuttle-Service oder Bus gibt, häufig die Arbeitszeiten ähnlich zu denen der Eltern sind und damit auch ein Bringen und Holen nicht immer möglich ist und auch nicht jedes Mädchen oder jeder Bub einen Moped-Führerschein besitzt oder machen möchte.

Gerade da ist es jungen Menschen sehr wichtig, eine gut erreichbare Lehrstelle zu haben. Stainz bietet bei Lehrstellen von der Finanzdienstleistung, über die Hotellerie & Gastronomie, Lebensmittelverarbeitende Industrie, Handel bis zu vielfachen Möglichkeiten in diversen Handwerken, um nur einige Möglichkeiten zu nennen, die jungen Leuten offen stehen, um hervorragend in ihre Karriere zu starten. Auch ist die Bandbreite von lokal tätigen bis zu internationalen Mittelständlern nicht selbstverständlich und das lokal so gut erreichbar.

Viele Betriebe suchen händelnd Lehrlinge, die Nachfrage ist also gegeben, nun müssen wir „nur“ auf uns aufmerksam machen. Ich habe dazu mit ein paar Lehrlingen im Ort gesprochen, um mir ein erstes Bild zu verschaffen, wie die Möglichkeiten und auch Stainz als Heimat und Ausbildungsstätte eigentlich bei dem Teil der Bevölkerung angenommen wird, den es am meisten betrifft: bei den jungen Lehrlingen.



Freddy (Lehrling MHS)

**Freddy, Lehrling für Metallbautechnik, bei der Firma MHS** wurde über seinen Bruder auf den Beruf und die Firma aufmerksam gemacht. Ihn hat Technik schon immer interessiert, hat ein paar Sachen vorher ausprobiert, aber nun mit diesem vielseitigen Beruf und der Firma das gefunden, was er gesucht hat. „Die Nähe nach Hause ist absolut genial. In 2 bis 3 Minuten mit dem Moped oder in 10 Minuten zu Fuß bin ich da und wieder zuhause. Das ist echt genial und der Betrieb und der Beruf ist auch geil!“

Auch für **Gina, frisch ausgebildet als Bürokauffrau bei der Firma Messner**, war die Nähe zum Wohnort sehr wichtig, allerdings war es nicht gerade leicht, ihre Lehrstelle zu finden. „Ich habe es etwas schwierig gefunden, einen passenden Platz zu finden.“



Gina Maria (ausgebildeter Lehrling Messner)

Wenn man auf karriere.at oder allgemein im Internet geschaut hat, war nicht viel Angebot da. Ich habe mich dann einfach initiativ bei der Firma Messner beworben. Man kennt die Produkte und den Namen Messner, außerdem ist die Arbeit super. Man ist keine Nummer, wird wertgeschätzt und spürt das familiäre Klima. Glücklicherweise hat es geklappt und ich konnte meine Lehrstelle antreten und bin jetzt seit Februar ausgebildet.“



Georg (Lehrling Flanyek)

**Georg, Lehrling als Gas-, Wasser- und Heizungsinstallateur bei der Firma Flanyek**, hat sich beim Arbeiten im Heizraum mit dem Papa angefangen für das Berufsbild Installateur zu interessieren, dann nach einigen Schnupperwochen im Betrieb angefangen zu lernen und den Beruf absolut für sich entdeckt. „Eine Ausbildung im Ort war mir sehr wichtig. Man sollte zu Fuß, mit dem Rad oder Moped zur Arbeit kommen. Über Stainzer Betriebe hört man nur Gutes, also die Qualität der Firmen ist top.“

Alle waren sich einig, man sucht schon eher über Google, aber Social Media wird natürlich auch wichtiger und präsenter. „Dort schaut man aber eher, wie der Beruf ist. Wenn ich da Videos von Freunden oder Leuten, die den Beruf ausüben sehe, und was sie da machen, ist das schon spannend und man kann sich das selber ganz anders vorstellen und interessiert sich dann



von Ferdinand Ruppert

auch eher dafür“, antwortet Georg auf die Frage, wie wichtig er Facebook oder Instagram für die Jobsuche findet. „In der Schule war mir aber nicht bewusst, welche Angebote Stainz eigentlich bietet. Die Schnuppertage und Firmenvorstellungen waren aber sehr wichtig und gut.“

Gina waren die Unternehmen und die Berufsbilder schon bewusst, allerdings nicht, wo man welche Möglichkeiten hat, eine Lehre zu machen. „Ich habe online fast nichts gefunden, wo ich eine Lehre als Bürokauffrau in Stainz hätte machen können. Ich habe mich dann einfach initiativ beworben, aber den Mut muss man auch einmal haben, einer Firma einfach so zu schreiben. Eine eigene Karriereplattform für Stainz wäre sehr toll. Gerade wenn man eine Lehre macht, sollte es schon zentral sein und es ist ein richtiger Vorteil, wenn man zum Arbeiten nicht nach Graz oder Deutschlandsberg fahren muss.“

Speziell in Zeiten wie diesen sieht man, wie wichtig eine gute Ausbildung ist. Viele Unternehmen suchen auf Hochdruck nach geeigneten Facharbeitern und Lehrlingen. Wie Freddy lachend anmerkt „mit Köpfchen und zwei rechten Händen bringst du es zu was und die Firma gibt dir die Möglichkeiten und dankt es dir auch!“

Vielen Dank an die drei jungen Erwachsenen für die Interviews. Wir wünschen euch alles Gute und an alle angehenden Lehrlinge oder die, die es noch werden wollen, wir brauchen und wollen euch! Ihr seid die Zukunft.

UNSERE  
REGION.

Unsere  
Zukunft.

**WAS  
SOLL EINER ALLEIN  
SCHON  
ERREICHEN?**

*fragte sich die  
halbe Menschheit.*

**HUBMANN**

*Mein Kaufhaus*

KAUFHAUS HUBMANN, Grazer Straße 1, 8510 Stainz  
MODEHAUS HUBMANN, Am Kirchplatz 57, 8552 Eibiswald  
www.hubmann.st |  /hubmannaskaufhaus

## Café-Pub Magnet – Elisabeth Ritter

**F**rau Ritter, was gibt es Neues bei Ihnen?

Nach über 20 Jahren in Stainz habe ich die Lockdown-Zeit intensiv genutzt, um die Innenausstattung im Lokal zu erneuern. Der vergrößerte Gastgarten mit neuen Gartenmöbeln und Sonnenschirmen bietet großzügigen Platz zum gemütlichen Verweilen und Genießen.

Was können Sie Ihren Gästen anbieten?

Neben Kaffee- und Teespezialitäten verwöhne ich meine Gäste gerne mit einem Genießer-Frühstück in verschiedensten Varianten. Ein tägliches Mittagsmenü (außer an Sonn- und Feiertagen) – natürlich auch zum Mitnehmen, sowie diverse Eisbecher, Frucht-

shakes und Spritzer zur Abkühlung in der warmen Jahreszeit, runden mein Angebot ab.

Mein Team und ich freuen uns darauf, unsere Gäste mit einem Brunch oder „Themenabenden“, wie etwa mediterrane Spezialitäten am Grill und in der Pfanne, zu überraschen.

Der Beitritt zur Stainzer Wirtschaft bedeutet für mich ...

... eine sehr gute Möglichkeit, mit heimischen Betrieben zusammenzuarbeiten und das regionale Miteinander zu stärken.

### Café-Pub Magnet

An der Umfahrungsstrasse 4  
8510 Stainz  
Tel.: 03463/5290  
cafe.magnet@aon.at



Foto: Café-Pub Magnet

## schick & fein – Verena und Oliver Kraxner



Foto: Oliver Kraxner

„schick & fein“ was ist das genau?

Wir haben uns als Ziel gesetzt, ein Wohlfühlambiente in Ihr Haus zu bringen und glauben daran, Ihr Zuhause „schick & fein“ gestalten zu können. Sie finden bei uns neben Porzellan, Dekoartikeln, Geschenkideen, Glückwunsch- und Spruchkarten, auch Mode & Accessoires. Da uns Regionalität ein großes Anliegen ist, bieten wir auch Räucher-mischungen, Seifen, hochwertige Tees, Keramik uvm. von heimischen Partnerbetrieben an.

Wo findet man euch?

„schick & fein“ gibt es online bereits seit März 2020 ([www.schickundfein.at](http://www.schickundfein.at)) und

aufgrund der großen regionalen Nachfrage haben wir uns im August 2020 dazu entschieden, ein Lädchen im wunderschönen Gamsgebirg zu eröffnen.

Wie sind eure Öffnungszeiten?

Freitag von 12.00 Uhr bis 17.00 Uhr  
Samstag von 10.00 Uhr bis 14.00 Uhr und Montag bis Donnerstag nach Vereinbarung!

Wir freuen uns schon sehr, Sie bald in unserem Lädchen willkommen zu heißen!

### schick & fein

Gamsgebirgstraße 66, 8524 Stainz  
Tel.: 0660/24 99 200  
office@schickundfein.at  
[www.schickundfein.at](http://www.schickundfein.at)

## Der Stainz-Gutschein als ideales Geschenk

Mit dem Kauf von Stainzer Einkaufsgutscheinen stärken Sie unsere Region und sichern somit auch Arbeitsplätze.

Erhältlich sind die Gutscheine des Vereins „Stainzer Wirtschaft“ bei der Steiermärkischen Sparkasse Stainz, der Raiffeisenbank Lieboch-Stainz, im Kaufhaus Hubmann und bei Uhren – Schmuck – Juwelen Simon Gjecač KG.

Die Stainz-Gutscheine sind auch ein tolles Geschenk für Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, um mal „DANKE“ zu sagen! Sie können die Gutscheine gerne bei Andrea Fuchshofer vorab bestellen:

Mail: [buchhaltung@stainzerwirtschaft.at](mailto:buchhaltung@stainzerwirtschaft.at), Telefon: 0664/9133435



# Einen Urlaub zuhause genießen?

Schon oft gehört aber noch nie probiert?



Foto: Foto Augenblick



von  
Claudia Dunst-  
Mösenlechner

benrestaurants“ – bei allen werden ausgezeichnete, regionale Köstlichkeiten aufgetischt.

- **Null Stress – kein Auto-stress, kein Flugstress**  
Flieger verpasst, langer Stau vor der Grenze – all dies lässt dich kalt, während du im Naturbade-teich beim Rauch-Hof oder im Stainzer Bad deine Seele baumeln lässt.

- **Null Emission – du hinterlässt nur einen ganz kleinen ökologischen Fußabdruck auf der Erde**  
Starte deinen Urlaub mit den Wanderschuhen, oder mit dem Fahrrad und gib der Natur Zeit, durch-zuschmaufen. Glaub mir – es ist ein gutes Gefühl, einfach nur zu Fuß unter-wegs zu sein und das gro-ße Wandernetz der Region zu entdecken.

**Unsere Mitgliedsbetriebe aus den Bereichen Freizeit, Gastronomie, Buschenschank und Weingut – hier kannst du auch deine Stainz-Gutscheine einlösen:**

Eines vorweg – diese Zeilen sollen kein Plädoyer dafür sein, nicht mehr zu verreisen und die Welt zu entdecken. Vielmehr möchte ich ein paar Gründe nennen, ab und zu auch mal einen Urlaub zu Hause zu verbringen. Teilweise kann dieser sogar erholsamer sein, als die Reise in die Ferne und bietet auch noch ein paar Vorteile.

- **Schlafen im eigenen Bett solange wie du willst**  
Hast du nicht auch das Gefühl, im Urlaub etwas zu versäumen – das Frühstück geht bis 09.00 Uhr, der nächste Strand will entdeckt werden, die

Tennisschläger wollen bewegt werden, das Abendprogramm muss genossen werden ...  
Zuhause hast du diese Sorgen nicht, schlaf aus und genieße den Tag ...

- **Tolle Infrastruktur und viel Kultur daheim**  
Fast nirgendwo gibt es solch eine Dichte an Aus-flugszielen wie bei uns in der näheren Umgebung. Statte der Burg Deutsch-landsberg oder dem Joaneum-Museum im Schloss Stainz einen Besuch ab, besuche das Bauernmuse-um oder das Spielzeug-museum in St. Stefan – diese „Kleinode“ wollen auch besichtigt werden.

Und vor allem besuche die Geheimtipps, die seit Corona schon lange keine mehr sind – den „Spori-roaofen“ in Marhof und auch die „Glaserwiese“ in Sommereben beim Klug-bauer.

- **Sehenswürdigkeiten und Kulinarik zu Haus**  
Wir müssen nicht weit rei-sen, um kulinarische Highlights zu entdecken und die „urlaubsüblichen Kilos“ auf die Waage zu bringen. Nicht wegzuden-ken sind unsere Buschen-schänken und Weingüter, die Gasthäuser, die es bei uns zum Glück noch zahl-reich gibt und auch die ausgezeichneten „Hau-

FRÜHSTÜCKEN	GUT ESSEN	FÜHRUNGEN UND VERKOSTUNGEN	ACTION UND SPAB	BUSCHENSCHÄNKEN UND WEINGÜTER
Bäckerei Freydl	Café Magnet	Ölmühle Herbersdorf	E-Bike Box Schlosstoni	Schilcherweingut Friedrich
Café Lex	Wiazhaus Kalthuber	Genussmanufaktur Lukashof	Bikefitting Store Stainz	Weingut & Buschenschank Langmann
Süße Vielfalt	Hotel Klugbauer		Segway-Center-Austria	Weingut & Buschenschank Klug
	Restaurant Schilcherlandhof		Straußenfarm Vötsch	Weingut & Buschenschank Trapl vlg. Oswald
	Restaurant Stainzerhof		Schlossblick Alpakas	Weingut & Buschenschank Machater
	Die Meierei			Weingut & Buschenschank Ulz
	Die Mühle			
	Gasthaus Eckwirt			
	Landhof Steinbäck			
	Weingasthof Rauch-Hof			
	Gastwirtschaft Schaller			
	Gasthof Schlosstoni			

## Kerstin Teschnigg schreibt Liebesromane

Sie ist umgänglich, charmant im Ton und leutselig. Dass Kerstin Teschnigg (40) aber be-



Foto: Gerhard Langmann

Schreiben ist ihr Hobby

reits sechs Liebesromane zu Papier gebracht hat, sieht man ihr nicht an. „Novemberrosen“

hieß die Romanze, mit der die Sparkassenangestellte im Jahr 2019 ihre schriftstellerische Ader entdeckte.

„Ich hatte immer schon Geschichten im Kopf“, ließ Kerstin Teschnigg ihre ersten Texte von Freunden und Bekannten durchlesen.

Das Echo war durchwegs positiv, sodass sie den nächsten Schritt wagte: Sie veröffentlichte ihren Text als e-Book über Amazon. Mittlerweile sind im vergangenen Jahr mit „Das andere Leben“, „Teufelsjahr“,

„Am Ende der Wahrheit“ und „Kein Himmel ohne dich“ weitere Titel nachgefolgt.

„Die Leser sollen daran Freude finden“, hat die Stainzerin am Ende des aktuellen Buches bereits den Inhalt des nächsten Titels im Kopf. Es sind überwiegend Liebes- und Beziehungsgeschichten, in die aktuelle Themen eingearbeitet sind. Dadurch, so die Vielschreiberin, kommt automatisch Spannung in die Story. Sie schreibt intuitiv drauf los, ohne dabei ihr Themengerüst aus den Augen zu verlieren. Ganz besonders achtet sie darauf, dass die Charaktere der handelnden Personen identisch und nachvollziehbar bleiben. „Fertig bin ich, wenn es mir passt“, ist es für die Frau von Ehemann Johann und Sohn Thomas ein „no go“, sich von außen beeinflussen zu lassen. Geschrieben wird auf dem Computer, ihre liebste Arbeitszeit ist der Abend. Trotz der Spannung in ihren Büchern: „Einen Krimi würde ich



von  
Gerhard  
Langmann

nie schreiben.“ Die Schauplätze sind weit gestreut, neben der Steiermark oder Wien lassen sich ohne weiteres auch Schottland, Amerika oder Rußland als Orte des Geschehens finden. Und für die persönlichen Verstrickungen, Leidenschaften und Befindlichkeiten bedarf es ohnehin keiner örtlichen Zuschreibung.

Die Hobby-Autorin kann als self-made-woman bezeichnet werden, denn wo Kerstin Teschnigg draufsteht, ist sie zu 100% drin. Das gilt für das Schreiben ebenso wie für den Titel, die Korrektur, das Cover, das Kleiden in eine EDV-Norm und die Bereitstellung als e-Book. Ihre aktuelle Arbeit? „Und du bist nicht da.“

[www.bestattung-wolf.com](http://www.bestattung-wolf.com)

 **BESTATTUNG WOLF**  
WESTSTEIERMARK



FÜR EINEN WÜRDEVOLLEN ABSCHIED

**STAINZ**

Helga Calovini  
0664 / 23 84 585  
Ettendorfer Straße 22

**STAINZ**

Alois Haagen  
0664 / 91 14 648  
Engelweingartenstraße 18

**BAD GAMS**

Veronika Größbauer  
0664 / 43 44 726  
Bad Gams 19

**FRAUENTAL**

Franz Pommer  
0664 / 39 07 580  
Oberer Bahnweg 17

Im Trauerfall sind wir 24 h täglich für Sie erreichbar.

Anzeige

Mit voller Kraft  
in den Sommer...



Aktion für Kinder (12-16 Jahre)

Bei Buchung bis 31.07.2021

Kontakt/Information:  
CDM incoming Schilcherland Event  
[www.segway-center-austria.at](http://www.segway-center-austria.at)  
0664 - 420 22 70

Anzeige

## Fünzig Jahre LFS Stainz

Den Spruch, dass Feste gefeiert werden sollen, wie sie fallen, kann die Land- und forstwirtschaftliche Fachschule Stainz (LFS) wegen der Corona-Beschränkungen nicht leben. „Wir haben eine Festschrift gestaltet“, verrät Direktor Ing. Johannes Kollmann, dass sich das 50-Jahr-Jubiläum auf die Schulabschlussfeier im Juni konzentrieren wird.

Eines hat sich in den fünfzig Bestandsjahren nicht geändert: Die fachkundige Ausbildung der bäuerlichen Jugend steht im Mittelpunkt. Einen wesentlichen Grundstein dazu legte Erzherzog Johann. In der Weststeiermark reifte in den 1950er Jahren der Wunsch nach einer eigenen Landwirtschaftsschule. Nach Anfängen der Weststeirischen Bauernschule 1960 auf Schloss Hornegg beschloss das Land 1966 den Bau einer Fachschule in Stainz, der nach – durchaus umstrittenen – Entwürfen des Architektenteams Kapfhammer, Ivants und Frisee umge-

setzt und im Jahr 1970 eröffnet wurde. Das Gebäude unterteilt sich in den Schul- (drei Klassenzimmer, Pausenhalle, Sekretariat, Direktion, Lehrerzimmer und gut ausgestattete Praxisräume für Landtechnik, Holz- und Fleischbearbeitung), Öffentlichkeits- (moderne Mehrzweckhalle) und Internatstrakt mit achtzig Betten. Zum ersten Direktor wurde

Ing. Hans Hafner bestellt, nach DI Josef Riegler, DI Anton Arnhold, DI Erich Kormann, DI Johannes Schantl und Ing. Franz Mörth leitet heute Johannes Kollmann die Schule. Die anfängliche Schülerzahl betrug 57, heute werden von den 17 Lehrerinnen in drei Schulstufen 110 Schüler unterrichtet. Wegen der großen Nachfrage mussten 2017 und 2019 Klassen für die

ersten Jahrgänge angebaut werden. Die Schule hat sich mit den Schwerpunkten Landtechnik, Forstwirtschaft, Metall/Holzbau und Teichwirtschaft (einzig in der Steiermark) etabliert. „Ein Landwirt muss heutzutage sehr viel können“, streicht der Schulleiter die praxisbezogene Ausbildung in Kleingruppen besonders im Bereich Land- und

Forstwirtschaft hervor. Auch Nichtlandwirte nehmen die Schule in Anspruch. Ein wesentlicher Bestandteil ist das 16 Wochen dauernde Fremdpraktikum als verpflichtendes Ausbildungsmodul. Eine Neuerung: Ab 2022 wird an der Schule eine berufsbegleitende Ausbildung zum Facharbeiter angeboten. Auch neu: der Freigegegenstand Imkerei.



Foto und Text: Gerhard Langmann



Persönlich.  
Kompetent. **HandyShop**

„WIR HABEN GEWONNEN!“

- Alexandra Iovu, HandyShop Stainz

www.handysshop.cc handysshop.cc

### HandyShop.cc ist Österreichs beliebtester mittelständischer Händler!

Der österreichische Handelsverband hat beim traditionellen Handelskolloquium im Schloss Schönbrunn erstmalig den **"Bundespreis Österreichs Händler"** vergeben. Gesucht wurden die beliebtesten stationären Händler Österreichs in vier Kategorien. Heimische Konsumenten aus dem ganzen Land konnten an der offenen Abstimmung teilnehmen. Wir konnten mit **persönlicher Beratung**, einem breiten Angebot fürs Smart Home, aber auch mit Services wie Sitzcken, Kinderspielbereich und Pets Corner oder Extras wie spezielle Schulungen für Senioren mit Smartphones punkten. "Besonders die letzten Monate haben gezeigt, wie wichtig persönlicher Kontakt gepaart

mit Empathie und Menschlichkeit ist. Wir investieren seit vielen Jahren in die Entwicklung unserer Mitarbeiter mit dem Ziel, unsere Einzigartigkeit und den Wert des Persönlichen zu positionieren. Dies scheint uns gelungen!", freut sich Bakalarz-Zákos, PR-Chefin von HandyShop.cc. In der Corona-Pandemie boomt auch der **eigene Online-Shop**, der kaum regionaler sein könnte: Vom Logistikzentrum in Preding aus werden Bestellungen vorbereitet, die dort noch am selben Tag oder schon am nächsten Werktag in einer Filiale abgeholt werden können.

Vorbeischaun lohnt sich! Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unserer Filiale am Hauptplatz 6!



**HandyShop Stainz** | Hauptplatz 6, T: 05 / 0517 8510, Mo - Fr 9:00 - 12:00 & 14:00 - 18:00, Sa 9:00 - 12:00

Anzeige

## Das Nachforschen liegt Hans Lienhart im Blut

Was man von Hans Lienhart (74) mit Fug und Recht sagen kann: Er ist ein

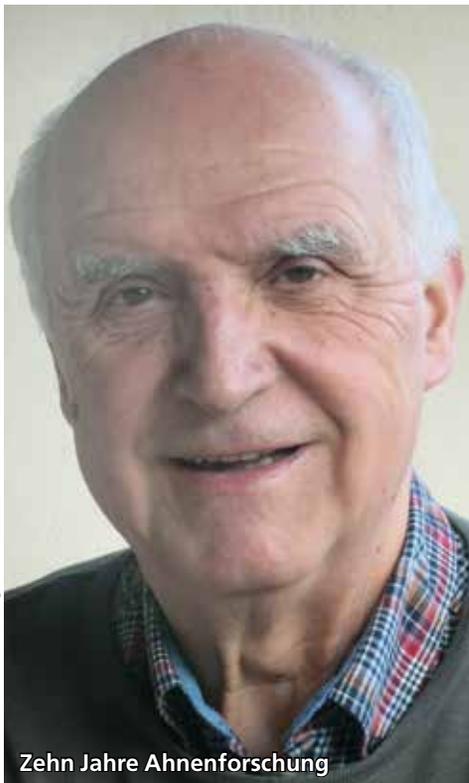


Foto und Text: Gerhard Langmann

Zehn Jahre Ahnenforschung

überzeugter Stainzer Feuerwehrmann. Seine Konsequenz als gewissenhafter Schriftführer und penibler Archivar führte ihn fast zwangsläufig in die Rolle des Suchens, Recherchierens und Nachforschens.

„Es war die Überschneidung bei etlichen Feuerwehr-Festschriften“, gibt der Sparkassenpensionist zu, auf das Gebiet der Stainzer Vereine und schließlich der eigenen Familiengeschichte vorgegriffen zu sein. Und so häuften sich nicht nur die schriftlichen und digitalen Dokumentationen in Bild, Wort und

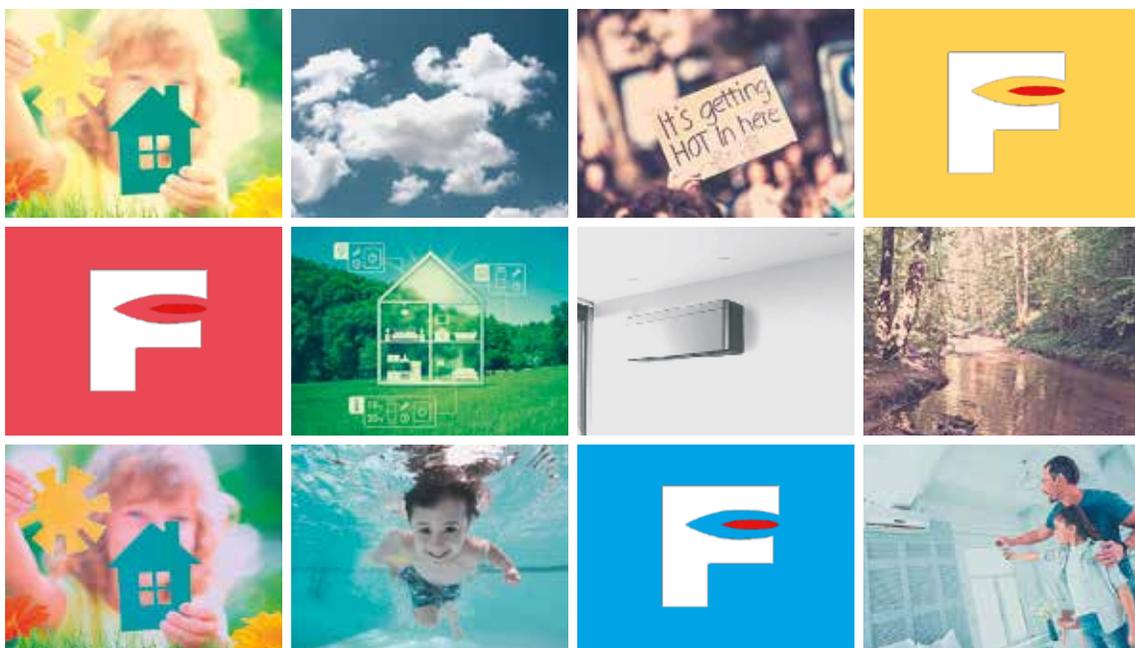
Ton über die Wehr, sondern auch die Unterlagen über die eigenen Altvorderen. Der Umstand, dass die „Lienharts vulgo Überwärtsluckerl“ zu den ältesten noch in Stainz lebenden Familien zählen, gab ihm Kraft, Antrieb und Motivation. Umso mehr, als dieser Fakt in keiner gängigen Stainz-Chronik dokumentiert ist.

Im Jahr 1815 nahm der aktuelle Stammbaum seinen Anfang, als der Grazer Schuhmacher Georg Lienhart die Stainzerin Magdalena Hadisch ehelichte. Zu ihrem Stammhaus im Eingang der Bahnhofstraße erwarben die beiden 1827 die Liegenschaft vulgo Plattl. Diese ging 1849 durch einen Verkauf über auf den Sohn Franz Lienhart. Sehr wahrscheinlich, um sich von Bruder Johann, der das vormalige Elternhaus vulgo Luckerl in der Bahnhofstraße bewohnte, zu unterscheiden, wurde der Hausname von „Plattl“ auf „Überwärtsluckerl“ geändert. Mit dem „überwärts“ sollte wohl

dem Umstand entsprochen werden, dass das Haus quer zur bestehenden Hausreihe stand.

Johann Lienhart, geb. 1862 war der Nächste in der Ahnengalerie der Lienhart-Familie. Er verstarb kurz vor dem Ende des 1. Weltkriegs und gab den Besitz an Sohn Johann weiter. Als Mitglied von Turnverein, Handballmannschaft, Männergesangsverein und Feuerwehr verschaffte sich dieser unter dem Spitznamen „Lux“ den Ruf eines Stainzer Originals. Heimatdichter Rudolf Peter bereitet ihm mit einem launigen Gedicht ein bleibendes Andenken.

Mit Margarete Lukas, geb. Lienhart, der aktuellen „Überwärtsluckerl“-Eigentümerin, und Hans Lienhart, von dem dieser Bericht handelt, geht die Linie weiter. Für eine weitere Fortsetzung ist mit den Kindern Mario bzw. Elke, Peter und Maria und den Enkeln Steven, Timon, Alexander und Benedikt gesorgt.



**FLANYEK** Ges.m.b.H.  
BÄDER • WÄRME • KLIMATECHNIK

**DER SOMMER KOMMT!**

**meister**  
klima

*Stay Cool!*

**WIR BERATEN SIE ZU KLIMA-ANLAGEN, WOHNRAUMLÜFTUNG UND SERVICE.  
WIR FREUEN UNS AUF SIE!**

Anzeige

## Bewegung wird im Tennisverein St. Stefan/Stainz großgeschrieben

Es mag wohl dem Tennisboom in Österreich um Alexander Antonitsch, Thomas Muster und Horst Skoff in den 1980er Jahren zuzuschreiben sein, dass auch in St. Stefan das Tennisfieber ausbrach. Am 3. Juli 1987 gründete sich der Tennisverein mit 115 Mitgliedern und Dr. Johann Deutschmann als erstem Obmann.

Zwei Jahre später wurde der Verein vor eine riesige Herausforderung gestellt, als ein Jahrhunderthochwasser die Plätze im Bereich des Sportzentrums verwüstete. Den Bau eines Rückhaltebeckens, eine Großinvestition der Gemeinde mit Bürgermeister Franz Ninaus und viele freiwillige Arbeitsstunden später erholte sich der Verein zu seiner ursprünglichen Größe. Die Anlagen waren derart stabil, dass erst 2018 ein – allerdings umfassender – Umbau im Umfang von 240.000 Euro notwendig



Siebzig Mitglieder sind Kinder

Foto: Tennisverein, St. Stefan/Stainz  
Text: Gerhard Langmann

wurde. Nach Direktor Stefan Klug und Johann Gruber ist seit fünf Jahren Florian Orthaber jun. Obmann des über zweihundert Mitglieder zählenden Vereins. „Bei uns ist jedermann willkommen“, setzt der Versicherungskaufmann auf Kamerad-, Freund- und Leidenschaft. Der Verein fühlt sich klar dem Breitensport mit ausschließlich Hobbyspielern zugetan. Neben der Teilnahme an der Meisterschaft des Tennisverbandes zählen Jux-, Ranglistenturniere und das Mixed-Ranking zu

den wichtigen Vereinsaktivitäten. Gesellschaftlich machen – in Corona-Zeiten allerdings eingeschränkt – die Sommerfeste, Treffen mit dem Partnerverein oder Wanderungen das Leben im Verein persönlich. Stichwort Meisterschaft: Aktuell sind drei Damen-, sechs Herrenmannschaften und eine Jugendmannschaft in einem steirischen Punktebewerb.

„Mit ein bisschen Glück“, schaut der Obmann auf das Damenteam in der Landesliga A, „gelingt uns der Aufstieg in

die Bundesliga!“. Die Nachwuchsförderung passt hier gut dazu: 35 Jugendliche befinden sich in einem Aufbau- und Förderprogramm in Kooperation mit der Tennisschule Stainz. Worauf Obmann Florian Orthaber Wert legt: Der Tennisverein bringt sich aktiv in den Ortsverbund St. Stefan ein.

Die Kinder- und Jugend-Tennisintensivtage zählen da ebenso dazu, wie die Nachmittagsbetreuung an den Schulen und die Sommerkurse in den Ferien.

### NEU IN MEINEM TEAM, BIANCA!

ICH FREUE MICH, FRAU BIANCA MÖRTH, AB SOFORT MI. VON 8.00 UHR – 13.30 UHR UND FR. 8.00 UHR – 18.00 UHR, IN MEINEM TEAM BEGRÜSSEN ZU DÜRFEN. JAHRZENTE LANGE FACHLICHE ERFAHRUNG, FREUNDLICHKEIT, SEHR BEMÜHTER UMGANG MIT KUNDEN, KOLLEGIALES UND UMSICHTIGES ARBEITEN, ZEICHNEN SIE ALS EXTREM KOMPETENTE MITARBEITERIN AUS!

SCHÖN, DASS DU DA BIST!

GLEICHZEITIG GRATULIEREN WIR UNSERER MELANIE ZUR GEBURT IHRES 2. KINDES!

IHRE RIEDL EVA, TEAM STEINBAUER



www.team-steinbauer.at  
Tel.: 03463/2632, Mobil: 0664/5129779

Anzeige

# Vermessung

# DI Roland Krois



Anzeige

# Stainzer Einkaufstag

Langsam aber stetig wird der Einkaufstag ein Evergreen. Mittlerweile zum dritten Mal haben wir zum Gewinnspiel geladen. Die Aufgabe war uns über diverse Kanäle wie Facebook, Instagram oder per Mail zu schreiben, was wir im Einkaufskorb finden würden. Hunderte Zuschriften haben wir dieses Jahr wieder bekommen und darunter hatten wir die schwere Aufgabe, eine Person zu ziehen, die sich an den € 500,- und einem persönlichen Einkaufsservice erfreuen darf. Gesagt getan. Am Freitag, den 7. Mai wurde live über Facebook gezogen und Frau Christina Dietzen zur glücklichen Gewinnerin gekürt. Frau Dietzen befand sich gerade im Auto und konnte, wie sie am Samstag in der Früh noch verraten hat, das Ganze gar nicht richtig glauben.

Am Samstag, den 8. Mai fand man sich bei strahlendem Sonnenschein und perfekten Temperaturen, um 9 Uhr beim Café Lex auf dem Hauptplatz ein. Frau Dietzen hat sich tatkräftige Unterstützung in Form ihrer Kinder Samuel und Ellena und ihres Partners Hannes mitgebracht. Unter „normalen“ Bedingungen hätte dort das Frühstück stattgefunden, durch die aktuelle Situation gab es aber für die Eltern einen wohlthuenden Kaffee und für die Kinder ein Kipferl. Nach kurzer Lagebesprechung ging es los, direkt in Richtung Kaufhaus Hubmann. Durch die Sonne angeregt, ging es zielstrebig zuerst in die Spielwarenabteilung. Dort hatten die Kinder erst einmal freie Auswahl, natürlich zur großen Begeisterung der Zwei. Töchterchen Ellena zog es direkt zu den Puppen, während

Sohn Samuel sich eher bei den „schwereren“ Maschinen zuhause fühlte. Nach einiger Überlegung ging man erfolgreich und schwerst bepackt in die Modeabteilung. Auch dort wurde großzügig für die Kinder geshoppt.

Nun durfte aber auch die Mama ran. Für sie gab es im Handyshop eine neue Handyhülle und für sie und die Tochter, in der Apotheke, eine hochwertige Creme. Durch die steigende Hitze gab es dann für Samuel und Ellena noch ein Eis beim Lex und die Eltern durften in der Zwischenzeit die neuesten Grillinnovationen der Wurstpioniere Messner verkosten.

Als krönenden Abschluss ging es noch zum Hagebau Wallner. Dort wurde ein neuer Wäscheständer ausgesucht und neue Farbe für die, nach einer



von Ferdinand Ruppert

überraschenden Katzenattackede, verwundete Wand.

Wie bereits im Vorwort angemerkt, war es ein tolles Erlebnis, die Familie Maier-Dietzen beim diesjährigen Einkaufstag der Stainzer Wirtschaft begleiten zu dürfen. Das Traumwetter und die großartige Stimmung im Ort haben diesen Vormittag zu einer wunderbaren Erfahrung gemacht und die gesamte Stainzer Wirtschaft wünscht alles Gute und ganz viel Freude mit den gewonnenen Geschenken.



Kinderträume werden wahr im Kaufhaus Hubmann

Einkauf im HandyShop Stainz



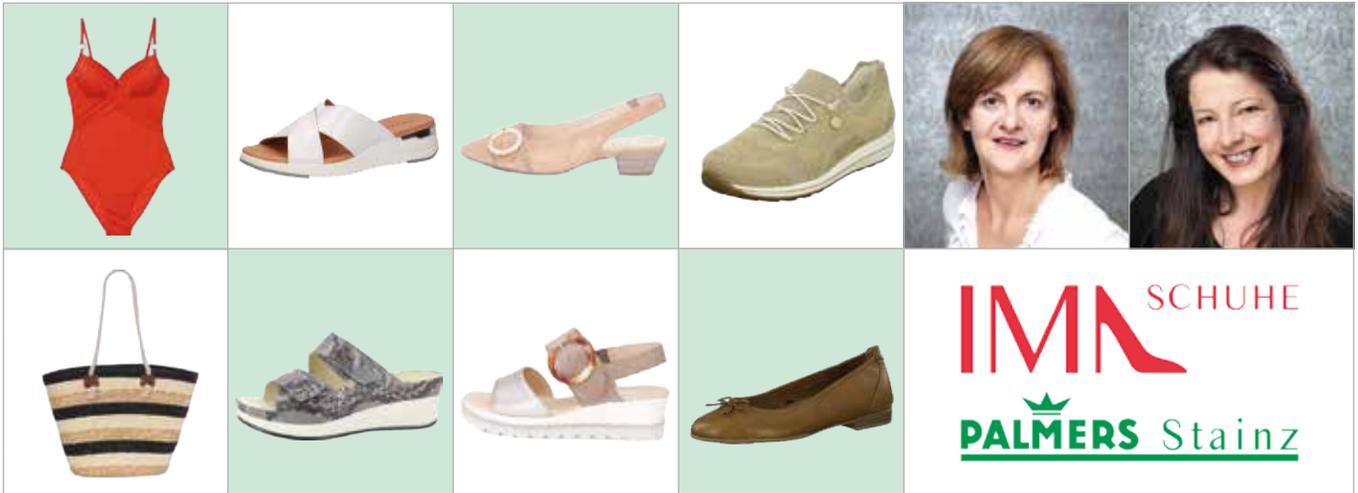
Stärkung beim Wurstpionier Messner

Für alle was dabei im Hagebau Wallner

Ein gelungener Einkaufstag für die ganze Familie

Fotos: Foto Augenblick





Anzeige, Fotos: Foto Augenblick

**Du hast das Schuljahr gerockt, dann belohnen wir dich mit unserer**

# ZEUGNISGELDAKTION

bei deiner Jugendkontoeröffnung

**Raiffeisenbank Lieboch-Stainz**

Hol dir deine Belohnung von **3€ pro 1er** zusätzlich zu allen Jugendkontoeröffnungsvorteilen.

## DEINE Clubvorteile im Überblick

- gratis JBL TUNE 560 BT Kopfhörer
- 20 Euro Startguthaben bei deiner Kontoeröffnung
- Viele Vorteile in der Raiffeisen Club App
- Raiffeisen Club-Karte mit vielen Ermäßigungen
- uvm.

Nähere Informationen: [stefanie.strommer@rb38210.at](mailto:stefanie.strommer@rb38210.at) oder +43 3463 23 26-28 | Aktion von 09.07. bis 10.09.2021

Anzeige

## AKTIONSTAG DER STAINZER WIRTSCHAFT

Am 11. September zwischen 09.00 – 18.00 Uhr findet der **dritte Aktionstag „G’sund und bewegt“** in Stainz statt. Informieren Sie sich kostenlos und unverbindlich über das Gesundheits-, Wohlfühl- und Freizeitangebot unserer Stainzer Wirtschaftsbetriebe. Auch einige Sportvereine präsentieren ihr Angebot und Sie haben die Möglichkeit, **g’sund und fit** ins neue Schuljahr zu starten.

Die ausstellenden Betriebe freuen sich auf Ihren Besuch! Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Die Veranstaltung findet bei jeder Witterung statt. (Bei Regen im VTZ Hofer-Mühle.)

**EINTRITT FREI** – weitere Informationen unter [www.stainzerwirtschaft.at/Aktionstag](http://www.stainzerwirtschaft.at/Aktionstag)

# G’sund und bewegt in Stainz

11. Sept. 2021 Hauptplatz Stainz

Bachblüten Naturkosmetik Shiatsu Cranio Sacrale Yoga Gruppenfitness Öle & Düfte Sportvereine Ernährungsberatung Massagen

Stainzer Wirtschaft **STAINZ** ...bewegt!

Anzeige

# Wo kaufen Sie am liebsten ein?

Wir haben die Unternehmer der Stainzer Wirtschaft gefragt, wo sie am liebsten einkaufen und ob es die oder den eine/n „Lieblingsverkäufer“ vor Ort gibt ...

DIE LIEBLINGSVERKÄUFERIN VON BEATE BIERBAUMER VON DER SÜßEN VIelfALT IST SONJA STEINBAUER IM BLUMENLADEN HAMMER AM HAUPTPLATZ, WEIL EINKAUFEN IN ERSTER LINIE SYMPATHIESACHE IST!

MARIA HALBWIRTH VON IMA SCHUHE PALMERS STAINZ GEHT GERNE IN DEN BAUMARKT HAGEBAU WALLNER: "DA GIBT'S A GUTE BERATUNG, AUCH WENN MAN ALS FRAU WAS TECHNISCHES KAUFTE UND NICHT SO DEN ÜBERBLICK HAT. UND DAS AUF AUGENHÖHE UND NICHT VON OBEN HERAB. VOR ALLEM IN DER ABTEILUNG FÜR "SCHLÖSSER" WIRD MAN SEHR GUT BERATEN".

ELISABETH RITTER VOM CAFE MAGNET: ICH FINDE ES SCHÖN, DASS ES NOCH EINE KONDITOREI UND BÄCKEREI IM ORT GIBT (LEX) MIT SEHR GUTEN PRODUKTEN. HERR LEX FRANZ (AUCH FRANZI GENANNT — ALTE SCHULE) BEDIENT MICH, WIE IMMER MIT EINEM KLEINEN "SCHMAH" — EINZIGARTIG.

MARIA STEINBAUER VON DER HOF-BRENNEREI STEINBAUER FREUT SICH IMMER, WENN SIE FRAU MARIANNE STELZER BEIM HUBMANN SIEHT — "SIE IST IMMER GUT AUFGEGLEGT, SEHR FREUNDLICH UND SO 'HILFSBEREIT".

KEIN WEG FÜHRT BEI NANIDOGS VORBEI, WENN ES UM STOLZE HUNDEBESITZER GEHT. "AKIRA" VON MAG. ANGELIKA BISCHOF TRÄGT AUSSCHLIEßLICH HALSBÄNDER NACH MAB AUS DER STAINZER MANUFAKTUR VON MARIANNE POSCH.

FÜR SANDRO HIDEN GEHT ES ZU DEN "WURSTPIONIEREN MESSNER". HIER GIBT ES DIE BESTEN FRANKFURTER UND DIE KÄSEKRAINER DER WELT.



Foto: Foto Augenblick

WIR SCHÄTZEN DAS KAUFHAUS HUBMANN UND DAS GANZE TEAM DORT SEHR — IMMER FREUNDLICH UND HILFSBEREIT UND IMMER ALLES DA, WAS WIR SPONTAN SO BRAUCHEN. MARTINA SCHRÖTTNER & HANNES KASPER — GASTGEBER STAINZERHOF

MELANIE HEINZL VON DER TISCHLE-REI HEINZL, ANDREA FUCHSHOFER / BÜROORGANISATION UND KATHRIN HÜTTER VON TAXI PRALL KAUFEN AM LIEBSTEN IM MODEHAUS HUBMANN EIN. DA FINDET MAN FÜR ALLE ANLÄSSE ETWAS, SEI ES JETZT IM SOMMER EINEN BIKINI ODER FÜR EINEN SCHÖNEN ANLASS EINE TRACHT. DIE BERATUNG IST JA. ES WIRD AUF PERSÖNLICHE WÜNSCHE INDIVIDUELL EINGEGANGEN UND NICHT NUR EINFACH VERKAUFT. RENATE STEINBAUER UND FILIZ EREN SIND DIE LIEBLINGSMODEBERATERINNEN VON ANDREA FUCHSHOFER UND KATHRIN HÜTTER.

CLAUDIA DUNST VON CDM INCOMING KAUFTE AM LIEBSTEN BEI GLAS FASSWALD AM HAUPTPLATZ EIN, WEIL ES HIER EINE GEMÜTLICHE, HEIMELIGE ATMOSPHÄRE GIBT, IN DER MAN SICH WOHL FÜHLT. "AUßERDEM WERDE ICH IMMER FREUNDLICH BEDIENT UND MAN FINDET FÜR JEDEN GESCHMACK UND JEDEN ANLASS DAS PASSENDE GESCHENK, DASS ICH AUCH GLEICH SEHR SCHÖN VERPACKEN LASSEN KANN."

JASMIN WETL VON DER GENUSSMANUFAKTUR LUKASHOF KAUFTE GERNE BEI DEN LEBENSWERKSTÄTTEN EIN, DA DIESER BETRIEB DIE NATUR GENAU SO SCHÄTZT UND NUTZT WIE WIR. ES IST FASZINIEREND, WAS FÜR TOLLE NATURKOSMETIK AUS UNSEREN UND ANDEREN NATÜRLICHEN ROHSTOFFEN ENTSTEHT UND NATÜRLICH LASSE ICH DIESE PRODUKTE SEHR GERNE SELBER AUF MEINE HAUT.

"ICH MUSSTE ZUR BEANTWORTUNG KEINE SEKUNDE NACHDENKEN: KAUFHAUS HUBMANN IST MEIN ABSOLUTER FAVORIT ZUM EINKAUFEN! ICH EMPFINDE DIE ATMOSPHÄRE IN JEDEM DER GESCHÄFTE ALS ANGENEHM, ES HERRSCHT EINE SPÜRBAR POSITIVE ENERGIE ÜBERALL. DIE MITARBEITER ERLEBE ICH ALS TEIL EINER GROßEN FAMILIE, DIE "IHR" GESCHÄFT LIEBEN UND REPRÄSENTIEREN. AUSWAHL UND QUALITÄT DER PRODUKTE SOWOHL IN LEBENSMITTELN ALS AUCH MODE IST SEHR GUT, DER SPIELZEUG-, SCHREIBWAREN- UND POSTLADEN UND GANZ BESONDERS DAS CAFE RUNDEN DAS BESONDERE AB.", HELMUT POSCH

www.schilcherlauf.at



STAINZERHOF



FC SAUZIPF STAINZ

3. BIS 5. SEPTEMBER 2021

Anzeige



von  
Dr. med. univ.  
Werner Kühnel,  
MHBA

Sommerliche Hitze mit Temperaturen über 30 Grad Celsius ist nicht nur für ältere Menschen eine Herausforderung, vor allem für Patienten mit bekannten Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind oftmals die hohen Temperaturen im Sommer mit ernsthaften gesundheitlichen Folgen verbunden.

Der Mensch ist – wie die meisten Säugetiere – ein „gleichwarmes“ Lebewesen – das bedeutet die Körpertemperatur wird (unabhängig von der Umgebungstemperatur und Körperaktivität) weitestgehend konstant gehalten (Anm. 37° Celsius). Bei großer Hitze muss also – um die Körpertemperatur konstant zu halten – Wärme wieder abgegeben werden. Hierfür stehen dem menschlichen Körper zwei Wege zur Verfügung: die Wärmeabgabe über die Haut und die Abgabe von Wärme über verstärktes Schwitzen. Grundlage dafür wiederum sind kleinste Hautgefäße, welche wie „Kühlschlangen“ die Wärme an die Umgebungsluft abführen. Je größer die Menge an Blut, welche vom Herz durch diese „Kühlschlangen“ gepumpt wird, desto mehr an Wärme kann der Körper also abgeben. Ein gesundes Herz ist problemlos in der Lage, diese zusätzliche Leistung zu erbringen, ein krankes Herz stößt hier relativ rasch an seine Grenze der Leistungsfähigkeit.

Bei der Wärmeabgabe über den Schweiß verliert der Körper aber nicht nur Wärme sondern auch Flüssigkeit und Elektrolyte („Salze“ wie z.B. Kalium, Magnesium, Natrium etc.). Während auch hier bei gesunden Menschen der Ausgleich dieser Verluste einfach und automatisch funktioniert, haben gerade Herzkranken oftmals ein nicht intaktes Durstgefühl oder eine zusätzliche Einnahme von wassertreibenden Medikamenten („Diuretika“), was die Situation oftmals erschwert.

## Sommerhitze – auf was Herzpatienten besonders achten müssen

*Was gilt es daher für Herzpatienten besonders zu beachten?*

Leichte Bekleidung und kühle Umgebung. Die Wärmeabgabe wird über die Haut geregelt. Je größer also die Fläche unbedeckter Haut und je kühler und trockener die Luft ist, welche vorbeizieht, desto mehr Wärme kann vom Körper abgegeben werden. Um die notwendige Durchblutung der Haut sicherzustellen und das Herz nicht zu überlasten, ist eine Abstimmung des Tagesablaufes an das Wetter (Aktivitäten in die Morgen- oder Abendstunden verlegen, die Mittagszeit meiden) angezeigt.

*Richtige Menge der Flüssigkeitszufuhr*

Die Aufrechterhaltung eines korrekten Flüssigkeits- und Elektrolythaushaltes ist notwendig, anderenfalls können Beschwerden wie Kopfschmerzen, Müdigkeit, Verwirrtheit bis hin zu (bedrohlichen) Herzrhythmusstörungen auftreten. Während dies bei gesunden Menschen keine große Schwierigkeit darstellt, ist dies

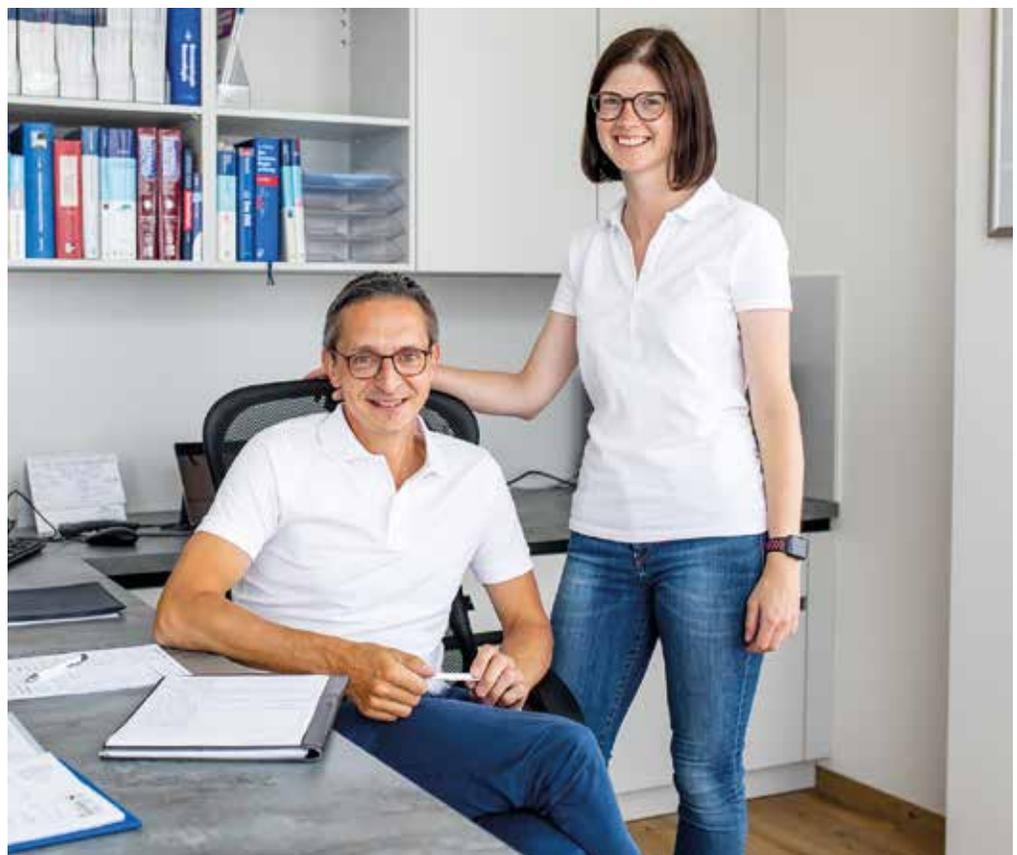
bei Herzpatienten (vor allem im Falle einer notwendigen Entwässerungstherapie) oftmals eine große Herausforderung. Grundsätzlich ist es notwendig, den Verlust von Wasser und Elektrolyten auszugleichen, indem man ausreichend davon wieder zuführt; ein Zuviel ist aber ebenso zu vermeiden, da eine übermäßige Flüssigkeitszufuhr bei herzkranken Menschen zu einer (rapiden) Verschlechterung ihrer kardialen Situation führen kann. Hier gilt es unbedingt die Trinkmenge und die notwendige Medikamenteneinnahme mit dem behandelnden Arzt abzustimmen. Ein einfaches und wichtiges „tool“ ist hier die morgendliche (nach dem Toilettengang und vor dem Frühstück) Abwaage. Anstiege um mehr als 0,5 kg sind Hinweise auf eine zu hohe Flüssigkeitszufuhr. Wer trotz adäquater Trinkmenge jedoch abnimmt, sollte die Dosierung der Entwässerungsmedikamente (klarerweise wieder nur in Abstimmung mit dem betreuenden Arzt) reduzieren. Eine Kontrolle der Blutsalze (Elektrolyte) in

Zeiten größerer Hitze ist gerade für Herzpatienten regelmäßig angezeigt.

*Regelmäßig Blutdruck messen*  
Durch die beschriebenen Veränderungen sinkt in aller Regel in Zeiten größerer Hitze der Blutdruck. Bei manchen Patienten kann das Absinken so stark ausgeprägt sein, dass die Medikamentendosierung angepasst werden muss. Dies kann nur dann sinnvoll geschehen, wenn die Patienten ihren Blutdruck gut im Blick haben – d.h. ihn regelmäßig messen. Notwendige medikamentöse Anpassungen sind bitte nie ohne Rücksprache mit dem betreuenden Arzt vorzunehmen.

Schwerwiegende Folgen, wie Bewusstlosigkeit oder Herzrhythmusstörungen kann man also vorbeugen, indem man mit seinem Arzt die Art und das Ausmaß der genannten Vorsichtsmaßnahmen bespricht.

Wir wünschen Ihnen einen schönen Sommer!



## Allgemeinmediziner Ordinationszeiten

<b>Dr. Deutschmann-Günes</b> Telefon 81 4 55	Mo, Di, Mi, Fr 8 – 11.30 Uhr, sowie Di 17 – 19 Uhr und Do 14 – 18 Uhr
<b>Dr. Friedrich</b> Telefon 80 2 20	Mo 8 – 12.00 Uhr; Di 8.30 – 13 u. 17 – 18.30 Uhr; Mi 17 – 19 Uhr; Do u. Fr. 8.30 – 12.30 Uhr
<b>Dr. Kahr</b> Telefon 33 11	Mo 8 – 12 Uhr und 16 – 18 Uhr; Di 7 – 11 Uhr; Mi 15 – 18 Uhr; Do und Fr 8 – 12 Uhr
<b>Dr. Erben</b> Telefon 33 77	Mo, Mi, Fr 7.30 – 12 Uhr; Di und Do 15.30 – 19 Uhr
<b>Dr. Tanil</b> Telefon 38 80	Mo, Di u. Do 7.30 – 12.00 Uhr; Mi 16.00 – 19.00 Uhr; Fr 8.00 – 15.30 Uhr (Annahme am Freitag bis 15.00 Uhr) und nach telefonischer Vereinbarung
<b>Dr. Salmhofer</b> Telefon 38 00	Di – Fr 7.30 – 11 Uhr; Mo und Do 16 – 19 Uhr

## Fachärzte Ordinationszeiten

<b>Dr. Millauer</b> Internist Tel. 5060-0, Fax 5060-20	Mo, Di, Mi, Do und Fr 8.30 – 12.30 Uhr; Mo und Mi 14.30 – 18.00 Uhr und nach Vereinbarung.
<b>Dr. Schoklitsch</b> Zahnärztin, Tel. 22 62	Mo – Fr 8.00 – 12.00 Uhr Mo und Mi 14 – 18 Uhr
<b>Univ. Doz. Dr. Wimmer</b> Zahnarzt, Tel. 23 65	Mo, Di und Fr 8 – 12 Uhr; Mo, Di und Do 14 – 17 Uhr und nach Vereinbarung
<b>Dr. Farahani-Wimmer</b> Zahnärztin, Tel. 23 65	Mo 9 – 12 Uhr, Di 13 – 19 Uhr, Mi 9 – 14 Uhr und nach Vereinbarung
<b>Dr. Scheer</b> Zahnarzt, Tel. 31 69	Mo und Mi 10 – 16 Uhr; Di und Do 8 – 14 Uhr; Fr 8 – 12 Uhr
<b>Univ. Prof. Dr. Bartl</b> Augenarzt, Tel. 0680/3140200	nach Vereinbarung Hauptplatz 16
<b>Dr. Scheucher</b> Zahnarzt, Tel. 80 251	Mo 14.30 – 19 Uhr, Di 8.30 – 14 Uhr, Mi 8.30 – 12 Uhr, Do 14 – 21, Fr 8.30 – 12 Uhr
<b>Praxis für internistisch- kardiologische Gesundheit</b> <b>Dr. med. univ. Werner Kühnel MHBA</b> <b>Dr. med. Anne Grebner</b> FÄ für Innere Medizin, FÄ für Kardiologie Tel.: 03463 32575	Mo und Di nach telefonischer Vereinbarung Mi 8.00 – 13 Uhr, Do 8 – 12 und 14 – 18.30 Uhr; Fr 8.00 – 14 Uhr
<b>Dr. Nicole Deutschmann</b> Internistin, Tel. 0676/55 75 910	Di, Do und Fr nach telefonischer Vereinbarung

Die Urlaubszeiten der Ärzte/Innen erfahren Sie bei den jeweiligen Ordinationen!

## Nachdiensterteilung der Apotheken

	Juni 2021	Juli 2021	August 2021	September 2021
<b>Apothek Stainz</b> (03463/21 56)	3., 6., 12., 18., 24., 27., 30.	3., 6., 12., 18., 24., 30.	5., 8., 11., 14., 17., 23., 29.	4., 10., 16., 19., 22., 25., 28.
<b>Apothek Lannach</b> (03136/80 980)	2., 5., 8., 14., 20., 26.	2., 8., 11., 14., 17., 20., 26.	1., 7., 13., 19., 22., 25., 28., 31.	6., 12., 18., 24., 30.
<b>Apothek St. Stefan</b> (03463/80 2 65)	4., 10., 13., 16., 19., 22., 28.	4., 10., 16., 22., 25., 28., 31	3., 9., 15., 21., 27.	2., 5., 8., 11., 14., 20., 26.

Laut Verordnung der BH Deutschlandsberg täglicher Wechsel, jeweils um 8.00 Uhr Früh oder am Apotheken-Notruf 1455 abrufbar.

Heintierbedarf  
**EXPRESS**

**BERNHARD ZIZ**  
www.bernhardziz.at

Ihr kompetenter Partner für  
**HUNDE- und KATZEN-  
FUTTER**  
in Ihrer Region

-  **Kauartikel**
-  **BARF**
-  **Trockenfutter**
-  **Feuchtnahrung**

www.bernhardziz.at  
A-8511 St. Stefan, Niedergrail 162  
Telefon 03463/81083



© eric lssele e – Fotolia.com  
Anzeige

## Telefonische Gesundheitsberatung 1450

### Fachärzte Ärztehaus Stainz Mettersdorf 14

 **ÄRZTEHAUS  
03185/30621**



**Dr. Gollmann, HNO**  
Telefon 0664/10 35 413  
Mi von 16 – 19 Uhr und nach Vereinbarung

**Dr. Rüttenauer, Innere Medizin und Gastroenterologie**  
Telefon 03185/30621, Termine nach Vereinbarung

**Martin Uitz, Physiotherapie**  
Telefon 0660/57 97 557, Termine nach Vereinbarung



**Grünes Kreuz**  
**Steiermark: 148 46**

Rettungsdienst u. Krankentransport: 24-Stunden-Erreichbarkeit



**Notruf: 144**  
**Krankentransport: 14844**  
www.roteskreuz.at/deutschlandsberg

# VERANSTALTUNGEN IN DER REGION



## FERIENCAMPS IM REITCLUB GEORGSBERG

Wir bieten auch dieses Jahr wieder den ganzen Sommer lang ein buntgemischtes Ferienprogramm am Pferdehof für jeden Geschmack an. Von Anfängern bis hin zu fortgeschrittenen Reitern und Voltigierern sind alle willkommen. Infos: [www.rcgeorgsberg.at](http://www.rcgeorgsberg.at)

Foto: Steiermark Tourismus / Martina Traisch



## GENUSS-WANDERUNG DEUTSCHLANDSBERG

Schöne Rundwanderung mit vielen Genussstationen

Sa., 12. Juni 2021, 09.30 Uhr, Weglänge ca. 8 km  
Treffpunkt Parkplatz Burg Deutschlandsberg

Genuss-Ticket: € 12,00 pro Person – Neu: auch ganzjährig buchbar  
Karten: Nur im Vorverkauf unter [www.cdm.co.at/shop](http://www.cdm.co.at/shop)

Foto: CDM



## GENUSS-WANDERUNG BAD GAMS

Wanderung entlang des Schilcherkeller-Rundweges mit vielen Verkostungen

Sa., 19. Juni 2021, 09.00 Uhr, Weglänge ca. 11 km  
Treffpunkt Kurhotel Kipper Bad Gams

Genuss-Ticket: € 12,00 pro Person – Neu: auch ganzjährig buchbar  
Karten: Nur im Vorverkauf unter [www.cdm.co.at/shop](http://www.cdm.co.at/shop)

Foto: CDM



## GENUSS-WANDERUNG FRAUENTAL

Schilcher-Frizzante, hausgemachtes Eis und ausgezeichnete Weine erwarten Sie.

Sa., 26. Juni 2021, 09.30 Uhr, Weglänge ca. 12 km  
Treffpunkt Parkplatz Freibad Aquafun Frauental

Genuss-Ticket: € 12,00 pro Person – Neu: auch ganzjährig buchbar  
Karten: Nur im Vorverkauf unter [www.cdm.co.at/shop](http://www.cdm.co.at/shop)

Foto: ©2017 IQ-Foto by Thomas Leibetseder



## FERIEN TENNISTRAINING/CAMPS IM TENNISCENTER STAINZ

Ganztags Mo. bis Fr. oder 1,5 Stunden täglich.

Termine: 12. & 16. Juli 2021, 19. – 23. Juli 2021,  
02. – 06. August 2021, 23. – 27. August 2021,  
06. – 10. September 2021

INFOS: 0676/309 1992 oder [www.tenniscenter-stainz.at](http://www.tenniscenter-stainz.at)

Foto: Foto Augenblick



## AUGUSTINI-WEINFEST

Vielfältige Veranstaltungen rund um den Augustini-Wein

07. Aug. 2021 – Augustini-Weintafel am Stainzer Rathausplatz

21. Aug. 2021 – Augustini-Wanderung

06., 20. & 27. Aug. 2021 – Augustini-Dinner  
bei den Augustini-Wirten

INFOS: Tel.: 0664/420 22 70, [www.augustini-weinfest.at](http://www.augustini-weinfest.at)