

PONGAU & ENNSTAL

NR. 188 • 07. / 08. SEPTEMBER 2023

weekend

MENSCHEN * FAKTEN * EMOTIONEN **MAGAZIN**

ÖSTERREICHISCHE POST AG / POSTENVELOPE BAR BEZAHLT BPA 5600 ST. JOHANN, RW 11AC93077K



**AB SOFORT BEI
AUTO PIRNBACHER**

**DER NEUE MG4
ELECTRIC XPOWER**

pirnbacher
AUTO

MG Recharge yourself

REICHWEITEN VORAUSS.

INKLUSIVE 7 JAHRE
HERSTELLER-GARANTIE

MG ZS EV Comfort LONG Range Electric

Mit 440 km Reichweite lt. WLTP

Statt 41.390,-
JETZT **€ 33.990,-***
inkl. 20% MwSt. und NOVA

MG MARVEL R

Tauern Edition* by Pirnbacher
mit 402 km Reichweite lt. WLTP

AB **€ 46.990,-****
inkl. 20% MwSt. und NOVA

Auch als
4x4
erhältlich



Auto Pirnbacher GmbH
Bundesstraße 32
5600 St. Johann i. Pg.

T. +43 (0) 6412 93080
E. filiale@auto-pirnbacher.com

pirnbacher
AUTO

www.auto-pirnbacher.com

* NEUWAGEN mit TOP Ausstattung – Preis gültig nur auf Lagerfahrzeuge bis spätestens 31.10.2023 und NUR für Privatkunden! | **Tauern Edition by Pirnbacher nur solange der Vorrat reicht. Nur begrenzte Stückzahl verfügbar. | Alle Modell- und Finanzierungsboni sowie E-Mobilitätsbonus für Private und Förderungen des österreichischen Bundesministeriums sind im Verkaufspreis bereits berücksichtigt (inkl. eventuelle Vorführwagen, Tageszulassung oder Direktionsfahrzeuge) | Angebot gültig auf max. 10 Fahrzeuge (bei uns lagernd) – Aufpreis für Metallic Lackierung Stand 08/2023. Aktionspreis kann aufgrund Listenpreisänderungen angepasst werden. Fahrzeugabbildung: Symbolfoto



**KRÄUTERHERZ:
UNKRAUT? VON WEGEN!
DIE GROSSE BRENNESSEL**



**DURCHS REDEN FINDEN
DIE LEUT' ZUSAMMEN**

NR. 188 • 07. / 08. SEPTEMBER 2023

PONGAU & ENNSTAL

weekend

MENSCHEN * FAKTEN * EMOTIONEN **MAGAZIN**



**KÜNSTLER
REINHARD MANDL**



ÖSTERREICHISCHE POST AG / POSTENGELT BAR BEZAHLT, BPA 5600, ST. JOHANN, RW 11403907K



**CASH VS. PLASTIK
WIRD UNSER BARGELD
AUFGELOST?**

**MODETRENDS
HERBST 2023**



Christian und
Richard Resch
Wohnstudio Resch



„Gerne beraten wir Sie bei einem persönlichen Termin in unserem Wohnstudio in der Hauptstr. 64 in St. Johann im Pongau!“

WOHNSTUDIO RESCH

Stürmische Herbstaktionen

IM WOHNSTUDIO RESCH. Eine aktuelle Möbel- & Aktionsvorhersage des Wohnstudio Resch...
Mit einem Schmunzeln in den Herbst und zum neuen Wohnraum.

Der Sommer neigt sich dem Ende zu, ebenso die heißen Tage und so wollen wir gemeinsam mit Euch in den wunderschönen Herbst starten. Hierfür folgt die aktuelle Möbelvorhersage. Im September haben wir vormittags mit einem Musterkü-

chenabverkauf zu rechnen, der sich zeitweise durch starke Esstisch- und Geräte-Aktions-schauer abwechselt. In den Abendstunden ziehen meist ein paar heftige Matratzen-Aktionsstürme der Marke Elastica und Joka durch die Wohnung. Achten sie ver-

mehrt auch auf den Boden, denn durch herabfallendes Laub erkennen sie gut, wo die nächsten Zirbenbetten der Firma Forcher zu finden sind. Und wo gibt es diese tollen Vorhersagen? Im Schauraum des Wohnstudio Resch in St. Johann! PS.: Seien Sie auf der

Hut! Oftmals schlagen die Aktionen auch um. Dieser Werbebeitrag wurde nicht mit öffentlichen Geldern finanziert, soll Ihnen ein Lächeln ins Gesicht und unser Studio in Erinnerung rufen. Christian und Richard freuen sich auf Ihren Besuch! ★

Fotos: Forcher Tirol,
Andreas Boldt / Weekend Magazin Pongau & Ennstal
ANZEIGE

EINZIGARTIGES WOHNDESIGN



PLUS X AWARD
2019 ausgezeichnet für:
Innovation
High Quality
Design
Funktionalität
Ergonomie



next125

Resch GmbH & Co KG
Hauptstrasse 64, 5600 St. Johann im Pongau
Tel. +43 (0) 6412 / 6305, info@wohnstudioresch.at
WWW.WOHNSTUDIORESCH.AT

WOHNSTUDIO RESCH
planen mit Idee



SOZIALE PROJEKTE

Klima- und Umwelt-Themen sind derzeit in aller Munde. Sie beschäftigen und betreffen uns alle. Das Weekend Magazin Pongau & Ennstal möchte künftig die Menschen in den Mittelpunkt stellen, die bereits aktiv sind und vielleicht auch zündende Ideen haben. Du organisierst Müllsammel-Aktionen? Du hilfst aktiv bedürftigen Mitmenschen? Du hast Ideen für den Klima- und Umweltschutz? Dann melde dich bei uns und berichte uns von deinem Tun oder deiner innovativen Idee:

redaktion@pongaumagazin.at

Projekte die uns beeindruckten stellen wir künftig bei uns im Magazin vor.

FOTO: RAWPIXEL.COM / FREEPIK

LICHTSCHAFT ABDECKUNGEN

Schau-raum

LIENBACHER
Wohlfühlen mit Licht und Sonne

St. Johann neben Dieselkino
Tel. 06412 / 8952 - www.lienbacher.info

LA DONNA
DESSOUS UND BADEMODEN

CHANTELLE

Ihr A-G Cup Spezialist

Hans-Kappacherstr. 1 • Stadtgalerie 1. OG
5600 St. Johann/Pg. • Tel.: 06412 / 20422

FOTOS COVER: ANDREAS BOLDT / WEEKEND MAGAZIN PONGAU & ENNSTAL... ADOBE STOCK, DIRNINGER MICHAEL AD / ASCHAUER
GELDSCHNE: PHOTOSCHMIDT/ISTOCK/GETTY IMAGES

INHALT

10 SERIE

Künstler
Reinhard Mandl

20 MODE

Trends Herbst 2023

36 SERIE

Joboffensive
KosmetikerIn

40 COVERSTORY

Droht das Ende
des Bargelds?

44 SERIE

Unkraut? Von wegen!
Kräuterherz

48 MOTOR

Der Allrounder
Elektro-Korner

54 SERIE

Durchs Reden finden
die Leut´ zusammen

Die nächste Ausgabe des

**WEEKEND
MAGAZIN PONGAU
& ENNSTAL**

erscheint wieder
am 05.10.2023

www.pongaumagazin.at

Impressum: Medieninhaber & Herausgeber: SiScorn Verlagsgewerbe KG, Satzachsiedlung 14, 5600 St.Johann/Pg., Fax: 0664 / 77 153 14 28. **Auflage:** 33.550 Stück. **Redaktion:** Andreas Boldt DI (FH), redaktion@pongaumagazin.at, Tel: 0664 / 639 53 33. **Anzeigenverkauf:** Ing. Alexander Flecker, verkauf@pongaumagazin.at, Tel: 0664 / 153 14 28. Franz Quehenberger, franz@pongaumagazin.at, Tel: 0660 / 723 00 11. **Layout/Anzeigengestaltung:** SiScorn Verlagsgewerbe KG. **Vertrieb:** Österreichische Post AG. **Druck:** Radin Print, HR-10431 Sveta Nedelja. Informationen zur Offenlegung gemäß § 25 MedienG können unter www.weekend.at und www.pongaumagazin.at abgerufen werden. *



**Sicherheitszylinder
Schließanlagen**
06412 / 8952
**St. Johann
neben Dieselkino**

NEUE EINSATZZENTRALE IN FLACHAU

Nach langer Vorbereitung und zweijähriger Bauzeit wurde die neue Einsatzzentrale in zentraler Lage im Bereich Kreisverkehr zwischen den Ortsteilen Flachau und Reitdorf am 2. und 3. September mit einem Fest offiziell eingeweiht und ihrer Bestimmung übergeben. Sie wird künftig Feuerwehr, Polizei, Bergrettung und Gemeindebücherei beherbergen. Nachdem sich die aktiven Feuerwehrmänner und -frauen mehrheitlich dafür ausgesprochen haben, den Löschzug Flachau und den Löschzug Reitdorf zusammenzulegen, erfolgte ein einstimmiger Gemeindebeschluss, ein neues Gebäude an

einem zentralen Standort (zwischen Flachau und Reitdorf) zu errichten. Mit fast 100 aktiven Mitgliedern ist die Feuerwehr Flachau eine der größten Feuerwehren im Bezirk. Neben dem Einsatz für 3000 Gemeindeglieder und für unsere Gäste (Flachau verfügt über ca. 10.000 Gästebetten), ist die Feuerwehr Flachau auch als Portalfirewehr für den Tauerntunnel im Einsatz. In der neuen Einsatzzentrale sind daher insgesamt 8 Einstellplätze vorgesehen. Neben den Räumlichkeiten für Feuerwehr, Polizei, Bergrettung und Gemeindebücherei gibt es auch eine Hauswartwohnung sowie eine Tiefgarage und es wird ein Ausfallheizwerk für die Holzwärme Flachau zur Sicherung der Versorgung der Kunden in Flachau im Kellergeschoss vorgesehen. Die Gesamtkosten für die Errichtung des Gebäudes belaufen sich auf ca. € 8,8 Millionen brutto. Zur Refinanzierung der Baukosten werden die beiden bestehenden Feuerwehrhäuser vermietet und die Gemeinde erhält eine finanzielle Unterstützung vom Land Salzburg sowie vom Landesfeuerwehrverband.



FOTO: FLACHAU TOURISMUS

AUSVERKAUFTE UNICEF MUSIK GALA BEGEISTERTE PUBLIKUM IN FILZMOOS

Die 33. UNICEF Benefiz Musik Gala in Filzmoos war ein voller Erfolg. Über 300 Gäste ließen sich in der ausverkauften Mützenhalle in Filzmoos vom dreistündigen Programm internationaler Musikstars aus Klassik, Oper und Musical begeistern. Die beiden Musical-Superstars Adrianna Hicks und Kristina Love aus den USA, Soulman und Entertainer David A. Tobin, USA, und Maria Tolika, Weltmeisterin im Modern Dance aus Griechenland, sorgten bei dem Konzertereignis der Superlative für besondere Begeisterungstürme. Für Gänsehautmomente sorgten auch die Saxophoneinlagen von Tilo Baron aus Deutschland und die Darbietungen der Great Music Talents for UNICEF Chiara Schörghofer aus Österreich, Cathleen Wagner aus Deutschland und Maria Del Carmen aus Brasilien. Tourismuschef Peter Donabauer und UNICEF-Botschafter Heribert Klein freuen sich über den magischen Konzertabend, sowie den sensationellen Zuspruch des Publikums. „Filzmoos ist im Sommer mehr als nur ein Geheimtipp für Musikliebhaber aus aller Welt. Es ist bereits gelebte Tradition, dass internationale Musikstars ihren Sommerurlaub in Filzmoos verbringen, gemeinsam Zeit in der Natur verbringen und bei der jährlichen Benefiz Musik Gala - ein Abend für UNICEF in Filzmoos - ohne Gage zugunsten des Kinderhilfswerks der Vereinten Nationen auftreten“. Der gesamte Reinerlös des Benefizkonzertes kommt UNICEF zugute. Für Naturliebhaber und Kulturgebeisterte hat Peter Donabauer noch einen weiteren Tipp parat: „Beim Projekt MOUNTAIN-ART, dem Filzmooser Bergkunstfestival vom 2. bis 24. September 2023, zeigen 23 Künstlerinnen und Künstler 23 Tage lang Bergkunst an 23 der schönsten Plätze in Filzmoos und machen damit das kleine Bergdorf Filzmoos zu einer der größten Kunstgalerien der Alpen und bieten eine weltweit einzigartige Symbiose aus Kunst- und Naturerlebnis“.



FOTO: ANGELA JÄGER



HAUSMESSE

**Entdecke die Küche deiner Träume:
Erlebe unsere einzigartige Hausmesse!**

Heuer findet wieder eine Hausmesse bei GFRENER Küchen und Qualitätsmöbel in Goldegg statt. Bei der Hausmesse haben Sie die Möglichkeit, die gesamte Firma GFRENER hautnah kennenzulernen und herauszufinden, was GFRENER Küchen so besonders macht. Das gesamte GFRENER Team freut sich auf Ihren Besuch! Entdecke die Küche deiner Träume: Erlebe unsere einzigartige Kollektion.

HIGHLIGHTS

**Ausverkauf von Corona-Beständen
-50% Rabatt auf hochwertige Küchengeräte!**

-20% auf Schösswender Möbel

Werkstattbesichtigungen

Quooker in Aktion

Neue Siemens Geräte Serie

Neuer Backofen Bora X BO

Re-Designter Schauraum mit 3 neuen Ausstellungsküchen

Hüpfburg und Kinderspiele

Für Speis und Trank ist reichlich gesorgt.

Wir freuen uns auf Euer KOMMEN!

**WIR FREUEN UNS
AUF IHREN BESUCH!**

Schattau 38, 5622 Goldegg

Tel.: 06415/8470, info@gfrerer-kuechen.at

www.gfrerer-kuechen.at



Abonniere uns
auf Instagram!

PROGRAMM

Freitag, 15.09.2023

09:00 – 18:00 Uhr

10:00 – 17:00 Uhr Miele Kochvorführungen

18:00 Uhr Dämmerchoppen mit Ziach'n`Roll

**18:00 Uhr Gewinnspielverlosung
unter allen Besuchern am Freitag**

1. Preis: Miele Weinkühler im Wert von 2.599,- €
2. Preis: Schock Armatur im Wert von 305,- €
3. Preis: SMEG Filterkaffeemaschine Schwarz im Wert von 199,- €

Samstag, 16.09.2023

10:00 – 16:00 Uhr

11:00 – 15:00 Uhr Miele Kochvorführungen

**16:00 Uhr Gewinnspielverlosung
unter allen Besuchern am Samstag**

1. Preis: Quooker Flex schwarz Pro3 Cube im Wert von 2.890,- €
2. Preis: eine Gratis-Küchen-Montage einer GFRENER Küche im Wert von 1.500,- €
3. Preis: Schock Unterbauspüle im Wert von 670,- €

PONGAU- & ENNSTALBLICKE

NEUE WOOM BIKE AREA IM SNOW SPACE SALZBURG ERÖFFNET

Seit Freitag, 28. Juli 2023 bieten die Snow Space Salzburg Bergbahnen eine neue Attraktion für Kinder und Jugendliche: Die woom bike area in Wagrain. Der neue Kids-Bikepark wurde in Kooperation mit dem Fahrradhersteller woom konzipiert und ist speziell auf Kinder und Jugendliche im Alter von 2 bis 14 Jahren ausgelegt. Im eigenen Testcenter stehen die woom Kinderräder zum Verleih bereit. Das 5.900 m² große Areal befindet sich an der Mittelstation der Flying Mozart in Wagrain und ist mit der Gondelbahn einfach zu erreichen. „Der Kids-Bikepark ist das Ergebnis einer erfolgreichen Wirtschaftskooperation mit dem Kinderrad-Hersteller. Das neue Angebot komplettiert die Familienattraktionen in unserer Region und unterstreicht unsere Kompetenz im internationalen Sommertourismus“, erzählt Wolfgang Hettegger, Vorstand der Snow Space Salzburg Bergbahnen. „Der Kids-Bikepark in Wagrain und woom teilen dasselbe Ziel: Kinder fürs Radfahren, für Bewegung an der Natur und für einen gesunden, sportlichen Lebensstil zu begeistern“, ergänzt woom Geschäftsführer Paul Fattinger: „Deswegen unterstützen wir dieses wunderbare Projekt so gut wir können.“ Das gesamte Bikeareal wurde kindgerecht gestaltet. Bei der Planung des Übungsgeländes lag der Fokus darauf, dass erste Bikepark- und Downhill-Fertigkeiten sicher erlernt werden können.

FOTO: SNOW SPACE / NADIA JABL



DACHSTEIN: KRANAUFBAU IN LUFTIGEN HÖHEN

Ab 6. September 2023 wird die Bergstation der Dachstein Gletscherbahn einem umfassenden Umbau unterzogen. Unter dem Motto „Energiekristall“ wird diese ab dem Frühjahr 2024 innen und außen im neuen Glanz erstrahlen und dank großzügiger Photovoltaik-Elementen bis zu 80 % energieautark sein. Mit der Montage eines Liebherr-Turmdrehkranes starteten nun die ersten Vorbereitungsarbeiten. Am 27. und 29. Juli wurden die einzelnen Kranmodule durch ein Team von Heli Austria mit einem Hubschrauber des Typs Super Puma AS332 zur Bergstation der Dachstein Gletscherbahn geflogen. Zeitgleich erfolgten die Montagearbeiten durch die Kranspezialisten, unterstützt von

Dachstein-Mitarbeitern. „Ein solcher Einsatz im Hochgebirge ist auch für uns außergewöhnlich und stellt für alle Beteiligten eine große Herausforderung dar. Jeder Schritt muss genau abgestimmt sein, nur durch perfekte Teamarbeit ist dies realisierbar“, erklärt Projektleiter Reinfried Prugger. Schon bei der Auswahl des Kranes musste darauf geachtet werden, dass dieser für den Hubschraubertransport in Einzelelemente zerlegt werden kann und trotzdem den Anforderungen einer Baustelle in dieser Größenordnung entspricht. In insgesamt 35 Rotationen wurden Turmstücke, Drehbühne, Drehwerk, Kabine oder Schaltschrank mit einem Gesamtgewicht von 44 Tonnen zur Bergstation der Dachstein Gletscherbahn geflogen und unmittelbar aufgebaut. Dank des nahegelegenen Lagerortes im Bereich der Talstation konnten die Flugzeiten und Tankvorgänge so gering wie möglich gehalten werden. Die Umbauarbeiten der Dachstein Bergstation starten am 6. September 2023, bis dahin ist am Dachstein weiterhin Vollbetrieb. Die Fertigstellung ist im Mai 2024 geplant.



FOTO: HARALD STEINER

BSK 1933 Gewinnspiel

GEWINNEN SIE
2 X 1 SAISONKARTE
FÜR DEN BSK 1933

So einfach spielen Sie mit:

Schicken Sie eine E-mail an office@pongaumagazin.at oder eine Postkarte mit dem Kennwort „BSK1933“ an: Weekend Magazin Pongau, Salzachsiedlung 14, 5600 St. Johann/Pg. – Viel Glück! **Einsendeschluss: 15.09.2023**

JEDER/JEDE TEILNEHMER/IN ERKLÄRT SICH IM FALL DES GEWINNS DAMIT EINVERSTANDEN, DASS DER VOLLSTÄNDIGE NAME, WOHNORT UND EIN GEWINNER/IN-FOTO IM WEEKEND MAGAZIN VERÖFFENTLICHT WERDEN. DER GEWINN WIRD UNTER ALLEN EINSENDUNGEN VERLOST. DIE TEILNAHME IST KOSTENLOS. TEILNAHME AUCH PER POSTKARTE ODER BRIEF MÖGLICH. DER RECHTSWEG IST AUSGESCHLOSSEN. DIE GEWINNE KÖNNEN NICHT IN BAR ABGELÖST WERDEN.





Wer sich für diese moderne Art der Badsanierung interessiert, vereinbart am besten gleich einen kostenlosen Beratungstermin:

Telefon: 06546 / 21133
oder unter
www.bazuba.at

Der Schauraum in Fusch ist einen Besuch wert. Hier können Sie sich von der Qualität von bazuba überzeugen.



ÖFFNUNGSZEITEN:
 MO-FR 8:00 – 12:00 Uhr
 Nachmittags nur nach telefonischer Vereinbarung

Wanne raus – Dusche rein

BAZUBA. Dusche statt Badewanne – lärmarm und schnell.

Der Umbau einer Badewanne zur Dusche ist langwierig und kompliziert? **FALSCH!** bazuba entfernt innerhalb weniger Tage Ihre Badewanne und setzt an derselben Stelle eine bequeme, extragroße und leicht begehbare Dusche – schmutz- und lärmarm. Die Glasabtrennung oder Duschkabine entsteht nach Ihren Wünschen und hochwertige Armaturen runden das mo-

derne Erscheinungsbild ab. **Das neue Design für die Dusche: Designpaneele.** Eine große Auswahl moderner Designpaneele macht Ihnen die Gestaltung leicht. Die hochwertigen Wandpaneele sind besonders pflegeleicht und absolut wasserdicht. Mit einer attraktiven Farbpalette passen sie sich in jedes bestehende Badezimmer ein. Ob erfrischend modern oder etwas klassischer – Sie haben jede

Gestaltungsfreiheit im Design. Selbstverständlich werden Duschtassen, Duschkabinen, Duschtrennungen und Wandabdichtungen fachmännisch mittels Verbundabdichtung gegen Feuchtigkeit abgedichtet. Mit bazuba haben Sie einen Ansprechpartner für alle Fragen. Ersparen Sie sich die Unannehmlichkeiten einer wochenlangen Baustelle – nur wenige Tage trennen Sie von einem komfortablen Bad. ★

ANZEIGE FOTOS: STÜCKELSCHWÄGER

Wanne raus, Dusche rein!

Ohne aufwändige Umbauarbeiten zur barrierefreien Dusche.

IHRE VORTEILE

- Umbau in 3 Tagen
- Ohne Abschlagen der Fliesen
- Zum attraktiven Preis
- Alles aus einer Hand

FUGENLOS • BARRIEREFREI • PFLEGELEICHT

www.bazuba.at
 5672 Fusch a. d. Glstr.

bazuba

**Kostenlose
Beratung:
06546-21133**



Kunsthandwerk Goldegg

REINHARD MANDL. Der Goldegger Reini Mandl ist ein Multitalent und fertigt alle möglichen Kunsthandwerke an, wie Krippen, Acrylbilder, Holz- und Stahlobjekte.

Weekend: Reini, du bist ein kleines Multitalent. Wie bist du zum Malen und zum Kunsthandwerk gekommen?

Reini: Ich habe mich schon als Kind fürs Malen und Basteln interessiert. Begonnen

habe ich circa im Alter von 9 Jahren mit dem Krippenbau, gemeinsam mit meinem Vater. Danach sind mir immer wieder neue Ideen gekommen, welche ich dann versucht habe, umzusetzen.

weekend: Hast du dafür eine Ausbildung gemacht oder Workshops besucht?

Reini: Ja, vor einigen Jahren habe ich einen Workshop bei der Firma MugsArt besucht. Dort habe ich viele hilfreiche Tipps im Bezug

aufs Malen und Zeichnen erhalten, welche ich nach wie vor umsetze.

weekend: Was genau fertigst du alles? Welche Themen hältst du in deinen Arbeiten fest? Was sind deine Lieblingsmotive?

Reini: Die Themen sind vielfältig, gerne verwende ich die Materialien Holz und Metall. Begonnen habe ich mit überdimensionalen, funktionsfähigen Wäscheklammern aus Holz. Weiters fülle ich Metallherzen in allen Größen mit Haselnusstöcken und Zirbenholz, daraus haben sich dann noch viele weitere Ideen entwickelt, wie z.B.





Salz- und Pfefferstreuer, Flaschenöffner, etc. Zurzeit entwerfe ich am liebsten geometrisch gekantete Blechteile und baue daraus

z.B. Stierköpfe oder auch Hundeschädel.

weekend: Welche Techniken verwendest du?

Reini: Die Bilder male ich mit Acrylfarben, ich verwende aber auch gerne Altholz und Zirbenholz. Die Herzen bestehen aus Cortenstahl und Edelstahl,

sie werden je nach Wunsch beschichtet oder mit einer Rosttechnik versehen. Ich probiere immer wieder neue Techniken aus, wachse mit neuen >>

MARIA ALM · DIENTEN · MÜHLBACH

BAUERNHERBST & WILDWOCHEN

26.08. – 31.10.2023



DAS
TRADITION
(ER)LEBEN
GEFÜHL.



👑 HIGHLIGHTS 👑

- 26.08. Bauernherbst Musikanten Hoagascht Mühlbach
- 31.08. Die lange Tafel am Berg auf der Steinbockalm
- 09.09. Bauernherbstfest Maria Alm
- 10.09. Hochkönig Holz Art Mühlbach
- 16.09. Bauernherbstfest Hinterthal
- 17.09. Bauernherbststroas Mühlbach
- 23.09. Bauernherbststroas Dienten



22.09. - 31.10. Hochkönig Wildwochen
Mit tollen Programmpunkten wie dem Wilderer Treff, einem Wilderer Ball, einer Wildtierfütterung & wilden kulinarischen Spezialitäten!



ALLE INFOS ZUM
BAUERNHERBST &
DEN WILDWOCHEN

www.hochkoenig.at | [#hochkoenig](https://twitter.com/hochkoenig)



Herausforderungen, das motiviert mich.

weekend: Fertigst du auch Auftragsarbeiten an? Verkaufst du deine Werke?

Reini: Ja, ich habe schon einige Vereinspokale auf Bestellung angefertigt, diverse Geburtstags- oder Hochzeitsgeschenke mit Gravuren. Meine neueste Auftragsarbeit ist ein ca. 1,20 m großer 3D-Stierkopf aus Metall, welchen ich momentan in meiner Werkstatt zusammenschweiße.

weekend: Wo stellst du deine Arbeiten aus? Wo kann man sie bewundern?

Reini: Beim Goldegger Advent im Schloß Goldegg und bei einigen Handwerks-Märkten, wie z.B. bei der St. Veitner Erlebnistafel oder beim Ostermarkt in Werfen bin ich vertreten. Nach Vereinbarung kann man meine Produkte auch gerne bei mir daheim anschauen und auch sofort mitnehmen.

weekend: Welche Erfolge konntest du mit deinen Arbeiten evtl. schon feiern?

Reini: Für mich ist es ein Erfolg, dass ich weiterhin Auftragsarbeiten für meine Kunden erledigen darf. Es freut mich auch sehr, wenn ich Einladungen für diverse Hand-

werksmärkte erhalte. Durch meine unterschiedlichen Kunden und deren Wünsche freue ich mich auf die Herausforderungen. Schließlich ist es mir wichtig den Geschmack zu treffen und die individuellen Wünsche zu erfüllen, um ein schönes, passendes Geschenk zu entwerfen!

weekend: Wie sieht die Planung für dieses Jahr aus? Wird es Ausstellungen geben?

Reini: Für heuer stehen noch

mehrere Auftragsarbeiten am Plan. Im August war ich bei der St. Veitner Erlebnistafel dabei und in der Adventszeit bin ich auch wieder unterwegs. Ich möchte mich auf diesem Weg noch bei meiner Familie bedanken, weil ich sehr viele Stunden in meiner Werkstatt verbringe. Danke auch denjenigen, die mir vertrauen und mich unterstützen. „Owa von nix kimb nix!“ Mein Motto: Das Leben ist zu kurz für irgendwann. ★



ZUR PERSON

Reini Mandl

Kunsth Handwerk Goldegg

- Hasling 25
- 5622 Goldegg
- 0664 / 23 49 214
- reinimandl@sbg.at
- Instagram: @reinimandl



BIKESPASS FÜR DIE GANZE FAMILIE!

reiterALM
SCHLADMING



SCHLADMING
DACHSTEIN
Wir sind für Dich da.

BAD
WOHNEN
KÜCHE



unsere steine
erzählen geschichten
für orte mit bedeutung

herzgsell
Marmor Stein & Form

ennspark 1
5541 altenmarkt
+43 6452 7322
office@herzgsell.at
www.herzgsell.at



FOTO: ING. HARALD NEUMAYER GMBH

ERHOLSAMER SCHLAF FÜR EINEN PRÄZISEN GOLFSCHWUNG:

Betten Sallaberger beim Damengolfturnier in Radstadt

Ein Spaßturnier, das nicht nur sportliche Passion, sondern auch Wohlbefinden betonte. Die Spielerinnen und Spieler des Golfclubs Radstadt meisterten 9 Löcher mit vielfältigen Herausforderungen. Als stolzer Sponsor und Experte für gesunden Schlaf wirkte Betten Sallaberger beim Turnier mit. Die Preise für die erfolgreichen Damen und Herren wurden im Clubhaus „JOSEF's“ verliehen. Betten Sallaberger stellte die ausgewählten Preise zur Verfügung. Diese tragen dazu bei, die künftige Schlafqualität und das Wohlbefinden der Golfer für den nächsten Abschlag auf eine neue Stufe zu heben.



KUNSTQUADRAT BISCHOFSHOFEN - AUSSTELLUNG

Die Künstlergruppe „KUNSTQUADRAT“ lädt ein zur Gemeinschaftsausstellung 2023 im Kunstquadrat Atelier, Gasteinerstr. 5, Bischofshofen. Titel der Ausstellung: „Aus dem Chaos wird neue Ordnung“. Die Vernissage findet am 22.09.2023 um 19:30 Uhr statt. Als BesucherIn haben Sie während der Vernissage die Gelegenheit „Chaos“ in eine neue Ordnung zu bringen. Die Ausstellung geht von 23.09.2023 bis einschließlich 07.10. 2023, geöffnet ist täglich von 16:00 bis 19:00 Uhr. Info: www.kunstquadrat-bischofshofen.at

FOTO: KUNSTQUADRAT



Erlebe den Herbst am Rittisberg

ANZEIGE FOTOS: RITTISBERG, HANS-PETER STEINER

SAISONFINALE. Entdecke den Zauber des Herbstes am Rittisberg.

Genieße atemberaubende Wanderwege und erlebe die Natur in ihrer schönsten Farbenpracht. Aber das ist noch nicht alles - wir haben auch spannende Attraktionen für dich! Von der neuen

10er Gondelbahn über die Sommerrodelbahn bis hin zum Waldhochseilgarten, Bogenschießen, Laserbiathlon, Flyline und Jollys Malzelt - hier ist für jeden etwas dabei. Verpasse nicht die Chance auf unvergessli-

che Abenteuer und komm vorbei!

NEU: Land-Art Rittisberg 2023. Kunst verbindet Natur und Tourismus am Rittisberg. Der Rundweg auf dem Gipfel

des Rittisbergs wurde zu einem internationalen Kunstprojekt. Im Mittelpunkt des neuen Land-Art-Projekts steht die Nachhaltigkeit: Für die Kunstinstallationen werden ausschließlich Naturmaterialien verwendet, die nach einigen Jahren wieder in die Natur zurückgeführt werden. ★



INFOS



Tel.: 03687 / 81 776

Erlebnis Rittisberg hat von Mai bis Ende Oktober 2023 geöffnet. Die genauen Öffnungszeiten finden Sie im Internet unter:
www.rittisberg.at



Mountain-Art Project 2023

BERGKUNST IN FILZMOOS. Filzmoos bringt die Berge in die Kunst... und die Kunst in die Berge.

Mountain-Art project, macht jeweils im September das kleine Bergdorf Filzmoos zur größten Kunstgalerie in den Alpen. 23 Tage lang, von 2. bis 24. September 2023, präsentieren 23 Künstlerinnen und Künstler an 23 der schönsten Plätze in Filzmoos Bergkunst in Bildhauerei, Fotografie und Malerei. Zu sehen sind unter anderem Werke der Kuh-Art-Künstlerin Theresia Innerhofer aus dem Pinzgau und der in Wien und Florida lebenden Aquarellmalerin und Kunstpädagogin Christa Friedl. Diesjährige Artist in Residence ist die Land-Art Künstlerin und Labyrinth Gestalterin Marianne Ewaldt. Der Besuch der Ausstellungen ist kostenlos. Die ausgestellten Kunstwerke sind größtenteils verkäuflich. Alle Informationen unter www.filzmoos.at/bergkunst. Tourismuschef und Organisator Peter Donabauer freut sich gemeinsam mit John Wieser, dem

künstlerischen Leiter des Bergkunst Festivals über das Kunst-Highlight im Bergdorf Filzmoos. „Mit dem Bergkunst Festival Mountain-Art project bieten wir Einheimischen, Besuchern und Gästen eine weltweit einzigartige Symbiose aus Kunst- und Naturerlebnis“. Die Mountain-Art project Besucherinnen können sich an außergewöhnlichen Ausstellungen an außergewöhnlichen Plätzen

und Kunstwerken



von Bildhauern, Fotografen und Malern erfreuen, die sich mit den Bergen beschäftigen, die in den Bergen entstanden sind oder die durch Berge inspiriert wurden. Einige der ausstellenden Künstler bieten während ihres Aufenthaltes in Filzmoos Workshops für Kunstinteressierte an. Tourismuschef Donabauer hat noch einen besonderen Tipp für alle Besucher: „Am besten lassen sich die Kunstausstellungen erwandern, denn schließlich ist Filzmoos nicht nur eine einzigartige Kunstgalerie, sondern zudem auch noch Österreichs erstes Wanderdorf.

Steinlabyrinth. „artist in residence“ Marianne Ewaldt lässt am Almsee ein Steinlabyrinth entstehen. Als artist in residence wird die land-art Künstlerin, Keramikerin und Labyrinth Gestalterin Marianne Ewaldt drei Wochen lang in Filzmoos leben und arbeiten und gemeinsam mit Kindern und Jugendlichen am Almsee in der Hofalm ein Steinlabyrinth entstehen lassen. ★

TIPPS

FR, 15. 9. | 15.00 Uhr

Almsee – Filzmoos
Klingendes Steinlabyrinth
musikalische Eröffnung
des MOUNTAIN-ART project – Steinlabyrinth
am Almsee in Filzmoos
mit Marianne Ewaldt &
Prof. Angelika Luz

SO, 24. 9. | 13.00 - 15.00 Uhr

Neubergerhof Kindermalkurs, Acrylmalkurs für Kinder (ab 6 Jahren) mit Marlene Schaumberger

INFOS



Bergkunst Filzmoos

c/o Filzmoos Tourismus
Tel.: 06453 / 8235
info@filzmoos.at
www.filzmoos.at/bergkunst



Die KünstlerInnen 2023

LEA ANDERS



Malerei,
Druckgrafik,
Installation
Oberhofalm

EDITH ARGAUER



Keramik
Pilzstub'n

PETER DAURER (PEDAS)



Abstrakter Ex-
pressionismus
**Alpenhotel
Wurzer**

MARIANNE EWALDT



land-art
Hofalm

CHRISTA FRIEDL



Landschafts-
malerei
**Hotel-Café
Hirschenau**

GLEMMART



Künstlerkollek-
tiv, Holzkunst
**Hotel Gut
Untertorf**

NORBERT KOPF



Fotografie
- der magische
Garten
Hotel Alpenhoff

THERESIA INNERHOFER



Kuh-Art
**Gasthof
Fiakerwirt**

MARIKA DEISL OSWALD



Malerei
Untertorfalm

LENI KLIEBER



Malerei
**Hotel
Alpenblick**

MONIKA LANGEN



Malerei
Café Sieberer

WOLFGANG MAIR (KOWALSKI)



Malerei
Hotel Jagdhof

BARBARA MAYR



Malerei
**Ferienanlage
Reithof**

MARKUS PILZ



Holzkunst
**Hotel
Bischofsmütze**

CLEO RUISZ



Malerei
**Hotel
Hammerhof**

RUDOLF SCHAR (LERUSCH)



Malerei
Hotel Hanneshof

MARLENE SCHAUMBERGER



Malerei,
Installationen
**Hotel
Neubergerhof**

KARIN FETZ



Textilkunst
**Freizeitpark
Filzmoos**

SABRINA WALCHER



figurative
Kunst, Malerei
Hotel Hubertus

MARTIN WIELAND



Fotografie
**Hotel Happy
Filzmoos**

JOHN WIESER



Malerei
**Hotel Villa
Rieder**

MARTHA WINTERSTELLER



Porzellan-
malerei
**Restaurant
Der Guster**

BIRGIT WÜRTINGER



Acrylmalerei
**Hotel
Dachstein**

WEITERE INFOS

02.09. - 24.09.2023

www.filzmoos.at/bergkunst

**MOUNTAIN-ART
project 2023**



Mit uns wird Photovoltaik einfach!

DAFI GMBH IN EBEN. Ihr Spezialist für erneuerbare Energien und Energiemanagement.

Die Zukunft der Energieversorgung ist grün, innovativ und effizient. Als wegweisendes Unternehmen im Bereich erneuerbarer Energien sind wir für unsere Kunden ein verlässlicher Partner, der ihnen dabei hilft, von der grenzenlosen Energie der Sonne zu profitieren. Mit einem klaren Fokus auf Photovoltaik setzen wir Maßstäbe für umweltfreundliche und kosteneffiziente Energiegewinnung. Dafi-Kunden bieten wir eine umfassende Beratung und ein Komplettpaket von der Planung über die Montage bis hin zur Inbetriebnahme von Photovoltaikanlagen einschließlich Energiemanagement. Wir sind da-

von überzeugt, dass Photovoltaik-Energie die Lösung für Privathaushalte, Unternehmen und Landwirte ist und zu niedrigeren Betriebskosten sowie einer sauberen Umwelt beiträgt. Unsere Kunden unterstützen wir dabei, erneuerbare Energien so einfach wie

möglich zu nutzen. Hierfür haben wir den SMARTFOX Pro Energiemanager entwickelt, mit dem wir uns erfolgreich am Markt positioniert haben, insbesondere in der DACH-Region. Der Energiemanager optimiert die Leistung unserer Photovoltaikan-

lagen und steuert Verbraucher wie Elektroheizstäbe, Wärmepumpen und Elektrofahrzeuge durch überschüssige Energie an, um den Eigenverbrauch auf bis zu 98 % zu maximieren. In diesem Bereich zählen wir als Marktführer in Österreich.





OFFENE STELLEN

- Lehrling Elektro- & Gebäudetechnik (m/w/d)
- Service- & Elektrotechniker (m/w/d)

Interesse geweckt? Schicken Sie uns Ihre Bewerbungsunterlagen an folgende Mail-Adresse: jobs@dafi.at

Energienachhaltigkeit hat für uns oberste Priorität.

Aus diesem Grund setzen wir uns seit der Gründung 2012 für saubere und erneuerbare Energien ein, um deren Vorteile für alle zugänglich zu machen. Mehr als 1.000 von uns installierten „Sonnenkraftwerke“ und die Zufriedenheit unserer Kunden sind unser täglicher Ansporn, einen wesentlichen Beitrag für die Umwelt zu leisten.

Standorterweiterungen.

Unsere Leidenschaft für effiziente Photovoltaiksysteme und

den SMARTFOX Pro Energiemanager treibt uns an, unser Team kontinuierlich zu erweitern. Daher haben wir unser Headquarter in Eben im Pongau um zwei weitere Standorte erweitert: ein Logistik- und Produktionscenter in Eben im Pongau sowie ein Standort in Radstadt für unser SMARTFOX-Team. Unser Ziel ist es, unsere innovativen SMARTFOX Technologien gezielter zu verbreiten und unser Vertriebsnetz auszubauen. Auch unsere zukünftigen Energie-Helden haben für uns einen besonderen Stellenwert.

Denn, wir legen großen Wert darauf, jungen Menschen eine einzigartige Gelegenheit zu bieten, unser Unternehmen hautnah kennenzulernen und dabei wertvolle Einblicke in den vielfältigen Arbeitsalltag zu gewinnen. Unsere Türen stehen nicht nur für jene offen, die bereits auf ihrem beruflichen Weg Fortschritte machen, sondern auch für aufstrebende Talente, die neugierig sind und sich in der Umgebung der erneuerbaren Energien ausprobieren möchten. So sind Praktikanten und Schnupperlehrlinge bei uns immer gern

gesehen. Wir wollen die Chance nutzen, unsere Werte weiterzugeben, um Jugendliche auf ihrem individuellen Karriereweg zu begleiten und ihnen einen Arbeitsplatz bieten, auf dem sie wertvolle Erfahrungen sammeln können. Besonders die hohe Nachfrage an wirkungsvollen PV-Systemen spornt uns täglich an, unsere Mitarbeiterzahl weiter auszubauen. Wir sind immer auf der Suche nach motivierten Menschen, die mit uns wachsen sowie innovative und abwechslungsreiche Projekte im Team umsetzen wollen. ★



KONTAKT



DAfi GmbH

Standort Eben:

Niedernfritzerstraße 120
5531 Eben im Pongau

Standort Radstadt:

Salzburger Straße 14
5550 Radstadt
Tel.: +43 6458 / 20160
gollegger@dafi.at

www.smartfox.at

www.dafi.at



Modekollektion mit 3D-Effekt

ABSCHLUSSKOLLEKTION. Hannah Aschbauer besucht die Abschlussklasse des Modezweigs der Modeschule Hallein, mit dem Schwerpunkt Modedesign und Grafik. Ihre Abschlusskollektion unter dem Motto „I Can SEE Different!“ greift die 3D-Effekte mit Rot und Blau aus ihrer Kindheit auf.

Weekend: Hannah, du besuchst derzeit die Abschlussklasse der Modeschule in Hallein. Was hat dich bewegt, diese Ausbildung zu machen?

Hannah: Ich wollte schon von klein auf ein Handwerk erlernen und insbesondere das Schneiden bzw. das Schneidern fasziniert. Da meine Oma bereits die Schneiderkunst erlernt und auch die Meisterprüfung absolviert hatte, war dies eine große Inspiration, dieses Handwerk selbst auch zu erlernen. Mit neun Jahren bekam ich meine erste Nähmaschine und gemeinsam mit meiner Oma durfte ich dann bald schon mein erstes Dirndl nähen. Spätestens da war dann klar: „Ich will Schneiderin werden“. Da mir die Matura auch sehr wichtig war, ist es

selbstverständlich, dass ich diese auch absolvieren möchte. Als ich dann auf die Modeschule Hallein gestoßen bin, habe ich erst erkannt, wie vielfältig die Modewelt ist und wie viele verschiedene Bereiche es gibt. Nach dem Tag der offenen Tür und dem Schnuppertag war es dann eindeutig, da möchte ich hin!

weekend: Welchen Zweig hast du dich entschieden und was gefällt dir daran?

Hannah: Ich absolviere den Modezweig mit der Vertiefung Modedesign und Grafik. Dieser individuelle Schwerpunkt ist ab dem 3. Jahrgang möglich. Hier geht man noch mehr in die Tiefe, was den Designprozess oder die Adobe Programme, sprich Photoshop, InDesign oder Illustrator angeht. Auch die Kreativität und das >>



HUFSCHMIEDE

Cosmetic Institute | Parfumerie

City

WIR SUCHEN DICH

KOSMETIK / FUSSPFLEGE

Wir bieten gerne auch Lehrstellen

Schick uns deine Bewerbung an hello@hufschmiede-cosmetic.at

Ruf uns an unter 03687 / 22043 oder komm einfach bei uns vorbei



Must-Have

GLOW UP

GEBEN SIE IHRER HAUT EINEN EXTRA FRISCHEKICK

Bei einem Kauf von einer Maske, GRATIS
Maskenpinsel solange der Vorrat reicht!

Hydra Facial

Das Hydra Marine Facial ist für alle
Hautprobleme und Hauttypen geeig-
net, wirkt schnell und effektiv.

Auch ideal für Männerhaut.

- leicht und altersgeschädigte Haut
- stark verhornte Haut
- Pigmentstörungen
- Unreinheiten

Mikrodermabrasion

Dank der tiefenwirksamen und
gleichzeitig besonders sanften
Methode behandeln Sie erfolgreich

- leicht und altersgeschädigte Haut
- stark verhornte Haut
- Pigmentstörungen
- Unreinheiten



silver detoxifying mask
Entzündungshemmend
& beruhigend



couperose therapy mask
Anti Stress Maske zur Stärkung
der KapillargefäÙe



hydro infusion mask
Feuchtigkeitsregulierende
Maske mit Depot- Effekt

MODE

Entwerfen stehen hier mehr im Fokus. Meine Ausbildung dauert insgesamt 5 Jahre.

weekend: Wie sieht deine Abschlusskollektion aus und welches Thema greifst du dabei auf?

Hannah: Bei meiner Abschlusskollektion habe ich ebenfalls meine Kindheit aufgegriffen und beschäftigte mich mit dem 3D-Effekt, der bei Filmen, beispielsweise im Kino oder auch zu Hause mit einer Rot/Blau Brille erzielt werden kann. Diesen Effekt wollte ich auf Kleidungsstücken verwirklichen, was mit vielen Überlegungen und Ausprobieren umsetzbar war. In meiner Kollektion befinden sich drei Outfits, die jeweils individuell gestaltet sind. Jedes Kleidungsstück ist mit Motiven verziert, die durch das Pigmentdruckverfahren angefertigt wurden,

sodass diese mit einer eigenen Brille einen 3D-Effekt erzielen können.

weekend: Was genau waren dabei die Herausforderungen und welchen Bereich deiner Ausbildung deckst du damit ab?

Hannah: Am schwierigsten war die Frage, wie ich meine Idee verwirklichen kann. Ich fokussierte mich dann auf den Rot/Blau Effekt und mit Hilfe von Photoshop konnte ich diesen dann für ein beliebige Motive kreieren. Sehr viel fällt bei dieser Arbeit in den Bereich meines Ausbildungsschwerpunktes, da die Adobe Programme, das digitale Zeichnen und die Bildbearbeitung im Fokus stehen.

weekend: Wie sah die Präsentation deines Abschlussprojektes aus?

Hannah: Mein Abschlusspro-



jekt wurde im Terminal 2 in Salzburg am Flughafen präsentiert. Dabei durften meine zwei Models und ich bei der Fashion Show teilnehmen, um meine Kollektion zu präsentieren. Das Besondere dabei war, dass man seine eigene Lauf-

stegchoreografie mit Musik kreieren und auch selbst mitmodellern konnte. Ein weiteres Highlight war dabei, dass jeder im Publikum eine spezielle 3D Brille bekam und somit das Kleidungsdesign erkennen konnte. Die Modenschau war öffentlich und konnte von jedem besucht werden.

weekend: Wie sehen deine Zukunftspläne aus?

Hannah: Nach dem Schulabschluss möchte ich ein Jahr ins Ausland gehen, um dort Erfahrungen in verschiedenen Bereichen zu sammeln. Die Mode ist mir auch sehr wichtig und ich möchte dies in Zukunft auch beibehalten. Mein Ziel ist es, in der Modebranche zu bleiben und mit meinen Ideen die Modewelt zu bereichern. Genau kann ich mich noch nicht festlegen welchen Beruf ich dabei einmal ausüben werde, aber ich werde viel ausprobieren, um das Richtige für mich zu finden. Ein etwas gewagter Weg, der mir vorschweben und der mir Freude bereiten würde, wäre es, Modedesigner/-innen auf der ganzen Welt zu interviewen. ★



Styling-Tipp

Statement-Pullover

& Bootcut Hosen: In der kalten Jahreszeit lieben wir kuschelige Strickpullis. Im Winter und Herbst werden sie zum Fashion-Statement. Ein Comeback feiert dazu die Schlaghose oder auch Bootcut genannt. Der Pullunder (59,95 €) von **mbyM** passt perfekt zur Hose (159,95 €) von **MAC** und den Stiefeletten (159,-€) von **KMB**. Gesehen bei **centro di moda** in Altenmarkt.



Praktische & funktionale Accessoires:

Accessoires runden wie immer jeden Look ab! Die Tasche (179,95 €) von **aunts&uncles** aus Biobaumwolle passt perfekt zusammen mit den Stiefeletten (199,95 €) von **Jones** oder den Schuhen (135,- €) von **KMB**. Gesehen bei **centro di moda** in Altenmarkt.



**Voll im Trend:
Transparente Stoffe
und
Schwarz & Weiß**

Plisse Bluse (159,95 €)
von **Marc Aurel**
und Culotte-Hose
(199,95 €)
von **Raffaello Rossi**

STYLING-TIPP von
CENTRO DI MODA
... Wir leben Mode

**Auch im Herbst &
Winter: Karo-Muster**



Blazer (189,99,99 €),
Hose (129,95 €)
und Bluse (69,99 €)
von **Milano Italy**,
Tasche (99,90 €)
von **Ann Kurz Spain**
und Kette (69,95 €)

STYLING-TIPP von
CENTRO DI MODA
... Wir leben Mode


MARC AUREL



CENTRO DI MODA
... Wir leben Mode

Obere Marktstraße 29/1 • 5541 Altenmarkt
Mo bis Fr 9:00 bis 18:00 Uhr durchgehend
Sa 9:00 bis 12:30 Uhr
www.centrodimoda.at  



Artificial Paradise

ABSCHLUSSKOLLEKTION. Die Kollektion von Annalena Wentz soll Frauen dazu motivieren, sich unkonventionell und nach den eigenen Vorlieben zu kleiden. Sie sollen sich nicht von anderen beeinflussen lassen.

Weekend: Annalena, wie bist du zur Modeschule und deinem Ausbildungsweg gekommen?

Annalena: Bevor ich mich für die Modeschule ent-

schieden habe, bin ich in das Privatgymnasium St. Rupert gegangen. Dort wurde mir nach den vier Jahren sehr schnell bewusst, dass ich in eine Schule gehen möchte, in

der ich kreativer sein kann. So bin ich dann auf die Modeschule in Hallein gekommen. Nach dem Tag der offenen Tür und dem ersten Schnuppern habe ich mich sehr schnell entschieden,

dass ich in diese Schule gehen möchte.

weekend: Für welche Ausbildungsrichtung hast du dich entschieden und warum?

Annalena: In der Modeschule absolviert man nicht nur seine Matura, sondern man erlernt in den fünf Jahren parallel auch einen Beruf. In meinem Fall habe ich die internationale Modeklasse gewählt, wo ich mich im dritten Jahrgang für die Vertiefung Marketing und Visual Merchandising entschieden habe.

weekend: Wie sieht dein Abschlussprojekt aus? Mit welchen Themen hast du dich dabei beschäftigt?

Annalena: Da ich den Zweig Marketing und Visual Merchandising gewählt habe, durfte ich zu mei- ➤



Deine HAUTsache, ist unsere HAUPTsache!

In unserem hellen und liebevoll eingerichteten Kosmetik- & Fußpflegestudio im Zentrum von St. Johann im Pongau, findest du neben professioneller Behandlungen auch einen Ort der Ruhe und Entspannung.

Wir, von Hau(p)tsache Schön ~ Kosmetik & Fußpflege sehen es als unsere Verantwortung, dass du dich in deiner Haut wohlfühlst. Es erwartet dich ein freundliches und hervorragend ausgebildetes Team. Unser Verwöhnprogramm: Typgerechte Beauty-Behandlungen und ausgezeichnete Pflegeprodukte. Mit unseren vielseitigen Behandlungsmöglichkeiten können

wir individuell auf deine Bedürfnisse eingehen. Unser Angebot reicht von einer professionellen Hautanalyse, Hautbedürfnis- und Anti-Aging-Treatments mit speziellen Technologien, Bodyforming, Waxing, Mani- und Pediküre bis hin zu Wimpern- und Brauen-Behandlungen. Von Kopf bis Fuß - wir arbeiten immer lösungsorientiert und haben ein offenes Ohr für dein Anliegen. ★



ANZEIGE FOTOS: CHRISTIANE PIRNBACHER, HERSTELLER

JETZT NEU
MesoJet™

HAUPTSACHE SCHÖN
Kosmetik & Fußpflege

MIT HIGH SPEED ZU EINER JÜNGEREN HAUT

- Ein erfrischendes hautstraffendes Verfahren für strahlende Haut
- Der MesoJet™ transportiert mit der Hydroporations-Technologie hocheffiziente Wirkstoffseren in tiefere Hautschichten
- Wirkstoffe werden in Mikrotröpfchen zerlegt und treffen mit hoher Geschwindigkeit auf die Hautoberfläche
- In Kombination mit einer Hochfrequenz wird die Elastizität und die Aufnahmefähigkeit der Haut erhöht

Lass dich bei uns im Studio beraten und erlebe das erfrischende und hautstraffende Verfahren.



MODE

ner Kollektion, welche aus drei Kleidungsstücken besteht, noch ein Ausstellungenskonzept entwerfen, welches im Juni im Terminal 2 ausgestellt wurde. Meine Kollektion hat den Titel „artificial paradise“. Die Geschichte dahinter ist die Selbstverwirklichung der Frau, was viel zu selten thematisiert wird. Durch die bestimmten Vorstellungen, wie die perfekte Frau auszusehen hat, fühlen sich viele Frauen eingeschränkt und trauen sich nicht aus ihrer Komfortzone auszutreten. Meine Kollektion soll Frauen dazu motivieren, ihre Komfortzone zu verlassen und zu tragen, was sie wollen, und sich nicht von Außenstehenden einschränken zu lassen.

weekend: Was genau hast du dafür vorbereitet, wel-



che Herausforderungen musstest du dafür meistern und welche Bereiche deckst du damit ab?

Annalena: Eine ganze Kollektion zu entwerfen und zu fertigen war eine große He-

rausforderung für mich. Es hat trotz der vielen Arbeit sehr viel Spaß gemacht. Die Vorfreude auf die Präsentation war entsprechend. Es hat alles mit der Ideenfindung gestartet. Danach

wurden viele Entwürfe gemacht und davon wurden 3 finale Kleidungsstücke ausgewählt. Zu diesen Kleidungsstücken mussten passende Stoffe gefunden werden. Zu meiner Kollektion habe ich auch ein Portfolio gestaltet. In diesem bekommt man einen Einblick in meine komplette Kollektion, von den Entwürfen bis hin zum Fertigungsprozess.

weekend: Wie sehen deine Zukunftspläne aus?

Annalena: Ich weiß noch nicht zu 100%, was ich nach der Matura machen möchte. Vermutlich werde ich im Marketing-Bereich bleiben, da ich dieses Gebiet sehr interessant finde und es auch sehr viele Möglichkeiten gibt. Zudem kann man in diesem Bereich sehr kreativ sein, was mir sehr wichtig ist. ★

SLOW FASHION X SLOW BREWING

In den Diplomarbeiten der Modeschule lassen sich interessante Tangenten legen. Aus einer Kooperation mit der Privatbrauerei Trumer entstanden heuer sogar zwei Projekte. Die Schülerinnen Larissa Schnaitmann, Sarah Neureiter und Marlene Holl aus einer Abschlussklasse im Hairstylingbereich entwickelten ein Shampoo, ein Öl und eine Seife für Barträger und Biertrinker. Letzteres ist allerdings keine Bedingung für die Verwendung der Naturkosmetikartikel aus eigener Herstellung. Im Modezweig entwarfen und fertigten Hannah Aschbacher, Annalena Wentz und Alexandra Zwicklhuber personalisierte Arbeitskleidung für die Brauereimitarbeiter*innen aus Biobaumwolle, darunter eine Schürze, die Vorfreude auf den Anstoß der Fässer im heurigen Sommer macht und ein upgecyceltes Polo-Shirt. Die Schürze ist im Design dem Obertrumer Rustikal nachempfunden. Na dann: Prost!





KARLSBERGER

Feiert mit uns

GEMMA HAUSMESS!

22. September 2023 | 09:00 bis 18:00 Uhr

ABVERKAUF DER AUSSTELLUNGSWARE (BIS ZU -50%)



Livevorführung
Thermomix &
QUOOKER



professionelle
Schlafberatung



Kostproben Steiner's
Salatdressing &
Cocktails



Weißwurst &
Breze vom
Multidampfgarer



Bildausstellung

Gewinnspiel

1. Preis:

Küche inkl. Geräte-Set,
Spüle, Armatur,
im Wert von € 10.000,-

2. Preis:

Ein QUOOKER (der Wasser-
hahn der alles kann)
im Wert von € 3.000,-

3. Preis:

Boden 15 m² in Eiche
Landhausdielen
im Wert von ca. € 900,-

AUCH FÜR DAS LEIBLICHE WOHL IST
BESTENS GESORGT!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

WWW.KARLSBERGER.AT



Wenn die Brust zur Be(Last)ung wird

Große, asymmetrische oder stark hängende Brüste stellen für Frauen häufig eine große psychische, aber auch physische Belastung dar. Psychisch stehen dabei Schamgefühl und Störungen im weiblichen Selbstbild im Vordergrund, körperlich sind vor allem Schmerzen der einschneidenden BH-Träger und Wirbelsäulen- und Nackenbeschwerden Symptome. Die Fachbegriffe „Mammahypertrophie“, „Mammaasymmetrie“ oder „Mammaptose“ subsumieren die oben erwähnten Beschwerden.

Von Priv-Doz. Dr. Karl Schwaiger

Da sehr viele Frauen ein großes Schamgefühl haben und jahrelang still unter Ihrer Brust leiden ist eine generelle Aussage über das Vorkommen, die Prävalenz der „unförmigen Brust“, in der Bevölkerung schwierig in Zahlen festzumachen. Des Weiteren spielt hier das individuelle Empfinden der Frau die größte Rolle, wenngleich es natürlich objektive Kriterien gibt, die das Krankheitsbild definieren.

Krankheitsbild. Definiert ist eine krankhaft große Brust als eine übergroße, schwere weibliche Brustdrüse, die nicht zur sonstigen Körperform der Patientin passt und Beschwerden verursacht. Dies kann auch nur an einer Brust ausgeprägt sein. In diesem Fall würde man dann von einer ungleichen Brust sprechen (Mam-

maasymmetrie). Auch hängende Brüste (Mammaptose) können übrigens ähnliche Beschwerden verursachen.

Einschätzung durch einen Facharzt.

Für den Arzt im Vordergrund sollten immer die Beschwerden des Patienten stehen – egal ob diese psychischer oder physischer Natur sind – die Erfahrung lehrt, dass beides gleich wichtig ist und dass Körper und Psyche zusammenhängen. Einschränkungen beim Sport oder bei der Arbeit aber auch im Beziehungs- und Sexualleben können nachvollziehbarerweise eine psychische Belastungssituation erzeugen.

Chirurgische Abhilfe. Bei ausgeprägtem Leidensdruck stellt die sogenannte chirurgische Brustverkleinerung und/oder Straf-

fung die Therapie der Wahl dar. Bei jeder Operation erfolgt ein individuelles Vorgehen. Je nach Befund und Ausgangssituation wird an der Brust Gewebe entfernt, umverteilt, die Brustwarze verkleinert, angehoben... Manchmal ist eine ergänzende Liposuction (Fettabsaugung) zusätzlich notwendig, da Brustgewebe zu einem wesentlichen Anteil auch aus Fettgewebe besteht und dies vor allem an den seitlichen Ausläufern oft sehr hartnäckig sitzt und die Armbewegung einschränkt und zusätzlich auch ästhetisch stört. Die Operationsnarben verheilen meist sehr schön und sind beim Tragen von Unterwäsche oder im Bikini nicht sichtbar. Sensibilität der Brustwarze und Stillfähigkeit bleiben in der Regel erhalten. Die Operationsdauer beträgt ungefähr 2 Stunden und die Patientin bleibt meist eine Nacht im Kran-

kenhaus. Die Arbeitsfähigkeit richtet sich nach der ausgeübten Tätigkeit, wobei nicht körperliche Tätigkeiten bereits nach einigen Tagen wieder problemlos aufgenommen werden können. Bei schwerer körperlicher Arbeit sollte länger (2-4 Wochen) pausiert werden. Nach der Operation wird empfohlen zumindest für 4 Wochen, besser 6 Wochen einen Sport-BH zu tragen, um die Heilung zu unterstützen. Kurze Kontrolltermine beim Chirurgen sollten in dieser Phase regelmäßig stattfinden. Auch bezüglich chirurgischer Technik hat sich in den letzten Jahren sehr viel getan. Es wurden neue, sichere Techniken entwickelt die ein bessere, stabilere und dauerhaft

schöne Form der Brust garantieren und die Operationszeit wesentlich minimieren. Gerade deshalb kann mittlerweile auch bei jungen Frauen bei entsprechender Beschwerdesymptomatik eine solche Operation bedenkenlos durchgeführt werden. Betroffene Frauen, die sich einer Brustkorrektur unterzogen haben, berichten meist über eine wesentliche Verbesserung ihrer Quality of Life in allen Belangen und ein Großteil der Patienten verabschiedet sich bei der Abschlusskontrolle mit den Worten „Wenn ich das gewusst hätte, hätte ich es schon viel früher gemacht...“ ★



„Bei ausgeprägtem Leidensdruck stellt die sogenannte chirurgische Brustverkleinerung und/oder Straffung die Therapie der Wahl dar. Betroffene Frauen, die sich einer Brustkorrektur unterzogen haben, berichten meist über eine wesentliche Verbesserung ihrer Quality of Life in allen Belangen“

Priv.-Doz. Dr. Karl Schwaiger, Facharzt für Plastische, Rekonstruktive und Ästhetische Chirurgie, www.drkarlschwaiger.com, St. Veit im Pongau & Salzburg

hartlauer.at



Einfach MEHR bei meinem Handy-Profi.

Sie sind einfach **MEHR als Berater**: Sie sind echte Unterstützer, die zwischen den Zeilen lesen, sich wirklich Zeit nehmen und einfach an alles denken. **Erleben Sie den einmaligen Service der Hartlauer Handy-Profis – auch in Ihrer Nähe!**



Beratung zu allen großen Mobilfunkanbietern: objektiv & voller Wissen.



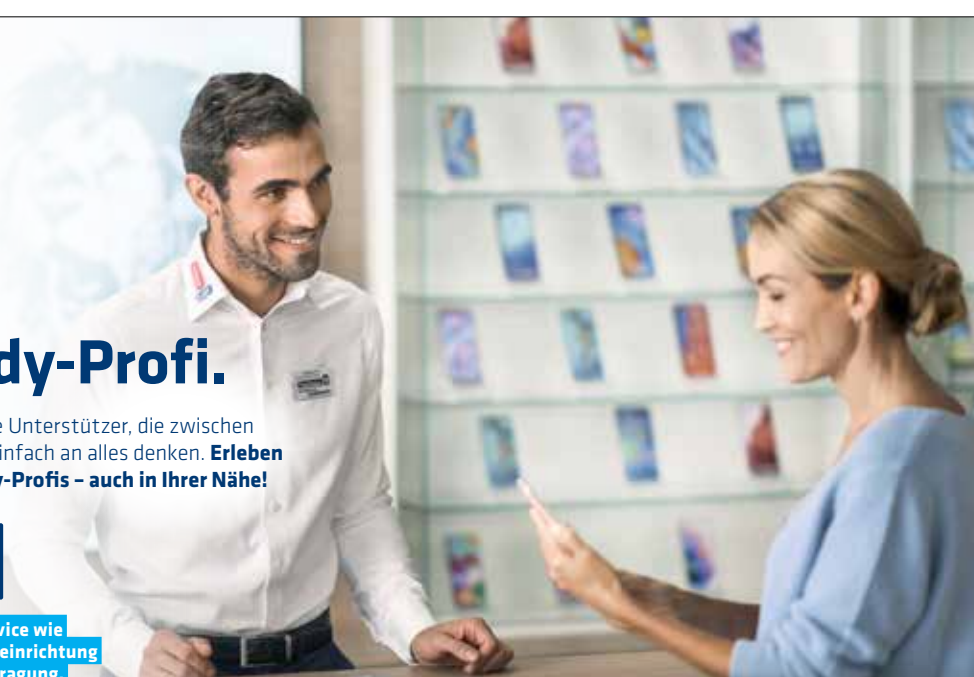
Rundum-Service wie Smartphone-Ersteinrichtung & Datenübertragung.



Erstanmeldung und Vertragsverlängerung Ihrer Handy- & Internettarife.



Alle Bonusprogramme der Mobilfunkanbieter unter einem Dach. Jetzt profitieren!



Hartlauer Geschäfte in Ihrer Nähe:

5630 Bad Hofgastein Salzburger Str. 11

5500 Bischofshofen Franz-Mohshammer-Platz 7

5600 St. Johann/Pongau Hauptstr. 24

Jetzt Termin vereinbaren unter hartlauer.at/terminvereinbarung



Nähere Infos auch unter hartlauer.at/handy-profi

Medieninhaber und Hersteller: Hartlauer Handelsgesellschaft m.b.H., Stadtplatz 13, 4400 Steyr; Verlags- und Herstellungsort: 4400 Steyr

hartlauer.at

Gut beraten bei **FOTO, HANDY, OPTIK und HÖRGERÄTEN**



Weiter Infos unter:
www.casports.at

Die Vorteile eines Krafttrainings

CA SPORTS & HEALTH CONCEPTS. Biologische, psychologische und muskuläre Anpassungen im Alltag durch ein gezieltes Krafttraining.

Krafttraining wird oft mit dem Streben nach einem muskulösen Körper in Verbindung gebracht, doch seine Auswirkungen gehen weit darüber hinaus. Abseits von Ästhetik und sportlichen Leistungen beeinflusst regelmäßiges Krafttraining unser Leben auf vielfältige Weise. Von biologischen Veränderungen

bis hin zu psychologischen Effekten, wirft dieser Beitrag einen Blick auf die oft unbewussten Anpassungen, die durch Krafttraining im Alltag auftreten. Von erhöhter Knochendichte über Schmerzreduktion bis hin zu psychologischem Wohlbefinden - lassen Sie uns tiefer eintauchen.

Biologische Anpassungen. Krafttraining stellt hohe Anforderungen an unsere Muskeln, Sehnen und Knochen. Als Reaktion darauf passt sich der Körper an, um diesen Belastungen standzuhalten. Eine der bemerkenswertesten Veränderungen ist die Steigerung der Knochendichte. Regelmäßiges Training er-

höht die Belastung der Knochen, was wiederum die Knochenmineraldichte erhöht. Dies ist relevant für Menschen jeden Alters, da höhere Knochendichte das Risiko von Osteoporose reduziert und die allgemeine Stabilität des Körpers verbessert.

Schmerzreduktion und verbesserte Haltung. Unser moderner Lebensstil führt oft zu muskulären Dysbalance und Haltungproblemen. Krafttraining kann dazu beitragen, diese Ungleichgewichte auszugleichen und die Haltung zu verbessern. Indem schwache Muskelgruppen gestärkt werden, verringert sich die Belastung auf

„Krafttraining ist weit mehr als nur ein Mittel zur Steigerung der Muskelmasse. Es beeinflusst unseren Körper in vielfältiger Weise, von der Stärkung der Knochen bis zur Verbesserung der psychischen Gesundheit.“

Catalin Alixandru, CA Sports & Health Concepts



**EXPERTEN
TIPP**
**Übergangspflege - zu Hause
wieder zurecht finden**


DGKP Gottfried Kendlbacher,
Übergangspflege
Landeslinik St. Veit

Ein Krankenhausaufenthalt bedeutet auch eine Veränderung des gewohnten Alltags. Oft stellt sich beim Übergang nach Hause eine neue Situation dar. In der Übergangspflege helfen wir dabei, mögliche Schwierigkeiten im Alltag auszugleichen und bieten Unterstützung auch in psychosozialen Problemlagen. Das Ziel ist eine Starthilfe für ein Leben zu Hause. Dafür werden die Pflegeleistungen an den physischen und psychischen Bedarf der Klienten*innen angepasst und eventuell notwendige Hilfsmittel und Hilfsdienste organisiert. Bei einem Probeausgang wird beurteilt, wie die Klientin oder der Klient zu Hause zurecht kommt. Es wird geklärt, ob neue Hilfsmittel verwendet werden können, welche Hilfe benötigt wird und was im Krankenhaus noch trainiert werden kann. Bei der begleitenden Entlassung und Nachbetreuung in Form von Hausbesuchen wird die Förderung und der Erhalt der Selbstständigkeit weiter unterstützt. Die Klienten*innen erhalten somit eine gezielte Begleitung und Beratung, verbunden mit Alltagstrainings.



Landeslinik St. Veit
St. Veiterstraße 46, 5621 St. Veit
Tel.: +43 (0) 5 7255-46
www.salk.at



Gelenke und Wirbelsäule, was wiederum Schmerzen reduzieren kann. Dies ist ein besonders bedeutsamer Effekt für Personen, die unter chronischen Rückenschmerzen leiden oder einem sitzenden Beruf nachgehen.

Psychologische Auswirkungen.

Krafttraining hat nicht nur physische, sondern auch psychologische Auswirkungen. Die Fortschritte, die im Training erzielt werden, können das Selbstvertrauen und das Selbstwertgefühl steigern. Die Überwindung von Herausforderungen im Training trägt dazu bei, ein Gefühl der Leistungsfähigkeit und Stärke im Alltag zu entwickeln. Darüber hinaus hat eine körperliche Betätigung, einschließlich Krafttraining, nachgewiesenermaßen positive Auswirkungen auf die mentale Gesundheit. Es kann Stress reduzieren, die Stimmung verbessern und sogar zur Linderung von Angstzuständen und Depressionen beitragen.

Muskuläre Anpassungen und Alltagsaktivitäten. Die muskulären

Anpassungen durch Krafttraining ermöglichen nicht nur eine bessere Leistung im Fitnessstudio, sondern auch eine verbesserte Funktionalität im Alltag. Stärkere Muskeln erleichtern es, alltägliche Aufgaben wie das Heben von Einkaufstüten, das Tragen von Kindern oder das Bewegen von Möbeln müheloser zu erledigen. Dies führt zu einer gesteigerten Unabhängigkeit und Lebensqualität, insbesondere im fortgeschrittenen Alter.

Fazit. Krafttraining ist weit mehr als nur ein Mittel zur Steigerung der Muskelmasse. Es beeinflusst unseren Körper in vielfältiger Weise, von der Stärkung der Knochen bis zur Verbesserung der psychischen Gesundheit. Die unbewussten Anpassungen, die durch regelmäßiges Training auftreten, haben positive Auswirkungen auf verschiedene Aspekte unseres Alltags. Egal in welchem Alter - das Hinzufügen von Krafttraining zu Ihrer Routine könnte sich als eine der besten Entscheidungen für Ihre körperliche und geistige Gesundheit erweisen.





VON SCHAFHIRTEN UND SCHWERTTÄNZERN: DER BAUERNHERBST IN GASTEIN

Von 19. August bis 4. November laden traditionelle Feste, kulinarische Schmankerl und musikalische Darbietungen zum Bauernherbst nach Gastein. Die Veranstaltungsreihe im SalzburgerLand widmet sich seit über 25 Jahren den bäuerlichen Traditionen und Bräuchen rund um die Erntezeit. Während des Bauernherbstes finden rund 50 Veranstaltungen allein in der Region Gastein statt. Sie reichen von Almfrühstücken und Bergmessen bis hin zu Konzerten, Erntedankfeiern und geführten Kräuterwanderungen. Ein erstes großes Highlight ist der Schwerttanz in Bockstein (3.9.), dabei wird eine über 500 Jahre alte Tradition fortgeführt. „In Bad Gastein vermischte sich die Moderne mit alten Bräuchen. Hier trifft moderne Kunst & Kultur auf ganz traditionelle Veranstaltungen“, sagt Lisa Loferer, Geschäftsführerin vom Kur- und Tourismusverband Bad Gastein. Der Schafabtrieb in Sportgastein (9.9.) sowie die Veranstaltung LUXUS (25.10.), die ein exklusives Dinner mit einem Film über die Schlachtung eines Schafes kombiniert, stellen verschiedene Aspekte der bäuerlichen Kultur und der Lebensmittelproduktion in den Vordergrund. „Indem wir die Traditionen unserer Bauern hochhalten und Tourist*innen Einblicke bieten, bewahren wir ein Stück echter Verbundenheit zur Natur und zeigen die Herkunft unserer Lebensmittel“, sagt Eva Irnberger, Geschäftsführerin vom Kur- und Tourismusverband Bad Hofgastein. Die regionale Produktion von Lebensmittel näherbringen will auch die Kulinarik-Veranstaltung „kulinarische Hofwanderung“, diese führt Gäste immer mittwochs ab 9:30 Uhr von 6.9. bis 11.10. zu drei Gasteiner Bauern. Vor Ort probiert man nicht nur Schmankerl aus eigener Produktion, sondern lernt den gesamten Betrieb kennen.

FOTO: GASTEINERLAND TOURISMUS GMBH, MANGOTREE-PHOTOGRAPHY



MUSIKANTEN.ROAS IN ALTENMARKT-ZAUCHENSEE

Der Herbst in Altenmarkt-Zauchensee beeindruckt auch in diesem Jahr wieder mit vielfältigen Momenten und einzigartigen Begegnungen. Bei der Musikanten.Roas ziehen, anlässlich des 75-jährigen Jubiläums zur Markterhebung der Marktgemeinde Altenmarkt im Pongau, verschiedene Tanzmusi-Gruppen von Gasthof zu Gasthof rund um den herbstlich geschmückten Marktplatz. Die Gruppen unterhalten Gäste und Einheimische mit traditioneller Musik und volkstümlichen Liedern. Eintritt frei!

FOTO: NADIA JABLJI PHOTOGRAPHY



ALTENMARKT-ZAUCHENSEE KÜRT

Herbst.Königin

Die Korsage zierte Schilf oder zarte Rinden. Ähren, Efeu oder Flechten werden zum Rock geflochten und die Krone aus Blumen und Blättern gefertigt. Auch in diesem Jahr werden die Herbst.Königinnen mit ihren Kleidern, die ganz aus herbstlichen Naturschätzen bestehen, Einheimische und Gäste gleichermaßen begeistern. Sie möchten etwas Neues ausprobieren und kreativ sein, entspannt Ihre künstlerischen Fähigkeiten zeigen? Sie sind herzlich eingeladen zum Thema „Tracht“ Ihre ganz persönliche Herbst.Königin zu gestalten. Wann? Am 14.9. von 10 bis 16.30 Uhr in der PopUp.Werkstatt auf dem Marktplatz (bei Schlechtwetter in der Festhalle). Die Altenmarkter Greißlerin Sabine Huber sorgt für herbstliche Tapas und die „Tauernwind Tanzmusi“ für Live-Musik. Natürlich sind Sie auch als Zuschauer:in herzlich willkommen. Die schönsten Herbst.Königinnen werden am 16.9. im Rahmen der Veranstaltung „Lebendiges Handwerk“ in der Dechantshoftegne gekürt. Die drei Schönsten des Landes können dann von 17.-29.9. im Salzburger Heimatwerk am Residenzplatz in Salzburg bewundert werden. Eintritt frei!

FOTO: MATTHIAS FRITZENWALLNER

Wir schaffen
ein Dahoam für
Mensch und Tier!

Der Traum vom LebensRaum

A&S-BAU GMBH. Als regionaler Anbieter legen wir großen Wert auf Persönlichkeit sowie die Verbundenheit mit unserer Umgebung. Durch die Liebe zum Handwerk und unserer Präzision schaffen wir einzigartige Wohn- und Arbeitsräume - ganz nach unserem Motto: KOPF - HERZ - HANDWERK.

Ihr habt den Wunsch von den eigenen 4 Wänden? Wir stehen euch von Anfang an zur Seite, wenn es um die Umsetzung eures Lebens(T)raums geht! Unsere Mitarbeiter sind Meister ihres Fachs und bringen ihr Können mit Leidenschaft in jeden Bauprozess ein. Mit präzisiertem Handwerk und Liebe zum Detail schaffen wir einzigartige Wohn- und Arbeitsräume, die höchsten Ansprüchen gerecht werden. Handschlagqualität hat für uns oberste Priorität und ist auch für uns Motivation & Herausforderung zugleich.

Infos. Wir sind ein Familienunternehmen aus Großarl mit 25 Mitarbeitern und unser Einsatzgebiet verteilt sich über das gesamte Land Salzburg. Spezialisiert sind wir auf:

- Agrar-Bau rund um den landwirtschaftlichen Sektor
Ställe, Hallen & Remisen
- Hochbau / Ein- und Mehrfamilienhaus
- Instandhaltung & Renovierung von Gebäuden
- Baumaschinenvermietung

KONTAKT



A&S-Bau GmbH

Gewerbepark 5
5611 Großarl
Telefon: (06414) 205 05
info@asbau.at
www.asbau.at





Sinkende Preise, stagnierendes Angebot & Finanzierung als Herausforderung

TURBULENTER IMMOBILIENMARKT 2023. Der Pongauer Immobilienmarkt befindet sich seit Anfang dieses Jahres in einem bereinigenden Prozess. So zumindest sehen es führende Immobilienexperten. Während 2022 österreichweit die Immobilienpreise nochmals einen gewaltigen Schub nach oben machten, leitete die Einführung der „KIMVO“ Mitte vergangenen Jahres eine Trendumkehr ein.

Die Preise in der Immobilienbranche fallen derzeit stark, ungefähr 15 bis 20 Prozent im Vergleich zum Vorjahr. Mit diesen Entwicklungen liegt man derzeit aber immer noch auf dem Preisniveau von 2020. „Die wahnsinnigen Preispitzen von 2022 sind vorerst vorbei“, sagt Hans Maurer, Immobilienmakler von RE/MAX Spirit in St. Johann im Pongau. Im ersten Halbjahr 2023 sind die Preise im Pongau bereits spürbar gesunken. Die Erwartungen für die zukünftigen Preisentwicklungen gehen von bis zu minus zwanzig Prozent aus. Auch hier agieren Immobilienmakler wieder in ihrer

Beratungsfunktion. Maurer sagt dazu: „Wir haben im Moment viele Immobilien am Markt, die zu teuer sind, weil sich die Situation geändert hat. Unsere Aufgabe ist es, seriös zu beraten und einen marktkonformen Preis zu bieten.“ Am stärksten gefragt im Pongau sind aktuell Kaufobjekte unter 500.000 Euro. Diese sind auch einigermaßen gut finanzierbar.

Luxusimmobilien & Gewerbeobjekte. Immobilien im Luxussegment, ab ca. 1,5 Millionen Euro aufwärts, sind österreichweit auch 2023 gut gefragt. Im Pongau und Pinzgau spielen sie eine geringere Rolle, meint Hans Maurer

aus St. Johann. „Wir haben aktuell lediglich eine Tourismusliegenschaft im Pinzgau in der Vermarktung.“ Auch Gewerbeobjekte sind 2023 offenbar weniger gefragt. Im Pongau gibt es einige Büros, Gastronomieräumlichkeiten oder Betriebsobjekte im Angebot. Die Nachfrage hält sich allerdings in Grenzen. So wie im privaten Bereich stehen auch Betriebe aktuell auf der Investitionsbremse.

Das Finanzierungsdilemma. Die Finanzierung einer Immobilie wurde, durch das neue Bankengesetz, letzten Sommer, erschwert. Gerade für junge Familien, die Eigentum

erwerben wollen, sind die Bedingungen für einen Kredit härter geworden. Ein Eigenkapitalanteil von 20% und eine Kreditrate von maximal 40% des Nettoeinkommens sind Kriterien, die auch viele Gutverdiener nicht erfüllen. Eine Finanzierung über die Hausbank ist oft nicht möglich. Inzwischen häufen sich die Stimmen, die nach einer Änderung der Verordnung rufen. Banken würden gerne Kredite gewähren, dürfen aber nicht. Bauträger halten sich mit Neubauprojekten zurück, weil sie befürchten, die Wohnungen nicht verkaufen zu können. Das birgt die Gefahr einer Verknappung und



damit einer erneuten Entwicklung der Immobilienpreise nach oben. Auch in den zuständigen österreichischen Ministerien dürfte inzwischen eine Diskussion zum Thema entbrannt sein. Immer häufiger kommen daher unabhängige Finanzierungsberater ins Spiel. Die Ablehnung eines Wohnkredits bei der Hausbank verlangt nach kreativen Lösungen. Finanzierungsberater finden individuelle Lösungen für Kaufwillige – sei es bei anderen Banken oder in Form von neuartigen Varianten wie einer Lebensphasenrate.

Downgrading. Bei vielen Kundinnen und Kunden ist derzeit eine Tendenz des „downgradens“ zu spüren, beobachten Pongauer Makler. Viele Menschen, nehmen lieber eine kleinere Wohnung, sei es zur Miete oder zum Kauf. Das ist zwar mit Abstrichen im Wohnkomfort verbunden, aber immerhin noch leistbar. Nicht wenige verschieben ihren Immobilienwunsch überhaupt auf unbestimmte Zeit in die Zukunft. Man bleibt in der alten Bestandsimmobilie oder wohnt weiterhin zur Miete. Erfreulich sind die Mietpreisentwicklungen ebenso wenig wie generell gestiegene Lebenskosten.

Weniger Häuser am Markt.

Das Immobilienangebot generell hat sich im ersten Halbjahr 2023 ebenfalls gewandelt. Während bestehende Wohnungen nach wie vor gerne angeboten und – bei marktfähigem Preis – auch gut verkauft werden, gibt es weniger Neubauwohnungen im Angebot. Allerdings ist die Nachfrage aufgrund der hohen Kaufpreise (bedingt durch Preissteigerungen bei den Baukosten) stark gesunken. Häuser sind aktuell Mangelware.

Warten oder doch jetzt kaufen? Wenn sich die Menschen erst mal an die hö-

here Inflation gewöhnt haben, werden sowohl die Preise als auch die Nachfrage wieder steigen, vermutet man. Deshalb wird geraten, besser jetzt zu kaufen. Aktuell gibt es im Pongau einige wenige Neubauprojekte, welche durch eine nachhaltige, energieeffiziente und bodenschonende Bauweise eine hohe Wohnbauförderung ermöglichen. So wird etwa in Pfarrwerfen ein Wohnkomplex errichtet, bei welchem die Preise selbst für große Wohnungen unter 500.000 Euro liegen. Kleinere Wohnungen gibt es bereits um rund 200.000 Euro zu erwerben. Bei Ausschöpfung der Wohnbauförderung und der Inanspruchnahme moderner Finanzierungslösungen sind diese auch für die breite Masse leistbar, meinen die Pongauer Immobilienexperten abschließend. ★

Ihre kompetenten Immobilienexperten im Pongau

Der Markt verändert sich.

Wir sind die richtigen Ansprechpartner für Kauf und Verkauf von Immobilien – ganz besonders in stürmischen Zeiten.



RE/MAX
Spirit

Markus Heigl, Hans Maurer und Team

T +43 6412 20 250

office@remax-spirit.at | www.remax-spirit.at

Hauptstraße 44 | 5600 St. Johann/Pongau



JOB OFFENSIVE

Pongau & Ennstal

FINDE JETZT DEINEN TRAUMJOB IN DER REGION! Mit der neuen Joboffensive des Weekend Magazin Pongau & Ennstal! Monatlich stellen wir eine neue Berufsgruppe mit den dazu interessanten Information vor: Von den Ausbildungsmöglichkeiten, Voraussetzungen, Chancen, Verdienstaussichten, Weiterbildungsmöglichkeiten bis hin zu offenen Stellen in der Region.

SHORT TALK



Jacqueline Beyer
Landesgeschäftsführerin
des Arbeitsmarktservice
Salzburg

Große Unterschiede bei der Pension

Der Equal Pension Day wurde im Bundesland Salzburg am 2. August erreicht. Er macht darauf aufmerksam, dass an diesem Tag Männer bereits so viel Pension erhalten haben, wie Frauen erst am Jahresende. Je früher im Jahr dieser Tag stattfindet, desto höher sind also die Pensionsunterscheide zwischen den Geschlechtern. Österreichweit wurde der Equal Pension Day heuer zwei

Tage später, und zwar am 4. August, erreicht. Männer erhalten in Salzburg durchschnittlich eine monatliche Pension in Höhe von 2.194 Euro, Frauen hingegen nur 1.287 Euro, das sind um 41,3 Prozent weniger. Österreichweit bekommen Frauen um rund 41 Prozent weniger Pension als Männer und sind deutlich häufiger von Armut betroffen als Männer. Gründe dafür sind bei-

spielsweise, dass Frauen niedrigere Erwerbseinkommen haben, häufiger teilzeitbeschäftigt sind als Männer sowie einen Großteil der unbezahlten Arbeit wie Kinderbetreuung, Hausarbeit oder Pflege von Angehörigen leisten. Das AMS unterstützt mit einschlägigen Beratungen, um Frauenarmut vorzubeugen und die Kompetenzen der Frauen zu stärken.

QUELLEN: [HTTPS://WWW.BERUFSLEXIKON.AT/BERUFE/168-RAUCHFANGKEHRERIN](https://www.berufslexikon.at/berufe/168-rauchfangkehrerin)
FOTOS: AMS/ HANNELORE KIRCHNER, ADOBE STOCK, AMS/DORO FILMPRODUKTION/ CHLOE POTTER, AMS/ REINHARD MAYR / DAS MEDIENSTUDIO
ZAHLEN STAND: 22.03.2023



WANTED:

KosmetikerIn

BERUFSBEREICHE: Soziales, Gesundheit, Schönheitspflege

AUSBILDUNGSFORM: Lehre, 2 Jahre

EINSTIEGSGEHALT LT. KV: € 1.610,- bis € 1.640,-

Tätigkeitsmerkmale

KosmetikerInnen führen in Kosmetiksalons pflegende, gesunderhaltende, vorbeugende, ausgleichende und dekorative kosmetische Behandlungen an Haut, Nägeln, Wimpern und Augenbrauen durch. Außerdem beraten sie die KundInnen über die Behandlungsverfahren und verkaufen Kosmetikartikel. Sie führen nur Behandlungen an gesunder Haut durch, arbeiten in Grenzbereichen (z.B. bei der Aknebekämpfung) jedoch mit Hautärzten zusammen. Zur pflegenden Kosmetik gehört die Behandlung der Haut an Gesicht, Hals, Nacken und Dekolleté sowie die Körperteilbehandlung, die Hand- und Nagelpflege und das Entfernen von Gesichts- und Körperbehaarung. Zur dekorativen Kosmetik zählen das Make-up, das Färben von Wimpern und Augenbrauen sowie die dekorative Nagelpflege. Ein weiterer

wichtiger Aufgabenbereich von KosmetikerInnen ist die Farb- und Typberatung. Bei der pflegenden Kosmetik reinigen die KosmetikerInnen zunächst die Haut mit Reinigungspräparaten, erstellen eine Hautdiagnose (Hauttyp, Färbung, Oberflächengestaltung, Hautzustand) und legen die Behandlungsart und die zu verwendenden Präparate fest. Um z.B. die Muskeln zu lockern und die Durchblutung zu fördern, massieren sie Dekolleté, Nacken, Schultern, Gesicht, Hals und Hände der KundInnen, wobei sie unterschiedliche Massagetechniken (Streichen, Kneten, Klopfen u.ä.) anwenden und verschiedene Massageöle sowie teilweise auch elektrische Massagegeräte verwenden. Um Hautunreinheiten zu beseitigen, legen die KosmetikerInnen Packungen oder Masken auf das Gesicht der KundInnen auf. Packungen

tragen sie warm mit einem Pinsel auf die Haut auf und waschen sie nach einer Einwirkzeit von ca. 20 Minuten wieder ab. Anschließend reinigen sie die Haut mit einer Lotion. Das aufgetragene Maskenpräparat wird während der Einwirkzeit (ca. 30 Minuten) steif und kann dann wie eine „Maske“ abgezogen werden. Da der Wirkstoff weiterwirken soll, reinigen die KosmetikerInnen die Haut nicht nach. Gesichts- und Körperbehaarung (z.B. an den Beinen) entfernen die KosmetikerInnen mit verschiedenen Methoden. Bei der Haarentfernung durch Harzen tragen sie Kalt- oder Warmharz mit einer Spachtel in Haarwuchsrichtung auf und ziehen es nach dem Trocknen gegen die Haarwuchsrichtung ab. Bei der Handpflege entfernen die KosmetikerInnen z.B. abgestorbene Hornhautteilchen, tragen Spezialpa- ➤

ckungen auf und cremen die Hände ein. Bei der Nagelpflege entfernen sie den alten Nagellack, kürzen die Fingernägel, feilen sie und tragen Nagelcremes und Nagelhärter auf. Teilweise arbeiten sie mit verschiedenen Apparaten und Geräten (z.B. Hochfrequenzgeräte zur Desinfektion und besseren Durchblutung, Bestrahlungslampen). In der dekorativen Kosmetik schminken die KosmetikerInnen die Gesichtshaut mit Make-up, Puder u.ä. Sie schminken den Augenbereich mit Kajalstift, Lidschatten und Wimperntusche, setzen gegebenenfalls künstliche Wimpernhaare ein und bemalen Lippen mit Lippenstift und Lippenpinsel. Außerdem lackieren sie die Fingernägel mit Nagellack und bringen Nagelergänzungen an. Die Beratung der KundInnen über geeignete Reinigungs-, Pflege- und Schminkpräparate, über richtige Ernährung, über Entspannungs- und Atemübungen, stressarmen Lebensstil usw. runden den Aufgabenbereich der KosmetikerInnen ab.



Die Berufsaussichten

Berufsaussichten:

Der anhaltende Schönheits- und Wellnessstrend wirkt sich positiv auf die Berufsaussichten von KosmetikerInnen aus. Eine steigende Nachfrage nach qualifizierten Fachkräften wird insbesondere für Dienstleistungen an der Schnittstelle Schönheitspflege, Wellness- und Stylingberatung erwartet. Der Konkurrenzdruck unter den vielen Kosmetiksalons ist jedoch groß.

Beschäftigungsaussichten:

Die Beschäftigungsaussichten für KosmetikerInnen sind gut, insbesondere für Fachkräfte mit der Bereitschaft, sich weiterzubilden. Weiterbildungs- und Spezialisierungsmöglichkeiten bieten sich im Bereich Farb- und Stilberatung, Maskenbild, Nageldesign, Maniküre und Fußpflege sowie im Wellnessbereich (zum Beispiel Gesamtkörperkosmetik, Anti-Aging).

Weiterbildungen

Im Lehrberuf „KosmetikerIn“ ist ständige Weiterbildung hinsichtlich neuer Behandlungsverfahren und -techniken und neuer Präparate Voraussetzung für eine erfolgreiche Berufsausübung. Das Berufsförderungsinstitut (BFI) und das Wirtschaftsförderungsinstitut (WIFI) bieten laufend Kosmetikkurse an.

Möglichkeiten der Beschäftigung

Betriebe/Lehrbetriebe:

KosmetikerInnen sind hauptsächlich in gewerblichen Kleinbetrieben, wie zum Beispiel Kosmetik- und Schönheitssalons beschäftigt, aber auch in Wellnesseinrichtungen und Kurbädern. Einige arbeiten auch in Kosmetikfachgeschäften oder als mobile KosmetikerInnen, die ihre KundInnen in Alten- und Pflegeheimen oder zuhause besuchen. KosmetikerInnen arbeiten oft selbstständig. Die meisten Beschäftigungsbetriebe gibt es in größeren Städten.

Lehrstellensituation:

Die jährliche Gesamtzahl der KosmetikerIn-Lehrlinge liegt seit vielen Jahren fast unverändert bei rund 750 Personen. Die meisten Lehrstellen gibt es derzeit in Wien (ein Drittel), aber auch in allen anderen Bundesländern ist die Lehrstellensituation recht gut. Fast alle Lehrlinge in diesem Beruf absolvieren die Ausbildung im Rahmen einer Doppellehre, meist mit dem Lehrberuf „FußpflegerIn“, aber einige auch mit dem Lehrberuf „MasseurIn“ oder „FriseurIn“.

Unterschiede nach Geschlecht:

Der Beruf wird vorwiegend von Frauen erlernt und gilt als typischer Frauenberuf. Der Anteil der männlichen Lehrlinge ist sehr gering (1,5 Prozent).

Tom's MESSER

HOCHWERTIGE MESSER & ZUBEHÖR
für Haushalt, Gastronomie & Hotellerie

SHOP
Brandneue Modelle
für Jagd, Sport,
Freizeit und Alltag



Schmidhuber

SCHLEIF- & SCHÄRFTECHNIK

Service & Verkauf

Schärfen alle Werkzeuge für Holz-, Metallbranche und Gastronomie
Neueste Sägeblätter und Fräser aller Art im SHOP

Saalfelden +43 (0)6582 75007

www.schmidhuber-scharf.at www.toms-messer.at



Aufstieg & Selbstständigkeit

Aufstiegsmöglichkeiten:

In Großbetrieben bestehen für qualifizierte Fachkräfte Aufstiegsmöglichkeiten zu GeschäftsführerInnen, ChefkosmetikerInnen und FilialleiterInnen. Da Kosmetikinstitute aber überwiegend Kleinbetriebe sind, sind die Möglichkeiten gering.

Selbstständige Berufsausübung:

Die Möglichkeit einer selbstständigen Berufsausübung (als GewerbeinhaberIn, PächterIn oder GeschäftsführerIn) besteht für KosmetikerInnen im Gewerbe „Kosmetik (Schönheitspflege)“ (Befähigungsnachweis erforderlich).

Weiters können KosmetikerInnen folgende freie Gewerbe ausüben:

- Erzeugung von kosmetischen Artikeln
- Modellieren von Fingernägeln (Nagelstudio)

Ein freies Gewerbe erfordert keinen Befähigungsnachweis, sondern lediglich eine Anmeldung bei der Gewerbebehörde.

Die Anforderungen

- Handgeschicklichkeit: bei allen Tätigkeiten der pflegenden und dekorativen Kosmetik
- Fingerfertigkeit: Massieren, Auftragen von Cremes
- Tastsinn: Untersuchen der Haut, Massieren
- Auge-Hand-Koordination: Entfernen von Haaren, Auftragen von Packungen und Masken, Schminken, Lackieren der Nägel
- Sehvermögen: Erstellen der Hautdiagnose, Entfernen von Haaren, Färben von Wimpern und Augenbrauen
- Unempfindlichkeit der Haut: Arbeiten mit kosmetischen Präparaten und Desinfektionsmitteln
- Kontaktfähigkeit: Betreuen und Beraten der Kunden
- Sprachfertigkeit mündlich: Beraten der Kunden, Führen von Verkaufsgesprächen
- gestalterische Fähigkeit: Schminken
- generelle Lernfähigkeit: Anwenden neuer kosmetischer Präparate und Methode

STORYS



DROHT DAS ENDE DES BARGELDS?

AUFREGER. Mit dem Vorschlag der Verankerung des Bargelds in der Verfassung stach Bundeskanzler Nehammer in ein Wespennest. Wir gingen der Frage nach, warum eine Abschaffung des Bargelds unwahrscheinlich und auch nicht wünschenswert ist. *Von Stefan Kohlmaier*

Bundeskanzler Karl Nehammer ließ unlängst mit dem Ansinnen aufhören, das Recht auf eine Bargeldzahlung in der österreichischen Verfassung verankern zu wollen. Außerdem möchte er in diesem Zusammenhang auch eine Grundversorgung mit Bargeld in einem zumutbaren räumlichen Umfeld jedes Bürgers sicherstellen. Diese Überlegungen schlugen hohe Wellen und dem Kanzler eine mitunter heftige Ablehnung – teilweise sogar aus den eigenen Reihen – entgegen. So erachteten beispielsweise sowohl der steirische Landeshauptmann Christopher Drexler als auch seine Amtskollegen aus Salzburg und Tirol – Wilfried Haslauer und Anton Mattle – diesen Vorschlag als wenig zweckmäßig sowie überzogen. Da es sich bei diesen Forderungen zudem um ein thematisches Steckpferd der FPÖ handelt, verstieg

sich die Nachrichtenagentur Reuters zu der schrillen These, dass Nehammer rechtsextreme Ideen bediene. Doch warum wohnt der Bargeldfrage ein derart polarisierendes Potenzial inne?

Bargeldland Österreich.

Das mag zum einen in dem Umstand begründet liegen, dass Österreich zu den bargeldfreundlichsten Nationen Europas zählt: Laut einer Statistik der Europäischen Zentralbank (EZB) wurden 2022 fast 70 Prozent aller heimischen Finanztransaktionen

mit Bargeld abgewickelt. Die Gründe für diese stark ausgeprägte Vorliebe sind mannigfaltiger Natur. 44 Prozent der Teilnehmer einer Umfrage des Meinungsforschungsinstituts Marketmind – insbesondere jene mit geringem Einkommen – gaben das Einsparen von Gebühren als Hauptmotiv an. Der Generaldirektor der Münze Österreich, Gerhard Starsich, führt zudem den Sicherheits- und Komfortaspekt ins Treffen. Eine Bargeldzahlung laufe nicht Gefahr, von Hackern ge-

kapert zu werden und könne zudem ohne Login-Vorgänge oder Code-Anforderungen durchgeführt werden.

Digitales Schweden. Als drastisches Gegenstück zur österreichischen Mentalität in Zahlungsfragen gilt wiederum der skandinavische Raum. Vor allem in Schweden muss Bargeld schon fast als Rarität angesehen werden. In dem ca. zehn Millio- ➤

Die Österreicher lieben ihr Bargeld – 2022 wurde für beinahe

70 %

der Finanztransaktionen darauf zurückgegriffen.



WAS SPRICHT FÜR ...



... BARGELD?

- **Anonymität:** Bargeldzahlungen können nicht von Internetgiganten, Finanzdienstleistern oder Staaten überwacht oder eingeschränkt werden.
- **Sicherheit:** Über Phishing-Attacken oder Hackerangriffe muss man sich bei Barzahlungen keine Gedanken machen.
- **Sparsamkeit:** Bargeld wird bewusst ausgegeben, wodurch man einen besseren Überblick über seine Ausgaben behält und seltener zu Impulskäufen neigt.
- **Krisensicher:** Wenn ein Blackout eintritt oder Cyberangriffe die Telekommunikationsnetze lahmlegen, ist tatsächlich nur noch Bares Wahres.



... DIGITALE BEZAHLUNG?

- **Erhöhter Komfort:** Bezahlvorgänge können rascher abgewickelt und auf das Mitführen von Münzen und Banknoten kann verzichtet werden.
- **Multifunktional:** Mobile Bezahlösungen lassen sich mit Apps für Rabatte und Treuepunkte sowie Gutscheinaktionen kombinieren.
- **Hygiene:** Wer auf Bargeld verzichtet, kommt nicht mit den diversen Bakterien und Viren in Kontakt, mit denen die physischen Geldmittel behaftet sind.
- **Schonfrist:** Einkäufe mit der Kreditkarte werden zu einem späteren Zeitpunkt und in nur einem Betrag abgebucht, was für die nötige Flexibilität für Spontananschaffungen sorgt.

nen Einwohner zählenden Land werden nur noch 9 Prozent der Einkäufe im Einzelhandel mit Münzen und Scheinen bezahlt und 16 Prozent der Einzelhandelsunternehmen – mit Ausnahme von Supermärkten – verweigern eine Bargeldannahme sogar gänzlich. Experten führen diese Entwicklung auf die hohe Affinität der Schweden zu neuen Technologien, ihr starkes Vertrauen in (staatliche) Institutionen sowie ihre Liebe zum unbeschwerten Konsum zurück. Der rasante Rückgang des Bargelds ruft jedoch auch Kritiker auf den Plan. Im Lichte des von zahlreichen Cyberattacken flankierten Angriffs Russlands auf die Ukraine stellen sich manche Beobachter beispielsweise die Frage, wie eine Gesellschaft im Falle eines flächendeckenden Strom- oder Internetausfalls ohne Bargeld funktionieren soll. Und auch der für Pensionisten, Menschen mit Behinderung oder Migranten oftmals exkludierende Charakter der Digitalzahlung wird häufig thematisiert.

Schützenswert. Doch als wie realistisch ist die Gefahr einer Bargeldabschaffung überhaupt anzusehen? Zugegeben, multinationale Technologieplattformen würden davon in erheblichem Umfang profitieren: Wenn jeder Bezahlvorgang eine lückenlos verfolgbare Datenspur hinterlässt, bilden die dadurch gewonnenen Konsumdaten die ideale Basis für zielgenaue personalisierte Werbekampagnen für die gläsernen Kunden. Doch laut eines Passus in



„Geld ist geprägte Freiheit.“

Fjodor Dostojewski,
russischer Weltliterat
(u. a. „Schuld und Sühne“
und „Die Brüder Karamasow“)

dem Vertrag über die Arbeitsweise der EU sind Euro-Banknoten als einziges gesetzliches Zahlungsmittel anerkannt und sämtliche Geldleistungspflichten müssen mit Euros zu erfüllen sein. Und selbst der Gesetzesvorschlag zur Einführung des digitalen Euro soll nach dem Willen der EU-Kommission die Rolle des Bargelds absichern, indem er mit einer Annahmepflicht für Bargeld gekoppelt werden könnte. Dass derartige Bemühungen zu begrüßen sind, wusste schon der russische Weltliterat Fjodor Dostojewski, der Bargeld als geprägte Freiheit titulierte. Denn durch ein vollständiges Verschwinden des Bargelds wären auch totalitäre Maßnahmen, wie etwa der Ausschluss einzelner Bürger aus dem Bezahlssystem, nicht mehr vollkommen undenkbar. ★



Die größte Gefahr für digitale Geldgeschäfte geht von Hackern und Onlinebetrügnern aus.



DREI SONNTAGE VOLLER MUSIK UND TRADITION

Beliebte Hochkönig Roas war erneut voller Erfolg!

Erstmals fand die legendäre Hochkönig Roas heuer an drei Wochenenden im Juli statt. Echte Volksmusik und traditionelle Schmankerl lockten auch dieses Jahr wieder viele Besucher auf den Berg. Schon von weitem hörte man an den letzten drei Sonntagen die melodischen Klänge der Musikgruppen am Berg, die anlässlich der Hochkönig Roas ihr Können zeigten. Wanderer, E-Biker und Lift-Fahrende strömten aus allen Richtungen zu den teilnehmenden Hütten und genossen regionaltypische Gerichte und zünftige Stimmung bei traditioneller Volksmusik. Dabei wurde geschunkelt, getanzt und mitgesungen, sowohl Einheimische als auch Gäste ließen sich von der guten Laune mitreißen. Viele „roasten“ direkt zur nächsten Hütte weiter, andere blieben einfach bei der ersten sitzen und genossen den Tag. Auch die Vorführungen der Schnalzer stießen auf großen Anklang, genauso wie die Auftritte der Alphorn- und Weisenbläser entlang der Wege. Am 16. Juli wurde dabei auf den Hütten rund um Maria Alm bei strahlendem Sonnenschein gefeiert und getanzt, am 23. Juli war man in Mühlbach unterwegs und am 30. Juli ließen sich die Hüttenwirte rund um Dienten so einiges einfallen. Die Hochkönig Roas auf drei Sonntage und somit auf drei Orte zu verteilen, war heuer neu und wurde sehr gut angenommen. Kulinarisch waren tatsächlich die urtypischsten Pinzgauer und Pongauer Gerichte wie Krapfen, Knödel und Muas vertreten. Und auch musikalisch blieb man mit vorrangig einheimischen Musikanten und traditioneller Volksmusik in der Region.

FOTOS: HOCHKÖNIG TOURISMUS



DONKSCHEFEIER 2023

Bgm. Hermann Trinker lud wieder in den Rathauspark, um bei den über 70 Schladminger Vereinen herzlich „Donksche“ zu sagen. So viele wie nie – rund 150 - folgten dieser und ließen sich mit Speis' – vom Wanke Lois – und Trank – kredenzt von Gemeindebediensteten verwöhnen. Neben Bgm. Trinker honorierten auch viele GemeinderätInnen mit ihrem Kommen deren unbezahlbare Leistung für unserer Gesellschaft. Der Rathauspark bildete den Rahmen – die Vereine füllen ihn mit einem bunten Bild voller Menschen, geben ihm Seele und Sinn! Bgm. Trinker nannte die Vereine mit ihren vielfältigen Aufgaben als wichtiges Element für den Zusammenhalt in unserer Gesellschaft und bat den großen Dank dafür auch an die vielen Vereinsmitglieder auszurichten!

FOTOS: STADTGEMEINDE EIGEN



VERSTÄRKUNG GESUCHT

Physio MaLu in Schladming

Wir suchen Verstärkung für unser Team „Physio MaLu“. Wir freuen uns auf deine Bewerbung und darauf dich im Team willkommen zu heißen. Schau auf unserer Website vorbei und schreibe uns!

- Physiotherapeut/in zur Miete für 2-2,5 Tage/Woche
- Parkplätze vorhanden
- barrierefrei im EG
- sehr gute Auslastung und Patienten-Frequenz
- vollausgestattete Praxis inkl. Trainingsgeräte und ET
- gute Erreichbarkeit zu Fuß oder mit dem Auto
- Bestehen der Praxis seit 2016 Team Physio MaLu, Marie-Luise & Raphaela

www.physio-malu.at



FOTOS: PHYSIO MALU



Unkraut? Von wegen!

KRÄUTERHERZ. Die Große Brennnessel - kaum eine andere Pflanze kann so vielfältig eingesetzt werden! Ob Wurzel, Stängel, Blätter oder die Früchte der Brennnessel, dieses „Unkraut“ ist ein wahres Multitalent. Kräuterküche, Naturapotheke, Naturkosmetik, Räucherwerk und auch zur Fasergewinnung wurde und wird die Brennnessel genutzt. *Von Karolina Hudec, zert. Kräuterpädagogin aus Mühlbach*


Dabei macht die Brennnessel es uns nicht gerade leicht, um sie für die verschiedenen Zwecke zu ernten. Die Ernte kann schon mal recht schmerzhaft sein und viele haben schon ihre

unschönen Erfahrungen mit der Brennnessel gemacht.

Aber was steckt dahinter? Was ist gemeint, wenn man im Volksmund sagt, man hat sich „gebrennesselt“? Und stimmt es wirklich, dass das trotz

der Schmerzen gesund sein soll? Beginnen wir einmal mit dem augenscheinlichsten an der Brennnessel. Wobei manche kleinen und oft auch spannenden Pflanzendetails erkennt man erst aus der Nähe. Denn auf den Blättern und dem Stängel der Brennnessel ist die

Pflanze über und über mit den sogenannten Brennhaaren versehen. Diese Brennhaare sollen hauptsächlich Fraßfeinde abhalten. Aber damit noch nicht genug, mittels dieser Brennhaare injiziert die Brennnessel zudem noch ihren brennenden Saft, der unter anderem aus Ameisensäure und Histamin besteht. Mit dieser schmerzhaften Kombination ist es schon verständlich, dass die Brennnessel bei vielen noch immer ihren Ruf als „Unkraut“ hat. Aber die Brennnessel ist es auf jeden Fall wert, ihr eine Chance zu geben! Denn sie kann wertvolle Dienste für unsere Ge-



„Die vielfältigen Inhaltsstoffe, je nach Pflanzenteil der Brennnessel, wie Eiweiß, Mineralstoffe wie beispielsweise Kalium, Calcium und Magnesium, Vitamin C und Eisen, weitere Vitamine, Flavonoide, Gerbstoffe, Carotinoide, essenzielle Fettsäuren und Chlorophyll machen die Brennnessel zu einer wahrlich wertvollen Pflanze für unsere Gesundheit. Zudem schmeckt sie auch noch sehr gut.“

Karolina Hudec, zert. Kräuterpädagogin aus Mühlbach am Hochkönig

sundheit leisten, köstliche Zutat in der Kräuterküche sein oder für kosmetische Zwecke verarbeitet werden.

Früchte. Im Spätsommer sind wir vielerorts in der Zeit der reifen Früchte angekommen. Und so entdeckt man auch immer wieder große Brennnesseln, an denen die weiblichen Früchte wie in Traubenform herabhängen. Diese Brennnesselfrüchte galten schon vor langer Zeit als Aphrodisiakum, da sie als vitalisierend galten und so wurde sie vielerorts in den Klöstern als verpönt angesehen und durfte keinesfalls gegessen werden. Heutzutage werden Brennnesselfrüchte oder auch Brennnesselsamen als teures „Superfood“ verkauft, da sie als vitalisierendes natürliches Stärkungsmittel gelten.

Sammeltipp. Einfach im Spätsommer die reifen



Früchte selbst sammeln und einen Vorrat anlegen! Getrocknet oder angeröstet kann man sie im Müsli, Joghurt, Brotteig, Salat, Pesto, Essig oder einfach pur genießen. Mit einem fast nussigen Aroma überraschen die Früchte der Brennnessel.

Inhaltsstoffe. Die vielfältigen Inhaltsstoffe, je nach Pflanzenteil der Brennnessel,

wie Eiweiß, Mineralstoffe wie beispielsweise Kalium, Calcium und Magnesium, Vitamin C und Eisen, weitere Vitamine, Flavonoide, Gerbstoffe, Carotinoide, essenzielle Fettsäuren und Chlorophyll machen die Brennnessel zu einer wahrlich wertvollen Pflanze für unsere Gesundheit. Zudem schmeckt sie auch noch sehr gut.

Heilkunde. In der Volks- und Naturheilkunde schätzt man die Brennnessel für Durchspültherapien, als stoffwechsellanregend, regt Blutbildung an, wohltuend bei Rheuma und Gicht, wirkt entzündungshemmend, harntreibend, entwässernd, vitalisierend, stärkt das Immunsystem, hilft bei Erschöpfungszuständen und Durchblutungsstörungen.

Naturkosmetik. In der Naturkosmetik findet die Brennnessel Anwendung für Haare, Kopfhaut und Haut. Pflanzenliebhaber schätzen die Brennnessel zudem als natürliches Pflanzenstärkungsmittel und hochwertiger Biodünger.

Histamine. Vorsicht ist geboten bei Histamin-Unverträglichkeit, da unter anderem Histamin im Brennsaft enthalten ist! Dem kann man beispielsweise durch Andrücken der frischen Blätter mit einem Nudelholz entgegenwirken, damit >>





der Brennsaft austreten und der Histamingehalt verringert wird.

Eisenmangel. Besonders die Kombination aus Vitamin C und Eisen machen die Brennnessel auch für Menschen mit Eisenmangel interessant! Für Frauen mit starken Regelblutungen wird die Brennnessel als natürliche Hilfe angewendet, da sie den Eisenhaushalt ausgleichen kann. Auch die stärkenden und

vitalisierenden Kräfte der Brennnessel kann man sich für sein Wohlbefinden zu Nutze machen.

Tee. Brennnessel-Tee als klassische harntreibende Frühjahrskur wird gerne für die Durchspülung und damit verbundenen umgangssprachlichen „Entgiftung“ geschätzt. Dabei kann die entwässernde Wirkung der Brennnessel auch bei Wassereinlagerungen eine erleichternde Wohltat sein. Dabei sollte

aber nicht vergessen werden unbedingt auf den Flüssigkeitshaushalt zu achten und ausreichend zu trinken.

Tinktur. In Alkohol ausgezogen, einer sogenannten Tinktur gilt die Brennnessel (als Wurzel oder auch Blatt) als vitalisierend, stärkend auf den Stoffwechsel und auch bei Gelenkbeschwerden wird sie in der Natur- und Volksheilkunde eingesetzt.

Fasern. Besonders spannend und beinahe vergessen ist, dass die

Brennnessel in früheren Zeiten auch für die Gewinnung von Fasern, den sogenannten Nessel Fasern genutzt wurde! Daraus wurden Seile aber auch feine Stoffe hergestellt. Hier gab

es sogar zuletzt noch bis in die 1950er Jahre einen großen Industriebereich für die Gewinnung und Verarbeitung der Nesselfasern mit eigener Züchtung einer Fasernessel.

Verwechslungsgefahr.

Und zu guter Letzt, auch bei der Brennnessel gibt es die Gefahr einer Verwechslung. Verwechselt werden kann die „Große Brennnessel“ mit der kleinen Schwester, der „Kleinen Brennnessel“ (*Urtica urens*), welche zwar kleiner gewachsen ist, dafür aber oft mit noch mehr Brennhaaren ausgestattet ist. Und wenn es beim Berühren auf der Haut typischerweise nicht brennt, dann hat man wohl einen Vertreter aus der Familie der Taubnesseln erwischt!

Hinweis. Bitte beachten das die Empfehlungen aus der Natur- und Volksheilkunde keinen Arztbesuch ersetzen. Jede Anwendung vorher mit einem Arzt abklären. ★





INNENARCHITEKTUR

TOFERER
wohnen erleben

Möbel · Einrichtungshaus

Bischofshofen · Gasteiner Str. 40 · Tel. 0 64 62 / 35 96
Mail: info@moebel-toferer.at · www.moebel-toferer.at

**VOM EINZELSTÜCK BIS
ZUM GESAMTKONZEPT**



**HANDSCHLAG-QUALITÄT
AUF SIE ABGESTIMMT!**

LASSEN SIE SICH INSPIRIEREN
MÖBEL, STOFFE, WOHNACCESSOIRES & KÜCHEN
INNENARCHITEKTUR TOFERER IN BISCHOFSHOFEN
WWW.MOEBEL-TOFERER.AT

ewe
...und nicht irgendeine Küche

ANREI
ECHT. SEIT 1894

JAB
ANSTOETZ
FABRICS

BW
handmade
with passion

Joka
WOHNEN MIT CHARME

Innenarchitektur Toferer
Gasteinerstr. 40
5500 Bischofshofen
Tel. 06462 / 3596
www.moebel-toferer.at

Öffnungszeiten:
MO – FR: 09:00-12:00 Uhr
und 14:30-18:00 Uhr
Außerhalb der Öffnungszeiten &
Samstags nach Terminvereinbarung

Miele



Mit „braver“ Fahrweise schaffen wir im Test 400 Kilometer elektrische Reichweite.

Der Allrounder

ELEKTRO-KOREANER. Robert De Niro war schon Werbeträger für den Niro. Kann man „den Niro“ und den „De Niro“ als vielseitig bezeichnen? Beim Schauspieler sind wir uns sicher. Wie es beim Niro aussieht, lesen Sie im Test: *Von Werner Christl*

Zu klein, zu groß, zu teuer, zu wenig Reichweite, zu schiach? Wer ein E-Auto will, ist in der Regel mit diesen Fragen konfrontiert. Ist der Niro also „vielseitig“? Er kommt schön wuchtig daher,

obwohl er mit 4,42 Metern Länge im kompakten Segment angesiedelt ist. Und er bietet ganz klar viel Platz. Auch auf den hinteren Rängen kommt keine Klaustrophobie auf und der Kopf muss auch nicht zwischen den Schultern ver-

schwinden. Und die Reichweite? Maximal 463 Kilometer gibt Kia an. Im Test haben wir bei gemäßigter Fahrweise einen Verbrauch von sehr guten 16 kWh erreicht. Das ergäbe dann eine Reichweite von etwa 400 Kilometern. Damit

kann man gut leben. Im Winter wird es wohl um einiges weniger sein. Man merkt schon, der Niro ist ein Allrounder bzw. hat keine echten Schwächen. Das Laden könnte vielleicht eine Spur schneller gehen. 40 Minuten von 10



KIA NIRO EV

Leistung: 204 PS
Testverbrauch: 16 kWh/100 km
Batterie: 64,8 kWh
Kofferraum: 475 bis 1.412 Liter
0 – 100 km/h: 7,8 Sekunden

Die C-Säule kann auf Wunsch mit einer zweiten Farbe lackiert werden.



auf 80 Prozent. Vorausgesetzt 80 kW Ladeleistung stehen bereit. Ein Plus tragen wir dem Kia für seine vorne angebrachte Ladeklappe ein. Das mag vielleicht unwichtig klingen, ist unserer Meinung nach ein Kaufgrund, weil fast alle Ladesäulen frontal und von vorne angefahren werden. Wer die Klappe hinten hat, muss rückwärts einparken.

Fahreindruck. Mit seinen 204 PS ist der Niro EV ein flottes Kerlchen und beschleunigt in 7,8 Sekunden auf 100 Sachen. Das Fahrwerk verdient die Bezeichnung komfortabel. Er ist auf die Familienfahrt ab-

gestimmt, lässt aber schnelle Kurvenfahrten locker zu. Den Fahrmodus Sport muss man übrigens nicht drücken. Auch ohne gehts gut weiter. Im Innenraum begegnet uns eine gewisse Aufgeräumtheit. Alles einfach gestaltet und übersichtlich. Nur die komische Kombination aus Klima und

Radio – beide werden quasi mit einem Knopf bedient – ist hier ein Kritikpunkt. Dafür passen Sitzkomfort, Verarbeitung sowie Materialmix, Ablagen und Multifunktionscreen sehr gut. Die Optik? Kantig und leicht aggressiv. Verglichen mit dem Vorgänger hat sich enorm viel getan. Die

leicht kantige Form hat, wie gesagt, einen Vorteil. Viel Platz! Im Kofferraum verschwinden 475 bis 1.412 Liter. Preislich startet das E-Auto bei 45.540 Euro. Ja, E-Autos haben ihren Preis. Billiger gehts mit der Hybridvariante des Niro. Diese ist ab 31.450 Euro zu haben. ★

Carsharing, Auto Abo und Reisemobile

BÄM Mobility



BÄM Mobility vereint vielfältige Mobilitätsangebote, Umweltfreundlichkeit und das Gefühl grenzenloser Freiheit! BÄM Mobility eröffnet ein neues Zeitalter in Sachen Mobilität. Die Pongauer Plattform ist individuell, vielfältig und umweltfreundlich zugleich. Seit einiger Zeit sind Nutzer vom Carsharing begeistert und tragen mittels monatlich kündbaren Gemeinschaftsauto aus einer CO2-neutralen Fahrzeugflotte zu einer umweltfreundlichen Mobilität in der Region bei. Neu ist nun das Auto-Abo: Ein All-Inklusive-Fahrzeug zu sensationellen

Fixpreisen. Sorgen rund um Versicherung, Steuern, Verschleiß, Reparaturen und Wartung sowie Sommer- und Winterreifen gehören ab sofort der Vergangenheit an. Flexible Laufzeiten und Fahrzeugwechsel ermöglichen rasche Anpassung an die jeweilige private oder berufliche Situation. Daneben stillen Reisemobile mit dem California COAST und Grand California Modell die Sehnsucht in die Ferne zu ziehen und garantieren Privatsphäre, Unabhängigkeit sowie das Gefühl von grenzenloser Freiheit! Nähere Informationen unter: www.bäm.at

BÄM.at
MOBILITY

Carsharing Auto Abo

JETZT ANMELDEN & AUTO MIETEN.

www.bäm.at

REISEMOBILE MIETEN PRIVAT & UNABHÄNGIG.

NEU
VW California Coast & Grand California

www.bäm.at

ANZEIGE



AUTOHAUS VIERTHALER

Ein Fest für die ganze Familie

ŠKODA LIVE ERLEBEN. Das Autohaus Vierthaler lädt am 30. September ab 10.00 Uhr zum großen Familienfest am Standort in Bischofshofen ein.

Zahlreiche Highlights für die kleinen Gäste machen „Škoda live erleben“ zum absoluten Familienfest: Eine Hüpfburg, Schminken und Glitzer Tattoos, ein Kasperltheater, ein Meet & Greet mit Škoda-Maskottchen, Block-Hüpfen, Landhockey, ein Mal-Wettbewerb vor

Ort und Eis sind nur einige der Highlights. Für die Erwachsenen stehen die aktuellen Škoda-Modelle zur Probefahren bereit inklusive eines Gutscheins im Wert von € 50,- für eine Hohlraumkonservierung (pro Person nur 1x einlösbar, keine Barablöse möglich). Wer möchte kann sich virtuell

beim Škoda Rallye Racing auf der Playstation 5 beweisen, mit dem World Rally Champion Game 10. Bei der Škoda Lehrlings-Tour erhalten Interessierte einen Einblick hinter die Kulissen mit einer Reifenwechsel-Challenge. Vor Ort gibt es auch eine umfassende BÄM Fahrzeugausstellung

und die Feuerwehrjugend Bischofshofen kann live beim Einsatz erlebt werden. Beim Škoda Gewinnspiel wird unter allen Besuchern als Hauptpreis ein E-Scooter verlost – vorbeischaun lohnt sich also! Das Autohaus Vierthaler Team freut sich auf Ihren Besuch! ★



Symbolfotos. Stand 06/2023.
Verbrauch: 5,1–6,7 l/100 km. CO₂-Emission: 115–153 g/km.

Ein Fest für die ganze Familie.

30. September, 10 bis 17 Uhr bei uns!

- Probefahrten, Foodtruck, Lehrlings-Tour
- Kinderprogramm: Hüpfburg, Schminken, Landhockey uvm.
- Škoda Gewinnspiel: Hauptpreis ein E-Scooter
- Feuerwehrjugend Bischofshofen live erleben

Vierthaler
DER MOBILITÄT VERPFLICHTET

5500 Bischofshofen, Salzburger Straße 69
Tel. +43 6462 2532, www.vierthaler.at



Josef Stock sen.
VW Markenleiter

„Gerne beraten und informieren wir Sie über die attraktiven Einstiegspreise des neuen ID.4 Pro 4MOTION!“

AUTOHAUS VIERTHALER

Der neue ID.4 Pro 4MOTION

JETZT INFOS ANFORDERN. Volkswagen erweitert das Produktportfolio des vollelektrischen ID.4 um eine weitere Allradversion: den ID.4 Pro 4MOTION.

ANZEIGE FOTOS: Volkswagen, ATELIER OCZLON

Die neue leistungsstärkste Variante der Pro Modelle bringt dank eines zweiten Elektromotors an der Vorderachse ihre Kraft per Allradantrieb auf die Straße. Darüber hinaus ist das neue Modell mit Dualmotor Allradantrieb ein leistungsfähiges Zugfahrzeug und damit verlässlicher Part-

ner beim Einsatz vor kleineren Transport- oder Bootanhängern. Die beiden E-Motoren leisten gemeinsam 195 kW (265 PS) und beschleunigen in 6,9 Sekunden von 0 auf 100 km/h. Der Hauptantrieb erfolgt über den permanent erregten Synchronmotor an der Hinterachse. Dieser verfügt über eine Leistung von

150 kW. Er ist mit einer 77 kWh-Batterie (netto) ausgestattet und verfügt über eine Reichweite von bis zu 511 km (nach WLTP). Die Höchstgeschwindigkeit ist auf 180 km/h aberegelt. Bei einem Ladestopp ist die Hochvoltbatterie in 36 Minuten von 5% auf einen Ladestand (SoC) von 80% aufgeladen und bie-

tet eine Reichweite von weiteren 337 km (nach WLTP). Das Platzangebot im Innenraum liegt aufgrund der effizienten Architektur auf dem Niveau eines konventionellen SUV der nächstgrößeren Klasse. Optional sind zahlreiche Fahrerassistenzsysteme der neuesten Generation bestellbar. ★



Die Austria Modelle von Volkswagen
Ab € 16.990,-¹⁾

Das Unlimited Paket
Viel erwarten, noch mehr bekommen
Ihr Ausstattungspaket mit bis zu
50 % Preisvorteil²⁾

Alle Preise und Boni sind unverbindl. empf., nicht kartell. Richtpreise inkl. NoVA u. MwSt. Nur für Privatkunden. ¹⁾ Listenpreis abzüglich € 1.000,- Porsche Bank Bonus bei Finanzierung eines neuen Polo Austria über die Porsche Bank sowie € 500,- Versicherungsbonus bei Finanzierung und Abschluss einer vollKASKO Versicherung über die Porsche Versicherung. Mindestlaufzeit 36 Monate, Mindest-Nettokredit 50 % vom Kaufpreis. Aktion gültig von 15.09. bis 31.12.2023 (Kaufvertrags-/Antrag- und Zulassungsdatum). Mit keinen weiteren Aktionen kombinierbar. ²⁾ Das Unlimited Paket ist optional bestellbar und beinhaltet einen Preisvorteil gegenüber der Auswahl einzelner Sonderausstattungen. Im Paket enthaltene Ausstattungen und Preise können je nach Modellvariante bzw. Motorisierung variieren. Kraftstoffverbrauch 5,4 - 7,3 l/100 km. CO₂-Emission 122 - 165 g/km. Symbolbild. Stand 09/2023.



5500 Bischofshofen, Salzburger Straße 69, Telefon +43 6462 25320
5600 St. Johann im Pongau, Salzburgerstraße 21, Telefon +43 6412 8440
www.vierthaler.at

**PONGAUER HERBERT MOLDA
NEUER HEAD OF DIGITAL SALES
BEI WÜSTENROT**

Der Digitalisierungsexperte mit Branchen-Know-how freut sich auf seinen Start bei Wüstenrot: „Mein Ziel ist es, mit meinem Team den Mehrwert für Wüstenrot Kunden*innen stetig weiterzuentwickeln.“ Ab sofort ist Herbert Moldan als Head of Digital Sales bei Wüstenrot und wird mit seinem Team unter anderem die digitale Vertriebsstrategie vorantreiben, digitale Verkaufsprozesse verantworten sowie Data Science- und AI-Möglichkeiten zur Unterstützung des Vertriebs in den Fokus seiner Aufgaben rücken.



FOTO: KATHARINA KHOSS, WÜSTENROT



ARTHROSE IM KNIE FRÜHZEITIG ERKENNEN

dank künstlicher Intelligenz

Arthrose ist die häufigste Gelenkerkrankung und führt bei Betroffenen oft zu starken Schmerzen sowie Einschränkungen im täglichen Leben. Eine frühzeitige Erkennung erhöht die Chancen auf einen positiven Behandlungsverlauf enorm. Im Klinikum Schwarzach kommt nun eine neue Software zum Einsatz, die eine zuverlässige Bestimmung von Früharthrose im Kniegelenk ermöglicht. Im zweitgrößten Spital Salzburgs werden dafür Röntgenbilder mit einer speziellen Einstellung erstellt und anschließend mittels künstlicher Intelligenz (KI) ausgewertet. „Wir setzen bei uns im Haus schon seit langem Programme mit Künstlicher Intelligenz ein, beispielsweise zur Tumorerkennung, in der Herzbildgebung oder zur Knochenalterbestimmung bei Kindern. Neu ist nun diese Applikation zur frühen Diagnose von Kniearthrose“, sagt Primar Oliver Sommer, Leiter der Radiologie im Klinikum Schwarzach. „Die neue KI-basierte Software ermöglicht es uns, diese radiologischen Zeichen zuverlässig zu erfassen und zu dokumentieren.“

FOTO: KSK/EVA MIRAZEK



AUSSERGEWÖHNLICH UND UNVERWECHSELBAR

Bischofshofener Amselsingen 2023

Das Bischofshofener Amselsingen ist eine der bedeutendsten Volksmusikveranstaltungen im Alpenraum und alljährlicher Höhepunkt für Kennerinnen und Kenner der echten Volksmusik. In diesem Jahr findet dieser besondere klangvolle Festabend am 14. Oktober um 19.30 Uhr in der Hermann-Wielandner-Halle statt. Das spannende und vielseitige Programm des Bischofshofener Amselsingens 2023 wird von einem erlesenen Kreis von Musizierenden gestaltet. Sechs Gruppen aus Österreich und Bayern werden mit ihren hochstehenden und höchst unterschiedlichen Darbietungen die Besucherinnen und Besucher wieder auf eine faszinierende musikalische Reise mitnehmen und die außergewöhnliche Vielfalt der Volksmusik in ihren unterschiedlichen Facetten präsentieren.

FOTOS: T. ERICHSEN, ANNA KÄRFKA, BAURECHT



Zucchini-Schinken

Fladen

Weitere Tipps unter:
www.diddisfoodporn.at oder auf
 Instagram: @diddis.foodblog

LOW CARB PIZZA. Für alle die gerne Kohlenhydrate einsparen wollen ist es eine echte Pizza-Alternative.

REZEPT

Für den Teig: 40 g Haferkleie, 20 g Flohsamenschalen, 20 g Kokosraspeln, 40 g Walnusshälften, 150 g Saure Sahne, 2 Eier, 30 g Olivenöl, 1 TL Salz, ½ TL Natron

Für den Belag: 100 g Bergkäse, 250 g Zucchini, 200 g Frischkäse, 150 g Schinkenwürfel, 2 EL Schnittlauch, ½ TL Majoran, 2 Prisen Salz, 2 Prisen Pfeffer

Zubereitung:

- 1** Den Backofen auf 180°C vorheizen und ein Backblech mit Backpapier belegen.
- 2** Die Haferkleie, Flohsamenschalen, Kokosraspel und Walnüsse in einen Mixer geben und fein mahlen.
- 3** Die Saure Sahne, Eier, Öl, Salz und Natron zugeben und alles zu einem Teig verrühren.
- 4** Den Teig auf dem Backblech zu einem Rechteck (ca. 25 x 35 cm) verteilen und 15 Minuten (180°C) vorbacken. In dieser Zeit mit dem Belag fortfahren.
- 5** Den Bergkäse klein reiben und die Zucchini mit dem Mixer oder von Hand zerkleinern.
- 6** Frischkäse, Schinkenwürfel, Schnittlauch, Majoran, Salz und Pfeffer zugeben und alles verrühren.
- 7** Die fertige Masse auf dem warmen Teigboden verteilen, mit dem Bergkäse bestreuen und für ca. 20 Minuten (200°C) fertig backen. Die fertigen Zucchini-Schinken-Fladen in 4 Stücke schneiden und servieren. Viel Spaß beim Nachkochen! ✨





Durchs Reden finden die Leut' zusammen

KOMMUNIKATION IST ALLES. Beim Versuch herauszufinden, wie viele Wörter die deutsche Sprache wirklich umfasst, zeigt sich schnell, dass das gar nicht so einfach ist. Kein Wunder also, dass kaum etwas im Leben so mächtig und kraftvoll ist, wie unsere Sprache. Wie wichtig ist die Wahl der Worte im Alltag? Umfasst Kommunikation nur Worte oder doch viel mehr und kann man sie üben?

Von Elisabeth Pölzleitner, Teil 1

Wer samstags bei Regenwetter den gewagten Versuch unternimmt, ein beliebtes Einkaufszentrum am Salzburger Stadtrand zu besuchen, wird sich wahrscheinlich irgendwann in eines der belebten Cafés setzen, um sich einen guten Cappuccino und eine herrliche Mehlspeis schmecken zu lassen. Und kaum anderswo kann man Menschen und ihre Kommunikation besser beobachten als dort. Als ich das letzte Mal da war, fiel mir ganz besonders ein frisch verliebtes Paar am Nebentisch auf. Noch nie habe ich so viel Kommunikation mit so

wenigen Worten gesehen. Beide haben sich von ihrer Umwelt völlig losgelöst. Obwohl kaum ein Wort zu hören war, sprachen ihre Blicke und ihr Verhalten Bände. In dieser Phase des Kennenlernens findet Kommunikation ganz oft ohne viele Worte statt. Wird gesprochen, werden die Worte sorgfältig und liebevoll ausgewählt, um den anderen auf keinen Fall zu verärgern oder gar zu verletzen. Warum aber werden manchmal im Laufe der Zeit aus wohlthuenden Worten eher verletzende Waffen? Warum ist gute Kommunikation im Alltag zwischen Menschen oder in Familie und Partnerschaft oft so schwierig?

Arten der Kommunikation. Die Kommunikation kann in verschiedene Arten unterteilt werden. Als Erstes kommt uns vielleicht die verbale Kommunikation in den Sinn, also das gesprochene oder geschriebene Wort. Aber Kommunikation umfasst mehr. Da gibt es auch die non-verbale Kommunikation, umfassende Gestik (Bewegungen des Körpers) und Mimik (Bewegungen im Gesicht) sowie die paraverbale Kommunikation, also der Umfang oder das Spektrum unserer Stimme (in welchem Tonfall, wie laut und wie schnell gesprochen wird). Die Arten der Kommunikation können sich gegenseitig unterstreichen. Man be-



stärkt zum Beispiel das Gesagte durch Gestik und Mimik - oder sich aber widersprechen - wenn man dem Gesicht zum Beispiel ankennt, dass die Worte zwar ausgesprochen werden, das Gesagte aber nicht dem entspricht, was man empfindet. Kommunikation ist also viel mehr als „nur“ Worte.

Worte wie ein Pfeil mitten ins Herz. Sprache verbindet Men-

sch - ganz schnell jedoch können unbedacht ausgesprochene Worte auch das Gegenteil bewirken. Zu Beginn einer Freundschaft oder Beziehung ist es für uns selbstverständlich, gut zu überlegen, was wir sagen und wie wir es sagen. Je besser wir unser Gegenüber kennen, umso eher passiert es, dass wir nicht mehr so genau darüber nachdenken, was wir in welcher Tonart sagen. Der im Mittelalter le-

bende persische Dichter Rumi gibt einen wertvollen Hinweis, was die Wahl der Worte betrifft, wenn er sagt: „Bevor du sprichst, lasse deine Worte durch drei Tore schreiten: Sind sie wahr? Sind sie notwendig? Sind sie freundlich?“. Drei kurze Fragen, die wir uns stellen können, die aber durchaus das ein oder andere Mal das, was wir sagen wollen, in eine andere Richtung lenken kann. Natürlich heißt das nicht, dass wir Dinge nicht aussprechen sollen, die uns auf der Seele brennen. Aufgestaute Emotionen und Wut ständig zu unterdrücken bringt erst recht die Gefahr mit sich, irgendwann Dinge zu sagen, die man gar nicht so meint. Die passende Zeit und ein ruhiger Ort für ein klärendes Gespräch sollten behutsam ausgewählt werden. Man kann ein aufkommendes Streitgespräch auch auf später vertagen und sozusagen einen Termin dafür vereinbaren. Natürlich ist es nur absolut menschlich, dass das nicht immer gelingen wird. Man kann es aber versuchen. Der Mensch lebt durch seine Emotionen und durch seine Leidenschaft und so braucht auch Streit manchmal seinen Raum.

Achtsame Gesprächsführung mit sich selbst. Mindestens genauso wichtig wie unsere Kommunikation mit anderen ist auch unsere Kommunikation mit uns selbst. Wie denken oder sprechen wir über uns? Wie streng sind wir mit uns selbst, wenn wir etwas falsch machen oder uns ein Fehler passiert. Beschimpfen wir uns vielleicht sogar laut? „Ich bin so dumm – so ein Idiot – so ein Depp...“ Die Versuchung ist groß, uns selbst wenig schmeichelhafte Namen zu geben, wie Schimpfnamen, die wir unseren Mitmenschen gar nicht zumuten würden. Wäre es nicht besser eine sachliche Aussage über unseren Fehler zu machen? Oder es vielleicht sogar mit Humor zu nehmen? Wir alle machen Fehler - ohne Ausnahme - deshalb gibt es keinerlei Grund, schlecht über uns selbst zu sprechen. Versuchen wir >>>



Profittieren Sie jetzt von unseren günstigen
Kennlern-Konditionen für Ihre Einschaltung!
Franz Quehenberger berät Sie hierzu gerne:
franz@pongaumagazin.at, Tel: 0660 / 723 00 11

UNS IMMER GOLDRICHTIG!

IHRE PRINTWERBUNG BEI

PRINT BEI UNS WIRKT!

MENSCHEN * FAKTEN * EMOTIONEN

MAGAZIN

WEEK
PONGAU & ENNSTAL
end

gut über uns zu denken und zu reden wenn wir alleine sind, aber auch wenn andere Menschen da sind. Das mag nicht ganz einfach sein, weil wir vielleicht Glaubenssätze in uns tragen, die es uns schwer machen, unseren Selbstwert zu erkennen. Unsere Erziehung in Kindheitstagen kann Einfluss darauf haben, wie wir selbst über uns denken und reden. Es lohnt sich darüber nachzuden-

ken, ob es so gut für uns ist, wie wir über uns sprechen. Seien wir doch liebevoller zu uns und geduldiger mit uns selbst!

Zwischen den Zeilen. Wir leben heute im Kommunikationszeitalter und die digitalen Medien haben einen sehr großen Einfluss auf unsere Art zu kommunizieren. Oft werden Worte geschrieben, die man im persönlichen Gespräch viel-

leicht nicht sagen würde. Das geschriebene Wort lässt so manches Mal auch viel Interpretationsspielraum zwischen den Zeilen. Selbst die Form wie man schreibt, in Großbuchstaben zum Beispiel oder auch die Verwendung oder sogar Nichtverwendung von Emojis können den gleichen geschriebenen Worten eine ganz unterschiedliche Bedeutung geben. Durch die digitalen Medien hat sich der Umgang zwischen den Menschen verändert. Die Kommunikation ist zwar mehr geworden, findet aber schneller statt und ist teilweise weniger aussagekräftig. Man versucht möglichst viel Inhalt in möglichst wenige Worte zu packen. Manchmal werden die Worte in Textnachrichten nicht einmal mehr ausgeschrieben. Es ist schön miteinander in Verbindung zu bleiben. Doch man sollte sich auch beim Versenden von Textnachrichten und in Kommentaren in sozialen Medien an eine gute (N)et(t)ikette halten, sodass beim Gegenüber kein unangenehmes Gefühl bleibt. Nachzufragen, was genau mit dem Inhalt einer Nachricht gemeint ist, ist besser, als einfach nur die eigene Interpretation als richtig und Wahrheit





UMZUDREHEN. SICH EINFACH MIT IHR HÄNGT, IST ES DIE BESTE IDEE, WENN DIE WELT KOPFUNTER

anzunehmen. Das kann Missverständnissen entgegenwirken.

Liebevolle Kommunikation mit Kindern.

Kommunikation verändert sich oft mit dem einkehrenden Alltag. Gerade im Ehe- und Familienleben ist es eine große Herausforderung, die Kommunikation am Laufen und dann noch im Positiven zu halten. Erblickt

ein Baby das Licht der Welt, wird es meistens mit lieben und sogar niedlichen Worten überschüttet. Wenn die Kinder dann älter werden, ist es im stressigen Familienalltag eine große Herausforderung, die richtigen Worte in der richtigen Tonart zu wählen. Klar, Kinder brauchen unbedingt Erziehung. Aber ob es von Vorteil ist, Kinder mit einem strengen „Wenn Erwachsene re-

den, hast du überhaupt nichts zu sagen“ in barschem Tonfall davon abzuhalten, sich im Gespräch einzubringen oder eine in Kinderaugen dringende Information damit zu unterbinden, bleibt dahingestellt. Es wird schon etwas mit dem Kind machen, wenn ihm das Gefühl gegeben wird, seine Worte hätten weniger Wert als die eines Erwachsenen. Ist es nicht vielleicht besser, Kindern die Wichtigkeit von respektvoller Gesprächsführung mit dem Gegenüber in diesen jungen Jahren schon beizubringen? Das es wichtig ist, jedem anderen mit Respekt zu begegnen und dass die Worte eines jeden wichtig und hörensenswert sind und Raum brauchen? Das wird Zeit und Übung brauchen aber fürs Leben schulen. Eltern und andere Familienmitglieder spielen eine wichtige Rolle dabei, wie sich die Kommunikation der Kinder entwickelt. Eine schroffe, barsche und laute Art in der Kindererziehung kann Wunden in Kinderseelen hinterlassen, das können viele heute Erwachsene bestätigen, die viel Zeit mit dem Versuch verbringen, ihre Wunden zu heilen. ★



PONGAU- & ENNSTALBLICKE



„KLINGEN LASSEN!“ KAMMERMUSIK FÜR KLARINETTE UND GITARRE MIT DUOCA

Am Sonntag, 10.09.2023 um 18:00 Uhr im Museum Gröbming

Wie passt eine Klarinette zu einer Gitarre? Sehr gut, finden Christina Hörmann (Gitarre) und Arnold Plankensteiner (Klarinette)! Diese Besetzung ist selten – genau deshalb haben sich die beiden Musiker auf die Suche nach Originalliteratur dafür gemacht. Der Reiz des Treffens zweier Instrumente, das man am besten mit „Lagerfeuer versus Orchestergraben“ betitelt, liegt in den warmen Klangfarben, die dadurch entstehen. Ein wichtiger Komponist für diese außergewöhnliche Besetzung ist Ferdinand Rebay (1880–1953), der seine Sommerfrische mit Vorliebe in der Steiermark verbrachte. So schätzte er Orte wie Öblarn im Ennstal, Bad Gleichenberg und Semmering als Erholungsorte und Kraftplätze für sein künstlerisches Schaffen. Aber nicht nur die Musik dieses Ur-Wieners erklingt, sondern auch Altes, Neues und Genre-Übergreifendes!

FOTO:DUOCA



KLINGENDE HÖHEN - MUSIKANTEN HOAGASCHT MIT CAROLINE KOLLER AM ERLEBNISBERG FULSECK IN DORFGASTEIN

Die Dorfgasteiner Bergbahnen AG und Volkskulturmoderatorin Caroline Koller luden zum volksmusikalischen Almwandertag am Sonntag, dem 20. August 2023 nach Dorfgastein ein. Auf den Höhen des Fulsecks, entlang der gemütlichen Wanderroute über den Spiegelsee und auf den urigen Almhütten, erklangen stimmige Weisen und echte Volksmusik. Um 10.00 Uhr erfolgte an der Bergstation der Gipfelbahn-Fulseck (2.033 m Seehöhe) die Begrüßung der Wander-, Natur- und Volksmusikfreunde durch ORF-Volkskulturmoderatorin Caroline Koller und den Vorstand der Dorfgasteiner Bergbahnen AG, Ing. Matthias Egger. Die musikalische Begrüßung gestalteten die Torrener Stefanibläser und die Blaustutzn Ziachmusi. Alle Teilnehmer erlebten mit der bekannten Wanderführerin des ORF-Radio Salzburg eine einzigartige Almroas über den Spiegelsee, weiter entlang des Blumensteiges und des Pilzweges im Dorfgasteiner Wandergebiet. Ein besonderer stimmiger Höhepunkt war die musikalische Inszenierung der Torrener Stefanibläser am Spiegelsee. Nach der gemütlichen Wanderung kehrte man auf den urigen Almhütten ein, wo die Tanzmusikgruppen zünftig aufspielten und man sich herzlich gute Almschmankerl gönnte.

FOTO: DORFGASTEINER BERGBAHNEN AG

TERMINE IM SEPTEMBER FÜR BEAUTY-SHOOTINGS MIT VISAGISTIN:

FR, 15. SEPTEMBER

INFOS & PREISE AUF ANFRAGE!



ab

ANDREAS BOLDT
PictureArtist

ANDREAS BOLDT DI(FH)
FOTOGRAFIE, GRAFIK & DESIGN
+43(0)660 / 770 11 36
INFO@ANDREASBOLDT.COM
WWW.ANDREASBOLDT.COM



MODELS: MARIA GSCHWANDTNER, VIKTORIA KAUT, MICHAELA AICHORN, DANIELA SPREITZHOER
MAKE-UP: ALEX MAYR - MAKE-UP & BEAUTY



Dein Schlaf ist unsere Mission

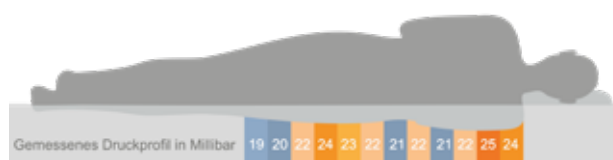
BETTEN SALLABERGER. Wir von Betten Sallaberger bieten alles rund ums Bett – vom individuellen, passgenauen Schlafsystem, über Naturbettwaren die auf das Schlafklima abgestimmt werden, bis hin zum edlen Traumbett.

Der wesentliche Unterschied zu herkömmlichen Betten und Matratzensystemen ist aber, dass wir jedes Schlafsystem und jedes Bett für jeden Kunden individuell anfertigen. Ein ausgezeichnete Liegekomfort ist damit garantiert, da jede Matratze durch eine spezielle Liege-Simulation perfekt für jede Person angepasst wird. Jede Sallaberger-Matratze ist veränderbar und das jederzeit. Von besonderer Bedeutung wird dies, wenn sich der Körper verändert. Änderungen im Arbeitsalltag, besondere Muskelbeanspruchung, Gewichtsschwankungen, Wachstum bei Kindern oder eine Schwangerschaft – all dies ändert auch die Anforderungen des Körpers an die

Schlafausstattung. Mit einer Sallaberger-Matratze haben Sie alle Möglichkeiten, die Ihnen eine veränderbare Matratze bietet. Sei es eine Feinjustierung, ein Tausch eines Stützelementes oder eines Toppers, um die Matratze langlebiger zu machen. Unser Service-Team berät und begleitet Sie kompetent und kostenfrei auf dem Fundament von über 20 Jahren Erfahrung. ★

KONTAKT

Infos und Terminvereinbarung:
 Betten Sallaberger
 Bodenlehenstraße 13
 5500 Bischofshofen
 Tel. 06462/2416
www.betten-sallaberger.at
 @die_matratzenmacher





HAUSMESSE

**Entdecke die Küche deiner Träume:
Erlebe unsere einzigartige Hausmesse!**

Heuer findet wieder eine Hausmesse bei GFRERER Küchen und Qualitätsmöbel in Goldegg statt. Bei der Hausmesse haben Sie die Möglichkeit, die gesamte Firma GFRERER hautnah kennenzulernen und herauszufinden, was GFRERER Küchen so besonders macht. Das gesamte GFRERER Team freut sich auf Ihren Besuch! Entdecke die Küche deiner Träume: Erlebe unsere einzigartige Kollektion.

HIGHLIGHTS

**Ausverkauf von Corona-Beständen
-50% Rabatt auf hochwertige Küchengeräte!**

-20% auf Schösswender Möbel

Werkstattbesichtigungen

Quooker in Aktion

Neue Siemens Geräte Serie

Neuer Backofen Bora X BO

Re-Designter Schauraum mit 3 neuen Ausstellungsküchen

Hüpfburg und Kinderspiele

Für Speis und Trank ist reichlich gesorgt.

Wir freuen uns auf Euer KOMMEN!

**WIR FREUEN UNS
AUF IHREN BESUCH!**

Schattau 38, 5622 Goldegg

Tel.: 06415/8470, info@gfrerer-kuechen.at

www.gfrerer-kuechen.at



Abonniere uns
auf Instagram!

PROGRAMM

Freitag, 15.09.2023

09:00 – 18:00 Uhr

10:00 – 17:00 Uhr Miele Kochvorführungen

18:00 Uhr Dämmerchoppen mit Ziach n`Roll

**18:00 Uhr Gewinnspielverlosung
unter allen Besuchern am Freitag**

1. Preis: Miele Weinkühler im Wert von 2.599,- €
2. Preis: Schock Armatur im Wert von 305,- €
3. Preis: SMEG Filterkaffeemaschine Schwarz im Wert von 199,- €

Samstag, 16.09.2023

10:00 – 16:00 Uhr

11:00 – 15:00 Uhr Miele Kochvorführungen

**16:00 Uhr Gewinnspielverlosung
unter allen Besuchern am Samstag**

1. Preis: Quooker Flex schwarz Pro3 Cube im Wert von 2.890,- €
2. Preis: eine Gratis-Küchen-Montage einer GFRERER Küche im Wert von 1.500,- €
3. Preis: Schock Unterbauspüle im Wert von 670,- €