



Hoffnung wächst, wo wir gemeinsam handeln

Foto: Anita Bitterlich, Alpenverein Salzburg

Weitere Informationen unter www.groedig.at

Facebook: www.facebook.com/groedig

Instagram: [#marktgemeinde_groedig](https://www.instagram.com/marktgemeinde_groedig)

Ausgabe **04-2025**

Fotos, falls nicht anders angegeben,
von der Marktgemeinde Grödig

Im Interesse der Lesbarkeit haben wir auf geschlechtsbezogene Formulierungen verzichtet. Selbstverständlich sind immer Frauen und Männer gemeint, auch wenn explizit nur eines der Geschlechter angesprochen wird.

Worte des Bürgermeisters	3
Berichte des Bürgermeisters	4
• Persönlichkeiten aus Grödig	4
• Pumptrack-Rennen in Grödig	5
• Fest der Kulturen - Bunt war's in Grödig!	6
• St. Leonharder Kirtag, Businesslauf Salzburg 2025	7
• Woran wir für Sie arbeiten	8-9
Bürgerservice	10
• Babypakete, Seniorenschwimmen, Gefundene Gegenstände	10
• e5-Tipps Heizkosten	11
• So schützen Sie sich vor Einbrüchen	12
• So kostbar sind Lebensmittel	13 - 14
• Recycling von Elektroaltgeräten, Entsorgung, Öffnungszeiten Altstoffsammelzentrum	15 - 16
• Gesundheitsseite	17
• Sonjas Gesundheitsblog	18 - 19
Kinder/Jugend/Schulen	20
• Bilderbuchempfehlungen	20
• Gemeindechristkind, Schultaschenaktion	21
• Rückblick auf das Ferienprogramm „Summer Fun“ 2025	22
• Schulkindgruppe Grödig	23
• Alterserweiterte Gruppe Grödig	24
• Offene Jugendarbeit Grödig	25 - 26
• MORG Grödig	27
• Musikum, Volksschule Fürstenbrunn	28
Senioren	29 - 32
Vereine	32 - 37
Wirtschaft	38 - 39
Veranstaltungen	40 - 44

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe:
Erscheinungstermin:

10. Oktober 2025
Mitte November 2025, KW 47

Herausgeber:

Marktgemeinde Grödig, 5082 Grödig, Dr.-Richard-Hartmann-Straße 1 • Tel.: 0 62 46/72 1 06-0 • Fax: 0 62 46/72 1 06-50
Homepage: www.groedig.at • E-Mail: gemeinde@groedig.at • Grafik & Layout: Roland Rainer, www.werbeagentur-rainer.at
Druck- und Formfehler vorbehalten.

Worte des Bürgermeisters



Liebe Grödigerinnen und Grödiger,
liebe Freundinnen und Freunde unserer Gemeinde,

wenn Sie den Blick auf das Titelbild dieser Ausgabe richten, sehen Sie das Zeppezauerhaus – eine Hütte, die weit mehr ist als nur ein Rastplatz auf dem Untersberg. Sie ist ein Symbol unserer Heimat, ein Ort, an dem sich Natur, Tradition und Gemeinschaft in besonderer Weise begegnen.

Noch vor kurzer Zeit stand diese Schutzhütte vor einer ungewissen Zukunft. Der Verkauf oder gar die Schließung drohten, und damit wäre nicht nur ein Gebäude verloren gegangen, sondern auch ein Stück Identität für Grödig und die ganze Region. Viele von uns haben eine persönliche Erinnerung an das Zeppezauerhaus: die erste Bergtour als Kind, eine Rast mit Freunden, ein erholsamer Stopp nach einer anstrengenden Wanderung oder einfach das Gefühl, dort oben der Natur und der Ruhe ein Stück näher zu sein.

Dass wir diese Hütte heute nicht nur erhalten, sondern mit neuer Kraft in die Zukunft führen können, ist kein Zufall. Es ist das Ergebnis von Engagement, Zusammenhalt und Entschlossenheit. Die Gemeinde hat sich mit Nachdruck eingesetzt, viele Unterstützerinnen und Unterstützer haben mitgeholfen, und gemeinsam haben wir es geschafft: Das Zeppezauerhaus bleibt bestehen!

Ein besonderer Dank gilt auch den beiden Pächtern, Uschi und Anton. Mit viel Liebe, Einsatz und Gastfreundschaft führen sie das Haus, und man spürt bei jedem Besuch, dass ihr Herz an diesem Ort hängt. Sie schaffen es, die Hütte zu einem lebendigen Treffpunkt zu machen – für Wanderer, Naturfreunde, Einheimische wie Gäste.

Der Untersberg ist für uns alle ein unverzichtbares Naherholungsgebiet. Er ist Kraftplatz, Naturraum und Geschichtszeugnis in einem. Das Zeppezauerhaus ist eng mit dieser Tradition verwoben. Es steht sinnbildlich dafür, wie wichtig es ist, Bewährtes zu bewahren und zugleich für kommende Generationen lebendig zu halten.

Ich möchte Sie alle ermutigen: Machen Sie sich selbst auf den Weg, erleben Sie die Natur am Untersberg, genießen Sie die herzliche Gastfreundschaft auf der Hütte und tragen Sie so dazu bei, dass dieser besondere Ort weiterhin mit Leben erfüllt bleibt.

Es erfüllt mich mit Freude und Dankbarkeit, dass wir gemeinsam diese Aufgabe gemeistert haben. Lassen Sie uns weiterhin mit vereinten Kräften daran arbeiten, das, was Grödig ausmacht, zu erhalten und zu stärken.

Ihr
Herbert Schober

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'H. Schober', written over a faint blue line.

Bürgermeister der Marktgemeinde Grödig

Persönlichkeiten aus Grödig

Neuer Leiter der Ganztags- schulen in Grödig und Fürstenbrunn

Die Gemeinde freut sich sehr, Christoph Paulik als neuen Leiter der Ganztags-schulen (GTS) in Grödig und Fürstenbrunn begrüßen zu dürfen.

Herr Paulik bringt viel Erfahrung in der Arbeit mit Kindern mit: In den vergangenen zehn Jahren war er in



einem Volksschulhort tätig, davon mehr als sechs Jahre als Hortleitung. Neben seiner Ausbildung zum diplomierten Freizeitpädagogen hat er im Vorjahr auch den Leitungslehrgang des Landes Salzburg für Kindergarten- und Hortleiter:innen erfolgreich abgeschlossen.

In seiner Freizeit ist Christoph Paulik leidenschaftlicher Fußballtrainer. Aktuell betreut er eine Erwachsenemannschaft, zuvor war er auch bei Kinderteams in den Altersklassen U7, U10 und U11 engagiert.

Sein besonderes Anliegen ist es, dass sich die Kinder in den Ganztags-schulen sicher und wohlfühlen, ihre Stärken entdecken und gemeinsam eine bereichernde Zeit erleben können. Ebenso legt er großen Wert auf eine offene und gute Zusammenarbeit mit den Eltern.

Wir wünschen Christoph Paulik und allen Schülerinnen und Schülern ein erfolgreiches und schönes Schuljahr 2025/26!



Beim Weltkindertag 2025 vlnr: Bürgermeister Herbert Schober, GR Mag. Andreas Maschek, Stefanie Hofer (Bereichsleitung Kinder und Jugend), Landtagsabgeordnete Mag. Bettina Brandauer, GV Josef Pletschacher (SPÖ Grödig), Landtagsabgeordnete Nicole Leitner, Alex Roth (Jugendarbeit Grödig)

Fitness am Untersberg übernimmt Vorreiterrolle: ESG-Zertifikat für Grödiger CrossFit-Box

Das Unternehmen „Fitness am Untersberg“, geleitet von Sonja Jungreitmayr und Stefanie Killer, hat sich einer umfassenden Nachhaltigkeitsprüfung gestellt und wurde erfolgreich ESG-zertifiziert. Damit übernimmt der Betrieb eine Vorreiterrolle unter den Fitnessbetrieben und ist zugleich wohl die erste CrossFit Box

in Österreich, die diese Auszeichnung erhält. Im Rahmen einer Feier in Grödig überreichten Bürgermeister Herbert Schober, Thomas Perkounig (Raiffeisenbank Untersberg) und Christian Hörl (Branchensprecher der Fitnessbetriebe Österreich) das Zertifikat.

Mit einem breiten Angebot – von CrossFit und Hyrox über Fitness- und Personal Training bis hin zu Deep Health Coaching, Physiotherapie und Massage – zeigt „Fitness am Untersberg“ eindrucksvoll: Gesundheit und Nachhaltigkeit gehören zusammen.



Am Foto von links nach rechts zu sehen: Herbert Schober (Bgm. Grödig) | Klaus Falger (green compliance) | Thomas Perkounig (RAIKA Untersberg) | Sonja Jungreitmayr (Fitness am Untersberg) | Christian Hörl (Branchensprecher der öst. Fitnessbetriebe) | Stefanie Killer (Fitness am Untersberg), Foto: Johannes Killer

Pumptrack-Rennen in Grödig

Volle Action, strahlender Sonnenschein und heiße Reifen

Grödig hat am 05.07.2025 eindrucksvoll gezeigt, wie viel Leidenschaft, Talent und Spaß auf einem Pumptrack stattfinden kann. Beim Rennen wurde der Asphalt nicht nur durch die waghalsigen Runden der Teilnehmer:innen zum Glühen gebracht - auch die sommerlichen Temperaturen sorgten für einen er-

höhten Konsum an Sonnencreme und Kaltgetränken. Von ganz klein bis ganz groß, von ersten Versuchen bis hin zu beeindruckenden Runs auf Zeit: 145 Fahrer:innen gingen in verschiedenen Altersklassen an den Start und zeigten, wie viel Flow, Technik und Mut in ihnen steckt. Die Zuschauerinnen und Zuschauer kamen dabei voll auf ihre Kosten und verwandelten den Pumptrack in eine stimmungsvolle Renn-Arena. Ein riesengroßes Dankeschön geht

an alle Helfer:innen, Organisator:innen und unsere großzügigen Unterstützer, ohne die dieser großartige Tag nicht möglich gewesen wäre: Tourismusverband Grödig, Tischlerei Haas, Bio-Nahrungsmittel, Rotes Kreuz Österreich, ESIN GmbH, Amer Sport, Nah & Frisch Roider, Brettldokta, Papyrus und die Schokofabrik GmbH.

Grödig kann stolz auf diesen Tag zurückblicken - und wir freuen uns schon jetzt auf das nächste Rennen!



Fest der Kulturen - Bunt war's in Grödig!

Bei wunderschönem Wetter und wunderbarer Kulisse fand am Sonntag, den 21. September 2025, das Fest der Kulturen statt. Die Vielfalt wurde durch die traditionellen Tänze, die bunte Tracht und die kostbare Kulinarik präsentiert.

Die Menschen sind das Fest!

Groß und Alt feierte das Fest der Kulturen gemeinsam, wo Austausch, Kennenlernen, Tanzen und Beisammensein im Mittelpunkt standen.

Die Marktgemeinde Grödig bedankt sich bei den mitwirkenden Vereinen, die die Gäste mit Schmankerl, Essen aus anderen Ländern, Kuchen und Getränke versorgten: Grödiger Bäuerinnen, die Pfarre, die Landjugend, die ehrenamtlich engagierten Grödigerinnen und Grödiger mit anderen Wurzeln, der bulgarischen Verein „Zdravec“, der makedonischen Kultur- und Sportverein Grödig, der makedonischen Verein „Makedonium“ und der bosnischen Verein KUD „Safir“ aus Salzburg.

Das Programm bereicherten der heimische Verein Brauchtumsgruppe D' Untersberger, die Kinder von der heurigen Summer School Grödig, der makedonische Verein „Makedonka“ aus Wien, der serbische Folklorverein „KSZS“, der bulgarische Verein „Zlatec“ und der bosnische Folklorverein „Safir“ alle aus Salzburg.

Es war wieder ein rundum gelungenes Fest und wir freuen uns schon auf darauf, in 2 Jahren wieder alle bei uns in Grödig begrüßen zu dürfen!



Ich geb' mein Bestes

Am Sonntag, den 7. September, fand zu Mittag zum 2. Mal die Verlosung diverser Sachpreise und einer handgestrickten Kaschmirstola aus dem Projekt „Ich geb' mein Bestes“ von Sylvia Naglik statt.

Dieses Jahr ging die Stola an Silvia Thomas vom Café Kuglmühl in Fürstenbrunn. Jeder gespendete Euro aus dem Verkauf der Lose geht in

den Notfallfonds der Marktgemeinde Grödig, die im Vorjahr mit diesem Budget eine Pflegekraft mitfinanzieren konnte, die von der Gemeinde angestellt worden ist, um eine Familie bei der Pflege eines kranken Kindes



Sylvia Naglik, Bürgermeister Herbert Schober und Frau Ryba, die sich als Model für die Stola zu Verfügung stellte, freuen sich über die hohe Spendensumme

zu unterstützen. Die

es Jahr kam das Projekt gerade zur rechten Zeit, um einer Fürstenbrunner Familie mit 3 kleinen Kindern über den tragischen Unfalltod des Vaters hinwegzuhelfen.

Ich möchte mich ganz herzlich für die große Hilfsbereitschaft bei allen,

die diese Aktion unterstützt haben, bedanken!
Sylvia Naglik



Silvia Thomas freut sich über den Hauptpreis

Wenn auch Sie für in Not geratene Grödiger Familien spenden möchten, überweisen Sie bitte unter dem Verwendungszweck „Spende Sozialfonds“ auf folgendes Konto: Sparkasse Grödig, IBAN: AT75 2040 4036 0113 0012.

Businesslauf Salzburg 2025

Am Donnerstag, den 11. September 2025, war auch die Marktgemeinde Grödig mit voller Energie beim Businesslauf in Salzburg vertreten – und das gleich mit 8 Teams!

Mit dabei waren Läufer, Trailrunner und auch Walker, die sich gemeinsam mit knapp 10.000 Teilnehmer:innen auf der Strecke machten.

Die Route führte mitten durch die wunderschöne Salzburger Altstadt und für die Trailrunner zusätzlich über die Stadtberge – eine sportliche Herausforderung mit traumhafter Kulisse! Ein herzliches Dankeschön an unseren Bürgermeister und die Marktgemeinde Grödig, die die Startgebühren übernommen und die

Teams mit T-Shirts der Firma ALTOB ausgestattet haben.

Nach spannenden Kilometern ließen unsere Teilnehmer:innen den Abend in geselliger Runde gemütlich ausklingen.

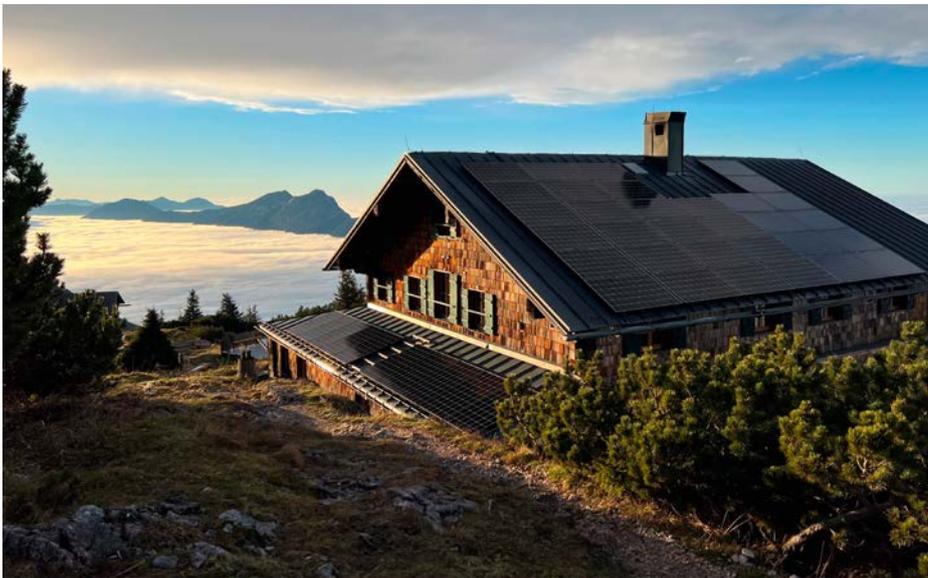
Wir sind stolz auf unsere sportlichen Mitarbeiter und freuen uns schon auf das nächste Jahr!



Zeppezauerhaus

Der Alpenverein Salzburg hat den Pachtvertrag mit den bisherigen Pächtern gekündigt und wollte das Zeppezauerhaus mit Ende Oktober schließen und 2026 Sanierungs- und Umbauarbeiten durchführen oder hat sogar einen Verkauf der Schutzhütte in Erwägung gezogen.

Um den sehr gut laufende Hüttenbetrieb nicht zu unterbrechen oder so-



gar den Betrieb der Hütte überhaupt zu verlieren, hat der Bürgermeister mit den Vereinsvorsitzenden über eine mögliche Lösung zum weiteren Betrieb der Hütte verhandelt. Nach Ansicht vieler Gemeindeglieder, Tourismusbetriebe, der Untersbergseilbahn und auch von anderen Untersberganrainergemeinden stellt das Zeppezauerhaus einen wichtigen Betrieb auf dem Untersberg dar, der möglichst ohne Unterbrechung weitergeführt werden soll. Daher wurde dem Alpenverein das Angebot unterbreitet, dass die Marktgemeinde Grödig das Zeppezauerhaus anpachten könnte. Mit dem Alpenverein konnte eine Einigung erzielt werden, dass die Hütte vorerst für 10 Jahre an die Gemeinde um 1€/a und die Kosten für die unbedingt notwendigen Instandhaltungsmaßnahmen verpachtet wird. Die Gemeinde wird dabei nur die unbedingt notwendigen Instandhaltungsmaßnahmen durch-

führen. Diese werden aus den Pachteinnahmen der Betreiber und den Einnahmen aus den Nächtigungsgebühren abgedeckt werden können, weil vor allem auch viele Stammgäste ihre Bereitschaft mitgeteilt haben freiwillige und kostenlose Arbeiten zum Erhalt des Zeppezauerhauses durchzuführen. Der weitere Betrieb wird weiterhin von den bisherigen Pächtern in der bekannten Qualität geführt.

Als erste Maßnahmen wurden bereits

die Sanierungsarbeiten der Holzfenster und Ausbesserungen bei den Fassadenschindeln durchgeführt. Für das nächste Jahr ist die Erneuerung der Batteriespeicheranlage vorgesehen. Weitere, über unbedingt notwendige Instandhaltungsmaßnahmen hinausgehende Arbeiten, wie z.B. die Erneuerung der WC-Anlagen im Nebengebäude sind erst bei Vorhandensein ausreichender Mittel vorgesehen, die aus den laufenden Einnahmen, über eventuelle Fördermittel des Landes und/oder Bundes, mit Unterstützungen anderer Untersberganrainergemeinden oder aus Spenden aufgebracht werden sollen.

Wenn wir alle gemeinsam dazu beitragen wird das schöne und durchaus historische Zeppezauerhaus weiterhin als attraktives und gemütliches Ausflugsziel aber auch als Schutzhütte im Fall einer schon geschlossenen Untersbergbahn zur Verfügung

stehen und weiterhin viel Freude bereiten.



Ich darf mich bei allen, die an der nunmehrigen Lösung positiv mitgewirkt haben, und vor allem bei allen freiwilligen Helfern sehr herzlich bedanken und hoffe den Einen oder die Andere einmal bei einem gemütlichen Aufenthalt im Zeppezauerhaus anzutreffen. Die Übersiedlung des Schulbetriebes ist mit 22. und 23. Dezember fixiert.

Volksschule Fürstenbrunn

Dazu wird die Volksschule Fürstenbrunn heuer die zwei Tage vor Weihnachten den Unterricht schon früher beenden und erst mit 12. Jänner 2026 den Schulbetrieb in den neuen Räumen der Volksschule am Försterweg starten. Im Zuge der Gestaltung der Außenanlagen wird auch die Übersiedlung des Spielplatzes für die Kleinkinder von der Landesstraße zum Salzweg erfolgen. Damit wird das Baufeld für den Nahversorger frei. Mit Restarbeiten ist dann aber noch bis in das Frühjahr zu rechnen.

Verkehrsberuhigung Fürstenbrunn

Um den Schulweg möglichst sicher herzustellen ist bereits die Errichtung eines neuen Gehweges entlang der Fürstenbrunnerstraße in Arbeit. In diesem Zuge werden auch für die sicherheitstechnische Verbesserung der Querungsmöglichkeit der Fürstenbrunnerstraße bei der Bushaltestelle Glanstraße Änderungen bei den Bushaltestellen mit vorspringenden Auftrittflächen für die Fußgänger durchgeführt. Zur bestmöglichen fußläufigen Erreichbarkeit der neuen Volksschule werden auch wieder eine direkte Fußwegverbindung zur Berglandsiedlung in der Glanstraße und ein neuer Verbindungsweg zum Salzweg hergestellt. Der Abbruch der alten Volksschule an der Fürstenbrunnerstraße wird

Woran wir für Sie arbeiten

nach der vollständigen Übersiedlung des Schulbetriebes durchgeführt.

Feuerwehr Löschzug Fürstenbrunn

Anstelle der alten Volksschule wird eine neue Zeugstätte für den Löschzug Fürstenbrunn errichtet werden. Dazu hat ein Planungswettbewerb stattgefunden und es wurde das Projekt der Architekt DI Franz Grömer ZT GmbH einstimmig zum Sieger gekürt (siehe Visualisierung unten). Das Projekt wurde bereits den Feuerwehrmitgliedern vorgestellt. In den nächsten Monaten wird die weitere Planung erfolgen und es soll ehestens die Baubewilligung erwirkt werden. Nach Erhalt der Förderzusage und nach Ausschreibung der entsprechenden Arbeiten soll bis zum Sommer 2026 mit den Bauarbeiten begonnen werden.

Verkehrsberuhigung Grödig

Im Zuge der Erneuerung der Wohnbebauung der GSWB in der Neue Heimat Straße wurden die Geh-

steigverbreiterung und die Vergrößerung der Bushaltestelle durchgeführt. Damit die entsprechende Qualität der Bushaltestelle erreicht wird, wird demnächst eine Überdachung des Wartebereichs und eine Pflanzung eines Baumes als Schattenspendler vorgenommen. Auch bei der gegenüberliegenden Haltestelle in Richtung Salzburg wird eine neue Haltestellenüberdachung aufgestellt. Beide Wartehäuser werden erstmals in unserer Gemeinde mit einem begrünten Dach ausgeführt. Im Zuge der weiteren Bebauung des GSWB-Areals wird der Gehsteig bis zur Kreuzung mit der Friedensstraße erneuert und dort eine größere Querungshilfe und auch ein Gehsteig auf der westlichen Seite als Verbindung zur Gärtnerei Tannerberger hergestellt. In der Schützenstraße wird, nachdem eine Einigung mit den Grundeigentümern erfolgte, gegenüber vom Gasthaus Racklwirt ein neuer Gehweg errichtet.

Auch in der Schlosserstraße konnte eine Einigung zu notwendigen Grundflächen getroffen werden, sodass eine offizielle Gehwegverbindung zwischen der Schützenstraße – Schlosserstraße zum

Kapellenweg nunmehr hergestellt werden kann.

Radwegverbindung Glanegg – Fürstenbrunn

Nunmehr wurden die Leitungseinbauten der diversen Leitungsträger, vor allem der Salzburg AG soweit hergestellt bzw. erneuert. Die Arbeiten zur Fahrbahnsanierung, Straßenentwässerung und für die Radwegverbindung werden nunmehr vom Land ausgeschrieben und voraussichtlich Anfang 2026 damit begonnen.

Sportplatz SV Grödig

Für das Kinder- und Jugendtraining wurde der Auftrag für die Errichtung einer neuen Kunstrasenspielfläche zwischen der östlichen Tribünenanlage und dem Kunstrasenfeld anstelle des uralten Kunststoffbelages erteilt. In weiterer Folge ist die Errichtung einer kleinen überdachten Zuschauertribüne für den Kunstrasenplatz angedacht, wenn die entsprechende behördliche Bewilligung erteilt wurde.



Babypakete



Die Marktgemeinde Grödig möchte alle neuen Gemeindeglieder willkommen heißen und gratuliert den Eltern zur Geburt ihres Kindes.

Liebe Eltern, sollten Sie noch kein Babypaket bekommen haben, werden Sie gebeten, sich während der Öffnungszeiten im Bürgerservice zu melden, um Ihr Babypaket entgegennehmen zu können.

*Angokeh Talal
Ausserleitner Mia Valerie
Berer Toni
Eibenberger Laura
Eder Liano
Gradischnig Helena*



*Holz Simon Elias
Lepuzanovic Liam
Mayr-Ziegler Sebastian
Pohn Elias Josef
Selimovic Amir Zeyd*

Gefundene Gegenstände im Fundamt der Gemeinde



- Autoschlüssel BMW
- Handy
- Herrenrad
- iPhone
- E-Scooter
- Autoschlüssel



Tag der offenen Tür

Deine Schule mit Weitblick.

Samstag
29.11.2025
09:00 - 13:00

Podiumsgespräch: 10:45

Anmeldung erbeten: sekretariat-oberstufe@diakonie.cc



Senioren- schwimmen

salzburger
bildungswerk
gemeindeentwicklung



Für das Seniorenschwimmen in der Watzmann-Therme wurden vorerst **folgende Termine** festgelegt:

08.01.2026
29.01.2026
12.02.2026
26.02.2026
12.03.2026
26.03.2026
09.04.2026
30.04.2026
21.05.2026
28.05.2026

Einstiegsstellen:

09:20 Uhr Fürstenbrunn, Buskehre
09:21 Uhr Fürstenbrunn, BH Volksschule
09:22 Uhr Fürstenbrunn, BH Glanstraße
09:23 Uhr Fürstenbrunn, BH Schroterstraße
09:24 Uhr Fürstenbrunn, BH Glanriedl
09:25 Uhr Glanegg, BH
09:27 Uhr Grödig, BH Marktplatz (Raika)
09:31 Uhr Neu-Grödig, BH Schulzentrum
09:34 Uhr Neu-Grödig, BH Neue Heimat Straße
09:36 Uhr Grödig, BH Gemeindeamt
09:38 Uhr Buchbichl, BH
09:40 Uhr St. Leonhard, BH Gartenauerplatz

€ 19,90 Thermeneintritt für 4 Stunden – inkl. Wassergymnastik

€ 27,50 Thermen- und Saunaeintritt – inkl. Wassergymnastik

Kontakt bei Rückfragen:
Rosa Seidl: 0650/728 53 00



Beim Heizen Geld sparen

Nach dem Sommer kommt die Zeit, sich auf den Beginn der Heizperiode vorzubereiten. Wer eine warme Stube haben möchte und trotzdem Kosten sparen will, hat einige Möglichkeiten. Schon kleinere Maßnahmen bewirken spürbare Einsparungen.

6 Tipps für Bürgerinnen und Bürger aus dem e5-Programm:

Heizungsanlage warten

Ist eine Heizung schlecht eingestellt oder verunreinigt, kann selbst die modernste Anlage viel teure Energie ohne Wirkung verbrauchen. Regelmäßige Wartung verlängert die technische Lebensdauer und verhindert, dass buchstäblich beim Schornstein hinausgeheizt wird.

Verbesserungen an der Installation

Bei der Wärmeverteilung im Gebäude sind kleinere Maßnahmen möglich: offen liegende Rohrleitungen dämmen, Heizungsleitungen und Radiatoren entlüften, Thermostatventile an Heizkörpern montieren und bedarfsgerecht bedienen.

Temperatur richtig einstellen

In gut gedämmten Gebäuden gibt es keine kalten Wand- oder Fensterflächen. Die Soll-Raumtemperatur kann daher etwas gesenkt werden, ohne Verlust an Behaglichkeit. Sechs Prozent weniger Energie je Grad Temperaturabsenkung sind zu erwarten. Wurde eine neue Heizung installiert, sollte man sich die Steuerung gut erläutern und dokumentieren lassen.

Ausreichend Lüften

Schnelles Stoßlüften ermöglicht einen raschen Austausch der verbrauchten Raumluft. So wird vermieden, dass die Wände oder Fußböden abkühlen, wie es bspw. bei gekippten Fenstern der Fall ist. In neuen oder umfassend sanierten Gebäuden gewährleisten gut installierte Raumluftanlagen den Luftaustausch ohne großen Wärmeverlust.

Dämmen und Sanieren

Durch Dämmung der obersten Geschosdecke wird etwa ein Viertel der Heizenergie eingespart. Werden auch die Außenwände und die Decke zum unbeheizten Keller sehr gut gedämmt, kann man den Bedarf für Heizenergie um 80 Prozent im Vergleich zu einem unsanierten Altbau reduzieren. Eine Wärmedämmung hilft auch, die Hitze im Sommer draußen zu halten.

Heizungstausch spart Kosten

In den meisten Fällen sind neue Wärmepumpen oder Pelletskessel im Betrieb deutlich billiger als alte Öl- oder Gaskessel. Die Kosten für den Heizungstausch rechnen sich daher über einen wirtschaftlich vertretbaren Zeitraum, auch wenn die Förderung nun etwas niedriger ausfällt.

Weitere Informationen zu den Themen Heizen, Sanieren und Förderung es bei der kostenlosen Energieberatung Salzburg: www.salzburg.gv.at/themen/energie/energieberatung

So schützen Sie sich vor Einbrüchen

Wenn die Tage kürzer werden, kommt es vermehrt zu Einbrüchen. Wir sind gut vorbereitet und gehen verstärkt gegen diese Kriminalitätsform vor.

Wir vertrauen auf Ihre Unterstützung: Helfen Sie mit, Ihre Nachbarschaft sicherer zu machen!



Schließen Sie Fenster und versperren Sie Terrassen- und Balkontüren – auch wenn Sie nur kurz außer Haus gehen.



Auch Kellerabteile und Abstellräume sind gefährdet und müssen abgesichert werden.



Verwenden Sie Zeitschaltuhren und Bewegungsmelder für Ihre Innen- und Außenbeleuchtung.



Durch gute Nachbarschaft und Zusammenhalt kann ein Beitrag zur Vermeidung von Einbrüchen geleistet werden.



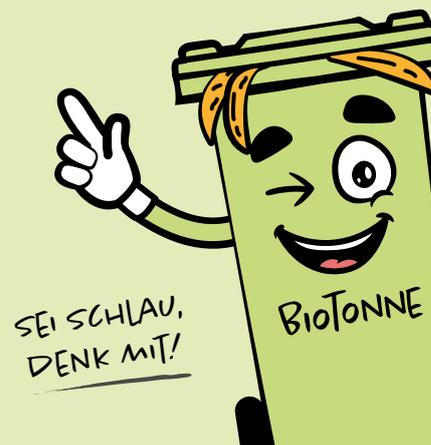
Halten Sie Augen und Ohren offen.
Melden Sie verdächtige Vorkommnisse!

Weitere Informationen erhalten Sie auf der Homepage des Bundeskriminalamtes unter www.bundeskriminalamt.at, unter der Telefonnummer 059 133-0 und in jeder **Polizeiinspektion**.

FAMILIE GSCHAIDER MACHT'S GSCHIEDER!

Zu viele Lebensmittel landen zu Hause im Abfall

In Österreich werden pro Jahr rund **650.000 Tonnen** an Lebensmitteln entsorgt. Über die Hälfte davon sind einwandfreie Lebensmittel oder Lebensmittelabfälle, die vermeidbar wären. Ein nachhaltiger Umgang mit unseren Lebensmitteln ist gut fürs Börserl und unsere Umwelt.



Familie Gschaider aus Salzburg hat festgestellt, dass auch bei Ihnen zu Hause viel zu viele genießbare Lebensmittel am Ende in der Tonne statt auf dem Teller landen. Oft bleibt von der Schulkjause etwas übrig oder Tellerreste werden nach dem Abendessen einfach weggeworfen. Und manchmal wird ein Brot hart oder

etwas verschimmelt im Kühlschrank. Dies möchte die Familie Gschaider ändern und beschließt ein Experiment. Daran beteiligen sich nicht nur die Eltern, Karin und Michael Gschaider, sondern auch die Kinder, Anna (10 Jahre) und Lukas (8 Jahre).

EXPERIMENT LEBENSMITTELRETTUNG

Um zu überprüfen, wie viel Geld durch Lebensmittelabfälle in der Mülltonne landet, berechnet Familie Gschaider den Wert der Lebensmittel, die bei ihnen in einer Woche entsorgt werden. In der Testwoche waren das Lebensmittel im Wert von €16,20. Wenn diese Lebensmittel nicht im Abfall enden, könnte sich Familie Gschaider pro Jahr €842 an Lebensmittel und Entsorgungskosten sparen. Außerdem könnte die Familie dadurch bis zu 576kg an CO₂ und 800.000 Liter an Wasser einsparen, die für die Produktion dieser Lebensmittel aufgewendet werden. Mit dieser Wassermenge könnte man bis zu 5.000 Badewannen füllen.

SO WERDEN AUS LEBENSMITTEL-ABFÄLLEN WERTVOLLER KOMPOST UND BIOGAS:



Lebensmittelabfall - Verpackung = Biotonne

Ihre Biotonne können Sie in Ihrer Gemeinde anmelden und helfen damit Entsorgungskosten zu sparen.



So kostbar sind Lebensmittel

Informationskampagne zur Vermeidung von Lebensmittelabfällen im Bundesland Salzburg

Lebensmittel bewusster genießen
In Österreich landen jährlich rund 750.000 Tonnen an Lebensmittel im Abfall. Diese Menge entspricht pro Person ca. dem Durchschnittsgewicht einer österreichischen Frau (70 Kilogramm). Der Großteil der Lebensmittelabfälle fällt dabei in den österreichischen Haushalten an. Analysen in Salzburg haben darüber hinaus gezeigt, dass der Inhalt unserer Restabfalltonnen zu fast einem Drittel aus biogenen Abfällen besteht.



Zu schade, denn die im Restabfall enthaltenen Lebensmittel werden einfach verbrannt. Es wird kein wertvoller Kompost daraus hergestellt. Durch bewussten Genuss und einem achtsamen Umgang mit Lebensmitteln kann nicht nur viel Geld gespart werden, sondern auch Gutes für die Umwelt getan werden.

Mit kleinen Veränderungen Großes bewirken

Um das Bewusstsein für dieses relevante Thema zu steigern, haben die Gemeinden Salzburgs beschlossen, der Vermeidung von Lebensmittelabfällen eine eigene Kampagne in den Jahren 2025-2026 zu widmen. Diese Informationskampagne wird vom Land Salzburg und dem Salzburger Institut für Raumordnung und Wohnen unterstützt. Damit wird ein wichtiges Zeichen für einen ressourcenschonenden Umgang mit Nahrungsmitteln gesetzt. Jeder Einzelne kann einen Beitrag dazu leisten, damit Lebensmittel in Zukunft nicht mehr im Abfall landen. Ob beim Einkauf, bei der Lagerung zu Hause oder beim Verkochen der Lebensmittel.

Mit Wissen gegen Verschwendung

Die Salzburger Informationskampagne setzt einen Fokus auf die Bewusstseinssteigerung rund um einen nachhaltigen Umgang mit Lebensmitteln. Durch praktische Tipps und einfache Erklärungen werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie Lebensmittelabfälle im Alltag ohne Aufwand reduziert werden können. Über die nächsten zwei Jahre werden Artikel und Beiträge mit verschiedenen Schwerpunkten in den kommunalen Medien veröffentlicht, die jeden dabei unterstützen und darüber informieren, wie Lebensmittelabfälle vermieden werden können. Im gesamten Bundesland Salzburg sind Veranstaltungen und kostenlose Bildungsangebote für Schulen geplant, die zur Bewusstseinsbildung beitragen. Der Startschuss der Kampagne fällt im Mai 2025 rund um den Tag der Lebensmittelrettung.

Ein Schwerpunkt pro Quartal

Neben einer umfangreichen Einführung in das Thema der Vermeidung von Lebensmittelabfällen wird jedem Quartal ein Schwerpunkt gewidmet. Diese Schwerpunkte begleiten über zwei Jahre die Informationskampagne. Im Herbst- und Winterquartal 2025 sind dies die Themen „Bewusster Einkauf und Lagerung von Lebensmittel“ sowie „Nachhaltig Feste feiern – Vermeidung von Lebensmittelabfällen zu Weihnachten und Silvester“. Im Jahr 2026 liegen die Schwerpunkte bei „Restlos genießen – Teller statt Tonne“, „Regionale und saisonale Lebensmittel“ und „Die Biotonne – alles rein, was rein gehört“. Abschließend widmet sich die Kampagne einer Rückschau und zeigt Ziele für die Zukunft auf.



Sammlung

In Österreich werden pro Jahr rund 80.000t Elektroaltgeräte und 2.500t Batterien gesammelt, 40 % davon über das System der ERA Elektro Recycling Austria GmbH. Jede Österreicherin und jeder Österreicher sammelt damit pro Jahr rund 9,5kg Elektroaltgeräte – ein Spitzenwert in Europa.

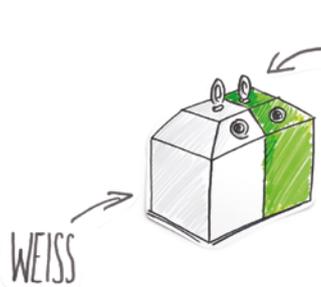


Was darf zu den Elektroaltgeräten?

- Haushaltskleingeräte: Bügeleisen, Mixer, Toaster, Fritteuse, Staubsauger, Kaffeemaschinen, Föhn etc.
- Informationstechnologie: PC, Drucker, Kopierer, Taschenrechner, Faxgeräte, Telefon/Handy etc.
- Unterhaltungselektronik: Radio, DVD-Player, Kamera, Hi-Fi Anlagen etc.
- Spiel- und Freizeitgeräte: Computerspiele, Darts-Scheiben
- Haushaltsgroßgeräte: Waschmaschinen, Geschirrspüler, Wäschetrockner

(Quelle: ARA)

Weitere Informationen zur Entpflichtung von Elektroaltgeräten und Batterien finden Sie auf www.era-gmbh.at



BUNT



austria
glasrecycling

Flaschen,
Konservengläser,
gläserne Flaschenverschlüsse,
Medizinfläschchen,
Parfümflakons

Hier sehen Sie
wie man Glas richtig
entsorgt als Film:



GLAS IST WERTVOLL. GLAS BITTE RICHTIG ENTSORGEN. DANKE.



Energiesparlampen,
Leuchtstoffröhren

FACHHANDEL
PROBLEMSOFF
SAMMELSTELLE

RESTMÜLL
RECYCLINGHOF

Glasscheiben,
Glasgeschir,
Einmachgläser,
Gießbienen,
Spiegel,
Laborgläser



Austria Glas Recycling GmbH | www.agr.at | Ein Unternehmen der ARA Gruppe.

WAS GEHÖRT IN DEN ALTPAPIERBEHÄLTER?

apr Austria Papier
Recycling



DAS KOMMT HINEIN

Zeitungen | Kataloge | Illustrierte
Prospekte | Kuverts | Briefe | Hefte
Schreib- und Büropapier | Bücher
Papiertragetaschen | Papiersäcke

kleine Kartonagen | Schachteln
(gefaltet, aber nicht zerrissen)



DAS GEHÖRT NICHT HINEIN

Milch- und Getränkepackerl | Küchenrollen
beschichtete Wurst- und Käsepapiere | Servietten
Papiertaschentücher | Ettiketten | Aufkleber
stark verschmutztes und fettiges Papier
Pizzaschachteln | Tapetenreste | Fotos

große Kartonagen bitte am Recyclinghof abgeben

Altpapier

apr Austria Papier
Recycling

Altpapier ist Umweltschutz

Altpapier ist der wichtigste Rohstoff der Papierindustrie weltweit. Recyclingprodukte aus Altpapier begleiten uns durch das tägliche Leben. Die Tageszeitung, das wöchentliche Magazin, sowie viele Verpackungen bestehen aus Altpapier. Sie sind derart selbstverständlich, dass wir es kaum wahrnehmen.

Eine Papierproduktion ist heutzutage ohne Recycling unmöglich geworden. Die enthaltenen Fasern können bis zu 6mal wieder verwendet werden und sind daher von unschätzbarem Wert in Bezug auf Umwelt, Nachhaltigkeit und Wirtschaftlichkeit.

Recycling erspart



Altpapier bleibt in Österreich

Das gesamte Altpapier das gesammelt wird, wird ausschließlich von österreichischen Entsorgern gesammelt und in Papierfabriken in Österreich weiterverarbeitet. Sogar die Altpapierbehälter werden in Kärnten hergestellt.

Die apr achtet besonders darauf, dass der Standort Österreich und dessen Mitarbeiter gesichert sind.

Altpapier rechnet sich

Durch die getrennte Sammlung wird Müll zu einem Rohstoff. Die Austria Papier Recycling (apr) stellt für Gemeinden und Betriebe die Sammelfranchise zur Verfügung. Die aus der Vermarktung zu erzielenden Erlöse tragen im Allgemeinen die Kosten für die Entsorgung.

Zusätzlich profitieren die Gemeinden von geringeren Entsorgungskosten, da durch Altpapierrecycling weniger „Abfall“ im Restmüll landet, d.h. die Bürger & Bürgerinnen können durch richtiges Trennen die Gemeinde unterstützen.

Eine Win-Win Situation.

www.apr.at

apr

Öffnungszeiten Altstoffsammelzentrum

Winteröffnungszeiten des ASZ
von 1.11.2025 - 15.03.2026:

Montag: 14-17 Uhr
Mittwoch: 14-17 Uhr
Freitag: 14-17 Uhr
Samstag: 09-13 Uhr



Gesundheitsseite

Saftiger Walnuss-Karottenkuchen

Zutaten:

- 200 g Karotten gerieben
- 200 g geriebene Walnüsse
- 5 Eier
- 200 g Zucker
- etwas Zitronenschale
- 1 EL Zimt
- 1 EL Rum
- 150 g Mehl
- 1 Pkg. Backpulver
- 1 Becher Sauerrahm
- 1 Becher Maiskeimöl

evtl. zur Dekoration:

Schokolaglasur und halbe Walnüsse



www.gastrosophische-praxis.at

Zubereitung:

Mehl, Walnüsse und Backpulver gut vermischen. Öl und Sauerrahm mit dem Schneebeesen zu einer homogenen Masse verrühren.

Eier, Zucker, Zitronenschale, Rum und Zimt schaumig schlagen, anschließend die geriebenen Karotten unterheben.

Danach das Mehlgemisch mit der Sauerrahm-Öl-Masse sorgfältig einarbeiten.

Den Teig in eine gefettete Form füllen und bei 180 Grad ca. 45 Minuten backen.

Nach dem Auskühlen kann der Kuchen nach Wunsch mit Schokoladeglasur überzogen und mit den Walnusshälften garniert werden

Superfood der Saison

Walnuss "Juglans regia"

Die Walnuss ist eine der ältesten kultivierten Nussarten und ist eine echte Supernuss. Sie enthält bis zu 60 Prozent Fett, sowie 20 Prozent Eiweiße, außerdem die Vitamine B1 und C und viele Mineralstoffe. Sie sind reich an Omega-3-Fettsäuren, vor allem Alpha-Linolensäure, die entzündungshemmend wirkt und für die Herzgesundheit von Vorteil ist. Ihr hoher Gehalt an Ballaststoffen fördert die Verdauung und trägt zur allgemeinen Gesundheit bei. Sie kann roh gegessen, geröstet oder als Zutat in verschiedenen Gerichten verwendet werden. Besonders beliebt sind Walnüsse im Salat, Müsli und Backwaren wie Brot, Kuchen und Keksen. Auch das Walnussöl, das durch Kaltpressung gewonnen wird, ist in der gehobenen Küche geschätzt und verleiht Salaten und Saucen eine aromatische Note. Darüber hinaus hat diese wertvolle Nuss in der Volksmedizin eine lange Tradition. In verschiedenen Kulturen werden die Blätter, die Schale, die Nüsse selbst für ihre gesundheitsfördernden Eigenschaften geschätzt. Auszüge und Tees aus den gerbstoffhaltigen Blättern gelten als blutreinigend, die Leistung steigernd und die Konzentration fördernd. Blattextrakte wirken außerdem antibakteriell und werden gegen Verdauungsbeschwerden und Hautproblematiken eingesetzt.

Aus der Kräuterküche

KAPUZINERKRESSE (*Tropaeolum majus*)

Die Kapuzinerkresse stammt ursprünglich aus Süd- und Mittelamerika und ist im 16. Jahrhundert mit holländischen Seefahrern nach Europa gekommen. Kapuzinerkresse wurde zunächst in Klostersgärten gezogen. Das führte auch vermutlich zu ihrem Namen, da der eigenartige Sporn an den auffälligen Blüten an die Kapuze von Mönchskutten erinnert. Die Pflanze wird bis zu 60cm hoch und kann auch klettern. Die großen und schöngeformten Blüten, leuchten in Gelb und kräftigem Orange und sind ausgesprochen dekorativ. Blätter und Blüten schmecken scharf und sind gesegnet mit vielen sekundären Pflanzenstoffen. Kapuzinerkresse wirkt ähnlich wie ein Antibiotikum, was der Pflanze auch die Namen „Antibiotikum des armen Mannes oder Bauernantibiotikum“ eingebracht haben. In ihrer Heimat Peru wurden die frischen Blätter schon seit jeher zur Wundbehandlung, vor allem von infizierten Wunden verwendet. Kapuzinerkresse wird wegen ihrer schleimlösenden Wirkung bei Husten und bronchialen Erkrankungen eingesetzt. Durch den hohen Gehalt an Vitamin C stärkt die scharfe Kresse das Immunsystem und ist eine wirksame Pflanze gegen Erkältungskrankheiten. Die runden Blätter als auch die köstlichen Blüten lassen sich vielseitig verwenden. Sogar die Knospen können pikant in Essig eingelegt werden.

Die hübschen Blüten setzen jeden Salat farblich und geschmacklich so richtig in Szene. Auch Desserts und Getränke lassen sich mit den Blüten hübsch garnieren. Überall, wo man frisches und würziges Grün haben will, eignen sich die Blätter der Kapuzinerkresse. Sei es für Aufstriche, Eierspeisen, Erdäpfel-Gerichte oder einfach nur aufs Butterbrot gestreut.

Gesundheitstreff



ursprünglich
workshops
regional
bewusst leben
Lebensmittel
unverpackt
biologisch
gesund
natürlich
Kochkurse

Der etwas andere Bioladen

Die laufenden Termine für unsere nächsten Workshops findet ihr ganz einfach über diesen QR-Code:



Der etwas andere Bioladen
Schützenstraße 13
5082 Grödig

www.huellenlos-bio-regional.at

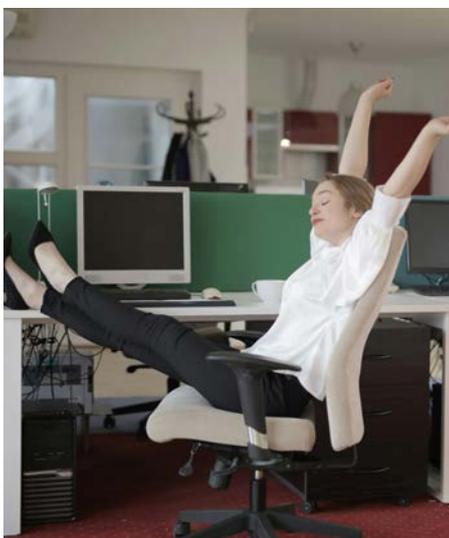
"Ich habe keine Zeit!" – Bewegung im 5-Minuten-Format

Warum ein bisschen Bewegung besser ist als keine – und wie sich die Gesundheit mit kurzen Bewegungspausen fördern lässt

„Ich würde ja gern, aber ich habe einfach keine Zeit!“ – ein Satz, der häufig fällt, wenn es um Sport und Bewegung geht. In einer Welt voller Termine, Verpflichtungen und digitaler Dauerablenkung scheint es oft unmöglich, auch noch Platz für körperliche Aktivität zu finden. Dabei muss es nicht immer eine Stunde Training sein. Schon wenige Minuten Bewegung – über den Tag verteilt – können spürbare Effekte auf Gesundheit, Stimmung und Leistungsfähigkeit haben. Weder Fitnessstudio noch Sportausrüstung sind dafür notwendig.

Mini statt Maxi – warum 5 Minuten oft ausreichen

Zahlreiche Studien zeigen: Bereits kurze, regelmäßige Bewegungseinheiten können den Kreislauf aktivieren, die Konzentrationsfähigkeit steigern, Verspannungen lösen und sogar kleine Trainingseffekte erzielen. Entscheidend ist nicht die Dauer, sondern die Kontinuität. Ein kurzes Aufstehen, gezielte Mobilisation oder einfache Kräftigungsübungen zwischendurch können den Unterschied machen – besonders im Alltag mit langem Sitzen oder hohem Stresslevel.



Die „5-Minuten-Routine“ am Morgen

Min	Übung	Kurzbeschreibung
1	Armkreisen & Schultern	Hände auf die Schultern legen, Ellbogen kreisen – nach vorn & zurück
2	Knieheben im Stand	Abwechselnd rechtes und linkes Bein anheben, Arme locker mitführen
3	Ausfallschritte	Nach vorne oder zurück; dabei das Knie hinter dem Vorfuß belassen
4	Rumpfdrehen	Oberkörper von links nach rechts drehen, Becken bleibt nach vorn ausgerichtet
5	Dehnen & Atmen	Arme nach oben strecken, tief ein- und ausatmen, Arme beim Ausatmen absenken

Bewegung zwischendurch

Min	Übung	Bewegungsbeschreibung
1	Aufstehen & sich strecken	Langsam aufrichten, Arme nach oben strecken, Wirbelsäule „langziehen“, tief durchatmen
2	10 Kniebeugen oder Wandsitz	Beine hüftbreit, Knie beugen, Rücken gerade; alternativ: Rücken an die Wand
3	Schultern kreisen lassen	Schultern entspannt nach vorne und hinten kreisen
4	Handgelenke & Nacken mobilisieren	Handgelenke kreisen, Finger spreizen, Kopf zur Seite und nach vorne neigen
5	1 Minute auf einem Bein stehen	Standbein leicht beugen, anderes Bein anheben; optional mit geschlossenen Augen

Bewegungen im Alltag – einfache Übungen mit großer Wirkung

Min	Übung	Bewegungsbeschreibung
1	Kniebeugen im Ausfallschritt	Einen großen Schritt nach vorn oder hinten machen, beide Knie beugen, Rücken aufrecht. Das vordere Knie bleibt hinter dem Fuß. Beinwechsel.
2	Wadenheben	Im Stand langsam auf die Zehenspitzen heben und wieder absenken. Optional mit festem Halt z. B. am Waschbecken.
3	Hüftkreisen	Hände in die Hüfte, das Becken in weiten, langsamen Kreisen bewegen – im Uhrzeigersinn und gegen den Uhrzeigersinn.
4	Schulterkreisen rückwärts	Arme hängen locker, Schultern langsam nach hinten kreisen – möglichst groß und bewusst.
5	Becken kippen (Mobilisation)	Im Stand oder Sitz: Das Becken langsam nach vorne und zurück kippen – Bewegung aus der Lendenwirbelsäule, Rücken bleibt lang.

"Ich habe keine Zeit!" – Bewegung im 5-Minuten-Format

Wer Bewegung in den Alltag einbauen möchte, muss nicht viel Zeit investieren. Die folgenden Übungen lassen sich wunderbar mit alltäglichen Tätigkeiten kombinieren – schnell, unkompliziert und wirksam.

Tipp: Bewegung koppeln – statt Zeit suchen

Ein effektiver Weg, Bewegung dauerhaft in den Alltag zu integrieren, ist die Verknüpfung mit bestehenden Gewohnheiten. Dadurch entsteht eine automatische Routine – ganz ohne zusätzlichen Zeitaufwand:



- Beim Zähneputzen: Wadenheben oder Kniebeugen
 - Während Werbepausen im Fernsehen: 10 Kniebeugen
 - Beim Telefonieren: Aufstehen, Gehen oder Schulterkreisen
 - Beim Sitzen: Becken kippen, Schultern nach hinten unten ziehen
 - Treppe statt Aufzug verwenden
 - Drucker oder Wasserflasche bewusst außer Reichweite platzieren
 - Parkplatz weiter entfernt wählen
 - Fahrrad statt Auto bei kurzen Wegen
 - Eine Haltestelle früher aussteigen und den Rest zu Fuß gehen
- Anstatt auf den perfekten Moment für ein einstündiges Training zu warten – der im hektischen Alltag oft nie kommt – kann bereits eine kurze Aktivität zwischendurch viel bewirken. Schon fünf Minuten bewusste



Bewegung pro Tag fördern die körperliche und mentale Gesundheit. Diese Mini-Einheiten lassen sich problemlos im Alltag umsetzen – ob barfuß oder in Schuhen, im Büro, zu Hause oder unterwegs. Sie eignen sich für jede Altersgruppe, benötigen

Fazit: Weniger ist manchmal mehr

keine besondere Ausrüstung und keine Sportkleidung. Regelmäßigkeit ist dabei der entscheidende Faktor.

- Kreislauf kommt in Schwung
- Muskulatur wird aktiviert
- Verspannungen werden gelöst
- Konzentration steigt
- Stimmung hellt sich auf



Was 5 Minuten Bewegung bewirken können:

Bereits mit fünf Minuten täglicher Bewegung kann die Grundlage für mehr Energie, Gesundheit und Wohlbefinden gelegt werden – ganz ohne Aufwand, aber mit nachhaltiger Wirkung.

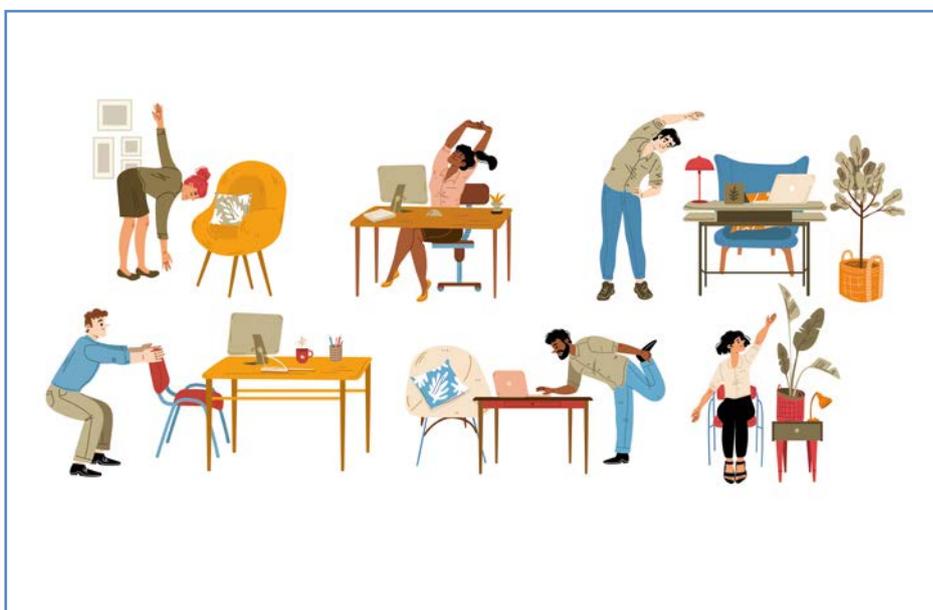
Also: Starten Sie heute – mit nur fünf Minuten täglich... Ihr Körper wird es Ihnen danken.

Bleiben Sie in Bewegung!

Ihre Sonja Thomas

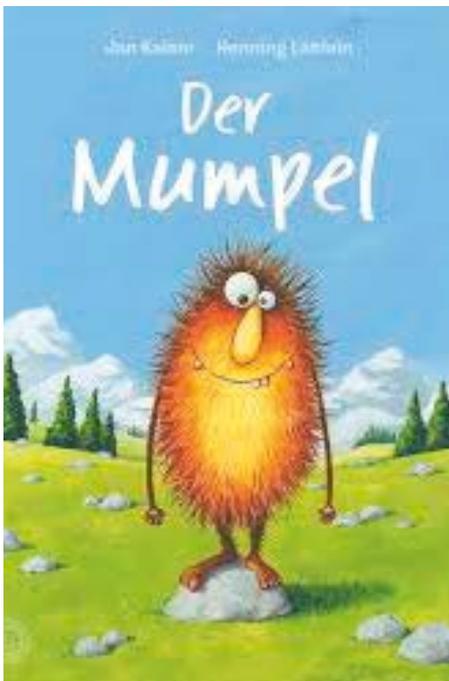


Foto: HLW Wolfgangsee



„Der Mumpel“ von Jan Kaiser

Inhalt: Der Mumpel ist ein pelziges, lustiges Geheimitier. Er lebt mit seiner Familie versteckt im Wormwald – ganz weit weg von allem, was wir kennen. Niemand weiß, dass es Mumpel überhaupt gibt! Doch eines Tages hat der Mumpel einen großen Wunsch: Er möchte Freunde finden. Echte Mumpel-Kumpel! Also macht er sich mutig auf den Weg. Seine Reise führt ihn über das meschuggische Meer, durch das Gebirge und an viele andere seltsame Orte. Dabei erlebt er jede Menge Überraschungen, aber Freunde zu finden ist schwerer als gedacht, vor allem, wenn man ein Mumpel ist, den keiner kennt. Doch der Mumpel gibt nicht auf. Und am Ende findet er etwas, das noch viel schöner ist, als er sich vorstellen konnte ...

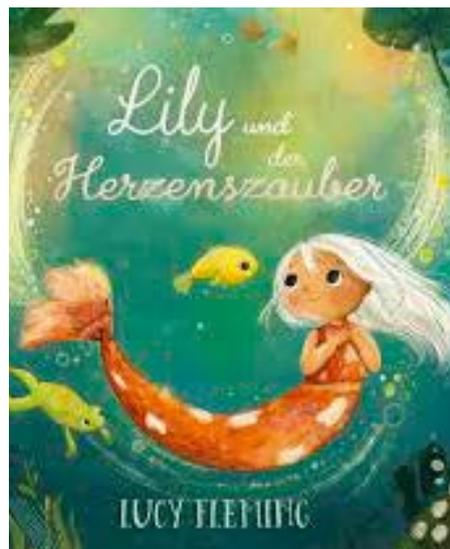


Warum es empfehlenswert ist: Der Mumpel ist ein witziges und fantasievolles Bilderbuch, das von Freundschaft, Mut und Neugier erzählt. Die Sprache ist voller Wortspiele und macht beim Vorlesen richtig Spaß. Ein richtiges Abenteuer über das Anderssein, das Suchen und das Finden.

„Lily und der Hexenzauber“ von Lucy Fleming

Inhalt: Lily und der Hexenzauber von Lucy Fleming entführt in eine magische Welt voller Geheimnisse, Abenteuer und zauberhafter Begegnungen. Lily, ein neugieriges Mädchen mit scharfem Verstand, entdeckt eines Tages ein altes Zauberbuch – und mit ihm ein verborgenes Erbe: Sie stammt aus einer uralten Hexenlinie. Als dunkle Mächte drohen, das Gleichgewicht der magischen Welt zu stören, muss Lily lernen, ihre Kräfte zu beherrschen. Mit Hilfe neuer Freunde trotz sie Gefahren, kämpft gegen finstere Verzauberungen, entschlüsselt alte Rätsel und wagt den Sprung ins Unbekannte. Ein bezaubernder Roman über Mut, Freundschaft und die Magie, die in uns allen steckt.

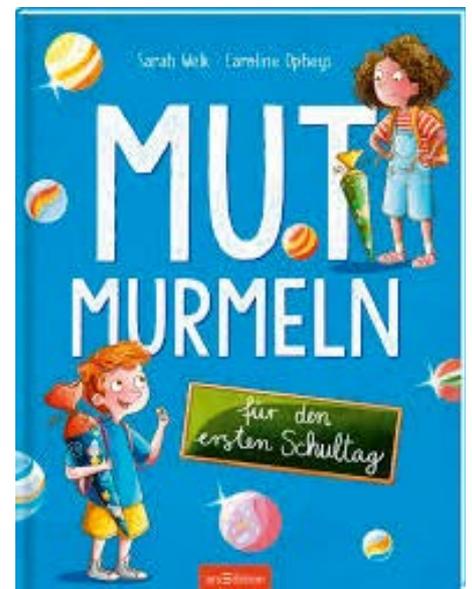
Warum es empfehlenswert ist: Lily und der Hexenzauber ist ein liebevoll gestaltetes Bilderbuch für Kinder ab 4 Jahren. Es zeigt, wie wichtig Freundschaft, Zusammenhalt und Hilfsbereitschaft sind. Die Bilder sind wunderschön und voller kleiner Details, die zum Entdecken einladen.



Die Geschichte macht Mut und zeigt, dass man gemeinsam stark sein kann, auch wenn etwas schwierig erscheint. Ein tolles Buch zum Vorlesen, Träumen und Wohlfühlen!

„Mutmurmeln für den ersten Schultag“ von Sarah Welk

Inhalt: Lolle und Linus sind sechs Jahre alt, Nachbarskinder und unzertrennlich. In zwei Tagen kommen sie in die Schule, aber Linus ist ganz schön nervös. Er hat Bauchweh vor Aufregung und stellt sich viele Fragen: Was, wenn er den Weg zum Klassenzimmer nicht mehr findet? Oder wenn er aufs Klo muss und sich nicht traut zu fragen? Deshalb hat Lolle eine geniale Idee. Gemeinsam sammeln sie „Mutmurmeln“, indem sie Mutproben bestehen müssen. Die beiden haben jede Menge Spaß und erleben viele Abenteuer. Und was hat es wohl mit dem geheimnisvollen Gurkenmops auf sich? Mit jeder bestandenen Mutprobe wächst Linus' Selbstvertrauen ein bisschen mehr und der erste Schultag fühlt sich plötzlich gar nicht mehr so schlimm an.



Warum es empfehlenswert ist: Dieses Buch macht Kindern auf liebevolle und lustige Weise Mut für den ersten Schultag. Es zeigt, dass Aufregung ganz normal ist und dass man mit guten Ideen, echten Freunden und ein bisschen Fantasie alles schaffen kann. Eine warmherzige Geschichte, die zum Lachen, Mitfühlen und Starksein einlädt.

Das Gemeinde-Christkind in Grödig schenkt Hoffnung

Auch in diesem Jahr bringt das Gemeinde-Christkind weihnachtliche Freude zu Kindern, die sich in herausfordernden Lebenssituationen befinden. Mit großem Engagement werden ihre Herzenswünsche erfüllt und gleichzeitig Familien unterstützt, die derzeit besonders stark belastet sind.

Diese wertvolle Aktion lebt von der Kraft unserer Gemeinschaft. Jede Spende trägt dazu bei, dass wir gemeinsam ein sichtbares Zeichen der Hoffnung, Nächstenliebe und des Zusammenhalts setzen können. Wenn auch Sie das Gemeinde-Christkind unterstützen möchten, freuen wir uns über Ihren Beitrag auf das Sozialkonto der Marktgemeinde Grödig:

**Salzburger Sparkasse
IBAN: AT23AT75
2040403601130012
Betreff/ Verwendungszweck:
Gemeindechristkind 2025**



Schultaschenaktion

In diesem Jahr haben wir erstmals eine Schultaschenaktion in unserer Gemeinde durchgeführt. Wir haben alle Eltern gebeten, gut erhaltene Schultaschen, die sie nicht mehr benötigen, bei uns abzugeben. Die Resonanz war überwältigend – zahlreiche Spenden sind bei uns eingegangen! Dank der großen Hilfsbereitschaft konnten wir vielen sozial schwachen Familien eine Freude machen. Sie hatten die Möglichkeit, sich eine passende Schultasche für ihre Kinder auszusuchen.

Wir möchten uns herzlich bei allen Spenderinnen und Spendern bedanken, die diese Aktion unterstützt haben. Durch Ihr Engagement haben viele Kinder nun eine schöne, prakti-

sche Schultasche, mit der sie bestens ausgestattet ins neue Schuljahr starten können.

Wir wünschen allen Kindern viel Freude mit ihren neuen Schultaschen und ein erfolgreiches, spannendes und fröhliches Schuljahr!



Leonhardreiten

9. November ab 9:00 Uhr

9:00 Uhr Treffpunkt der Reiter und Fahrer auf der Festwiese bei der Wallfahrtskirche St. Leonhard zum Umritt.
10:00 Uhr Festmesse mit Pferdesegnung, anschließend Kranzstechen beim Grubergut am Rackfeld

Festliche Umrahmung durch die MMK Grödig
Bei Schlechtwetter entfällt die Veranstaltung!

Rückblick auf das Ferienprogramm „Summer Fun“ 2025

Auch in diesem Jahr war das Ferienprogramm „Summer Fun“ der Marktgemeinde Grödig wieder ein voller Erfolg.

Zahlreiche Kinder und Jugendliche aus Grödig und den Ortsteilen nutzten die Gelegenheit, ihre Ferien abwechslungsreich, kreativ und sportlich zu gestalten.

Das Programm bot ein vielfältiges Angebot für jedes Alter. Sportlich aktiv konnten sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer etwa bei der Sommersportwoche, beim Klettern oder im Soccerpark ausprobieren. Die neue Pumptrack-Woche war in diesem Jahr ein besonderes Highlight und kam bei den Kindern sehr gut an. Kreativität stand in diversen Workshops und in unserer Kreativwoche im Vordergrund, wo unter anderem bunte Batikstoffe, Hundertwasserhäuser und getöpferte Werke entstanden. Unsere Theaterwoche feierte dieses Jahr bereits ihr 10-jähriges Jubiläum. Für große Begeisterung sorgte auch die Tanzwoche, die

mit einer kleinen Show für Eltern und Freunde endete. Daneben gab es Möglichkeiten, die Natur zu erleben, etwa bei den Waldtagen, Wildtiere auf Achse, der Bauernhofwoche und bei vielen weiteren spannenden Angeboten.

Die Organisation lag in den Händen des engagierten Projektteams der

Grödig-Sommer nicht mehr wegzu-denken ist. Auch 2026 wird es deshalb wieder zahlreiche spannende Angebote für Kinder und Jugendliche geben. Die Marktgemeinde Grödig bedankt sich bei allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern und Eltern und freut sich schon jetzt auf ein ebenso erfolgreiches „Summer Fun 2026“.



Jugendarbeit Grödig, das eng mit der Bereichsleitung für Kinder und Jugend, Stefanie Hofer, zusammenarbeitete. Unterstützt von externen Partnerinnen und Partnern, Pädagoginnen und Pädagogen, Trainerinnen und Trainern und Vereinen konnten die Angebote reibungslos umgesetzt werden. Die hohe Nachfrage und die durchweg positiven Rückmeldungen zeigen deutlich, dass „Summer Fun“ aus dem



Kinder verbinden Welten – Grödig trifft Sri Lanka

Im vergangenen Schuljahr startete die Schulkindgruppe Grödig das Projekt „Kinder verbinden Welten“. Ziel war es, Kindern in Sri Lanka finanzielle Unterstützung, sowie Einblicke in das Leben von Kindern hier in Österreich zu geben.

Dank zahlreicher Spenden aus der Gemeinde Grödig und Umgebung konnten rund 2.000 Euro gesammelt werden. Mit diesem Geld wurden Computer, Schreibtische, Ausstattung sowie zusätzliches Schulmate-

Im Sommer machten sich Florian und Julia persönlich auf den Weg nach Sri Lanka, um die Spenden vor Ort zu übergeben. Neben der materiellen Unterstützung entstand auch ein Kinderbuch über das Leben in Österreich, das von den Kindern der Schulkindgruppe mitgestaltet wurde. Darin wird spielerisch gezeigt, wie



unser Alltag, unsere Natur und unsere Traditionen aussehen. So können die Kinder in Sri Lanka ein Stück Grödig erleben.

Ein besonderes Highlight war, dass der Emo-

Kinderrechtspreis eingereicht.

Das Projekt „Kinder verbinden Welten“ zeigt eindrucksvoll, wie Kinder und Erwachsene gemeinsam über Grenzen hinweg Brücken bauen können – und wie sehr schon kleine Gesten Großes bewirken können.

*Text: Alexandra Kim Novak
Fotos: Julia Riedelsperger*



rial finanziert – eine Investition, die den Kindern in Sri Lanka nachhaltige Bildungschancen eröffnet.

tions-Affe Knödel, der die Kinder in der Schulkindgruppe täglich begleitet, in Sri Lanka geblieben ist. Er wird nun dort die Kinder auf ihrem Weg begleiten und verbindet damit symbolisch beide Welten.

Die Dankbarkeit und Freude, die Florian und Julia bei ihrem Besuch erleben durften, machten dieses Projekt zu einem einzigartigen Erlebnis. Aufgrund seines besonderen Charakters wurde es auch für den



Große Freude: Die AeG wurde mit der „Grünen Gabel“ ausgezeichnet

Die Alterserweiterte Gruppe in Grödig wurde mit der „Grünen Gabel“ geehrt – einem Gütesiegel, der Initiative „Gemeinsam gut essen“, welches von AVOS verliehen wird. Es zeichnet Einrichtungen aus, die in ihrem Jausenangebot – etwa in Bildungseinrichtungen, Schulen oder Seniorenheimen – besonders auf gesunde, ausgewogene und nachhaltige Ernährung achten.

Besonders wichtig sind Kriterien wie Saisonalität, Regionalität, die Abdeckung aller wichtigen Nährstoffe, die Verwendung von Vollwertkost und ungesüßten Getränken sowie die Vermeidung stark verarbeiteter

Lebensmittel. Die Alterserweiterte Gruppe hat nicht nur alle geforderten Punkte erfüllt, sondern sogar drei zusätzliche Kriterien erreicht – ein starkes Zeichen für ihr Engagement für gesunde Ernährung. In der Alterserweiterten Gruppe bedeutet das auch, dass auch Kinder mit diätologischen Einschränkungen eine gute, ausgewogene Jause vorfinden, bei der sich auf jeden Fall etwas finden lässt, das ihnen schmeckt.

Die Auszeichnung gilt für drei Jahre und kann anschließend durch ein erneutes Audit verlängert werden. Sie zeigt deutlich, dass in Grödig großer Wert auf gesundes, abwechslungsreiches Essen gelegt wird. Damit übernimmt die Einrichtung eine Vorbildrolle zeigt.

Text: Alterserweiterte Gruppe Grödig



Generationen lernen - gemeinsam erfolgreich im Schulalltag

Wie jedes Jahr bietet die Jugendarbeit im Rahmen des Projekts „Generationen Lernen“ eine besondere Unterstützung für Kinder und Jugendliche, die in ihrem häuslichen Umfeld nicht ausreichend schulische Hilfe erhalten. Ehrenamtliche Lernpaten* helfen den jungen Lernenden dabei, den Schulalltag besser zu bewältigen und Freude am Lernen zu entwickeln.

Dazu treffen die Kinder und Jugendlichen sich meist einmal in der Woche mit ihren Lernpaten. Diese Treffen finden in öffentlichen Räumlichkeiten der Marktgemeinde Grödig statt, wie dem Gemeinschaftsraum im Betreuten Wohnen, den Jugendzentren, wie in Räumlichkeiten der Schule und der Schulkindgruppe.

Jedes Jahr wird aufs Neue deutlich, wie groß die Nachfrage nach diesem Angebot ist: Bereits zum Anfang des neuen Schuljahres stehen viele Kinder auf der Liste und warten darauf, einen Lernpaten zu bekommen. Das zeigt, wie viel Relevanz das Projekt für die Gemeinde hat.

Deshalb sucht die Jugendarbeit Grödig immer nach neuen Lernpaten, die bereit sind, Kinder und Jugendliche in ihrer schulischen Laufbahn zu unterstützen. Wer Freude daran hat, Wissen weiterzugeben und jungen Menschen zu helfen, kann mit einem überschaubaren zeitlichen Engagement schon einen großen Unterschied machen.

„Generationen lernen“ soll Menschen unterschiedlicher Altersgruppen verbinden und das Miteinander in der Gemeinde und sowie den schulischen Erfolg der Kinder fördern. Ein Gewinn für alle Beteiligten! Was du als möglicher Mentor mitbringen musst:

- Etwas freie Zeit am Nachmittag oder frühen Abend,
- Interesse Kinder und Jugendliche zu unterstützen,
- Freude an der Vermittlung von Lerninhalten,
- ein einwandfreier Leumund ist Voraussetzung und muss auch nachgewiesen werden.

Wenn Du Lust und Zeit hast hier mitzuwirken, dann melde dich ganz einfach und unverbindlich bei Stephanie Roth 0664 88653696 oder unter stephanie.roth@groedig.at.

Text: Jugendarbeit Grödig



Offene Jugendarbeit Grödig

Workshops im JUZ Grödig

Auch in diesem Sommer konnten Kinder und Jugendliche im Jugendzentrum Grödig wieder ihre Kreativität unter Beweis stellen. Neben einem bunten



Batik-Workshop lud die Kreativwerkstatt von Simone dazu ein, wunderschöne Traumfänger zu gestalten. Das Angebot kam so gut an, dass sich die jungen Besucher*innen schon jetzt eine Wiederholung im nächsten Jahr wünschen.

Ausflüge

Traditionell standen auch heuer wieder zahlreiche Ausflüge am Programm, die ganz nach den Wünschen der Jugendlichen ausgewählt wurden. So führte uns die Reise unter anderem in den Soccer Park, den Hochseilgarten, zum Klettern, in den Jump Dome und sogar auf den Golfplatz. Bewegung und Sport



machen nicht nur fit, sondern bringen gemeinsam auch jede Menge Spaß, das zeigte sich bei jedem Ausflug deutlich.



Theaterwoche im Bauerntheater

Bereits zum achten Mal fand in Grödig die beliebte Theaterwoche statt. In diesem Jahr drehte sich alles um den Blues. Das Publikum verfolgte gespannt einen kniffligen Kriminalfall rund um die Entführung des Musikers Roger Cool. Dank der „Bluesgang für alle Fälle“ konnte er schließlich gerettet werden und der große Auftritt war gesichert. Einmal mehr bot die Theaterwoche spannende Unterhaltung für alle Generationen.



Grill & Chill in Grödig und Fürstenbrunn

Zum Ferienauftakt hieß es wieder „Grill & Chill“ in den beiden Jugendzentren Grödig und Fürstenbrunn. Gemeinsam wurde bei sommerlichen Temperaturen gegrillt und die Ferienzeit eingeläutet, genau so, wie es zur heißen Jahreszeit passt.

Open Space 2025

Neben den Jugendzentren in Grödig und Fürstenbrunn bietet die Offene Jugendarbeit Grödig auch mobile

bzw. aufsuchende Angebote. Mit dem Projekt „Open Space“ ist das Team von Mai bis Juli jeden Dienstag und Donnerstag am Pumptrack in Grödig präsent. Kinder und Jugendliche können hier Leihgeräte ausprobieren und ihre ersten Erfahrungen auf der Strecke sammeln, ganz ohne eigene Ausrüstung. Ergänzend zu den sportlichen Ak-



tivitäten gibt es auch stets ein kreatives Angebot, das Raum zum Entspannen, Gestalten und Plaudern bietet.

JUZ stellt sich vor

Auch heuer besuchten die ersten Klassen der MMS das Jugendzentrum Grödig, um einen ersten Eindruck vom vielfältigen Angebot zu bekommen. Neben frischen Waffeln und Obst, sowie der Möglichkeit, an der PS5 oder der Nintendo Switch zu spielen, standen vor allem Information und Austausch im Mittelpunkt. Besonders spannend war die „Gesunde Boxxx“ der Akzente Jugendinfo, die viele interessante Tipps und Anregungen rund um das Thema Gesundheit bereithielt.



25 Jahre offene Jugendarbeit in der Marktgemeinde Grödig

Die Jugendarbeit in der Marktgemeinde Grödig

blickt heute auf ein Vierteljahrhundert voller Engagement, Entwicklung und gemeinsamer Erlebnisse zurück. Bis ins Jahr 2000 wurde sie vor allem von ehrenamtlich Tätigen getragen. Eine prägende Figur dieser Zeit war Kurt Wiener, der sich besonders im Jugendzentrum Fürstenbrunn („Fürsten“, ehemals Kugelmühle) engagierte.

Mit dem Jahr 2000 begann ein neues Kapitel: Der Gemeinderat beschloss, die Jugendarbeit auf professionelle Beine zu stellen. Der Erlebnis- und Freizeitpädagoge Michael Schmeikal

Unite Parade oder der Kinderstadt Mini Salzburg.

2009 wurde das Jugendzentrum Fürsten, gemeinsam mit den Jugendlichen, renoviert, 2010 startete das generationenübergreifende Lernpatenschaftsprojekt „Generationen lernen“, 2011 folgte der Umzug des Jugendzentrums in die Otto-Glöckel-Straße mit dem neuen Namen „Base Camp“, und 2012 setzte das Projekt „SpielplatzköchInnen“ innovative Akzente im öffentlichen Raum. 2013 startete mit „Open Space“ die mobile/aufsuchende Jugendarbeit in Fürstenbrunn. Seit 2014 wird zudem jedes Jahr ein buntes Ferienprogramm namens Summerfun gestaltet, das Kinder, Jugendliche und Familien bei der Ferienplanung unterstützt.



Danke, Michael

Ein besonderes Jubiläum fällt mit einem persönlichen Meilenstein zusammen: Nach 25 Jahren verabschiedet sich Michael Schmeikal, der erste hauptamtliche Jugendmitarbeiter der Marktgemeinde, in den Ruhestand. Er hat die Jugendarbeit in Grödig mit aufgebaut, geprägt und immer wieder neu inspiriert. Mit Herz, Kreativität und unermüdlichem Einsatz hat er Generationen von Jugendlichen begleitet und unterstützt.

Wir danken Michael herzlich für seine wertvolle Arbeit und wünschen ihm für seinen neuen Lebensabschnitt alles Gute!



entwickelte daraufhin ein Konzept für offene Jugendarbeit in Grödig. Schon 2001 wurden die ersten Projekte umgesetzt, das Jugendzentrum Fürsten neugestaltet und Ausbildungen zum Jugendleiter finanziert. Von Beginn an lag der Fokus auf Nachhaltigkeit und langfristiger Entwicklung. Ein großer Wunsch der Jugendlichen war ein Jugendzentrum direkt in Grödig – und dieser wurde Wirklichkeit: Nach einer erfolgreichen Unterschriftenaktion entstand 2003/04 mit viel jugendlicher Beteiligung das Jugendzentrum „Aquarium“ in der Franz-Peyerl-Straße. In den folgenden Jahren wurden zahlreiche Projekte ins Leben gerufen: von Kooperationen mit AMS, Wirtschaftskammer und Akzente Salzburg zum Thema „Lehre und Beruf“ bis hin zu besonderen Highlights wie der Teilnahme an der

Mit wachsender Vielfalt der Aufgaben entwickelte sich auch das Team kontinuierlich weiter: Heute deckt das mittlerweile 6 köpfige Team der Jugendarbeit Grödig die Bereiche offene Jugendarbeit, sozialräumliche Arbeit, Pädagogik und Projektarbeit ab. Geleitet wird sie von Alexander Roth. Zusammen mit dem engagierten Team, viel Kreativität und Motivation treibt er die Jugendarbeit stetig voran.



Das MORG besucht das Herzstück der Europäischen Union

Die letzte Schulwoche vor den Sommerferien verbrachten die 6. Klassen des MORG Grödig im schönen Straßburg. Aufgrund seiner geografi-



schen Lage (an der Grenze zwischen Frankreich und Deutschland) gilt Straßburg als Symbol für den Frieden zwischen den beiden Ländern. Deswegen wurde es auch als Sitz für das Europäische Parlament bestimmt.

Ein großer Programmpunkt der Reise war der EU-Tag, an dem die Klassen sowohl den Rat als auch das Europäische Parlament besichtigten. Das EU-Parlament ist die einzige internationale Institution, deren Mitglieder in allgemeiner Direktwahl gewählt werden. Diese Mitglieder kommen zwölfmal im Jahr zu Plenartagungen zusammen, um über europäische Rechtsvorschriften zu debattieren und abzustimmen. Besonders spannend war für die Schülerinnen und Schüler das interaktive Rollenspiel im Europäischen Parlament, bei dem sie selbst in die Rolle von Abgeordneten schlüpfen konnten.

Ein interessantes Detail: Derzeit sind im Europäischen Parlament 24 Sprachen als Amtssprachen vertreten und haben denselben Stellenwert. Das heißt, dass alle Parlaments-

unterlagen in 24 Sprachen verfasst werden und die Abgeordneten ihre Reden in ihrer Muttersprache abhalten können.

Zum Abschluss der mehrtägigen Reise besichtigten die Schülerinnen und Schüler noch eines der größten Kraftwerke Europas und erhielten einen Einblick in die Erzeugung und Verteilung von nachhaltiger Energie. Die abwechslungsreiche Reise kombinierte kulturelle und politische Bildung mit gemeinschaftlichen Erlebnissen und war ein voller Erfolg.



Unser MORG – die Schule der Zukunft

Für manche mag es immer noch neu sein, dass auf dem Boden unserer Gemeinde Grödig eine der pädagogisch modernsten Schulen der Republik steht: Im Montessori Oberstufenrealgymnasium, kurz MORG, werden schon seit Jahren mit größter Selbstverständlichkeit Konzepte gelebt, die heute von Politik und Wissenschaft

Entfaltung ihrer Persönlichkeit zu ermöglichen. Ein zentraler Gedanke dabei ist die Individualisierung des Lernens.

Am MORG ist das aber nicht nur eine leere Worthülse, sondern tatsächlich gelebte Realität ist: Schüler*innen widmen sich in einem großen Teil der Arbeitszeit in der sogenannten „Freien Wahl der Arbeit“ der eigenständigen Beschäftigung an Inhalten, Themen und Projekten. So werden Neugier, Forscherdrang und Begeisterung entwickelt – und dabei Persönlichkeiten geformt. Unterstützt werden sie dabei zu jedem Zeitpunkt von hochqualifizierten Lehrpersonen, die die Schüler*innen begleiten.

Sie helfen ihnen, persönliche Stärken zu entwickeln und mit eigenen Schwächen produktiv umzugehen.

Denn Montessori bedeutet unter anderem, dass Schüler*innen selbst Verantwortung übernehmen. Das MORG ist nun schon seit einigen Jahren ein Zentrum von Begabten- und Begabungsförderung im Raum Salzburg. Die Dichte an sogenannten Pluskursen ist hoch und viele Schüler*innen nehmen an Wettbewerben teil. Letztes Jahr wurde am MORG im Kurs „Creative Writing“ durch unsere Jungliterat*innen sogar ein ganzes Buch produziert – auf Englisch, wohl gemerkt.

Wer sich von diesem ganz besonderen Schulbetrieb und der einzigartigen Atmosphäre einmal persönlich begeistern lassen möchte, der kann das am Tag der offenen Tür, am Samstag, 29.11.2025 machen. Die Schule freut sich über alle Besucherinnen und Besucher!

Bereits seit der Gründung der Schule 2008

zwar gefordert, aber andernorts nur schleppend umgesetzt werden. wird hier auf dem höchsten Niveau daran gearbeitet, jungen Menschen eine umfangliche Entwicklung und

Bereits seit der Gründung der Schule 2008

Vorgestellt: Ganzheitliches Musizieren (GMU) – ein Unterrichtsangebot des Musikum

Das Musikum Grödig bietet „Ganzheitliches Musizieren“ in allen Volksschulen des Sprengels an. Ein Unterrichtsangebot, das nicht nur musikalische Grundlagen schafft, sondern Kreativität, Persönlichkeitsentwicklung und soziales Miteinander fördert.

Musikalische Kompetenzen auch für Deutsch und Mathematik

„Nach mehr als 20 Jahren ist es gelungen, dieses wertvolle Unterrichtsangebot an unsere Kinder in alle Volksschulen des Musikum-Sprengels Grödig zu integrieren“, freut sich Mag. Anton Gmachl, Direktor des Musikum Grödig.

Im Bereich des „Ganzheitlichen Musizierens“ (GMU) ist der Musikschulsprengel "Musikum Grödig" mittlerweile Vorbild für das gesamte Bundesland Salzburg. Die GMU, eine Form des nachhaltigen musikalischen Lernens, wurde konsequent weiterentwickelt und vermittelt Kindern musikalische Kompetenzen, auf die sie jederzeit zugreifen können und die das Lernen - auch in anderen Themenbereichen wie in Deutsch oder Mathematik – unterstützen und bereichern.

„Musik ist weit mehr als ein Zusat-

zangebot. Sie unterstützt Konzentration, fördert das aktive Zuhören und verbessert die Raumorientierung – wichtige Grundlagen für erfolgreiches Lernen in allen Fächern“, bestätigt eine Direktorin den Wert dieses Unterrichts.

Wie beim Alphabet

Ziel des Unterrichts ist es, einen „musikalischen Werkzeugkoffer“ zu befüllen, mit dem dann individuell gearbeitet werden kann. Wie beim Alphabet erlernen Kinder ein musikalisches Repertoire. Alles, was gemeinsam erarbeitet wird, funktioniert am Ende auch ohne Anleitung. Die Musikum-Pädagog:innen Angela Nassall, Mary Wiesinger-Harteringer, Maria Kremshuber-Benker und Dustin Waskow bringen den Kindern in den Volksschulen Anif, Elsbethen, Fürstenbrunn, Grödig, Großmain, Siezenheim, Wals, Walserfeld und Viehhausen Musik in allen Facetten näher.

Musik für Gehirn und Miteinander

Unser Körper ist immer ein wichtiger Bestandteil aller intellektuellen Prozesse. Die Entwicklung von Sprache und Bewegung ist seit der Geburt



eng miteinander verbunden. Zunehmend komplexe Bewegungen regen das Wachstum unseres Gehirns an. Gerade durch rhythmische Übungen, Bewegung und Singen werden viele Bereiche gleichzeitig angesprochen. „Viele Kinder, die im Lesen, Schreiben oder Rechnen Schwierigkeiten haben, blühen beim Musizieren regelrecht auf. Sie erleben hier erstmals, dass sie etwas besonders gut können – das stärkt ihr Selbstwertgefühl enorm“, ist eine Direktorin über das Angebot begeistert.

Das gemeinsame Musizieren stärkt außerdem das soziale Miteinander. Es entsteht ein echtes „Wir-Gefühl.“ Musik fördert nicht nur Kreativität, sondern stärkt auch die Persönlichkeit. Kinder trauen sich plötzlich, vor anderen zu sprechen, sich auszudrücken, präsent zu sein.

Volksschule Fürstenbrunn – Schulfreierklärung

Folgende Zeiten werden an der Volksschule Fürstenbrunn zusätzlich für schulfrei erklärt:

Montag, 22.12.2025

Dienstag, 23.12.2025

Mittwoch, 07.01.2026 bis Freitag, 09.01.2026

Es wird ein kostenloser Journaldienst für die Kinder, die nicht zu Hause betreut werden können, angeboten. Die GTS hat an Nachmittag für bereits angemeldete Kinder ohnehin geöffnet.



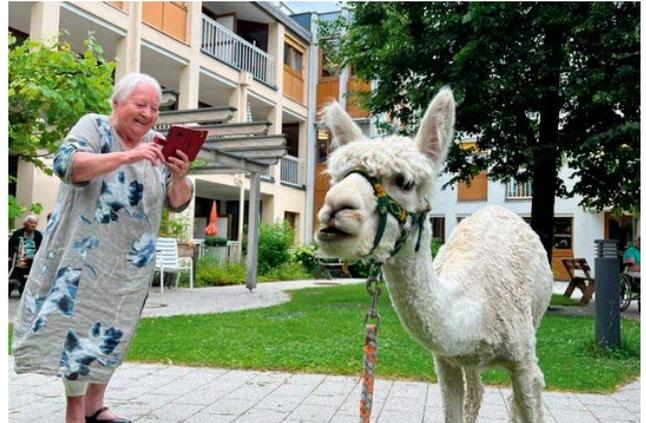
Seniorenheim Grödig - Bericht aus dem Haus

Flauschiger Besuch im Seniorenheim Garten

Im Juni durften sich unsere Seniorinnen und Senioren wieder auf einen Besuch von Frau Selina Scheichl freuen. Allerdings hatte sie diesmal nicht ihr Therapie-Pony Jolly-Jumper mit sondern zwei Alpakas. Im Garten konnten die Bewohnerinnen und Bewohner die flauschigen Tiere streicheln, füttern und ihre ru-

hige Art genießen. Die Begegnung sorgte für viele glückliche Gesichter und einen unvergesslichen Nachmittag.

Ein herzliches Dankeschön an Salzburgland Alpakas für die Kooperation und Frau Scheichl für diesen besonderen Besuch!



Herzlichen Glückwunsch liebe Patricia!

Patricia Engel hat die Ausbildung zur Heimhelferin mit Unterstützung bei der Basisversorgung (UBV-Modul) absolviert und ihre Prüfung im Juni erfolgreich abgelegt!

Wir gratulieren dir recht herzlich zur bestandenen Prüfung und wünschen dir weiterhin viel Freude bei deiner Arbeit mit unseren Senioren!



Besondere Begegnungen mit Therapiehund Tessi

Die Pyrenäen-Schäferhündin Tessi kam gemeinsam mit ihrer Besitzerin, Frau Schwarz, zu einem ersten Probetermin ins Seniorenheim.

Zunächst besuchte Tessi eine Bewohnerin – die Freude war groß! Mit ihrer ruhigen und freundlichen Art schaffte die Hündin sofort eine herzliche Atmosphäre. Tiere können einen wertvollen Beitrag zum Wohlbefinden leisten: Sie wecken schöne Erinnerungen, fördern die Kommunikation und schenken Geborgenheit. Tessi wird das Seniorenheim künftig regelmäßig besuchen und damit für viele schöne Momente sorgen.



Süße Abkühlung im Seniorenheim

In den Sommermonaten wurde das Angebot des Seniorenheim Kaffeehauses erweitert: verschiedene Eissorten sorgten an den heißen Tagen für willkommene Erfrischung.

Das Angebot kam bei den Bewohnerinnen, Bewohnern und ihren Gästen sehr gut an und erfreute sich hoher Nachfrage.



In liebevoller Erinnerung

In liebevoller Erinnerung gedenken wir unseren verstorbenen Bewohnerinnen und Bewohnern. Es war uns eine Herzensangelegenheit und Ehre, sie ein Stück ihres Lebens begleiten zu dürfen.

Deutsch Juliana † 28.06.2025
Gosak Alosia † 15.07.2025
Adelberger Gerlinde † 31.07.2025
Althuber Apollonia † 06.08.2025

Lutje Johann † 13.08.2025
Rituper Margit † 26.08.2025
Moser Renate † 08.09.2025

Rückblick: Seniorentag 2025 in Grödig

Am Montag, den 08. September 2025, lud die Marktgemeinde Grödig wieder alle Seniorinnen und Senioren (ab 65 Jahren, mit Hauptwohnsitz in Grödig) herzlich zum traditionellen Seniorentag ein.

Wie jedes zweite Jahr fand dieser besondere Nachmittag im St. Leonharder Bierzelt am Kirtagmontag statt. Bürgermeister Herbert Schober begrüßte die zahlreichen Gäste persönlich und hieß sie willkommen.

Für das leibliche Wohl war bestens gesorgt: Getränke, ein gutes Essen sowie

Kaffee und Kuchen ließen keine Wünsche offen.

Dank des Shuttle- und Busservices der Firma Schwab konnten die Besucherinnen und Besucher bequem direkt zum Festzelt gelangen.

Für die musikalische Umrahmung sorgten die Schwoabmoasta Musikanten, die mit ihren Klängen für Stimmung und gute Laune sorgten.

Die Marktgemeinde Grödig bei unseren Seniorinnen und Senioren für diesen gelungenen Tag voller Gemeinschaft und Freude.



GROSSE HILFE,
GANZ NAH.



HILFSWERK



TRAINING FÜR ANGEHÖRIGE

Praxisnahes Kursangebot für Pflege & Betreuung zu Hause

- Basismodul Betreuung & Pflege zuhause 15.09. 14-16 Uhr
- Basismodul Betreuung & Pflege zuhause 26.11. 14-16 Uhr (Regionalstelle Pinzgau)
- Kraft schöpfen und Loslassen 25.09. 14-17 Uhr
- Demenz verstehen - Beziehung gestalten 02.10. 14-17 Uhr
- Medikamente und Wechselwirkungen 07.10. 14-17 Uhr
- Stützen, Begleiten und Mobilisieren 14.10. 14-17 Uhr
- Ernährung im Alter 06.11. 14-17 Uhr
- Hilfsmittel, die den Alltag erleichtern 11.11. 14-17 Uhr
- Fragen an den Bestatter 19.11. 14-17 Uhr
- Umgang mit Inkontinenz 26.11. 14-17 Uhr
- Demenzwissen vertiefen 04.12. 14-17 Uhr
- Diabetes im Alter 10.12. 14-17 Uhr
- Psychische Störungsbilder im Alter 18.12. 14-17 Uhr

Schulungsort: Hilfswerk Bildungszentrum im Wissenspark Puch/Hallein

Die Module sind einzeln buchbar. Das Basismodul ist kostenlos. Jedes weitere Trainingsmodul: 25 €.

Jetzt unverbindlich informieren oder gleich anmelden unter:
0662 434702 oder bildung@salzburger.hilfswerk.at.



Wir suchen
Grödig
dich!

FAMILIE UND BERUF Wir machen es möglich

ab 20 Std/Woche

**Mitarbeiter*Innen gesucht!
Schenke unseren
Senior*Innen einen Teil
Deiner Zeit ...
und werde ein Teil unseres
Teams!**



Wir bieten Dir...

Voll- und Teilzeit, ab 20 Wochenstunden.
Einen interessanten und selbstständigen Tätigkeitsbereich.
Mitarbeit in einem bewohnerorientierten Team.
Offene und wertschätzende Gesprächskultur.
Laufende Fortbildungen.

Bist Du motiviert?

Hast Du eine abgeschlossene Ausbildung in der Pflege und Freude an der Arbeit mit älteren Menschen? Dann richte Deine Bewerbung, Deinen Lebenslauf und Ausbildungsnachweis an: Seniorenheim Grödig, z.H. Sabine Zanner, Franz Peyerl Straße 11, 5082 Grödig, sabine.zanner@groedig.at.

Dienstverhältnis und Entlohnung auf Basis des
Gemeinde-Vertragsbedienstetengesetzes 2001.



Sabine Zanner
Seniorenheim Grödig
Franz Peyerl Straße 1
5082 Grödig - Tel.: 06246/72780

Pflegebedarf oder Hilfe beim Haushalt nötig?

Das digitale Salzburger Pflegeportal unterstützt direkt!

www.gesundheitsnetzwerk.at/pflege-und-beratung



- kein langes Herumtelefonieren mehr
- kostenlos und vertraulich
- Sie bestimmen, ob Ihre Anfrage konkret oder allgemein sein soll
- Sie erhalten Rückmeldung via Telefon oder E-Mail
- Ihre Anfrage wird automatisch an die passende Stelle weitergeleitet
- für Bürger:innen aus Stadt und Land Salzburg

Pflegeberatung - Hauskrankenpflege - Haushaltshilfe - 24 Stunden Pflege - Palliativ Care - Essen auf Rädern

unterstützt durch:

SAGES
Salzburger Gesundheitsfonds

// **gesundheitsnetzwerk.at**
mit menschen salzburg



Adventmarkt



Bastelrunde Grödig

SAMSTAG, 22.11.

10.00 UHR BIS 17.00 UHR



VERKAUF SOLANGE DER VORRAT REICHT!

SONNTAG, 23.11.

10.00 UHR BIS 16.00 UHR

MONTAG, 24.11.

14.00 UHR BIS 16.00 UHR

WEIHNACHTSBÄCKEREI

BITTE VORBESTELLEN

0664 505 15 38

ABHOLUNG AN DEN MARKTTAGEN

Unsere Verkaufsstand befindet sich bei der PFARRKIRCHE in Grödig!

Der Reinerlös wird für kirchliche und karitative Zwecke verwendet!

BILDUNGSWERK Grödig

Spaziergang mit Geschichte am 27.8.25, 17:30h bis 20:30h

97 TeilnehmerInnen trafen sich im Gemeindeamt Grödig zu einem spannenden Vortrag von Karl-Heinz Wochermayr über die (Kriegs-) Geschichte in unserem Ort.

Franz Spechtler erzählte Spannendes aus dieser Zeit aus seiner persönlichen Sicht und doch auch mit Anekdoten gespickt trotz dieser schweren Jahre.

Gegen 18:30h ging es über den Gemeindepark hin zur Apotheke, dem alten Bahnhof, weiter bis zum Heimathaus mit weiteren Erzählungen zur Geschichte von diesen Orten.

Zum Abschluss lud Hans-Martin Walchhofer ins Radiomuseum ein. Dort erfuhr man vieles über die Technik dieser Zeit wie zB dem „Volksempfänger“.

Die Teilnehmenden waren zufrieden und froh über alle diese umfangreichen geschichtlichen Fakten. Veranstaltungen wie diese und weitere gibt es wieder in 2026!



Mit kultigen Grüßen
EURE *Heidi Steiner*
Bildungswerkleiterin Grödig



Herkunftskennzeichnung: Ein Motor, den die Politik nicht startet

Stellen Sie sich vor: Beim Einkaufen wäre sofort klar, woher Fleisch, Milch oder Brot tatsächlich stammen. Ein kleiner Hinweis am Etikett würde reichen – und Konsumentinnen und Konsumenten könnten bewusst entscheiden, ob sie ein heimisches Produkt wählen oder eines, das von weit her importiert wurde. Eine simple Lösung, sie kostet nichts und hätte dennoch große Wirkung: Denn durch diese Kaufentscheidung profitieren nicht nur Bauern und Verarbeiter, sondern auch Händler, Transporteure, Baufirmen, Tischler, Elektriker, Installateure und viele kleine Handwerksbetriebe quer durchs Land.

Soweit die Theorie. In der Praxis begegnet uns die Herkunftskennzeichnung seit Jahren in Regierungsprogrammen eher wie ein Wahlkampf-Maskottchen: Man holt sie hervor, winkt freundlich, verspricht große Schritte – und stellt sie danach wieder brav ins Eck. Die 2023 eingeführte Pflichtkennzeichnung für Fleisch, Milch und Eier in der Gemeinschaftsverpflegung wirkt vor diesem Hintergrund fast wie ein Alibi: „Seht her, wir tun ja etwas!“ – nur eben nicht genug.

Die Bevölkerung hätte längst entschieden. Laut Umfragen wünschen sich 86 Prozent der Österreicherinnen und Österreicher mehr Transparenz im Lebensmittelregal. Die Nachfrage ist da, die Vorteile liegen auf der Hand: Wer regional einkauft, hält das Geld im Land, fördert lokale Wertschöpfungsketten und sichert Arbeitsplätze. Regionale Produkte wirken wie ein Konjunkturprogramm – allerdings zum Nulltarif.

Und trotzdem wird gezögert. Offiziell fürchtet man Bürokratie und mögliche Mehrkosten. In Wahrheit aber zeigt sich ein anderes Problem: Politik, die nicht über den nächsten Wahltag hinausdenkt. Visionen enden an der Schwelle der Wahlurne, langfristige Lösungen bleiben auf der Strecke. Mut und Gestaltungswille sind rar geworden – und so bleibt eine Maßnahme, die praktisch auf der Hand liegt, seit Jahren liegen.

Besonders widersprüchlich wird es mit Blick auf Mercosur. Während die Herkunftskennzeichnung hierzulande kaum vorankommt, wird gleichzeitig über ein Handelsabkommen mit Südamerika verhandelt, dass tonnenweise billiges Rindfleisch in die EU bringen würde – produziert unter deutlich niedrigeren Umwelt-, Klima- und Tierschutzstandards. Damit droht nicht nur eine Verzerrung des Wettbewerbs, sondern auch zusätzlicher Druck auf heimische Landwirte. Für Konsumentinnen und Konsumenten bedeutet das am Ende vor allem eines: noch weniger Orientierung darüber, woher ihr Essen tatsächlich stammt.

Dabei liegt die Lösung auf dem Tisch. Herkunftskennzeichnung ist kein Luxusprojekt, keine abstrakte Idee, keine Kostenfalle – sondern ein echter Wirtschaftsmotor. Sie stärkt regionale Produzenten ebenso wie kleine und mittlere Betriebe im ganzen Land, schafft Arbeitsplätze und baut Vertrauen zwischen Erzeuger und Konsument.

Dass eine so einfache wie wirksame Maßnahme seit Jahren liegen bleibt, zeigt vor allem eines: Politik scheut oft den kleinen Schritt, obwohl er der wichtigste wäre. Herkunftskennzeichnung wäre kein Detail, sondern ein klares Bekenntnis – zur regionalen Wirtschaft, zu den Konsumenten und zu mehr Ehrlichkeit im Lebensmittelregal.

Text: Elisabeth Eibl

Totengedenkfeier der Kameradschaft Grödig

Liebe Gemeindegewinnen, liebe Gemeindegewer!

Die Kameradschaft Grödig veranstaltet jedes Jahr unter der Mitwirkung der Marktmsikkapelle Grödig und der örtlichen Vereine die Totengedenkfeier für die Gefallenen und Vermissten beider Weltkriege.

Als Obmann der Kameradschaft finde ich es sehr schade, dass die Bevölkerung inzwischen so gut wie gar nicht mehr an den Feierlichkeiten teilnimmt!

Dabei haben sehr viele Grödiger für unsere Heimat ihr Leben geopfert und sind auf den beiden Tafeln beim Kriegerdenkmal vermerkt.



Wir sollten uns die Zeit nehmen, wenigstens einmal im Jahr beim Kriegerdenkmal innezuhalten.

Kameraden, die das Glück hatten, vom Kriegseinsatz wieder nach Hause zurückzukommen (die sogenann-

ten „Heimkehrer“), erbauten für ihre gefallenen und vermissten Kameraden diese Denkmale.

Wir alle sind verpflichtet, diese Denkmale zu ehren, zu erhalten und zu pflegen, gerade in einer Zeit, in der Frieden auf dieser Welt nicht mehr selbstverständlich ist!

Ich würde mich sowohl über alle Gemeindegewinnen und Gemeindegewer, aber auch über Gäste sehr freuen, die am 17. Oktober 2025, um 18.30 Uhr in der Pfarrkirche Grödig und/oder anschließend beim Kriegerdenkmal an der Gedenkfeier teilnehmen!

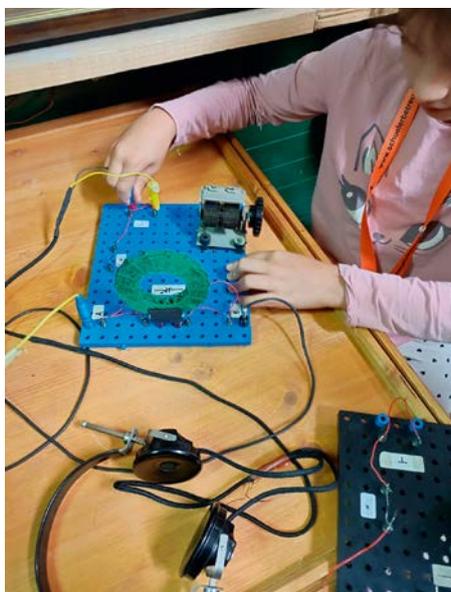
*Isidor Ziegler
Obmann*

Das Radiomuseum Grödig



Schüler von der Salzburger Ferienbetreuung zu Besuch im Radiomuseum

Der Ausflug bot nicht nur einen spannenden Einblick in die Geschichte und Entwicklung des Radios, sondern auch die Möglichkeit, im Rahmen eines Workshops selbst aktiv zu werden. Nach einer interessanten, spannenden Führung durch die Ausstellung, in der historische Radios



und die Entwicklung anschaulich erklärt wurden, nahmen die Kinder an einem Workshop teil. Dort konnten sie unter Anleitung einfache Empfangsgeräte, sogenannte Detektorempfänger zusammenbauen und einen Sender einstellen. Hat es funktioniert, war die Freude über den Erfolg natürlich riesengroß. Beson-

ders begeistert waren die Schüler davon, wieviel Technik hinter so einem alltäglichen Gerät wie dem Radio steckt und dass man die sogar selber bauen kann. Der Ausflug war ein voller Erfolg und kombinierte auf gelungene Weise Theorie und Praxis. Viele Schüler äußerten den Wunsch, sich weiter mit Technik und Medien zu beschäftigen - ein Zeichen dafür, dass das Radiomuseum einen bleibenden Eindruck hinterlassen hat.







Corpus Grödig

Beste Aussichten.



Moderne 2- bis 4-Zimmerwohnungen zwischen 53 und 98 m² in Bestlage.
Jetzt informieren und persönliches Beratungsgespräch vereinbaren!



RK Wohnbau GmbH
Nonntaler Hauptstraße 102
5020 Salzburg

+43 664 1077 844
office@rk-wohnbau.at
www.rk-wohnbau.at

R—K
WOHNBAU

HAMOTEK

Hamotek steht für den Handel und Vertrieb von hochwertigen Komponenten und Lösungen in der Montage- und Automatisierungsindustrie.

Für unser dynamisches Team suchen wir eine/n

LagermitarbeiterIn (m/w/d)

ca. 4 Tage/Woche, jeweils 2 Stunden

- >> Du **nimmst Waren an, kontrollierst den Wareneingang** und **verpackst die Ware** für den Versand - immer in enger Zusammenarbeit mit unserem Innendienst.
- >> Du hältst das Lager in Ordnung.
- >> Montageunterstützung (bei Interesse)

Idealer Job für Studenten oder Pensionisten.

Komm in unser Team!

Ich freue mich auf deinen Anruf.
Nadza Dedic: **06246 / 727 88 - 13**

Untersbergstraße 1b | 5082 Grödig
www.hamotek.at

bezahlte Anzeige

GANZHEITLICHE BEGLEITUNG

Sandra González

NICHT NUR REDEN. ERLEBEN. WACHSEN.

Für wen ich da bin:

- **Erwachsene** in der Lebensmitte – an Wendepunkten oder in Krisen
- **Menschen**, die spürbare Veränderung suchen
- **Eltern, Jugendliche und Familien** mit Lern- oder Lebensthemen

Kostenloses
Erstgespräch
15-30 Min.

Meine 1:1-Begleitung

Klarheit im Kopf. Vertrauen im Herzen. Erleben im Körper.

Gespräch | Gestaltberatung | Aufstellungen | Yoga |
Klangschalen | Lerncoaching | Selbstwertarbeit |
Mentaltraining

Ganz auf dich abgestimmt

Individueller Mix aus verschiedenen Methoden.

Online, in meiner Praxis oder bei dir zu Hause.

Mag. Sandra González

Dipl. Psychosoziale Beraterin, Pädagogin,

Dipl. Mentaltrainerin

Otto Glöckel Straße 18 | 5082 Grödig

+43 676 561 51 26,

sandra.gonzalez@gmx.at

www.sandra-gonzalez.at



CAG CLUB
AKTIV
GESUND

22.09.25 - 02.02.26

18:30 - 19:30 Uhr

15

Einheiten

Multi-Funktions-Zentrum,
Bewegungsraum
Göllstraße 7, 5082 Grödig

98 €

AKTIV GRUPPE Grödig

In den Aktiv-Gruppen werden die motorischen Fähigkeiten Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit trainiert. Das Training richtet sich an Einsteiger und sportlich mäßig fortgeschrittene Personen. Der Spaß an der Bewegung steht im Vordergrund.

Kontakt & Anmelde-möglichkeiten:

www.clubaktivgesund.at, info@clubaktivgesund.at, 0662 / 45 11 24



bezahlte Anzeige

Ordinationseröffnung

Liebe Frauen,

ab Juli bin ich, Michael Kofler, Facharzt für Gynäkologie und Geburtshilfe, mit meiner Wahlarztpraxis für Sie da.

Mir ist wichtig, dass Sie sich bei mir gut aufgehoben fühlen: mit Zeit für Ihre Fragen, individueller Betreuung und einer vertrauensvollen Atmosphäre.

Meine neue Ordination ist barrierefrei zugänglich, bietet Parkplätze vor Ort, modernste Ausstattung und garantiert zeitnahe Termine ohne Wartezeit in der Praxis.

Ob Vorsorge, Beratung, gynäkologische Beschwerden, Schwangerschaftsbegleitung, Betreuung bei Kinderwunsch oder hormonellen Beschwerden, wie zum Beispiel in den Wechseljahren – ich nehme mir gerne Zeit für Ihre Anliegen.

Ich freue mich darauf, Sie persönlich kennenzulernen und Sie in allen Lebensphasen kompetent zu begleiten.



Mit herzlichen Grüßen,

Dr. Michael Kofler

Ordinationsanschrift: **Hellbrunnerstraße 10, 5081 Anif**

Terminvereinbarung telefonisch unter: **0660/5081811** oder direkt online über meine Homepage: **www.frauenarzt-kofler.at**



EINLADUNG



zum Vortrag „**WILDE JAGD**“



Ursprünge und Herkunft der Sagen, der Figuren und das heutige Brauchtum



Samstag, 22. November 2025

im
Untersbergmuseum
Kugelmühlweg 4, Fürstenbrunn



Eintrittspreis (inkl. Museumsbesuch): € 5,- (Erwachsene), € 2,- (Kinder)

Jeweils um 14 Uhr, 15:30 und 17 Uhr

Dauer des Vortrags ca. 1 Stunde

Bitte um telefonische Anmeldung:

0664 73701789



Kleine Speisen und Getränke in der Pause



KATHOLISCHES
BILDUNGSWERK
Grödig

präsentiert:

Folk Music
trianam



Begeben Sie sich mit uns auf eine einzigartige Reise voller irischer Musik und inspirierender Geschichten.

Unter dem Titel „Aufbruch und Visionen“ verbindet die Irish-Folk-Band Trianam stimmungsvolle Melodien mit packenden Erzählungen, die von der Geschichte, den Mythen und Träumen Irlands erzählen.

Die MusikerInnen nehmen Sie mit zu den Abenteuern irischer SeefahrerInnen, den Visionen mutiger Träumender und den Geschichten von Menschen, die neue Wege gingen. Begleitet von traditionellen Klängen, gefühlvollen Balladen und lebhaften Rhythmen entsteht ein Konzertabend, der bewegt, inspiriert und zum Träumen einlädt.

Lassen Sie sich von der Magie Irlands verzaubern und entdecken Sie mit Trianam die musikalische und erzählerische Vielfalt einer einzigartigen Kultur.

„Aufbruch und Visionen“ ist mehr als ein Konzert – es ist eine Reise, die tief berührt und lange nachklingt.

Samstag, 29. November 2025 um 19:00 Uhr

Pfarrkirche Grödig

Eintritt: € 10.-



KAUFHAUS IN TROUBLE



Shopping-Komödie
in drei Akten von Winnie Abel
Plausus Theaterverlag GmbH & Co. KG, Bonn

Premiere 21. November 2025 um 19:30 Uhr

Online-Buchung unter www.groediger-bauerntheater.at

Reservierungsstart ist der 20. Oktober 2025

Selbstverständlich ist es auch möglich (ebenfalls ab 20. Oktober 2025),

Karten telefonisch unter 0664 / 48 24 797 (ausschließlich Mo – Fr von 10:00 – 14:00 Uhr!) zu reservieren.

Die telefonisch vorbestellten Karten werden im Geschäft „Leckerbissen“ (Hauptstrasse 7, Grödig) hinterlegt und können dort ausschließlich von **Montag bis Freitag zwischen 15:00 – 17:00 Uhr** abgeholt werden.

Reservierungen sind aus organisatorischen Gründen ausschließlich **telefonisch oder online möglich** –

wir bitten um Verständnis, dass **Anfragen per E-Mail, SMS, Mailbox oder andere Kanäle** leider nicht berücksichtigt werden können.

Wir laden Sie herzlich ein, gemeinsam mit uns einen lustigen Abend zu verbringen und freuen uns auf Ihren Besuch.

Ihr Grödiger Bauerntheater



WALLNER
ELEKTROTECHNIK

Planung /Ausführung sämtlicher Elektroarbeiten
Smart Home Lösungen √ KNX Programmierung
Service √ Reparatur √ Anlagenüberprüfungen
Photovoltaikanlagen √ E-Ladelösungen
Netzwerktechnik √ Fernsehtechnik

📍 Wallner Elektrotechnik e.U.
Dr. Albert Schweitzer Str. 7/4
5082 Grödig

☎ +43 676 949 71 90

✉ office@wallner-elektro.at

Scan me



wallner-elektro.at

www.optik-froehlich.at



-20%
MEHRWERTSTEUER
GESCHENKT

WICHTIG: Nur Gültig Oktober 2025

Optik Fröhlich
einfach günstig

bezahlte Anzeige

Veranstaltungen

Oktober - Dezember

Datum	Veranstaltung	Ort	Uhrzeit	Veranstalter
Oktober				
11.10.25	Wanderung zur Ostpreußenhütte von der Dielalm	Treffpunkt: Marktplatz	08:00	Naturfreunde Österreich OG Grödig
11.10.25	53. Grödiger Tauschmarkt für Kinderartikel	Aula der MMS Grödig	08:30-11:30	Grödiger Tauschmarkt für Kinderartikel
11.10.25	Workshop "Großmutters Hausmittel - altbewährt und wirksam"	Hüllenlos - der etwas andere Bioladen, Schützenstraße 13	09:00-14:00	La Vida Naturprodukte mit Gastosophin Rosemarie Haider
12.10.25	Kirchweihfest und Festmesse für Ehejubilare	Pfarrkirche Grödig	09:00	Pfarre Grödig
14.10.25	Klubnachmittag	Klubraum, Karl-Heinz-Böhm-Str. 15	14:00-17:00	Pensionistenverband OG Grödig
15.10.25	Tagesausflug	Fahrt ins Blaue		Pensionistenverband OG Grödig
15.10.25	Generalversammlung	KIZ Fürstenbrunn	19:30	Kulturforum Fürstenbrunn
17.10.25	Totengedenkfeier und Jahreshauptversammlung	Pfarrkirche Grödig, GH Schorn	18:15	Kameradschaft Grödig und Umg.
18.10.25	Dämmerstunde	KIZ Fürstenbrunn	19:30	Kulturforum Fürstenbrunn
21.10.25	Schafbratlessen	Lungau	09:00	Seniorenbund Grödig
21.10.25	Klubnachmittag	Klubraum, Karl-Heinz-Böhm-Str. 15	14:00-17:00	Pensionistenverband OG Grödig
22.10.25	Themenabend "Ein Topf: Köstliches aus Wok und Pfanne"	Hüllenlos - der etwas andere Bioladen, Schützenstraße 13	18:30-20:30	La Vida Naturprodukte mit Gastosophin Rosemarie Haider
25.10.25	Wanderung Buchberg bei Mattsee	Treffpunkt: Marktplatz	09:00	Naturfreunde Österreich, OG Grödig
25.10.25	Tennengauer Kleintierschau	Pernerinsel Hallein	09:00-17:00	Kleintierzuchtverein S13
26.10.25	Tennengauer Kleintierschau	Pernerinsel Hallein	09:00-17:00	Kleintierzuchtverein S13
26.10.25	Vereinsmeisterschaft mit Oktoberfest mit Sommer-Kwich-Cup Preisverteilung	Eisstockhalle	09:30	Eisschützenverein Grödig-Gartenau
26.10.25	Familiientag	Untersbergmuseum	11:00-17:00	Untersbergmuseum
28.10.25	Klubnachmittag	Klubraum, Karl-Heinz-Böhm-Str. 15	14:00-17:00	Pensionistenverband OG Grödig
28.10.25	Firmanmeldung	Pfarrbüro Niederalm, Pfarrhofweg 3	17:00-18:30	Pfarre Grödig
29.10.25	Firmanmeldung	KIZ Fürstenbrunn	17:00-18:30	Pfarre Grödig
30.10.25	Seniorenswimmen	Watzmanntherme	09:00	Marktgemeinde Grödig
30.10.25	Firmanmeldung	Pfarrbüro Grödig	17:00-18:30	Pfarre Grödig
November				
01.11.25	Allerheiligen Festmesse	Pfarrkirche Grödig	09:00	Pfarre Grödig
01.11.25	Allerheiligen Messe & Gräbersegnung	Wallfahrtskirche St. Leonhard	10:00	Pfarre Grödig
01.11.25	Allerheiligen Messe mit Gräbersegnung	Pfarrkirche Grödig	14:00	Pfarre Grödig
01.11.25	Allerseelenrequiem	KIZ Fürstenbrunn	18:30	Pfarre Grödig
02.11.25	Allerseelenrequiem	Pfarrkirche Grödig	19:00	Pfarre Grödig
03.11.25	Allerseelenrequiem	Pfarrkirche Grödig	19:00	Pfarre Grödig
04.11.25	Klubnachmittag	Klubraum, Karl-Heinz-Böhm-Str. 15	14:00-17:00	Pensionistenverband OG Grödig
04.11.25	1. Winter-Kwich-Cup	Eisstockhalle	14:30	Eisschützenverein Grödig-Gartenau
04.11.25	Firmanmeldung	Pfarrbüro Anif, Römerstraße 10	17:00-18:30	Pfarre Grödig
05.11.25	Infoabend Adventfenster	KIZ Fürstenbrunn	19:00	Kulturforum Fürstenbrunn
06.11.25	Kegeln	Gasthof Mostwastl	15:00-18:00	Pensionistenverband OG Grödig
08.11.25	Turnier der örtlichen Vereine	Eisstockhalle	09:00	Eisschützenverein Grödig-Gartenau

Datum	Veranstaltung	Ort	Uhrzeit	Veranstalter
08.11.25	Workshop "Die Heilkraft des Räucherns im Jahreskreis"	Hüllenlos - der etwas andere Bioladen, Schützenstraße 13	09:00-14:00	La Vida Naturprodukte mit Gastrosophin Rosemarie Haider
09.11.25	Leonhardritt	Wallfahrtskirche St. Leonhard	10:00	Pfarre Grödig
11.11.25	Klubnachmittag	Klubraum, Karl-Heinz-Böhm-Str. 15	14:00-17:00	Pensionistenverband OG Grödig
11.11.25	2. Winter-Kwich-Cup	Eisstockhalle	14:30	Eisschützenverein Grödig-Gartenau
11.11.25	Martinsfest für Kleinkinder	Pfarrkirche Grödig	17:30	Pfarre Grödig
12.11.25	Feier "Runde Geburtstage"	Eisstockhalle	17:30	Eisschützenverein Grödig-Gartenau
13.11.25	Senienschwimmen	Watzmanntherme	09:00	Marktgemeinde Grödig
15.11.25	Herbstliche Wanderung am Mühlenweg in Ebenau zum Wasserfall Plötz	Treffpunkt: Marktplatz	09:00	Naturfreunde Österreich, OG Grödig
16.11.25	Hubertusmesse	Hubertuskapelle	10:00	Pfarre Grödig
16.11.25	Stille nächtliche Anbetung, 81. Gedenktag des Bombenangriffs auf Grödig	Pfarrkirche Grödig	Nach der Abendmesse um 19:30 Uhr bis 06:00 Uhr	Pfarre Grödig
18.11.25	Klubnachmittag	Klubraum, Karl-Heinz-Böhm-Str. 15	14:00-17:00	Pensionistenverband OG Grödig
18.11.25	Speckturnier	Eisstockhalle	14:30	Eisschützenverein Grödig-Gartenau
20.11.25	Kegeln	Gasthof Mostwastl	15:00-18:00	Pensionistenverband OG Grödig
21.11.25	Premiere "Kaufhaus in Trouble"	Bauerntheater Grödig	19:30	Das Grödiger Bauerntheater
22.11.25	Adventmarkt der Bastelrunde	gegenüber der Pfarrkirche	10:00-17:00	Bastelrunde der Pfarre Grödig
22.11.25	Vortrag "Wilde Jagd"	Untersbergmuseum	14:00, 15:30, 17:00	Untersbergmuseum
23.11.25	Cäcilia Messe	Pfarrkirche Grödig	09:00	Pfarre Grödig & MMK Grödig
23.11.25	Adventmarkt der Bastelrunde	gegenüber der Pfarrkirche	10:00-17:00	Bastelrunde der Pfarre Grödig
24.11.25	Adventmarkt der Bastelrunde	gegenüber der Pfarrkirche	14:00-17:00	Bastelrunde der Pfarre Grödig
25.11.25	Klubnachmittag	Klubraum, Karl-Heinz-Böhm-Str. 15	14:00-17:00	Pensionistenverband OG Grödig
25.11.25	3. Winter-Kwich-Cup	Eisstockhalle	14:30	Eisschützenverein Grödig-Gartenau
26.11.25	Themenabend "Ein Strudel - unzählige Variationen"	Hüllenlos - der etwas andere Bioladen, Schützenstraße 13	18:30-20:30	La Vida Naturprodukte mit Gastrosophin Rosemarie Haider
27.11.25	Senienschwimmen	Watzmanntherme	09:00	Marktgemeinde Grödig
28.11.25	Workshop für unsere Kleinen: "Kekse backen für Kinder ab 6 Jahren"	Hüllenlos - der etwas andere Bioladen, Schützenstraße 13	15:00-17:00	La Vida Naturprodukte mit Gastrosophin Rosemarie Haider
28.11.25	Krampusworkshop	KIZ Fürstenbrunn	17:00	Dorcha Pass
28.11.25	Krampuslauf	KIZ Fürstenbrunn	19:00	Dorcha Pass
29.11.25	Tagesausflug	Adventmarkt in Pürgg		Pensionistenverband OG Grödig
29.11.25	Kameradschaftsadvent	Pension Bachmann	15:00	Kameradschaft Grödig und Umg.
29.11.25	Adventkranzweihe	KIZ Fürstenbrunn	17:00	Pfarre Grödig
29.11.25	Konzert Irische Musik	Pfarrkirche Grödig	19:00	Katholisches Bildungswerk
30.11.25	Adventkranzweihe	Pfarrkirche Grödig	09:00 und 19:00	Pfarre Grödig
30.11.25	Krippen Weihnachtsausstellung	Heimathaus	09:00-18:00	Krippenbauverein Grödig
30.11.25	Adventkranzweihe	Wallfahrtskirche St. Leonhard	10:00	Pfarre Grödig
30.11.25	Krampuslauf	Adventmarkt St. Leonhard	15:00	Grödiger Krampusse
30.11.25	Krippen Weihnachtsausstellung	Heimathaus	09:00-18:00	Krippenbauverein Grödig
30.11.25	Adventmarkt	Untersbergmuseum	11:00-17:00	Untersbergmuseum
30.11.25	Kameradschaftsadvent	Pension Bachmann	15:00	Kameradschaft Grödig und Umg.
Dezember				
01.12.25	Krippen Weihnachtsausstellung	Heimathaus	09:00-17:00	Krippenbauverein Grödig
1.-24.12.25	Adventfenster	Fürstenbrunn	18:00	Kulturforum Fürstenbrunn
02.12.25	Klubnachmittag	Klubraum, Karl-Heinz-Böhm-Str. 15	14:00-17:00	Pensionistenverband OG Grödig
02.12.25	Krampus-Schießen	Eisstockhalle	14:30	Eisschützenverein Grödig-Gartenau

Datum	Veranstaltung	Ort	Uhrzeit	Veranstalter
03.12.25	Weihnachtsfeier	Gasthof Schorn	12:00	Seniorenbund Grödig
04.12.25	Kegeln	Gasthof Mostwastl	15:00-18:00	Pensionistenverband OG Grödig
05.12.25	Adventfenster	Untersbergmuseum	18:00	Untersbergmuseum
06.12.25	Grödiger Krampuslauf	Gemeindeamt Grödig	18:30	Grödiger Krampusse
06.12.25	Kameradschaftsadvent	Pension Bachmann	15:00	Kameradschaft Grödig und Umg.
07.12.25	Kameradschaftsadvent	Pension Bachmann	15:00	Kameradschaft Grödig und Umg.
08.12.25	Eröffnung Krippenausstellung (jeden Sonntag bis 2.2.2025)	Untersbergmuseum	14:00	Untersbergmuseum
09.12.25	Klubnachmittag	Klubraum, Karl-Heinz-Böhm-Str. 15	14:00-17:00	Pensionistenverband OG Grödig
09.12.25	4. Winter-Kwich-Cup	Eisstockhalle	14:30	Eisschützenverein Grödig-Gartenau
10.12.25	Adventfeier	Gasthof Schorn	12:00-16:00	Pensionistenverband OG Grödig
11.12.25	Seniorenswimmen	Watzmanntherme	09:00	Marktgemeinde Grödig
13.12.25	Wanderung über den Mönchsberg in das Müllner Bräustübl	Treffpunkt: Marktplatz	09:00	Naturfreunde Österreich, OG Grödig
13.12.25	Kameradschaftsadvent	Pension Bachmann	15:00	Kameradschaft Grödig und Umg.
14.12.25	Kameradschaftsadvent	Pension Bachmann	15:00	Kameradschaft Grödig und Umg.
16.12.25	Kegeln	Gasthof Mostwastl	15:00-18:00	Pensionistenverband OG Grödig
16.12.25	Weihnachts-Turnier	Eisstockhalle	14:30	Eisschützenverein Grödig-Gartenau
18.12.25	Seniorenswimmen	Watzmanntherme	09:00	Marktgemeinde Grödig
20.12.25	Rorate	Pfarrkirche Grödig	06:00	Pfarre Grödig
20.12.25	Kameradschaftsadvent	Pension Bachmann	15:00	Kameradschaft Grödig und Umg.
21.12.25	Kameradschaftsadvent	Pension Bachmann	15:00	Kameradschaft Grödig und Umg.
24.12.25	Friedenslicht Aktion	Feuerwehrgestätte Grödig & Fürstenbrunn	09:00-12:00	Freiwillige Feuerwehr Grödig & Löschzug Fürstenbrunn-Glanegg
24.12.25	Weihnacht für Alleinstehende	KIZ Fürstenbrunn	20:00	Kulturforum Fürstenbrunn
28.12.25	Lichterwanderung	KIZ Fürstenbrunn	18:00	Kulturforum Fürstenbrunn
30.12.25	Jahresabschluss-Turnier	Eisstockhalle	14:30	Eisschützenverein Grödig-Gartenau

**-10%
Weihnachtsaktion
von 3.11.
bis 23.12.2025**

**Bei uns is Der
Grödiger dahoaam**

Der Grödiger 10€