

Wir in Thalgau



Kneipp-Anwendungen beleben den Organismus und treiben den Winterblues aus. Im Kneipp Aktiv Club Thalgau wird das Kneipp-Wissen seit 1995 praktisch weitergegeben (im kleinen Bild Obfrau Gerti Höller).

KBILD: KNEIPP AKTIV CLUB / CHRIS PERKLES

Kneipp spielt hier die Hauptrolle

Kneipp Aktiv Club plant Dokumentarfilm zum 30-jährigen Bestehen. Gerti Höller verrät die Details.

Thalgau. Die Thalgauerin Gerti Höller ist ausgebildeter Kneipp-Wasser-Coach und seit 2006 im Team des Kneipp Aktiv Club, zuerst als stellvertretende Obfrau, mittlerweile seit zehn Jahren als Vereinsobfrau. „Es war Ruth Pölzleitner, die mich zum Verein brachte. Sie leitet Gymnastik und Tibetisches Heilyoga (Lu Jong) an

und stammt noch aus dem Gründungsteam“, sagt Gerti Höller. Was sie am Kneippen fasziniere, sei die Einfachheit der überlieferten Traditionen. Sie ließen sich ganz einfach in den Alltag einbauen. Mit Vorfreude blicken die Vereinsmitglieder nun auf das Jubiläumsjahr. In Planung ist ein besonderes Highlight: „Wir ar-

beiten mit Filmemacher Chiel van der Kruit an einem Filmbeitrag über Sebastian Kneipp und seine Lebensgeschichte. Darin soll gezeigt werden, wie der aus armen Verhältnissen stammende Weberbub seinen Lebensweg ins Kloster finden und seine Lungentuberkulose heilen konnte.“ Im Film wird auch der Kneipp Aktiv

Club Thalgau eine wichtige Rolle spielen. Das Drehbuch steht bereits und auch, welche Schauplätze vorkommen, ist besprochen.

Am 17. Mai 1821 wurde Sebastian Kneipp geboren. Das Geburtsdatum ist Anlass für den Thalgauer Verein, einen Ausflug nach Schlierbach mit Besichtigung des Klosters zu machen. Höller: „Eine

JOHAM
Metalldesign
WWW.JOHAM-METALL.AT f @

METALL FASZINIERT DICH?
Dann bist du hier richtig! Starte deine Karriere als Metalledesigner/in oder Metallfacharbeiter/in. Bewirb dich jetzt!

Strauzenhof
Leitner-Eisl, Waseneggstraße 7, 5303 Thalgau, mobil: 0699-11122036, strauzenhof@sbg.at, www.strauzenhof.at

Bio-Produkte gibt es am Strauzenhof nach telefonischer Vereinbarung und natürlich mit Verkostungsmöglichkeit: Schafmilch, Schafwürste, Schaftilsiter, Lammfleisch (im Herbst), Bärlauchpesto, Kräutersirup, Marmeladen, Chutney, Schnaps, Apfelsaft, Lammfelle, Schafwolle für den Garten.

Eine Auswahl davon gibt es auch am 24-h-Automaten (inklusive Eisl-Schafmilchprodukten und Eisl-Schafmilch-Eis). Zum Newsletter gerne per Mail oder Whatsapp anmelden.

20. MÄRZ 2025

Kneipp-Anlage wird dort neu eröffnet. Die Mitglieder des Schlierbacher Kneipp Aktiv Clubs waren im September bei uns, nun gibt es einen Rückbesuch.“ Das Filmteam plant auch Interviews mit Georg Jillich, Präsident des Kneippbundes Österreich und mit Allgemeinmediziner Martin Spinka. Der fertiggestellte Dokumentarfilm soll im Herbst präsentiert werden.

Das eigene Gespür für den Körper lernen

Gerti Höller hat beobachtet, dass viele Menschen unsicher sind, alte Hausmittel anzuwenden. Man dürfe sich wieder mehr auf das eigene Spüren und das Urvertrauen verlassen, meint die Vereinsobfrau. Sie hat fünf hilfreiche Tipps für den Alltag parat:

- Schneidet man sich in den Finger, verwendet man am besten das Blatt des Spitzwegerichs als Pflaster: leicht andrücken und die Wunde damit umwickeln.
- Wer sich müde fühlt, kann den Organismus mit einem kalten

Unterarmbad statt mit einer Tasse Kaffee aktivieren. Der „Kneippsche Espresso“ vertreibt auch Kopfschmerzen.

- Völlegefühl und Winterblues tritt man mit Leberwickel entgegen: ein feuchtes Tuch auf die rechte Bauchseite legen und mit einer Wärmflasche abdecken. Der Wickel wirkt reinigend und entgiftend.

- Täglich eine halbe Stunde an der frischen Luft spazieren gehen lüftet auch das Gehirn und beugt Depressionen vor.

- Abends ein warmes Fußbad hilft beim Entspannen. Ist etwa eine Verköhlung im Anmarsch, lässt sich das Immunsystem mit einem temperaturanstiegenden Fußbad stärken.

Gerade mit diesem Fußbad habe die Thalgauerin sehr gute Erfahrung gemacht. „Wenn man zu schwitzen beginnt, soll man sich niederlegen und nach Möglichkeit schlafen. Durch das sanfte Ansteigen der Temperatur von 33 auf 41 Grad wärmt sich mit dem Wasser der ganze Körper auf,

man erzeugt ein künstliches Fieber.“

Vereinsprogramm zwei Mal jährlich neu

Ihre Aufgabe sei das Vorleben und Weitertragen der Lebensordnung „im kneippschen Ursinn. Meiner Tochter habe ich bei Halsweh Topfenwickel aufgelegt, Salbeitee zum Gurgeln aufgegossen und mit einem Teelöffel Honig gesüßt. Was viele nicht wissen: Pfarrer Sebastian Kneipp war auch Imker.“ Am 1. April unternimmt der Verein eine Exkursion in die Apotheke Wartensfelds. Geschäftsführer Benjamin Hipp führt durchs Haus und zeigt, was im Hintergrund geschieht. Ab April bietet der Kneipp Aktiv Club wieder regelmäßig Wanderungen an, auch Nordic Walking, Brotback-Workshops und Vorträge bereichern das Angebot.

Kontakt: +43 664 136 97 02 oder E-Mail: g.hoeller@sbg.at
Monika Bayerl

KURZ GEMELDET

Kulturkraftwerk oh456: Porträt-Ausstellung

Thalgau. Von 21. März bis einschließlich 9. Mai ist im Kulturkraftwerk in der Riedlstraße 8 die Ausstellung „Mia san mea“ mit 53 Porträts Thalgauer Bürgerinnen und Bürger zu sehen. Das Community-Projekt des KubiQ Thalgaus lebt von den Schwarzweiß-Fotografien von Dirk Obracay. Um 19.30 Uhr findet das Konzert mit BÖF – Bayrisch Österreichischer Feinklang statt.

Der Osterhase bringt Geschenke

Thalgau. Die Kinderfreunde Thalgau freuen sich auf zahlreiche Kommen: Der Osterhase besucht am Gründonnerstag, 17. April um 15 Uhr den Spielplatz beim Seniorenwohnheim und verteilt Süßigkeiten und Ostereier an die Kinder. Infos: Elfi Fanning Tel.: 0664 5110851.

Think Electric – mit Blick in die Zukunft

Fiegl + Spielberger ist ein führendes Unternehmen im Bereich Elektrotechnik und entwickelt nachhaltige Lösungen für das Energiemanagement der Zukunft.

Nachhaltigkeit und Zukunft im Fokus

Bei Fiegl + Spielberger denkt man heute schon an morgen: Mit innovativen Konzepten wird an nachhaltigen Energiemanagement-Lösungen für die Zukunft gearbeitet. Ziel ist es, Technik mit Verantwortung zu verbinden und so einen wichtigen Beitrag für eine umweltbewusste Zukunft zu leisten.

Erneut als „Top Arbeitgeber“ ausgezeichnet

Fiegl + Spielberger ist stolz auf die erneute Auszeichnung als „Top Arbeitgeber“. Sie bestätigt das Engagement für ein motivierendes Arbeitsumfeld und individuelle Karrierechancen. Viele der Mitarbeiter haben ihre Karriere hier mit einer Lehre begonnen und sich zu Experten entwickelt.

Lehre mit Zukunft – gerne auch Quereinsteiger

Fiegl + Spielberger bietet Lehrlingen eine Jobgarantie und unterstützt sie auf ihrem Weg – sei es im technischen, kaufmännischen oder organisatorischen Bereich. Auch Quereinsteiger profitieren vom Ausbildungsangebot, ob nach einer abgeschlossenen Lehre oder der Matura.

Gemeinsam erfolgreich

Arbeiten bei Fiegl + Spielberger bedeutet mehr als nur ein Job – es ist ein Miteinander. Mitarbeiter-events, attraktive Benefits, Prämien & Outdoor-Aktivitäten stärken den Teamgeist. Denn nur gemeinsam ist der Erfolg garantiert.



Elektrotechnik
Niederlassung Salzburg
Oberdorfer Straße 77
5303 Thalgau

sbg@fiegl.co.at
www.fiegl.co.at
☎ 06 62 / 90 44 44
Fax: 06 62 / 90 44 44 – 715



Fiegl + Spielberger:
we think electric!

BILD: FLO MITTEREGGER