SCHAU REIN
LAAKIRCHEN

AUSGABE 2025/2

Erscheint in Gschwandt, Kirchham, Laakirchen, Oberweis, Ohlsdorf, Pinsdorf, Roitham, Steyrermühl, Vorchdorf, St. Konrad

Sommer 2025

Veranstaltungen in Laakirchen

Aktiv

Fit in den Sommer

CRAFTED IN JAPAN

mazda

AUTOMOBILE SWOBODA GMBH

4664 Laakirchen, Schloss Oberweis 3 | TEL. 07612 63311-0 | swoboda.mazda.at
4850 Timelkam, Oberthalheim 33 | TEL. 07672 26502-0 | swoboda.mazda.at

VORWORT

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER!

Willkommen in der schönsten Zeit des Jahres!

Die Sommerferien stehen vor der Tür, und die Kinder können es kaum erwarten, die schulfreie Zeit voller Abenteuer, Spaß und unvergesslicher Momente zu genießen. Doch bevor die Sommerpause beginnt, hat unsere Stadt noch einiges zu bieten, um gemeinsam mit der ganzen Familie einen tollen Start in die Ferien zu feiern.
Am Samstag, den 14. Juni 2025, lädt die Stadtgemeinde zusammen mit den Laakirchner Vereinen, Institutionen und Wirtschaftstreibenden zum 16. Stadtfest ein – und das bei freiem Eintritt! Ab 15 Uhr verwandelt sich das Ortszentrum in eine lebendige Festmeile voller Musik, regionaler Spezialitäten und einem abwechslungsreichen Familienprogramm. Hier können Groß und Klein gemeinsam lachen, tanzen und die Gemeinschaft genießen.
Im Inneren dieses Magazins finden Sie außerdem zahlreiche Termine für Veranstaltungen, lassen Sie sich inspirieren und planen Sie Ihre sommerlichen Aktivitäten.
Zusätzlich möchten wir Sie auf die Laakirchner Sportspiele aufmerksam machen. Am Samstag, 28. Juni 2025, ab 09:00 Uhr, finden auf der Leichtathletikanlage die Sportspiele der Sportunion in Zusammenarbeit mit dem Jugendreferat statt. Mit spannenden Aktivitäten wie Basketball-Parcours, Weitspringen, Hürdenlauf, Heulerwerfen, Volleyball und vielem mehr ist für jeden etwas dabei.
Lassen Sie uns gemeinsam eine schöne, aktive und unvergessliche Sommerzeit erleben!

Viel Freude beim Lesen der neuesten Ausgabe!
Herzlichst
Alois Ziegelbäck
mit dem Tourismusverband
Ortsgruppe Laakirchen

Foto © stock.adobe.com

IMPRESSUM

Herausgeber:
ausdruck - design media, Ing. Christoph Endt; Chefredaktion: Ulrike Endt **Grafik, Design, Photoredaktion & Anzeigenleitung**: ausdruck - design media, Ing. Christoph Endt, Wallackstr. 12, 4600 Wels, www.ausdruck.at **Titelbild:** Stock.Adobe.com

Bildmaterial: Falls nicht anderwertig gekennzeichnet von stock.adobe.com

Vertrieb:
Als Infomail an einen Haushalt in: Gschwandt, Kirchham, Laakirchen, Oberweis, Ohlsdorf, Pinsdorf, Roitham, St. Konrad, Steyrermühl. Zusätzliche Auflagen: In diversen Gewerbebetrieben in Laakirchen.
Für übermittelte Unterlagen und die dazu erforderlichen Urheber-, Veröffentlichungs- und Vervielfältigungsrechte (Bilder, Texte, Grafiken) haftet der Überbringer und hält ausdruck - design media schad- und klaglos. Für Irrtümer, Satz- und Druckfehler übernimmt ausdruck - design media (Ing. Christoph Endt) keine Haftung.

PEFC zertifiziert
Dieses Produkt stammt aus nachhaltig bewirtschafteten Wäldern und kontrollierten Quellen
www.pefc.at
PEFC/06-39-27

gedruckt nach der Richtlinie „Druckerzeugnisse" des österreichischen Umweltzeichens, Gutenberg-Werbering GmbH, UW-Nr. 844

Foto © Stadtgemeinde Laakirchen

16. LAAKIRCHNER STADTFEST

Am Samstag, 14. Juni 2025, laden die Stadtgemeinde sowie Laakirchner Vereine, Institutionen und Wirtschaftstreibende bei freiem Eintritt zum 16. Stadtfest ein. Gefeiert wird ab 15 Uhr im Ortszentrum mit viel Musik, regionaler Kulinarik und großem Familienprogramm.

PROGRAMM & HIGHLIGHTS

Bereits am Nachmittag beginnt das große Familienprogramm mit Spielmobil und Hüpfburg, Schminkecke und vielem mehr. Der Life-Radio Surf-Simulator ermöglicht ein ultimatives Surferlebnis. Bei der lustigen Familienolympiade können Groß und Klein viele verschiedene Aktivitäten gemeinsam ausprobieren und tolle Preise gewinnen. Interessante Einblicke gibt es bei der Leistungsschau der Laakirchner Feuerwehren auf dem Kirchenparkplatz. Für regionale Kulinarik sorgen Laakirchner Vereine und Gastronomiebetriebe.

MUSIKALISCHE VIELFALT AUF DREI BÜHNEN

Bereits ab 16:00 Uhr startet das vielfältige, abwechslungsreiche Musik-Programm auf der Hauptbühne mit dem Familien-Mit-Mach-Konzert von Kiri Rakete, danach ist die Post Big Band Salzburg zu Gast, bevor J.J. King & the Hayriders die Bühne rocken. J.J. King alias Jürgen Höchtl gilt als einer der besten Elvis-Artisten und wird das Stadtfest mit den bekanntesten Hits des legendären „King“ zum Beben bringen. Im Anschluss heizt der Life Radio DJ den Gästen noch ordentlich ein.

Auf der Landesmusikschulbühne haben die örtlichen Musikkapellen ihren Auftritt, bevor das bekannte Salzkammergut Trio, seit Jahren ein fester Bestandteil des Stadtfest-Programms, für musikalische Abwechslung sorgen.
Ein tolles Line-up mit verschiedenen Bands wird auch auf der Rockhouse-Bühne beim Rathaus geboten.
Eintritt frei!

Das genaue Programm mit Uhrzeiten gibt es auf www.laakirchen.at

Foto © J.J. King

SCHAU REIN
Alle Artikel online lesen

Fotos © Stadtgemeinde Laakirchen

Die Männer des Wiederaufbaues aus Laakirchen mit Johann Lackerbauer (stehend, 5.v.l.) und Josef Thallinger † (stehend, 3.v.l.)

Gelebte Städtepartnerschaft: Erst im Jänner besuchte Bürgermeister Ing. Fritz Feichtinger (l.) wieder das traditionelle „La Festa del Tallero“ in Gemona.

Gelebte Städtepartnerschaft: Junge Volleyballer aus Gemona kommen gern zum Trainingslager nach Laakirchen.

25 JAHRE STÄDTEPARTNERSCHAFT MIT GEMONA

Im Jahr 2000 wurde die Partnerschaft zwischen Laakirchen und dem italienischen Gemona besiegelt.

Die enge Verbindung zwischen Laakirchen und Gemona begann 1976 nach einem schweren Erdbeben in Friaul. Gemona war besonders betroffen – Hunderte Menschen starben, Tausende wurden obdachlos. In Laakirchen organisierten Johann Lackerbauer und Josef Thallinger gemeinsam mit engagierten Bürger:innen, Vereinen und Organisationen rasche Hilfe. Durch zahlreiche Spenden konnten 1,5 Millionen Schilling gesammelt werden. Damit wurden neun Holzfertigteilhäuser gekauft und von 68 Freiwilligen in Friaul aufgebaut.

Aus dieser Hilfsaktion entwickelte sich eine Städtepartnerschaft, die weit über das Offizielle hinausgeht. Vereine nutzen die Partnerschaft für kulturellen und persönlichen Austausch. Es entstanden auch viele private Freundschaften.
Zum 25-jährigen Jubiläum der Städtepartnerschaft wird heuer groß gefeiert. In Laakirchen beginnt das Festwochenende am 5. Juli mit einem gemeinsamen Konzert der Sängerrunde Lindach und des Coro Glemonensis im Schul- und Vereinszentrum Lindach – zugleich das 95-jährige Bestehen der Sängerrunde. Am 6. Juli folgt ein Fest-Frühschoppen, bei dem die Partnerschaft offiziell gefeiert wird – musikalisch begleitet von beiden Chören, der Singgemeinschaft Laakirchen und der Musikkapelle Lindach.
Die Volleyball-Jugend aus Gemona kommt im August zum Trainingslager nach Laakirchen. Im September feiert dann eine Delegation aus Laakirchen in Gemona das Jubiläum.

SCHAU REIN
Alle Artikel online lesen

MIT SPASS UND ACTION IN DIE DIE FERIENZEIT STARTEN!

LAAKIRCHNER SPORTSPIELE

Am Samstag, 28. Juni 2025, ab 09:00 Uhr, finden auf der Leichtathletikanlage die Laakirchner Sportspiele der Sportunion in Zusammenarbeit mit dem Jugendreferat Laakirchen statt. Tolle Aktivitäten wie Basketball-Parcours, springen, werfen, laufen und vieles mehr werden dabei geboten.
Teilnahmeberechtigt sind Kinder mit Wohnsitz in Laakirchen, Schüler:innen der Laakirchner Schulen und Kinder, deren Eltern in Laakirchen arbeiten, vom Jahrgang 2012 bis 2019. Mach mit und melde dich an. Wir freuen uns auf deine Teilnahme!

LAAKIRCHNER FERIENPASS

JUHU die Sommerferien nahen! Da darf natürlich der Ferienpass nicht fehlen! Ab Dienstag, 24. Juni 2025, ist das Ferienprogramm in der Abteilung Kultur & Generationen der Stadtgemeinde Laakirchen erhältlich. In der diesjährigen Ausgabe ist wieder ein abwechslungsreiches Programm mit viel Spaß und Action garantiert. Lustige, sportliche und kreative Veranstaltungen wie Alpaka-Wanderungen, Tauchkurs, Besuch am Bauernhof, Besuch im OBRA Kinderland, Bogenschießen,… laden zum Mitmachen ein. Teilnehmen können Kinder von 6 bis 12 Jahren mit Wohnsitz in Laakirchen, Schüler:innen der Laakirchner Schulen und Kinder, deren Eltern in Laakirchen arbeiten.
Anmeldungen und Informationen in der Abteilung Kultur & Generationen bei Frau Michaela Windischbauer,
Tel.: 07613/8644-312
windischbauer@laakirchen.ooe.gv.at
oder www.laakirchen.at

LEBENDIGER KULTURGENUSS IN LAAKIRCHEN

Mit Volksmusik, Gstanzln und virtuoser Blasmusikkunst startet Laakirchen in den Kulturherbst 2025. Sichern Sie sich bereits jetzt Karten. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Foto © Refirign: Erwin

BUNTER ABEND MIT DE REFIRIG´N – SALZKAMMERGUT ON TOUR

Freitag, 12. September 2025, 19:30 Uhr, Kulturstadl „Mostschenke Hoidinger“
Diesmal bringen De REFiRiG´n aus dem Salzkammergut mit ihren musikalischen Einlagen Schwung und gute Laune. Die Gruppe ist bekannt für ihre traditionelle Musik, die sie mit humorvollen Gstanzln und spontanen Pascher-Einlagen bereichern. Ihr Stil kombiniert Volksmusik mit modernen Elementen und mit Witz und Gaudi wird durch das Programm geführt.

Foto © Couplet AG

LAAKIRCHNER GSTANZLSINGEN MIT DER COUPLET AG

Samstag, 13. September 2025, 19:30 Uhr, Kulturstadl „Mostschenke Hoidinger“
Die Couplet AG unter der Leitung von Jürgen Kirner, bekannt aus der populären Sendung „Brettlspitzen,“ begeistert mit unverwechselbarem bayerischem Humor und Gstanzlkunst. Ebenfalls mit dabei: Gabi Schweizer und Kathrin Gruber als Soizweger Zwoagsang, das Mostviertler Duo Tristan & David sowie die GebrüdErEr&Er mit traditioneller Blasmusik, kreativen Eigenarrangements und echter Spielfreude.

Foto © Felix Grotheloh

KONZERT FEDERSPIEL

Donnerstag, 25. September 2025, 19:30 Uhr, Kulturzentrum ALFA Laakirchen - Steyrermühl
Federspiel verbinden auf kreative Weise klassische Blasmusik mit modernen Einflüssen und schaffen mit Trompeten, Posaunen und Klarinetten einen ganz eigenen, frischen Klang. Die Formation war bereits in Laakirchen zu Gast und ist für ihr Können, ihre Energie und Spielfreude und für die besondere Atmosphäre ihrer Auftritte bekannt. Eine Veranstaltung in Kooperation mit den Festwochen Gmunden.

Karten für die Veranstaltungen erhalten Sie in der Kulturabteilung der Stadtgemeinde Laakirchen, 07613/8644-311 oder über www.oeticket.com. Nähere Infos unter www.laakirchen.at

SCHAU REIN
Alle Artikel online lesen

WAS KOMMT IN DIE URLAUBS- UND REISEAPOTHEKE?

Eine gut ausgestattete Reiseapotheke ist essenziell, um bei kleineren Verletzungen oder Beschwerden schnell helfen zu können.

Zu den wichtigsten Utensilien gehören Pinzetten, um Zecken oder Splitter zu entfernen, sowie verschiedene Pflastergrößen für Schnittwunden und Blasen. Desinfektionsmittel ist unerlässlich, um Wunden sauber zu halten und Infektionen zu vermeiden. Wundcreme oder -salbe schützt die Verletzungen zusätzlich und fördert die Heilung. Sonnenschutz ist besonders bei Urlaubsreisen in sonnige Regionen wichtig, um Sonnenbrand zu verhindern. Kühlpads oder Kühlpacks helfen bei Prellungen, Verstauchungen oder Insektenstichen, um Schmerzen und Schwellungen zu lindern.

Darüber hinaus sollte die Reiseapotheke auch Schmerzmittel wie Paracetamol oder Ibuprofen enthalten, um bei Kopfschmerzen oder Fieber schnell Abhilfe zu schaffen. Medikamente gegen Magen-Darm-Beschwerden sowie Elektrolytlösungen sind ebenfalls sinnvoll, falls es unterwegs zu Verdauungsproblemen kommt.
Bei chronischen Erkrankungen ist es ratsam, die entsprechenden Medikamente mitzunehmen. Nicht zuletzt sollte die Reiseapotheke in einem wasserdichten, gut verschlossenen Behälter aufbewahrt werden, damit alle Inhalte geschützt sind.

SCHAU REIN
Alle Artikel online lesen

STADTAPOTHEKE 1/2

Fotos: © Gasthof Bader

GASTHOF BADER

GENUSS UND GEMÜTLICHKEIT IM HERZEN VON LAAKIRCHEN

Willkommen im Gasthof Bader, Ihrem charmanten Rückzugsort im Zentrum von Laakirchen! Bei uns erwartet Sie nicht nur eine idyllische Lage, sondern auch eine Küche, die höchsten Wert auf Qualität legt. Wir verwenden AMA-geprüfte Lebensmittel aus der heimischen Region, um Ihnen ein unvergleichliches Geschmackserlebnis zu bieten.

Unser gemütlicher Gastgarten mit seinen Kastanienbäumen ist selbst an heißen Tagen ein beliebter Treffpunkt für Jung und Alt. Genießen Sie die kulinarischen Köstlichkeiten unserer Chefin und lassen Sie sich von der entspannten Atmosphäre verzaubern.

Ob Taufe, Hochzeit oder Beerdigung – bei uns im Gasthof Bader werden Veranstaltungen über den gesamten Lebenskreis perfekt abgerundet. Unser engagiertes Team kümmert sich mit Hingabe um Ihre Wünsche und sorgt für unvergessliche Momente.

Die aktuelle Personalsituation stellt uns öfter vor die Herausforderung, dass wir ausgebucht sind und Gäste nicht annehmen können, daher sind ernst gemeinte Bewerbungen für Küche und Service jederzeit willkommen.

Wir möchten sicherstellen, dass unsere Gäste nicht länger als nötig warten müssen und ihren Aufenthalt in vollen Zügen genießen können.

Die derzeit gültige Gesetzeslage macht es notwendig den Gastgarten außerhalb unserer Öffnungszeiten abzusperren. Sollte sich die Parksituation mit der aktuellen Parkplatzbewirtschaftung der Stadtgemeinde nicht verbessern, sehen wir uns leider auch hier gezwungen, weitere Absperrungen zu errichten, damit unseren Gästen für die Dauer ihres Besuches, die nahe Parkfläche vom BADER zur Verfügung steht.

Um unseren vermehrten Fahrradgästen gerecht zu werden, planen wir die Erweiterung der Fahrradständer mit Ladestationen, die mit Sonnenstrom aus der Energie-Gemeinschaft betrieben werden sollen. So setzen wir nicht nur auf umweltfreundliche Mobilität, sondern auch auf nachhaltige Energiequellen.

Wenn Sie eine Veranstaltung bei uns planen möchten, kontaktieren Sie bitte baldmöglichst Hannelore, um Ihren Platz zu reservieren und alle Details zu besprechen. Idealerweise nicht zwischen 11 und 14 Uhr, da zu dieser Zeit unsere Chefin ihrer großen Leidenschaft kochen, nachgeht!

Wir freuen uns darauf, Sie im Gasthof Bader begrüßen zu dürfen und Ihnen unvergessliche Momente zu bereiten.

AKTUELLE ÖFFNUNGSZEITEN:

Dienstag bis Freitag: 8 bis 24 Uhr
Samstag: 9 bis 15 Uhr
Sonntag & Montag: „**Sperltag!** 😀"

SCHAU REIN
Alle Artikel online lesen

GENUSSVOLLER GRILLSPASS IM SOMMER

Der Sommer ist die perfekte Zeit, um die Grillkultur wieder aufleben zu lassen.

Kein anderes Kochverfahren verbindet Geselligkeit, Geschmack und Outdoor-Feeling so harmonisch wie das Grillen im Freien. Ob saftige Steaks, würzige Würstchen oder vegetarische Köstlichkeiten – der Grill ist das Herzstück jeder Sommerparty.

Das Geheimnis liegt in der richtigen Vorbereitung: Frische Zutaten, hochwertige Holzkohle oder Briketts und die passende Grilltechnik. Besonders beliebt ist das direkte Grillen bei hoher Hitze, um eine knusprige Kruste zu erzielen, während indirektes Grillen bei niedriger Temperatur ideal für größere Fleischstücke oder Gemüse ist. Marinaden und Gewürze verleihen den Speisen das gewisse Extra und machen das Geschmackserlebnis perfekt.

Neben Fleisch und Fisch erfreuen sich auch vegetarische und vegane Alternativen immer größerer Beliebtheit. Gegrilltes Gemüse, Tofu oder Halloumi sind nicht nur lecker, sondern auch gesund und vielseitig. Für die passende Begleitung sorgen frische Salate, knuspriges Brot und hausgemachte Saucen. Das Grillen im Sommer ist mehr als nur Kochen – es ist ein Erlebnis, das Menschen zusammenbringt. Ob im Garten, am See oder auf der Terrasse, die Atmosphäre ist entspannt und fröhlich. Mit ein bisschen Planung und Kreativität wird jede Grillparty zu einem unvergesslichen Highlight, bei dem Genuss und Gemeinschaft im Mittelpunkt stehen.

SCHAU REIN
Alle Artikel online lesen

VMB-Laakirchen
Versicherungs – Makler – Büro
Herbert Helmberger
Versicherungsmakler
Dr. Mitterbauerstraße 6
4663 Laakirchen
tel.: 07613/6100
mobil: 0664/2800570
mail: office@vmb-laakirchen.at
web: www.vmb-laakirchen.at
GISA Zahl: 15965462
DVR Nr.: 2108610

SO BLEIBT DAS GEHIRN JUNG!

Unser Gehirn ist ein erstaunliches Organ, das wie ein Muskel funktioniert – je mehr wir es fordern, desto fitter bleibt es.

Um das Gehirn jung und aktiv zu halten, gibt es verschiedene Maßnahmen, die wir ergreifen können. Eine wichtige Rolle spielt dabei geistiges Training. Rätsel lösen, Lesen, neue Sprachen lernen oder kreative Hobbys wie Malen oder Musizieren fördern die neuronale Vernetzung und stärken die kognitive Leistungsfähigkeit.
Auch körperliche Bewegung ist essenziell. Regelmäßiger Sport, wie Spaziergänge, Radfahren oder Yoga, sorgt für eine bessere Durchblutung des Gehirns und fördert die Bildung neuer Nervenzellen. Eine ausgewogene Ernährung mit viel Obst, Gemüse, Nüssen und Omega-3-Fettsäuren unterstützt ebenfalls die Gehirngesundheit. Wenig Zucker und verarbeitete Lebensmittel sind dabei empfehlenswert.

Soziale Kontakte pflegen ist ein weiterer wichtiger Punkt. Gespräche, gemeinsames Lachen und neue Begegnungen regen das Gehirn an und verhindern Einsamkeit, die sich negativ auf die geistige Fitness auswirken kann. Auch ausreichend Schlaf und Stressmanagement tragen dazu bei, das Gehirn jung zu halten.
Wenn wir unser Gehirn regelmäßig trainieren und pflegen, können wir nicht nur unsere Denkfähigkeit verbessern, sondern auch das Risiko für altersbedingte Erkrankungen wie Demenz verringern. Es ist nie zu spät, mit kleinen Schritten anzufangen – unser Gehirn wird es uns danken!

SCHAU REIN
Alle Artikel online lesen

CARPE DIEM

DEN TAG NUTZEN UND GENIESSEN

Hinter der kurzen Phrase Carpe Diem steckt eine tiefere Bedeutung. Bekannt ist der Ausdruck aus dem Gedicht des römischen Dichters Horaz und bedeutet „Nutze den Tag“.

Sie fordert uns dazu auf, das Leben in vollen Zügen zu leben, den gegenwärtigen Moment zu schätzen und nicht in der Zukunft oder Vergangenheit zu verharren. Es geht nicht nur darum, den Tag mit einer Vielzahl von Aktivitäten zu füllen, sondern vielmehr darum, ihn bewusst zu erleben und wertzuschätzen.Um wirklich nach „Carpe Diem“ zu leben, bedarf es eines höheren Maßes an Achtsamkeit.
Statt sich ständig Sorgen über morgen zu machen oder in den Erinnerungen der Vergangenheit zu schwelgen, sollte man die Gegenwart im Hier und Jetzt annehmen. Ein erster Schritt könnte darin bestehen, sich regelmäßig Zeit zu nehmen, um innezuhalten und sich selbst zu reflektieren. Indem man auf die eigenen Bedürfnisse und Gefühle achtet, kann man lernen, bewusstere Entscheidungen zu treffen und die kleinen, aber schönen Momente des Lebens zu genießen – sei es ein Spaziergang in der Natur, ein gutes Gespräch oder einfach eine Tasse Kaffee im Sonnenlicht.
Zudem hilft es, den eigenen Alltag zu entschleunigen und sich bewusst Auszeiten zu gönnen. Meditation, achtsames Atmen oder das Führen eines Tagebuchs können dabei helfen, mehr Bewusstsein für sich selbst und die Welt um einen herum zu schaffen. So lässt sich „Carpe Diem“ nicht nur als leere Floskel, sondern als eine Lebensweise begreifen, die im Einklang mit der eigenen inneren Ruhe und Zufriedenheit steht.

SCHAU REIN
Alle Artikel online lesen

ERFOLGREICHE INBETRIEBNAHME DER PM11 UND ANAEROBIEANLAGE BEI HEINZELPAPER LAAKIRCHEN

Mit dem erfolgreichen Umbau der Papiermaschine PM11 und der Inbetriebnahme der neuen Anaerobieanlage setzt heinzelpaper Laakirchen einen starken Impuls für eine nachhaltige Zukunft.

Die PM11 ist seit April 2025 in Betrieb und verfügt über eine jährliche Produktionskapazität von bis zu 470.000 Tonnen leichtgewichtigem Wellpappenrohpapier aus 100 Prozent Recyclingfasern. In Kombination mit der bereits 2017 umgestellten PM10 stärkt Laakirchen damit seine Position als einer der führenden Hersteller von Wellpappenrohpapieren in Europa.

Der Umbau bedeutet zugleich den endgültigen Abschied von der Publikationspapierproduktion – ein strategischer Schritt, der die Zukunftsfähigkeit des Standorts langfristig sichert.

Ergänzt wird dieser Wandel durch umfangreiche Investitionen in die Infrastruktur, allen voran die neue Anaerobieanlage. Sie steigert die Biogasproduktion am Standort deutlich und senkt dadurch den Erdgasverbrauch – ein klarer Schritt in Richtung energieeffizienter Kreislaufwirtschaft.

Die Maßnahmen verdeutlichen das Engagement der HEINZEL GROUP für Innovation, Ressourcenschonung und regionale Wertschöpfung. Mit modernster Technologie und einem klaren Nachhaltigkeitsfokus bleibt heinzelpaper Laakirchen ein verlässlicher Partner für zukunftsfähige, umweltfreundliche Verpackungslösungen – leistungsstark, flexibel und am Puls der Zeit.

SCHAU REIN
Alle Artikel online lesen

HALLO SOMMER!

Der Sommer und die Sonne bringen nicht nur warme Temperaturen, sondern auch viele positive Effekte für Körper und Psyche.

Sonnenschein fördert die Produktion von Vitamin D in der Haut, das wichtig für das Immunsystem, die Knochengesundheit und das allgemeine Wohlbefinden ist. Bereits wenige Minuten Sonnenbaden täglich können ausreichen, um den Vitamin-D-Spiegel aufzufüllen – dabei ist es am besten, die Haut ungeschützt der Sonne auszusetzen, um die körpereigene Produktion zu maximieren.

Gleichzeitig wirkt sich Sonnenlicht auch positiv auf die Psyche aus. Es hebt die Stimmung, reduziert Stress und kann bei saisonaler Depression helfen. Dennoch ist es wichtig, beim Sonnenbaden vorsichtig zu sein. Zu lange und ungeschützte Sonnenexposition erhöht das Risiko für Sonnenbrand, vorzeitige Hautalterung und Hautkrebs. Deshalb ist ein zuverlässiger Sonnenschutz unerlässlich. Ein breitbandiger Sonnenschutz mit hohem Lichtschutzfaktor sollte regelmäßig aufgetragen werden, besonders bei längeren Aufenthalten im Freien.

SCHAU REIN
Alle Artikel online lesen

"Lebensqualität durch Nahversorgung"
SPAR
EUROSPAR
Hessenberger
4810 Gmunden Eurospar: (07612) 66600
4663 Laakirchen Spar: (07613) 22200
4812 Pinsdorf Eurospar: (07612) 63061
Zum Lehrbeginn im August 2025 oder zum sofortigen Eintritt suchen wir 6 engagierte Talente!
Wir sind der größte selbständige SPAR-Einzelhändler in OÖ und bieten ein familiäres Ausbildungsumfeld mit Verwendung des professionellen Lehrkonzeptes der SPAR AG. Aktuell bilden wir 13 Lehrlinge aus.
Lehrberuf: Dauer: 3 Jahre
EINZELHANDELSKAUFMANN/-FRAU
die Ausbildung umfasst:
- Lebensmittelverkauf
- Kundenberatung
- betriebswirtschaftliche Kenntnisse
- professionelles Ausbildungskonzept des SPAR-Konzerns (größter Lehrlingsausbilder Österreichs)
von unseren Lehrlingen verlangen wir:
- Freundlichkeit
- Engagement, Begeisterungsfähigkeit
- Teamfähigkeit
Lehrlinge werden aufgenommen! Schnuppertage vereinbaren!
Deine Bewerbung sende bitte an:
Post: Hessenberger Handels GmbH
zH Mag.(FH) Stefan Hessenberger
Oberweis 3, 4664 Laakirchen
Mail: hessenberger@sparmarkt.at
Fleiß wird belohnt! monatl. Prämien und Gratis-Führerschein für besonders engagierte Lehrlinge!

FAHRSCHULE Hausherr
FAHRSICHERHEITSZENTRUM IM SALZKAMMERGUT
Kuferzeile 49, 4810 Gmunden, 07612 64687 www.hausherr.at fahrschule@hausherr.at
Wähle Deinen optimalen Intensivkursstart mit wöchentlicher Einstiegsmöglichkeit!
ab Mo., 16.6. bis Mo., 8.9.2025
unter www.hausherr.at
Wir informieren Dich auch sehr gerne während der Bürozeiten bei uns in der Fahrschule vor Ort.

Shell
Törek Betriebs GmbH
Hauptstraße 51, Steyrermühl
Jetzt mit BILLA unterwegs!
Tanken Sie Frische und Genuss

ENTSPANNT MIT DEM FLUGZEUG IN DEN URLAUB

Entspannt mit dem Flugzeug unterwegs zu sein, kann eine Herausforderung sein, besonders wenn man unter Stress, Flugangst oder dem Gedankenkarussell leidet.

Oft kreisen die Gedanken darum, ob alles gut läuft – ob z.B. die Kinder ruhig bleiben, ob der Flug pünktlich ist oder ob es unterwegs unerwartete Probleme gibt. Solche Gedanken können die Anspannung verstärken und das Flugerlebnis erschweren. Um dem entgegenzuwirken, sind bewährte Bewältigungsstrategien hilfreich. Atemübungen, wie tiefes Ein- und Ausatmen, helfen, die Nervosität zu reduzieren und den Geist zu beruhigen. Das bewusste Lenken der Aufmerksamkeit auf den Atem oder auf positive Gedanken kann das Gedankenkarussell stoppen. Auch das Nutzen von Ablenkung, etwa durch Lesen, Musik hören oder kleine Spiele mit den Kindern, lenkt den Fokus weg von Sorgen. Visualisierung ist eine weitere Methode: Man stellt sich vor, wie alles reibungslos verläuft – der Check-in, das Einsteigen, der Flug und die Ankunft. Das schafft Vertrauen und Sicherheit. Wichtig ist auch, sich selbst zu erlauben, unruhige Gefühle zuzulassen, ohne sich dafür zu verurteilen. Mit diesen Strategien kann die Reise entspannter verlaufen und die Angst vor dem Fliegen deutlich gemindert werden.

SCHAU REIN
Alle Artikel online lesen

MIESES URLAUBSWETTER?

Schlechtes Wetter gibt es nicht. Oder doch? Mieses Urlaubswetter beginnt oft im Kopf.

Wenn der Wetterbericht nicht vielversprechend ist und Regen vorhergesagt wird, kann das schnell die Stimmung trüben. Doch es ist wichtig, sich bewusst zu machen, dass schlechtes Wetter nur eine Momentaufnahme ist und den Urlaub nicht ruinieren muss. Statt sich von Regen und grauem Himmel entmutigen zu lassen, kann man die Zeit für gemeinsame Aktivitäten nutzen. Gemeinsame Spiele wie Puzzles oder ein gemütlicher Filmtag auf der Couch sind perfekte Alternativen, um die Stimmung zu heben. Der Spruch „Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung“ hat Wahres in sich. Also lohnt es sich, wetterfeste Kleidung und Regenschirme dabei zu haben. So kann man auch bei Regen die Natur erkunden oder einen Spaziergang machen, ohne nass zu werden.

GLEICHGEWICHT UND STÜRZE

Damit unser Körper sein Gleichgewicht halten kann, greift unser Gehirn auf drei Informationsquellen zurück (Schädler 2016). Erstens liefern unsere Augen Informationen über die Umgebung und die Ausrichtung des Horizontes.

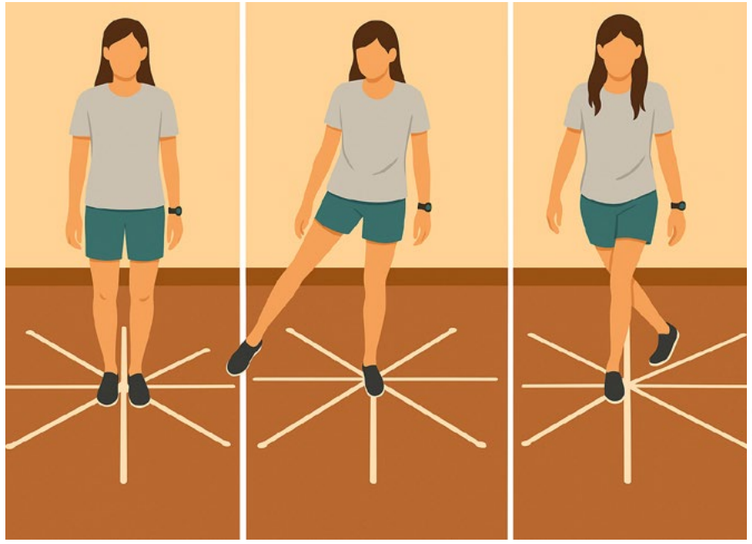
Zweitens übermitteln Nervenzellen aus den Füßen und der Halswirbelsäule Hinweise über den Boden und die Kopfstellung. Drittens verfügt unser Körper über ein spezialisiertes Gleichgewichtsorgan im Innenohr (Bogengänge, Sacculus, Utriculus) zur Wahrnehmung von Drehbewegung und Beschleunigung.
Unser Gehirn führt alle Informationen zusammen und sendet Nervenimpulse an unsere Haltungsmuskulatur. Dabei spielen auch Erfahrungswerte eine große Rolle. Beispielsweise wissen wir aus Erfahrung, was uns beim Betreten einer Rolltreppe erwartet. Kleinere Störungen des Gleichgewichts werden durch korrigierende Reaktionen ausgeglichen. Diese feinen Spannungsänderungen der Haltungsmuskulatur sind oftmals nicht sichtbar. Größere Störeinflüsse zwingen uns zu auffälligeren, protektiven Reaktionen. Zu diesen Schutzreaktionen zählen etwa Schutzschritte, Kreuzschritte oder das Abstützen mit unseren Händen.
Mit zunehmendem Alter steigt die Sturzgefahr (Rogers 2003), wobei die meisten schweren Stürze zur Seite passieren (Mille 2005). Für das Heimtraining von Schutzschritten benötigt man eine freie Fläche von etwa 3x3m. Zur Sicherheit kann man sich mit der Hand an einem Tisch oder Gehstock abstützen.

Naturmoor-Packung / Heilmassage / Lymphdrainage
Physiotherapie / Trainingsgruppe / Therapie nach Prostata-OP
Tel 07613 / 2614
www.moorbad.gmoes.at
MOORBAD GMÖS

SCHAU REIN
Alle Artikel online lesen

HIER DAS TRAINING

Stell dir vor, du stehst in der Mitte eines Kompasses. Ein Bein bleibt in der Mitte stehen, während das andere Bein einen Schritt in die erste Himmelsrichtung setzt und anschließend wieder zur Mitte zurückkehrt. Beginne mit dem rechten Bein als Kompassnadel und gehe alle Himmelsrichtungen durch. Danach wechsle auf das linke Bein. Trainiere nicht allein, wenn Sturzgefahr besteht! Im Zweifelsfall suche Hilfe in einer physiotherapeutischen Praxis.



Grafik © ChatGPT, Mag. Forstinger

REZEPTE SELBST GEMACHT

HIMBEER-ESSIG DIREKT VOM STRAUCH

Frische Himbeeren (200 g) in ein sauberes Glas geben. Mit 500 ml weißen Essig (z.B. Apfelessig) übergießen. Glas verschließen und 2-3 Wochen an einem sonnigen Ort ziehen lassen. Gelegentlich schütteln. Danach durch ein Sieb abseihen und in Flaschen füllen.

KRÄUTERESSIG MIT EIGENEN GARTENKRÄUTERN

Frische Kräuter wie z.B. Rosmarin, Thymian, Schnittlauch in ein sauberes Glas geben. Mit 500 ml weißen Essig (z.B. Apfelessig) übergießen. Glas verschließen und 2-3 Wochen an einem sonnigen Ort ziehen lassen. Gelegentlich schütteln. Abseihen und in Flaschen füllen.

KRÄUTERÖL AUS BASILIKUM, ROSAMARIN UND THYMIAN

Die frischen Kräuter fein hacken und in ein sauberes Glas geben. Mit hochwertigem Olivenöl (ca. 250 ml) übergießen. Anschließend das Glas verschließen und 1-2 Wochen an einem dunklen, kühlen Ort ziehen lassen. Durch ein Sieb abseihen und in Flaschen füllen.

Innerhalb 4-6 Wochen sollten der selbstgemachte Essig und das Kräuteröl aufgebraucht werden.

Foto © Slamp

WO LICHT ZU HAUSE IST

LICHT beeinflusst auch Stimmung und zaubert Atmosphäre.

Das gilt sowohl für die Wohnraumbeleuchtung als auch für die Aussenbeleuchtung. Ob Wohn- oder Schlafzimmer beim Essen oder Lesen, das LICHT macht die Stimmung. Wir laden sie ein, in die Welt des LICHTS. Ob modern oder traditionell - wir entwickeln mit ihnen gemeinsam die passende Lichtlösung. Unsere Lampen werden designt und produziert in Europa, wie Italien, Spanien, Deutschland, Finnland und Frankreich. Vereinbaren Sie einen Termin mit uns und bringen Sie bitte Fotos und eventuell auch Einrichtungspläne mit, um unsere Beratung ganz auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abzustimmen.

Wir freuen uns auf ihren Besuch!
Ihr LICHTLAND - Rittenschober Team
Gschwandt bei Gmunden
Tel.: 07612 / 775 32
www.lichtland.at / office@rittenschober.at

LICHTLAND RITTENSCHOBER

Fotos © Autowelt Schuster

AUTOWELT SCHUSTER LAAKIRCHEN SPENDET 15.410,- EURO

KINDERGARTEN IN KAMBODSCHA FEIERLICH ERÖFFNET!

Ein beeindruckendes Beispiel für gelebte soziale Verantwortung: Die Autowelt Schuster hat in nur 14 Monaten 15.410,- Euro gesammelt.

Damit konnte in Rekordzeit das notwendige Geld für den Bau eines neuen Kindergartens in Kambodscha zur Verfügung gestellt werden. In Zusammenarbeit mit dem bekannten Laakirchner Wasserläufer Fritz Kieninger und seinem Verein KAKIHE wurden zu Jahresbeginn 2025 die Bauarbeiten begonnen: nun ist es soweit – der Kindergarten wurde fertiggestellt und feierlich eröffnet!
Ab sofort bietet die neue Einrichtung jedes Jahr 60 Kindern einen sicheren Ort der Geborgenheit, an dem sie lernen, spielen und in einer geschützten Umgebung aufwachsen können. Die Kinder müssen nicht mehr ihre Eltern zu gefährlichen Arbeitsplätzen begleiten, sondern haben nun Zugang zu Bildung und einer besseren Zukunft.

JEDES AUTO TUT GUTES

Die Aktion der Autowelt Schuster beweist, wie Unternehmen durch Engagement und Kundennähe Großes bewirken können. Seit Oktober 2023 spendete das Autohaus für jedes verkaufte Auto – ob Neuwagen oder Gebrauchtwagen – 10 Euro für das Projekt. Über 1.400 verkaufte Fahrzeuge und die Unterstützung eines Geschäftspartners haben es möglich gemacht, in nur 14 Monaten den Bau eines Kindergartens in Kambodscha zu finanzieren. Geschäftsführer Gernot Schuster betont: „Neben unserem Engagement für unsere Kundinnen und Kunden ist es uns besonders wichtig, soziale Verantwortung zu übernehmen. Projekte für Kinder liegen uns dabei besonders am Herzen.“

DER SIEBTE KINDERGARTEN VON KAKIHE

Der Verein KAKIHE, der bereits sechs Kindergärten in Kambodscha realisiert hat, feiert mit dieser Initiative einen weiteren großen Erfolg. „Die Unterstützung der Autowelt Schuster hat es uns ermöglicht, dieses Projekt zu verwirklichen. Nun steht der Kindergarten bereit, um Generationen von Kindern eine bessere Zukunft zu schenken,“ freut sich Vereinsgründer und Wasserläufer Fritz Kieninger.

EIN AUTO FÜR EINE BESSERE WELT

Die Autowelt Schuster zeigt mit diesem Spendenmarathon, wie lokales Engagement globale Auswirkungen haben kann. Kundinnen und Kunden des Autohauses tragen durch ihren Autokauf direkt dazu bei, nachhaltige und dringend benötigte Hilfe zu leisten. Hilfe, die nicht nur im Ausland ankommt: so unterstützt die Autowelt Schuster auch schon seit vielen Jahren das SOS Kinderdorf Altmünster.

KONTAKT FÜR RÜCKFRAGEN:
Automobile Schuster Ges.m.b.H.
Gernot Schuster MBA
Häuslfeld 4, 4663 Laakirchen
gernotschuster@auto-schuster.at
0664 / 10 25 198

SCHAU REIN
Alle Artikel online lesen

*Unverbindl. empf. Aktionspreis inkl. € 1.000,- MG Bonus, 500,- Versicherungsbonus (gültig bei Abschluss eines MG-Versicherungs-Vorteilsets über GARANTA Versicherung-AG Österreich, Mindestlaufzeit 36 Monate) und € 1.500,- Leasingbonus (gültig bei Leasingfinanzierung über der Denzel Leasing GmbH). Gültig bis 30.6.2025 bzw. bis auf Widerruf. Preis inkl. MwSt. und NoVA. CO_2-gewichtet: 14 g/km, Verbrauch gewichtet: 0,54 l Benzin/100 km. (Alle Angaben nach WLTP). °Hersteller-Garantie von 7 Jahren oder 150.000 km (je nachdem, was zuerst eintritt). Nähere Infos bei Ihrem MG Partner. Symbolabbildung. Satz- und Druckfehler vorbehalten. Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

7 Jahre° Hersteller-Garantie

Autowelt® SCHUSTER. LAAKIRCHEN

Häuslfeld 4 · 4663 Laakirchen · Telefon 07613 / 4262

www.auto-schuster.at · autoweltschuster · Autowelt Schuster

Ihr Hyundai Ansprechpartner bei uns:

HANS JÜRGEN ERB
T. 0676/4306740
erb@auto-schuster.at

Ihr MG Ansprechpartner bei uns:

DENNIS TILG
T. 0676/698 32 77
tilg@auto-schuster.at

Effizient fahren und dabei sparen? Das können Sie jetzt mit den elektrifizierten Antrieben von Hyundai.
Und eine sensationelle Serienausstattung ist bei Hyundai ohnehin immer inklusive. Mehr dazu auf **hyundai.at/sprachlos**

KONA Elektro zum Preis des KONA Hybrids: 〉 **Schon ab € 29.490,-*** inkl. € 500,- Versicherungsbonus oder **ab € 199,-*** monatlich mit **2,99% Fix-Sollzins**

HYUNDAI

* Angebot/Preis gültig für Neuwagenkaufverträge bis 30.06.2025, solange der Vorrat reicht bzw. bis auf Widerruf, bei allen teilnehmenden Hyundai-Partnern, inkl. Hersteller- und Händlerbeteiligung sowie € 500,- Versicherungsbonus. Rabatte beziehen sich auf die kaufmännisch gerundete Differenz zwischen dem um den Herstelleranteil am staatlichen E-Mobilitätsbonus (€ 2.400,-) reduzierten bisherigen Listenpreis (Jahr 2024) und dem neuen Listenpreis (Jahr 2025). Versicherungsbonus gültig bei Abschluss eines Hyundai-Versicherungs-Vorteilsets über GARANTA Versicherung-AG Österreich, bestehend aus KFZ-Haftpflicht-, Kasko- und Insassenunfallversicherung, Mindestlaufzeit 36 Monate. Aktion/Preis beinhaltet bei den E-Modellen € 2.400,- E-Mobilitätsbonus (Importeursanteil). KONA Elektro (K4ES1): Repräsentatives Beispiel für eine Leasingfinanzierung der Denzel Leasing GmbH gem. § 5 VKrG: Kaufpreis (Barzahlungspreis inkl. Boni, NoVA und MwSt): € 29.490,-, Anzahlung: € 8.847,-, Restwert: € 15.508,56, Bearbeitungsgebühr: € 250,- (mitfinanziert), Rechtsgeschäftsgebühr: € 176,12, Provision an Vermittler: € 147,46 (mitfinanziert), Laufzeit: 36 Monate, Laufleistung: 15.000 km p.a., monatliche Rate: € 199.-, Sollzinssatz: 2,99 % p.a. fix, effektiver Jahreszins: 4,18 % p.a., Gesamtleasingbetrag: € 20.643,-, Gesamtbetrag: € 31.695,54. KONA Elektro Stromverbrauch: 14,6 - 16,6 kWh/100 km, elektrische Reichweite: bis zu 514 km (65,4 kWh Batterie). Alle Werte nach WLTP. Die Reichweite und der Verbrauch kann abhängig von Straßenverhältnissen, Fahrstil und Temperatur deutlich variieren. Symbolabbildung. Satz- und Druckfehler vorbehalten.