

# SCHAU REIN

## LAAKIRCHEN

AUSGABE 2026/1

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

Ostern 2026  
**Viele Tipps zur  
Osterzeit**

Gesundheit  
**Lachen ist gesund**

Mercedes-Benz

# WILLKOMMEN ZU HAUSE.

Der neue elektrische GLC.

Mehr Infos bei Ihrem Mercedes-Benz Partner  
und auf [www.mercedes-benz.at/glc-electric](http://www.mercedes-benz.at/glc-electric)

AB € 309,-/MONAT



Unverbindliches Nutzenleasingangebot von Mercedes-Benz Financial Services Austria GmbH (Leasingvariante bei der unter folgenden Voraussetzungen der Restwert garantiert ist: Keine Schäden und Mehrkilometer am vereinbarten Vertragsende); GLC 400 4MATIC mit EQ Technologie ab 309,00 € mtl.; Barzahlungspreis 65.205,00 €; garantierter Restwert; Anzahlung 19.561,50 €; Rechtsgeschäftsgebühr 309,04 €; Bearbeitungsgebühr (pauschal) 250,00 €; Laufzeit 36 Monate; Laufleistung 10.000 km p.a.; Gesamtbetrag 70.843,01 €; Sollzinssatz fix 3,99% p.a.; eff. Jahreszinssatz 4,55%; sämtliche Werte inkl. MwSt.; Details und weitere Informationen können Sie den AGB entnehmen ([www.mercedes-benz.at/agb](http://www.mercedes-benz.at/agb)); Vollkaskoversicherung optional; Kraftstoffverbrauch gesamt (kombiniert): 0,0 l/100 km; Stromverbrauch (kombiniert): 14,9-18,8 kWh/100 km; CO<sub>2</sub>-Emissionen gesamt (kombiniert): 0 g/km; angegebene Werte wurden nach dem vorgeschriebenen Messverfahren (WLTP) ermittelt; die Werte variieren in Abhängigkeit der gewählten Sonderausstattung; weitere Infos auf [www.mercedes-benz.at/wltp](http://www.mercedes-benz.at/wltp). Angebote gültig bis 31.03.2026 bzw. bis auf Widerruf bei allen teilnehmenden Mercedes-Benz Partnern. Stand 11/2025. Tippfehler vorbehalten. Abbildung ist Symbolfoto.

**Automobile Swoboda GmbH**

Autorisierter Vertriebs- und Servicepartner für Mercedes-Benz PKW und Transporter  
4664 Laakirchen | Schloß Oberweis 3 | T +43 7612 633 11 | [office@automobile-swoboda.at](mailto:office@automobile-swoboda.at)  
[www.mercedes-benz-swoboda.at](http://www.mercedes-benz-swoboda.at)



## LIEBE LESERINNEN UND LESER!

Der Frühling hält Einzug, die Tage werden länger und die Natur erwacht in neuem Glanz – willkommen zu unserer Osterausgabe!

Die Osterzeit ist für uns mehr als ein Feiertag. Sie ist eine Einladung innezuhalten, gemeinsam am Tisch zu sitzen und die kleinen Freuden des Lebens zu genießen. Genau deshalb haben wir in dieser Ausgabe besondere Rezepte für euch zusammengestellt – allen voran den duftenden Osterstriezel, der mit seiner goldenen Kruste und dem zarten Hefeteig nicht nur die Küche, sondern das ganze Haus in ein warmes Zuhause verwandelt. Ob nach Omas Rezept oder mit einer modernen Twist – backen verbindet Generationen.

Doch der Frühling bringt noch mehr Grund zur Freude. Das Wirtshausfestival 2026 in der Region Traunsee Almtal steht vor der Tür. Diese besondere Veranstaltung feiert die Gastfreundschaft, die regionale Küche und die einzigartige Kulturlandschaft unserer Heimat. Gemütliche Gasthöfe, herzliche Wirtsleute und Spezialitäten, die die Seele wärmen – das ist das Versprechen des Festivals.

Lasst euch inspirieren, lasst euch verführen – und genießt den Frühling in vollen Zügen.

Frohe Ostern & auf bald!

Christoph Endt

Herausgeber



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](http://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](http://www.pefc.at)

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





Foto © Felix Wirtshausfestival, TVB Traunsee-Almtal, Moni ka Löff

## REGION AUF DEM TELLER

# DAS FELIX WIRTSHAUSFESTIVAL 2026

Wenn der Frühling das Salzkammergut in frisches Grün taucht, wird die Destination Traunsee-Almtal zur Bühne für genussvolles Handwerk.

Das FELIX Wirtshausfestival lädt von 19. März bis 31. Mai 2026 zu einer kulinarischen Entdeckungsreise. Über 20 Veranstaltungen feiern regionale Küche, authentische Produzent:innen und kreative Wirtshauskultur.

Im Mittelpunkt stehen heuer jene, die den Geschmack der Region prägen: Fischer:innen, Senner:innen, Bäuer:innen und Kräuterexpert:innen. Fangfrische Reinanken und Seesaiblinge aus

dem Traunsee, würziger Almkäse, erdige Erdäpfel und aromatische Wildkräuter werden zu Signature-Gerichten, die Herkunft spürbar machen. Köch:innen verwandeln beste Zutaten in kulinarische Handschriften – ehrlich, raffiniert und tief verwurzelt.

Das Programm reicht von Spezialitätenwochen über Wein- und Musikabende bis hin zu Kulinarik-Schifffahrten. Eine Hütten-Gourmettour am Kasberg, Fish

Guiding am See oder eine Genussreise im Oldtimerbus verbinden Naturerlebnis mit Gaumenfreuden. Neu sind außergewöhnliche Geschmackserlebnisse direkt bei den Erzeuger:innen – dort, wo Qualität entsteht.

Seit 2018 steht das Festival für eine neue Wertschätzung regionaler Kulinarik. Zwischen Bergen, Almen und Wasser verschmelzen Landschaft und Küche zu einem Fest für alle Sinne.

### VERANSTALTUNGSPROGRAMM UND TICKETS:

[www.wirtshausfestival.at](http://www.wirtshausfestival.at)

Telefon: 06132 26909 700

Email: [info@wirtshausfestival.at](mailto:info@wirtshausfestival.at)

### 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](mailto:office@vmb-laakirchen.at)  
web: [www.vmb-laakirchen.at](http://www.vmb-laakirchen.at)

GISA Zahl: 15965462  
DVR Nr.: 2108610



## STADTKAPELLE LAAKIRCHEN STARTET MIT SCHWUNG INS FRÜHJAHR 2026

Mit frischem Elan, klaren Zielen und viel Herzblut beginnt für die Stadtkapelle Laakirchen ein neues Vereinsjahr – gekrönt vom Frühjahrskonzert am 11. April im ALFa Steyermühl.

Nach einer gelungenen Jahreshauptversammlung im Jänner und einer kurzen, intensiven Faschingszeit richten die Musikerinnen und Musiker ihren Fokus bereits auf den nächsten Höhepunkt: das Frühjahrskonzert am 11. April 2026 im ALFa Steyermühl. Mit-ten in der Probenarbeit entsteht ein

abwechslungsreiches Programm, das Tradition und moderne Blasmusik mit- reißend verbindet.

### JUGENDFÖRDERUNG 2026

Mit großem Engagement leiten Mag- dalena Nöhmer und Christine Gurtner die Nachwuchsarbeit. Ihr Ziel: jungen

Menschen die Freude an der Musik zu vermitteln und Gemeinschaft erlebbar zu machen. Die „Brasshoppers Laakir- chen“ laden Kinder ab acht Jahren ein, Instrumente zu entdecken, gemeinsam zu musizieren und neue Freundschaft- ten zu knüpfen.

Mit musikalischem Elan und starkem Teamgeist blickt die Stadtkapelle voller Vorfreude auf ein erfolgreiches Jahr – und auf ein begeistertes Publikum im April.

Interessierte Kinder und Jugendliche – oder deren Eltern – können sich direkt bei der Jugendleitung melden, T +0677 / 621 70 682 oder [jugend@stadtkapelle-laakirchen.at](mailto:jugend@stadtkapelle-laakirchen.at)

**Second Hand**  
**FARBENFROH**  
**für Kinder**

**Öffnungszeiten**

**Mo-Sa: 08:00 - 11:30**  
**Di, Do, Fr: 14:00 - 18:00**

Carmen Roos  
0676/603 98 08  
[2ndhand.farbenfroh@gmx.at](mailto:2ndhand.farbenfroh@gmx.at)

Fabriksplatz 1/6  
4662 Laakirchen

### KARTEN FÜR FRÜHJAHRSKONZERT

Bei allen Musikerinnen und Musi- kern der Stadtkapelle Laakirchen so- wie in der Drogerie Gräfinger  
Preis: € 15,-

### SCHAU REIN

Alle Artikel online lesen



## FRÜHLING

# WARUM LACHEN JETZT BESONDERS GUT TUT

Der Frühling ist die Zeit der Überraschungen: Sonne, Regen, Wind – manchmal alles an einem Tag.

Genau diese Unberechenbarkeit macht ihn zum perfekten Zeitpunkt, um dem Alltag mit mehr Lachen zu begegnen. Denn Lachen ist weit mehr als eine spontane Reaktion auf etwas Lustiges. Es ist ein kraftvoller Anti-Stress-Schutz und ein echter Gehirn-Booster.

Besonders spannend ist die Lach-Visualisierung. Schon allein die Vorstellung, herzlich zu lachen, aktiviert ähnliche Areale im Gehirn wie echtes Lachen. Der Körper reagiert, als wäre der Spaß

real. Stresshormone sinken, die Atmung wird tiefer, die Muskeln entspannen sich. Das Beste daran? Diese Technik ist jederzeit abrufbar – im Büro, in der U-Bahn oder zwischen zwei Terminen. Hinzu kommt die Lach-Ansteckung. Lachen ist hochgradig sozial. Wenn wir andere lachen sehen oder hören, wollen unsere Spiegelneuronen mitmachen. Ein einzelnes Lächeln kann genügen, um eine Kettenreaktion auszulösen. Gerade im Frühling wenn Menschen wieder mehr Zeit draußen verbringen,

entfaltet dieses Phänomen seine ganze Wirkung.

Dabei ist Spaß kein Zufall. Spaß ist eine Entscheidung. Wer sich bewusst kleine humorvolle Momente erlaubt, stärkt langfristig seine mentale Widerstandskraft. Studien zeigen, Lachen fördert Kreativität, Konzentration und Lernfähigkeit – ein echter Gehirn-Booster also.



SCHAU REIN

Alle Artikel online lesen



## VERANTWORTUNG

Neuer Marktverantwortlicher Tobias Kaltenböck

Raiffeisen  
Salzkammergut



Unter dem Motto **VERANTWORTUNG** setzen wir weiterhin auf persönliche Beratung und exzellenten Service – auch im digitalen Zeitalter.

**Ob vor Ort oder digital – wir sind für Sie da.**

Unsere Beratung ist flexibel und passt sich Ihrem Alltag an. Ihre individuellen Bedürfnisse stehen bei uns im Mittelpunkt.

Unsere **Beratungszeiten** sind Montag bis Freitag von 8:00 bis 19:00 Uhr nach Terminvereinbarung.

**Vereinbaren Sie noch heute Ihren persönlichen Beratungstermin und erleben Sie den Unterschied.**

[raiffeisen-ooe.at/salzkammergut](https://raiffeisen-ooe.at/salzkammergut)



### Bankstelle Laakirchen

Hauptplatz 7, 4863 Laakirchen  
T +43 7613 2336-0

E [rb-salzkammergut@raiffeisen-ooe.at](mailto:rb-salzkammergut@raiffeisen-ooe.at)

### Bankstelle Roitham am Traunfall

Raiffeisenplatz 3, 4861 Roitham am Traunfall  
T +43 7613 5241-0

E [rb-salzkammergut@raiffeisen-ooe.at](mailto:rb-salzkammergut@raiffeisen-ooe.at)

# SAFTFASTEN – WENN WENIGER MEHR IST

Dem Körper einfach eine kleine Auszeit gönnen: Saftfasten ist eine bewusst gewählte Pause vom gewohnten Essrhythmus.



Statt Mahlzeiten bestimmen Obst- und Gemüsesäfte, Wasser und Kräutertees den Tag. Der Körper wird dabei entlastet und genau darin liegt für viele der Reiz.

Fasten gilt seit jeher als Motor für den Stoffwechsel und rückt heute zunehmend in den Fokus der Ernährungsmedizin. Nicht nur, weil man dadurch sanft Gewicht reduzieren kann, sondern auch, weil der Körper in Phasen ohne

Überfluss auf Regeneration schaltet: Reparaturprozesse wie die Autophagie, oft als „Frühjahrsputz der Zellen“ beschrieben, werden aktiviert. Gleichzeitig kann die bewusste Pause für das Verdauungssystem das Darmmikrobiom entlasten. Saftfasten schärft so nicht nur das Körpergefühl, sondern auch den Blick für eigene Gewohnheiten und Bedürfnisse.

Bewusstes Fasten versteht sich nicht

als Ernährungsersatz, sondern als Einladung zur Achtsamkeit. Entscheidend ist der bewusste Umgang mit dem eigenen Körper – während der Kur ebenso wie beim sanften Wiedereinstieg in den Alltag.

**SCHAU REIN**

Alle Artikel online lesen



## Meine ganzheitliche **SAFTFASTEN WOCHE**

*Gewußt wie*  
**Drogerie Gräfinger**

4663 Laakirchen Gmundnerstr. 1 Tel. 07613/2218  
[www.drogerie-graefinger.at](http://www.drogerie-graefinger.at)



SICHERT EINE  
ADÄQUATE PROTEIN-  
ZUFUHR



BASIEREND AUF AKTUELLEN  
WISSENSCHAFTLICHEN  
ERKENNTNISSEN



INKL. ANLEITUNG &  
VOR- UND NACH-FASTEN  
TAGESPLÄNEN

# GEHEN TUT DEM KÖRPER UND DER SEELE GUT

Gehen ist eine der natürlichsten Bewegungsformen des Menschen und zugleich eine der gesündesten. Schon ein einfacher Spaziergang kann Wunder wirken – für den Körper ebenso wie für die Seele.

Die Beine tragen uns Schritt für Schritt voran, die Arme schwingen locker mit, der Rücken richtet sich auf und die Atmung wird ruhiger und tiefer. Der gesamte Körper gerät in einen harmonischen Rhythmus.

Besonders wohltuend ist es, das Tempo zu variieren. Einmal schnell gehen, sodass der Puls steigt und das Herz kräftiger schlägt, dann wieder langsam werden, bewusst atmen und die Umgebung wahrnehmen. Dieses Wechselspiel fördert die Ausdauer, stärkt das Herz-Kreislauf-System und trainiert die Muskulatur, ohne die Gelenke zu stark zu belasten. Anders als bei vielen anderen Sportarten ist das Verletzungsrisiko gering, und nahezu jeder Mensch – unabhängig vom Alter – kann jederzeit damit beginnen.

Doch Gehen ist nicht nur körperlich gesund. Auch die Seele profitiert. Beim Spazierengehen können Gedanken sortiert, Sorgen relativiert und neue Ideen entwickelt werden. Die gleichmäßige Bewegung wirkt beruhigend und stressabbauend. Wer regelmäßig in der Natur geht, spürt oft mehr innere Ausgeglichenheit und Lebensfreude.

Gehen ist weit mehr als bloße Fortbe-

wegung. Es ist eine einfache, kostenlose und wirkungsvolle Möglichkeit, Körper und Geist in Einklang zu bringen – Schritt für Schritt zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden.

Schon 7.000 bis 8.000 Schritte täglich bringen deutliche gesundheitliche Vorteile. Das Risiko für Herz-Kreislauf-Er-

krankungen, Diabetes und frühzeitigen Tod sinkt spürbar. Für ältere Menschen können sogar 6.000 bis 7.000 Schritte ausreichend sein, um positive Effekte zu erzielen.

**SCHAU REIN**

Alle Artikel online lesen



**stuco** 

engineered in switzerland · produced in europe · quality since 1898

Hier gehts zum digitalen  
Blätterkatalog



**Stuco GmbH**  
Lambacher Straße 41a, 4655 Vorchdorf

**Stuco Shop in Vorchdorf**  
Mo - Do 8 - 16 Uhr, Fr 8 - 13 Uhr

Tel und Fax: 07614 5353-0  
E-Mail: [infoaustria@stuco.com](mailto:infoaustria@stuco.com)

FAHRSCHULE HAUSHERR GMUNDEN

## SCHNELL, SICHER UND ERFOLGREICH ZUM FÜHRERSCHEIN

Die Fahrschule Hausherr in Gmunden ist die erste Adresse für alle, die ihren Führerschein professionell, effizient und mit persönlicher Betreuung absolvieren möchten.

Mit modernen Unterrichtsmethoden, einem motivierten Team und viel Praxiserfahrung, sorgt das Unternehmen für eine Ausbildung auf höchstem Niveau – individuell, verständlich und praxisnah. Besonders attraktiv sind die beliebten Intensivkurse! Zu den laufenden regulären Führerscheinkursen der Fahrschule Hausherr bietet der Osterintensivkurs von 27. März bis 7. April 2026 die per-

fekte Gelegenheit, die Ferien sinnvoll zu nutzen und zügig mit der Führerscheinausbildung voranzukommen.

Bereits ab Mitte Juni starten unsere Sommerintensivkurse (2-Wochenkurse), in die man wöchentlich einsteigen kann, ideal für Schüler, Studierende und alle, die schnell mobil sein wollen. Weitere Informationen zu Kursen,



Foto © Hausherr

Anmeldungen und Leistungen sind im Büro der Fahrschule Hausherr in Gmunden oder Online unter [www.fahrschule-hausherr.at](http://www.fahrschule-hausherr.at) möglich.

Wir freuen uns auf euch!

**SCHAU REIN**

Alle Artikel online lesen



**FAHRSCHULE**  
**Hausherr**  
**FAHR SICHERHEIT SZENTRUM IM SALZKAMMERGUT**

Kurse • Fahrausbildung • Fahrschule • Alle Klassen

**TELEFON: 07612 / 64687 • WEB: WWW.HAUSHERR.AT**



Fotos © Dopetsberger

## ALLES NEU BEI DOPTESBERGER

Erlebnispflanzerei Dopetsberger feiert große Neueröffnung am 6. und 7. März 2026

Mit großer Freude und voller Stolz lädt die Erlebnispflanzerei Dopetsberger am Freitag, 6. März, und Samstag, 7. März 2026 zur feierlichen Neueröffnung der neu gestalteten Pflanzerei ein. Nach acht intensiven Monaten voller Arbeit, zwei Jahren Planung und Liebe zum Detail ist ein moderner Erlebnisort ent-

standen, der weit mehr ist als ein klassisches Gartencenter.

Auf über 10.000 Quadratmetern erwartet Besucherinnen und Besucher ein völlig neues Einkaufserlebnis. Herzstück ist die großzügige Verkaufsfläche unter Glas mit einer Innenhöhe von 6,3 Metern. Modernste Technik sorgt für

optimale Bedingungen für Pflanzen und schafft gleichzeitig eine helle, freundliche Atmosphäre.

Ein besonderes Highlight ist der Blumenampellift, der eine innovative und komfortable Präsentation von Hängepflanzen ermöglicht und österreichweit neue Maßstäbe setzt.

**-30%**  
auf alle  
Hortensien

**-30%**  
auf alle Zwiebel-  
pflanzen im Topf  
(Tulpen, Narzissen, Krokusse u.v.m.)

**-30%**  
auf alle  
Gräser

**NEUERÖFFNUNG**  
März 2026

Ein völlig  
**NEUES EINKAUFERLEBNIS**

**BUNTE  
Oster-  
AUSSTELLUNG**  
bis 4. April 2026



Alles GRÜN aus einer Hand!

**DOPTESBERGER**  
GÄRTNEREI

[www.dopetsberger.at](http://www.dopetsberger.at)

4600 Wels • Flugplatzstraße 38 • Tel. 07242 / 42 054 • Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 8 – 18 Uhr, Sa. 8 – 17 Uhr  
Druck- und Satzfehler vorbehalten. Angebote gültig vom 27.2.2026 bis 28.3.2026. Solange der Vorrat reicht!



Ergänzt wird das Angebot durch ein großzügiges Saisonhaus sowie eine erweiterte Baumschule mit über 3.000 Quadratmetern überdachter Fläche. Die Erlebnisgärtnerei Dopetsberger verbindet Innovation und Nachhaltigkeit und versteht sich als Inspirationsraum für Gartenliebhaberinnen und Gartenliebhaber.

Am Freitag, 6. März, um 15.00 Uhr, findet ein Fachvortrag von Multikraft zum Thema „Gemüse stärken – perfekte Ernte. Praktische Tipps vom Profi“ statt. Dabei erhalten Hobbygärtnerinnen und Hobbygärtner wertvolle Informationen für eine erfolgreiche Gemüsesaison.

Auch für Kinder ist gesorgt: Beim Bastelspaß können die jüngsten Gäste kreativ werden. Zusätzlich lädt die Suche nach „Fuxxi“ zum Mitmachen ein – wer erfolgreich ist, wird mit einem attraktiven Rabatt belohnt.

Im Anschluss an das Eröffnungswochenende folgt die Genusswoche von Montag, 9. März, bis Samstag, 14. März 2026. In dieser Woche steht Regionalität im Mittelpunkt.

Im neuen Regionalmarkt auf über 180 Quadratmetern Verkaufsfläche prä-



sentieren sich mehr als 40 regionale Lieferanten mit ihren hochwertigen Produkten. Besucherinnen und Besucher haben die Möglichkeit, Spezialitäten zu verkosten, Produzentinnen und Produzenten persönlich kennenzulernen und mehr über die Herkunft der angebotenen Waren zu erfahren.

Mit der Neueröffnung setzt die Erlebnisgärtnerei Dopetsberger ein starkes Zeichen für Qualität, Regionalität und modernes Einkaufserlebnis in der Region.

„Wir freuen uns von Herzen, diesen besonderen Meilenstein gemeinsam mit

unseren Kundinnen und Kunden sowie unseren regionalen Partnern feiern zu dürfen“, betont die Familie Dopetsberger.

#### **GÄRTNEREI DOPETSBERGER**

Flugplatzstraße 38, 4600 Wels  
07242 / 42054

#### **Öffnungszeiten:**

Mo. bis Fr. 8-18 Uhr, Sa.: 8-17 Uhr  
[www.dopetsberger.at](http://www.dopetsberger.at)

#### **SCHAU REIN**

Alle Artikel online lesen



## **RANUNKEL**

# **DER STAR IM FRÜHLING**

Ranunkeln – leuchtende Frühlingsblüher voller Eleganz

Ranunkeln gehören zu den beliebtesten Frühlingsblüchern und begeistern mit üppiger Blütenpracht. Ihre dicht gefüllten Blüten erinnern an kleine Rosen und erscheinen in beeindruckender Farbvielfalt – von strahlendem Weiß über zarte Pastelltöne bis hin zu kräftigem Gelb, Pink oder Rot. Kaum eine andere Blume vereint Eleganz und fröhliche Leichtigkeit so harmonisch.

Als Symbol für Neubeginn und Lebensfreude lieben Ranunkeln helle Standorte. Sie gedeihen im Garten ebenso wie in Töpfen auf Balkon oder Terrasse.

Entscheidend ist ein gut durchlässiger Boden, denn Staunässe vertragen sie nicht. Bei richtiger Pflege danken sie es mit einer langen Blütezeit, die den Frühling über Wochen bereichert.

Auch als Schnittblumen sind Ranunkeln sehr gefragt. In der Vase entfalten sie ihre volle Schönheit und überzeugen durch gute Haltbarkeit. Besonders stimmig wirken sie zusammen mit Tulpen oder Anemonen, setzen aber auch allein stilvolle Akzente.

Im Sinne nachhaltiger Floristik gewinnen regional kultivierte Ranun-

keln zunehmend an Bedeutung. Österreicherischer Anbau steht für kurze Transportwege, Frische und Qualität – und verbindet Ästhetik mit Umweltbewusstsein.





## VERJÜNGUNGSKUR FÜR DAS GEHIRN

Unser Gehirn liebt Abwechslung. Es will gefordert, überrascht und bewegt werden – und das möglichst regelmäßig. Die gute Nachricht: Eine Verjüngungskur für das Gehirn braucht weder Hightech noch stundenlanges Training. Oft reichen kleine Veränderungen im Alltag, um geistig frisch zu bleiben.

Ein besonders wirksamer Bewegung-Trick ist es, körperliche Aktivität bewusst mit neuen Reizen zu verbinden. Schon ein Spaziergang auf einer ungewohnten Route, Treppen statt Aufzug oder ein kurzer Tanz zur Lieblingsmusik bringen das Gehirn in Schwung. Bewegung verbessert die Durchblutung, versorgt das Gehirn mit Sauerstoff und fördert die Bildung neuer Verknüpfungen. Wer dabei noch die gewohnte Routine durchbricht, trainiert gleich doppelt. Auch neue Hobbys wirken wie ein Frischekick für den Kopf. Eine Sprache

lernen, fotografieren, töpfern oder ein Instrument ausprobieren – alles, was ungewohnt ist, zwingt das Gehirn, neue Wege zu gehen. Dabei geht es nicht um Perfektion, sondern um Neugier. Schon wenige Minuten regelmäßig reichen aus, um mentale Flexibilität zu fördern. Musik spielt dabei eine besondere Rolle. Aktiv musizieren oder bewusst Musik hören stimuliert verschiedene Gehirnnareale gleichzeitig. Rhythmus, Melodie und Emotion arbeiten zusammen und stärken Gedächtnis und Konzentration. Selbst Summen oder

Mitsingen hat messbare Effekte. Klassiker wie Puzzle, Kreuzworträtsel oder Denkspiele bleiben ebenfalls wertvoll. Sie trainieren logisches Denken, Geduld und Problemlösungsfähigkeit – besonders, wenn man den Schwierigkeitsgrad variiert.

Eine Verjüngungskur für das Gehirn bedeutet vor allem eines: offen bleiben. Wer Neues wagt und Gewohntes anders macht, hält seinen Geist lebendig.

**SCHAU REIN**

Alle Artikel online lesen



## SUDOKUS ZUM GEHIRNTRAINING

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   | 1 | 7 | 3 |   |   |   | 5 |   |
| 6 |   | 5 | 8 |   | 2 |   |   | 3 |
|   |   |   |   | 5 | 9 |   |   | 8 |
| 5 |   | 6 |   | 3 |   |   | 1 |   |
|   |   | 1 | 6 | 9 | 5 |   |   | 4 |
|   |   | 8 | 1 | 2 | 7 |   | 3 |   |
| 3 |   |   | 2 | 7 | 1 |   |   | 5 |
|   |   |   | 5 | 6 | 4 | 3 | 9 | 1 |
|   |   | 4 |   | 8 |   | 6 | 2 | 7 |

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   |   | 1 | 8 |   | 7 | 6 |   |   |
| 2 |   | 9 |   | 5 | 6 |   |   |   |
| 7 |   |   | 1 | 3 |   |   | 9 | 4 |
|   |   |   |   |   |   | 9 |   | 7 |
| 9 | 2 |   | 7 |   |   | 1 |   | 3 |
|   |   | 7 | 9 | 8 |   | 4 |   |   |
| 5 |   |   | 3 | 4 | 9 |   |   |   |
|   | 4 |   |   | 2 |   |   | 7 |   |
|   |   | 3 | 6 | 7 |   | 2 |   |   |

# *Tracht für jeden Anlass aus der Wichtlstube Edt bei Lambach*



[www.wichtlstube.at](http://www.wichtlstube.at)

*Bodenständig, zeitlos, wertvoll*

Wer gerne Tracht trägt oder ein passendes Outfit für besondere Anlässe sucht, findet bei uns eine große Auswahl - von Dirndl über Kleider und Röcke bis hin zu Jacken und Lederhosen sowie viele Trachtenvarianten, natürlich in vielfältigen Größen und Ausführungen unsere fachkundigen Beraterinnen unterstützen jeden Kunden dabei das perfekte Outfit zu finden. Auch Gruppen und Vereine sind bei uns bestens aufgehoben: wir bieten abgestimmte Einkleidungen mit Dirndl und passenden Gilets sowie weitere Trachtenkombinationen, damit jede Gemeinschaft ein einheitliches und hochwertiges Erscheinungsbild erhält.

## FIT IN DEN FRÜHLING

Mit frischen Kräutern, Bewegung und Kneippen neue Energie tanken.

Wenn die Tage länger werden und die Sonne wieder Kraft bekommt, ist der perfekte Zeitpunkt, um Körper und Geist in Schwung zu bringen. Der Frühling steht für Neubeginn – und genau das dürfen wir auch für unsere Gesundheit nutzen.

Frische Frühlingskräuter sind jetzt wahre Kraftpakete. Bärlauch bringt mit seinen schwefelhaltigen Verbindungen den Stoffwechsel auf Touren und unterstützt die Gefäße. Brennnessel wirkt entwässernd und hilft dem Körper, Ballast loszuwerden. Löwenzahn regt Leber und Verdauung an – ideal als Salat oder Tee. Auch Petersilie und Schnittlauch liefern wertvolles Vitamin C und frische Würze für die leichte Frühlingsküche.

Neben der Ernährung spielt Bewegung eine zentrale Rolle. Bereits ein täglicher, zügiger Spaziergang kurbelt das

Herz-Kreislauf-System an und stärkt das Immunsystem. Wer mag, startet mit sanftem Joggen, Radfahren oder Yoga im Park. Die frische Luft hebt die Stimmung und hilft, neue Energie zu schöpfen.

Unterstützend wirken bewährte Heilpflanzen wie Rosmarin gegen Frühjahrsmüdigkeit oder Weißdorn zur Stärkung des Herzens. Ein echter Frischekick ist außerdem das Kneippen. Ein kaltes Armbad – die sogenannten „Kneipp’schen Espressoarme“ – belebt, fördert die Durchblutung und stärkt die Abwehrkräfte.

Mit frischen Kräutern, regelmäßiger Bewegung und natürlichen Anwendungen gelingt der Start in einen vitalen, aktiven Frühling ganz mühelos.

**SCHAU REIN**  
Alle Artikel online lesen



**JÜRGEN GIESSING**

## REVERSE AGING

Warum fitte Muskeln unseren Stoffwechsel verjüngen.

Es beginnt schleichend. Erst wird das Treppensteigen mühsam, dann fühlt sich der Einkauf schwerer an als früher. Doch was viele als normales Altern abtun, ist ein alarmierendes Warnsignal: Muskelschwund – die unsichtbare Gesundheitskrise der Babyboomer. Sarkopenie betrifft alle ab 30 – und doch spricht kaum jemand darüber.

Die Folge? Typische Alterserkrankungen wie Osteoporose oder Diabetes.

Prof. Dr. Dr. Jürgen Gießing, Sportwissenschaftler und der führende Experte des High-Intensity-Trainings (HIT) im DACH-Raum, hat bewiesen: Mit nur drei gezielten Maßnahmen lässt sich der altersbedingte Muskelabbau aufhalten – oder sogar umkehren. Statt komplizierter Fitness-Mythen setzt er auf cutting-edge Wissenschaft: kurzes, intensives Muskeltraining, proteinreiche Ernährung und Kreatin-Supplementierung.

Dieses Buch liefert den radikal einfachen Plan gegen den heimlichen Gesundheitskiller. Für alle, die stark und gesund alt werden wollen.

**SCHAU REIN**  
Alle Artikel online lesen



**FÜRTBAUER**  
GesmbH & Co KG



Verstärkung gesucht  
Sanitär-, Heizungs- und Lüftungstechnik

**Monteur-Kundendienst**  
und  
**Lehrling**

Fürtbauer GesmbH & Co KG  
Stifterstraße 2  
4663 Laakirchen

+43 7613 8448  
sani@fuertbauer.at  
www.fuertbauer.at

## ALLES RUND UMS RAD

Radfahren – in all seinen Facetten – ist nach wie vor der beliebteste Sport der Österreicher, und auch der gesündeste!

Im heurigen Jahr gibt es speziell bei E-Bikes wieder viele Neuheiten (wie noch stärkere Akkus, verbesserte, teils elektronische Schaltungen, etc.). Die Spezialisten bei Sport Breneis in Gmunden sind ‚immer am Ball‘ und präsentieren wieder ein umfangreiches Programm vom Kleinkinder-rad bis zum HiTech E-Bike ‚Fully‘. Ganz besonders im Fokus steht dabei die junge, am stärksten wachsende Marke **CRUSSIS**. Diese Marke verbindet in einzigartiger Weise aktuellste Technik mit herausragendem Design, und das zu äußerst günstigen Preisen! CRUSSIS schafft es dabei auch, trotz höherer Akku-Leistung das Ge-

wicht erheblich zu senken = In Summe derzeit das attraktivste Angebot am Markt!

### AUCH BEI KINDER-RÄDERN GEHT DER TREND ZU IMMER LEICHTEREN MODELLEN.

Der Rad-Kauf ist die eine Sache – ist jedoch ohne umfassendes Service nur die ‚halbe Miete‘. Daher bietet Sport Breneis auch eine kompetente Service-Werkstatt, wo alle Reparaturen zeitnahe und in Top-Qualität erledigt werden – und zwar auch gerne für ‚Fremdmarken‘. Eine große Zubehörabteilung sowie perfekte Radbekleidung runden das Angebot ab.

Sie möchten von Ihrem Rad auf ein neues Modell umsteigen, wissen aber nicht wohin mit Ihrem ‚alten‘ Bike? Kein Problem, auch hier haben die Experten bei Sport Breneis immer ein offenes Ohr und finden garantiert eine Lösung. Sie überlegen noch? Schauen Sie einfach vorbei und lassen sich unverbindlich, kompetent und fair beraten – Immer eine gute Adresse: Sport Breneis, Bahnhofstrasse 22 in Gmunden – Outdoor Bike – Ski – Running;

**Gratis-Parkplätze vor dem Geschäft!**

**SCHAU REIN**

Alle Artikel online lesen



Foto © Sport Breneis



## START in die RADSAISON 2026



z.B. mit **CRUSSIS**

die junge, innovative & Preiswerte  
Marke in **TOP-QUALITÄT**  
exklusiv bei uns!

„Hardtails“ ab **2.399,-**

„Fullys“ ab **3.399,-**

+ Cross, Trekking,...

**Wir sind auch Partner sämtlicher  
Firmenrad - Leasing - Anbieter!**

**RADSERVICE** ab sofort möglich (auch Fremdmarken)

**Schnell - professionell - preiswert**

jetzt schon AB

€ **40,-**

**TOP-Beratung - TOP-Service - Bestpreise**

**SPORT BRENEIS**

Outdoor - Bike - Ski - Running

**GMUNDEN**

Bahnhofstraße 22  
Tel. 07612 - 64 865

gmunden@sportbreneis.at

www.sport-breneis-gmunden.at

**P - GRATIS**

**GUTSCHEIN**

€ **100,-**

gültig bis  
30.6.26

Bei Kauf eines neuen E-Bikes nach Wahl.  
NUR gegen Vorlage dieses Abschnittes!



## 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](http://www.lichtland.at) / [office@rittenschober.at](mailto:office@rittenschober.at)



**Möbel und Türen nach Maß**

07619/8010 • [office@attwenger.co.at](mailto:office@attwenger.co.at) • [www.attwenger.co.at](http://www.attwenger.co.at)



GRÜNES GOLD IM GLAS

## SELBSTGEMACHTES KRÄUTERSALZ

Wenn der Garten duftet und die Kräuter in voller Kraft stehen, ist der perfekte Moment gekommen, den Geschmack des Frühlings haltbar zu machen.

Selbstgemachtes Kräutersalz ist dabei nicht nur aromatisch, sondern auch überraschend einfach herzustellen – und ein wunderbares Geschenk aus der eigenen Küche.

Zunächst werden die frischen Kräuter sorgfältig verlesen, gewaschen und besonders gründlich trocken getupft. Je weniger Restfeuchtigkeit bleibt, desto länger ist das Salz später haltbar. Grobe Stiele entfernt man am besten vorab. Anschließend Kräuter und etwas Knob-

lauch grob hacken und gemeinsam mit hochwertigem Meersalz in einen Mixer geben. Alles fein pürieren, bis eine gleichmäßig grüne, leicht feuchte Masse entsteht.

Diese streicht man dünn auf ein mit Backpapier belegtes Blech. Nun heißt es Geduld: Entweder ein bis zwei Tage bei Raumtemperatur trocknen lassen oder im Ofen bei maximal 40 °C Umluft – mit leicht geöffneter Tür. Sobald die Masse vollständig durchgetrocknet ist,

nochmals kurz mixen oder im Mörser verfeinern und in saubere Schraubgläser füllen.

Trocken und dunkel gelagert hält sich das Kräutersalz mehrere Monate – und bringt das Aroma sonniger Tage auf jeden Teller.



**SCHAU REIN**

Alle Artikel online lesen



## GEMEINSAM DEINE ZUKUNFT BEI DER MIBA GESTALTEN

#gemeinsamgenial

Innovation in Motion



**Starte deine Miba Lehre in der neuen Base 27**

- » Prozesstechnik
- » Elektrotechnik
- » Mechatronik
- » Metalltechnik
- » Oberflächentechnik

**JETZT BEWERBEN!**

[lehre.miba.com](https://lehre.miba.com)



## BUNTE OSTEREIER

## FARBEN UND IHRE BEDEUTUNG

Zu Ostern gehören sie einfach dazu, bunt gefärbte Eier. Sie schmücken Sträusse, Körbe und festlich gedeckte Tische und sind ein fester Bestandteil der Ostertradition.

Doch die Farben der Ostereier sind nicht nur dekorativ – ihnen wird seit Jahrhunderten eine symbolische Bedeutung zugeschrieben.

Das Ei selbst steht als uraltes Symbol für Leben, Fruchtbarkeit und Neubeginn. Zu Ostern, dem Fest der Auferstehung, erhält diese Bedeutung eine besondere Tiefe. Durch das Färben wird das Ei zu-



sätzlich aufgeladen – jede Farbe erzählt ihre eigene Geschichte.

Rot gilt als die älteste und bedeutendste Osterfarbe. Sie steht für Liebe, Lebenskraft und im christlichen Kontext für das Blut Christi. Weiße Eier symbolisieren Reinheit, Licht und Unschuld und werden oft mit Hoffnung und Frieden verbunden. Grün steht für Wachstum, Natur und Erneuerung – passend zum

Frühling, in dem alles wieder zu sprießen beginnt.

Gelb und Gold werden mit Sonne, Licht und Wärme assoziiert. Sie symbolisieren Freude, Optimismus und Wohlstand. Blau steht für Ruhe, Treue und Beständigkeit, während Violett häufig mit Besinnung, Spiritualität und innerer Einkehr verbunden wird. Orange wiederum vermittelt Lebensfreude, Energie und Kreativität.

Traditionell wurden Ostereier mit natürlichen Farben gefärbt – etwa mit Zwiebelschalen, Roter Bete, Kurkuma oder Spinat. Diese Methode erlebt heute eine Renaissance, da sie nachhaltig ist und sanfte, natürliche Farbtöne erzeugt.

Ob bewusst nach Bedeutung gewählt oder einfach nach persönlichem Geschmack, bunte Ostereier verbinden Handwerk, Symbolik und Freude. Sie erinnern daran, dass Ostern ein Fest des Lebens, der Farbe und des Neuanfangs ist.



## Robert Fürtbauer

- Lohnschnitte
- Bauholzhandel
- Holz Zuschnitte

# ICH FAHR ZUM HOLZ

Hans-Weidinger-Weg 8 | 4694 Ohlsdorf  
Tel. +43(0) 676 / 3079408  
Mail: [mobiles.saegewerk.fuertbauer@gmail.com](mailto:mobiles.saegewerk.fuertbauer@gmail.com)

find us on  


**SCHAU REIN**

Alle Artikel online lesen



# BEWEGUNGS- EMPFEHLUNGEN FÜR ERWACHSENE

Regelmäßige Bewegung ist ein zentraler Baustein für Gesundheit und Wohlbefinden.

Unter körperlicher Aktivität versteht man jede Bewegung des Körpers, die durch Muskelarbeit entsteht und Energie verbraucht – etwa Gehen, Radfahren, Gartenarbeit oder Sport. Wer sich dauerhaft zu wenig bewegt, erhöht das Risiko für zahlreiche chronische Erkrankungen (Pedersen, 2009).

Doch wie viel Bewegung braucht es, um gesund zu bleiben?

## WIE VIEL BEWEGUNG WIRD EMPFOHLEN?

Die Weltgesundheitsorganisation

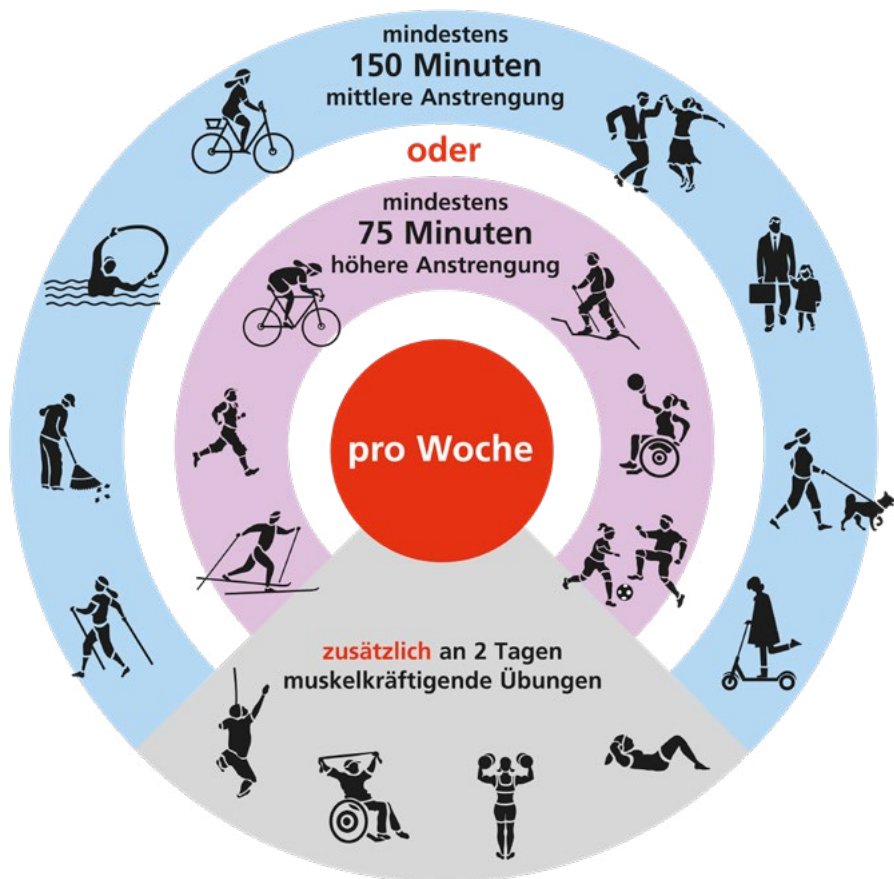


Foto: Fonds Gesundes Österreich

(WHO) unterscheidet zwischen Ausdauerbewegung und muskelkräftigendem Training.

Für die Ausdauer gilt:

- Mindestens 150 Minuten pro Woche mit mittlerer Anstrengung (zum Beispiel zügiges Gehen oder gemüt-

liches Radfahren) oder

- Mindestens 75 Minuten pro Woche mit hoher Anstrengung (zum Beispiel Joggen oder intensives Radfahren)
- Dabei können beide Belastungsformen auch kombiniert werden. Eine Minute intensiver Ausdauerbewegung entspricht etwa zwei Minuten moderater Bewegung.

## KRAFTTRAINING NICHT VERGESSEN

Zusätzlich empfiehlt die WHO, an zwei Tagen pro Woche gezielt die Muskulatur zu stärken. Das kann zu Hause, im Fitnessstudio oder in einer Trainingsgruppe erfolgen. Bereits kurze Trainingseinheiten von 15 bis 20 Minuten sind wirksam. Wichtig ist, mehrere Muskelgruppen einzubeziehen und die Übungen kontrolliert auszuführen.

Quelle: WHO-Guideline für Bewegung, Fonds Gesundes Österreich, [www.fgoe.org](http://www.fgoe.org)

## SCHAU REIN

Alle Artikel online lesen



## AMBULANTE THERAPIE

"Die Kombination aus regionalem Naturheilmittel, fachlicher Betreuung und menschlicher Zuwendung macht das Moorbade Gmös zu einem besonderen Gesundheitsbetrieb."

**HEILMASSAGE - MOORPACKUNG  
LYMPHDRAINAGE - PHYSIOTHERAPIE**

[www.moorbad.gmoes.at](http://www.moorbad.gmoes.at)  
07613 2614

MOORBAD  
GMOES



## OSTERN AM GEDECKTEN TISCH

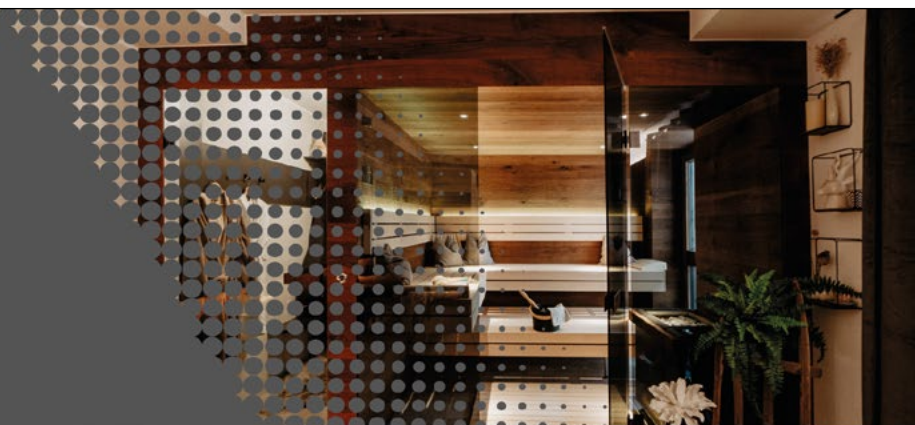
Wenn sich die Familie zu Ostern versammelt, wird der festlich gedeckte Tisch zum Mittelpunkt des Tages. Frische Blumen, bunte Eier und feine Speisen schaffen eine warme, fröhliche

Atmosphäre. Die perfekte Essgruppe vom regionalen Spezialisten bereitet dabei die größte Freude – sie verbindet Stil, Qualität und Gemütlichkeit. Gemeinsam genießen, lachen und feiern

verbindet Generationen. Ostern ist die ideale Gelegenheit, Traditionen zu pflegen und das Zusammensein bewusst zu zelebrieren.



[www.tischlerei-spitzbart.at](http://www.tischlerei-spitzbart.at)  
Laakirchen



Wir suchen zur Verstärkung:

**Tischler:in / Arbeitsvorbereiter:in / Projektleiter:in**

Bewerben unter: [www.tischlerei-spitzbart.at/karriere](http://www.tischlerei-spitzbart.at/karriere) oder per Tel: 0699/1166 3757

JOHANNES HUTTERER  
Wohnstudio  
0664/5070742



dr. rotter-straße 1 / 4663 laakirchen

[www.moderne-kuechen.at](http://www.moderne-kuechen.at)

# OSTERSTRIEZEL

## ZUTATEN:

500 g Mehl, 1 Pkg. Trockenhefe, 250 ml lauwarme Milch, 80 g Zucker, Vanillezucker, Zitronenschale von einer Biozitronne, Prise Salz, 1 Ei, 100 g weiche Butter, Rosinen

Zum Bestreichen:

1 Dotter, 1 EL Milch, Mandelblättchen, Hagelzucker zum Bestreuen

## ZUBEREITUNG:

Für den Teig das Mehl in eine Rührschüssel sieben und mit der Germ gut vermischen. Die übrigen Zutaten der Reihe nach dazugeben und mit dem Mixer (Knethaken) zu einem glatten Teig verkneten.

Zugedeckt an einem warmen Ort so lange gehen lassen, bis der Teig doppelt so hoch ist.

Den Teig nach dem Gehen auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche nochmals durchkneten. Danach in drei



gleich große Stücke teilen und nochmals ca. 10 Minuten abgedeckt rasten lassen. Die Teigstücke nach dem Rasten zu ca. 40 cm langen Rollen formen und zu einem Striezel flechten. Den Striezel auf ein befettetes, bemehltes Backblech geben und zugedeckt 15 Minuten gehen lassen.

Dotter mit Milch versprudeln und den Striezel damit bestreichen und mit den Mandeln und dem Hagelzucker bestreuen.

Backzeit: etwa 30 Min.

Ober- und Unterhitze: 180 °C

Heißluft: 160 °C



# OSTERKÜKEN AUS GERMTEIG

## ZUTATEN:

180 ml Milch, 1 Pkg. Trockengerme  
75 g Zucker, 500 g Mehl  
eine Prise Salz,  
Weiters 1 Ei, 100 g weiche Butter  
1 Ei, etwas Milch, Rosinen und  
Mandelstifte

## ZUBEREITUNG:

Die Milch lauwarm erwärmen und die

Butter dazu geben. Das Mehl in eine Schüssel geben, das lauwarme Milchgemisch und die restlichen Zutaten dazu geben und verkneten. Abgedeckt etwa eine Stunde rasten lassen. Den Backofen auf 170 Grad vorheizen. Den Teig nochmals kneten und in 12 gleich große Stücke teilen. Daraus die Küken formen. Danach die Küken mit dem Milch-Eigemisch bestreich, die Rosinen

für die Augen und die Mandelstifte für den Schnabel andrücken. Danach etwa 25 Minuten goldgelb backen.

**SCHAU REIN**

Alle Artikel online lesen



## WENN DIE GARTENARBEIT WIEDER RUFT

Mit den ersten warmen Tagen verändert sich etwas Grundlegendes. Die Luft fühlt sich weicher an, das Licht klarer, und plötzlich ist sie da, die Lust auf Gartenarbeit. Was monatelang geruht hat, erwacht jetzt sichtbar zum Leben. Die Natur streckt sich, und wir machen instinktiv mit.

Der Garten wird in dieser Zeit zum Sehnsuchtsort. Beete werden von Laub befreit, Erde wird gelockert, Hände dürfen wieder schmutzig werden. Es ist eine Arbeit, die nicht drängt, sondern beruhigt. Jeder Handgriff verbindet uns ein Stück mehr mit dem Rhythmus der Jahreszeiten. Gerade nach dem Winter wirkt diese Rückkehr ins Draußen fast therapeutisch.

Jetzt ist auch der Moment für die ersten Aussaaten. Besonders Salat gehört zu

den frühen Stars im Gartenjahr. Robust, genügsam und schnell wachsend, fühlt er sich im Frühbeet besonders wohl. Kopfsalat, Pflücksalat oder Rucola – sie nutzen die milde Wärme und das geschützte Klima, um kräftig zu keimen. Schon nach wenigen Wochen zeigen sich frische, zarte Blätter, die den Frühling ausmachen.

Das Frühbeet wird damit zum Symbol für den Neubeginn. Es schützt, beschleunigt und schenkt Vorfreude. Wer



jetzt sät, investiert nicht nur in Ernte, sondern in Zuversicht. Denn jede grüne Spitze, die aus der Erde bricht, erinnert daran, dass Wachstum Zeit braucht – und Geduld belohnt wird.

Mit den ersten warmen Tagen erwacht die Natur. Und mit ihr die Freude daran, selbst Teil dieses leisen, kraftvollen Neubeginns zu sein.

**SCHAU REIN**

Alle Artikel online lesen





**Bestattung Hauser**  
Gmundner Straße 19  
4663 Laakirchen

0 664 4015500  
office@bestattung-hauser.at  
www.bestattung-hauser.at

*Ihr Berater im Trauerfall.*





Mehr als **klassische** Steuerberatung



Unsere **Leistungen** im Überblick

- ☐ Abschlusserstellung
- ☐ Buchhaltung und Personalverrechnung
- ☐ Unternehmensberatung & Unternehmensbewertung
- ☐ Steuerberatung
- ☐ Gründungsberatung & Businessplan

**leistbare** Steuerberatung



+43 (0) 699 11 622 354

office@th-steuerberatung.at

www.th-steuerberatung.at

A-4694 Ohlsdorf

## DUFTVEILCHEN

# ZARTE FRÜHLINGS- BOTEN MIT GROSSER WIRKUNG



Wenn der Winter weicht, zählen Duftveilchen (*Viola odorata*) zu den ersten Frühlingsboten. Mit ihren violetten, süß duftenden Blüten verschönern sie Gärten, Parks und Waldränder. Ursprünglich in Europa und Asien beheimatet, sind sie heute beliebte Zier- und Heilpflanzen. Ihre herzförmigen Blätter und der teppichartige Wuchs machen sie ideal für halbschattige Standorte,

wo sie sich sanft ausbreiten. Von März bis April bieten sie Insekten wertvolle Nahrung. Seit der Antike werden ihre Blüten und Blätter naturheilkundlich geschätzt. Auch kulinarisch setzen kandierte Veilchen oder Sirup feine Akzente. In der Parfümherstellung steht ihr pudriger Duft für Romantik und zeitlose Eleganz.



## VERLIEBT IN KRÄNZE

Alles was in der Natur zu finden ist können wir verwenden. Ob Moos, Oliven- und Buchbaumzweige, Disteln, Schleierkraut. Mit ausgeblasenen Eiern und Eierschalen werden Kränze geschmückt.



**zopf**  
schmuck | uhren | optik

  
PALIDO  
JUWELEN



**Törek Betriebs GmbH**  
Hauptstraße 51, Steyrermühl

**Jetzt mit BILLA unterwegs!**  
**Tanken Sie Frische und Genuss**

TREFFEN SIE IHRE

*Wahl*



MG HS HYBRID+ JETZT UM € 27.990,-\*

mgmotor.at



- HYBRID+ TECHNOLOGIE
- AUCH ALS PHEV+ ERHÄLTICH
- 7 JAHRE HERSTELLER-GARANTIE\*

7

JAHRE GARANTIE  
/ 150.000 KM\*

\*Unverbindl. empf. Aktionspreis inkl. € 1.000,- Versicherungsbonus (gültig bei Abschluss eines MG Versicherungs-Vorteils über GARANTA Versicherung-AG Österreich, Mindestlaufzeit 36 Monate), € 2.000,- Leasingbonus (gültig bei Leasingfinanzierung über die Denzel Leasing GmbH) und € 2.500,- Eintauchbonus (Kombinierbar mit Leasingbonus und Versicherungsbonus) zzgl. Österreich-Paket in Höhe von € 290,-. Preis inkl. MwSt. und NoVA. Gültig bis auf Widerruf. CO<sub>2</sub> gewichtet: 46-128 g/km, Verbrauch gewichtet: 0,54-5,5 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.



Häuslfeld 4 · 4663 Laakirchen · Telefon 07613/4262

[www.auto-schuster.at](http://www.auto-schuster.at) [Instagram](#) autoweltschuster [Facebook](#) Autowelt Schuster



Ihr Hyundai  
Ansprechpartner bei uns:

HANS JÜRGEN ERB

T. 0676/4306740  
erb@auto-schuster.at

# Hyundai

# SUPER

## BONUS: Bis zu € 6.500,-\*

Ist super, bleibt super!

Bei Hyundai gibt es jetzt eine **super Modellauswahl** mit **super Ausstattung** und einem **super Preisvorteil** von bis zu € 6.500,-\*. Ist das nicht super?

**KONA Elektro**

Schon ab € 25.990,-\*  
oder ab € 169,-\* monatlich

**TUCSON**

Schon ab € 26.490,-\*  
oder ab € 149,-\* monatlich

**i30 Kombi**

Schon ab € 17.990,-\*  
oder ab € 99,-\* monatlich

**i20**

Schon ab € 14.990,-\*  
oder ab € 69,-\* monatlich

Mehr auf [hyundai.at/superbonus](http://hyundai.at/superbonus)



\*Aktionspreise (inkl. Hersteller- & Händlerbeteiligung) gültig für Neuwagenkaufverträge bis 31.03.2026 inkl. Zulassung bis 30.06.2026 bzw. solange der Vorrat reicht. Angebot gültig für Privat- und Firmenkunden. Aktion / Preise beinhalten modellabhängig bis zu € 6.500,- Hyundai Superbonus bestehend aus bis zu € 3.200,- Finanzierungsbonus, € 800,- Versicherungsbonus, bis zu € 2.500,- Hyundai Eintauchbonus. Finanzierungsbonus gültig bei Abschluss einer Leasingfinanzierung über Denzel Leasing GmbH. Versicherungsbonus gültig bei Abschluss eines Hyundai-Versicherungs-Vorteils über GARANTA Versicherung-AG Österreich, bestehend aus KFZ-Haftpflicht, Kasko- und Insassenunfallversicherung, Mindestlaufzeit: 36 Monate. Eintauchbonus gültig bei Eintauch eines Fahrzeuges, das mind. 6 Monate auf den Käufer zugelassen war. Finanzierungsbonus, Versicherungsbonus und Eintauchbonus sind voneinander unabhängig. Jeder Bonus kann separat in Anspruch genommen werden, sofern die jeweils geltenden Voraussetzungen erfüllt sind. KONA Elektro Smart Line 48,6 kWh (VGS): Repräsentatives Beispiel für eine Leasingfinanzierung der Denzel Leasing GmbH gem. § 5 VVG: Kaufpreis (Barzahlungspreis inkl. NoVA, MwSt. und aller jeweils gültigen Boni): € 25.990,-; Anzahlung: € 7.796,99; Restwert: € 14.772,70; Bearbeitungsgebühr: € 250,- (mittelfinanziert); Rechtsgeschäftsgebühr: € 175,-; Provision an Vermittler: € 129,97 (mittelfinanziert); Laufzeit: 48 Monate; Laufleistung: 75.000 km o.ä., monatliche Rate: € 169,-; Sollzinssatz: 6,49 % p.a., variabel; effektiver Jahreszins: 7,71 % p.a.; Gesamtleasingbetrag: € 18.193,01; Gesamtbetrag: € 30.861,50. KONA Elektro: Stromverbrauch: 14,6 - 16,8 kWh/100 km, elektrische Reichweite: bis zu 510 km (65,4 kWh Batterie); CO<sub>2</sub>: 117-132 g/km, Verbrauch: 5,1 - 5,8 l/100 km; CO<sub>2</sub>: 126 - 159 g/km, Verbrauch: 5,5 - 7,1 l/100 km. TUCSON: CO<sub>2</sub>: 134 - 162 g/km, Verbrauch: 5,1 - 7,1 l/100 km. Alle Werte nach WLTP. Die Reichweiten und die Verbräuche können abhängig von Straßenverhältnissen, Fahrstil und Temperatur deutlich variieren. Satz- und Druckfehler vorbehalten. Symbolabbildung.