

Willkommens-Café

für ukrainische Geflüchtete und deren Unterkunftgeber:innen

Gemeinsam mit dem Verein für mich und du und dem Arbeitskreis Integration St. Georgen veranstaltete der Arbeitskreis Integration Luftenberg ein Willkommenscafé im Haus der Erinnerung. Ziel der Veranstaltung war, ukrainische Geflüchtete und ehrenamtliche Unterstützer:innen zu vernetzen und allfällige Fragen zu beantworten. Es wurde bei Kaffee und Kuchen über Fragen aus Langenstein, St. Georgen und Luftenberg gesprochen. Besondere Freude machte die Ankündigung, dass ukrainische Geflüchtete aus der Grundversorgung das Freibad in St. Georgen unentgeltlich nutzen dürfen. Vielen Dank dafür auch an Bürgermeisterin Hilde Prandner, die bei der Veranstaltung zwar leider verhindert war, dies aber auch für Geflüchtete in Luftenberg ermöglichte.



Michaela Neuhauser | Ltg. Arbeitskreis Integration

Nila, eine Frau, die aus der Ukraine flüchten musste und nun in Luftenberg wohnt, ist Yogalehrerin aus Leidenschaft und möchte dieses Hobby gerne mit Interessierten teilen. Gemeinsam mit der Gesunden Gemeinde wurde nach Räumlichkeiten gesucht und diese auch gefunden.



Seit Juni und noch bis Ende des Sommers, gibt es deshalb die Möglichkeit, therapeutisches Hatha-Yoga mit Nila in Luftenberg im Gemeindamt zu praktizieren. Für mehr Infos bitte gerne direkt bei Nila melden.

Anmeldung unter 0676 / 40 85 806
oder per WhatsApp +380 / 95 / 21 66 771

REGIONAL ■ KOMPETENT ■ ZUVERLÄSSIG

Wir sind Ihr Komplettanbieter - Von der Planung bis zur Umsetzung!

BAU
MIT
UNS



FOTOCREDIT: SONOS ARCHITEKTUR | CARMEN LINDTNER

HENTSCHLÄGER



Hentschläger Bau, Georgestraße 30, Langenstein | 07237/60 60 | office@hentschlaeger.at

www.hentschlaeger.at





OBERÖSTERREICHISCHER
ZIVILSCHUTZ

Hanspeter Winkler | Zivil- und Katastrophenschutz

Aktivitäten



Strahlenschutzberatung im Kindergarten in Luftenberg

Allgegenwärtig sind nach wie vor und auch auf längere Zeit gesehen die Reaktoren der Kernkraftwerke rund um Österreich. Zur Zeit sind 105 Kernkraftwerke um unser Land gebaut. In Betrieb sind 58 mit insgesamt 136 Reaktoren.

Um im Ernstfall, der hoffentlich nicht eintreten wird, unsere Kinder zu schützen, durfte ich Anfang Juli die Pädagoginnen unseres Kindergartens in einem Vortrag rund um das Strahlenschutzthema beraten.

Nun wird ein Konzept erstellt, welches die Umsetzung von Schutzmaßnahmen festhält. Bei diesem Prozess wird sowohl das Kindergartenpersonal als auch die Eltern miteinbezogen.

Bevorratung und Schutz, gerade für die Kleinsten unserer Gesellschaft, ist mir ein großes Anliegen. Je besser vorgesorgt wird, desto kleiner sind die Sorgen im Anlassfall.

Sollten Sie zu diesem oder anderen Zivilschutzthemen Fragen haben, können Sie mich gerne jederzeit kontaktieren.

Winkler Hanspeter | 0664 / 75 01 27 15
zivil-katastrophenschutz@luftenberg.ooe.gv.at



Quelle: Zivilschutz | Luftenberg / Donau

ruhesanft e. U.

Marktplatz 14
4222 St. Georgen/Gusen
Telefon: +43 (0) 7237 / 48 46
Mobil: +43 (0) 676 / 522 46 73
Web: <http://www.ruhesanft.at>
Mail: office@ruhesanft.at

**B
e
s
t
a
t
t
u
n
g**

Wir begleiten Sie durch
die schwere Zeit der Trauer.

Kompetente und persönliche
Betreuung mit Herz



Im heurigen Frühjahr sind der Übungsdienst, diverse kameradschaftliche Aktivitäten und die Jugendarbeit endlich wieder voll durchgestartet.

Die Einsätze der letzten Zeit forderten uns sowohl bei Bränden, mehreren Unwettereinsätzen, als auch bei Personenrettungen aus Fahrzeugen. Der schwere Verkehrsunfall auf der B3 im Bereich der Pulgarner Kreuzung Anfang Juni mit drei zum Teil schwer verletzten Personen zeigte deutlich, wie wichtig die laufende und umfangreiche Aus- und Weiterbildung der Feuerwehrkamerad:innen ist. Wir konnten zwei schwer eingeklemmte Personen in professioneller Zusammenarbeit mit der FF Steyregg, dem Rettungsdienst und dem Notarztteam in kurzer Zeit aus dem stark deformierten Fahrzeug befreien.

Bei einem ganztägigen Übungstag unserer Feuerwehr Anfang April in Amstetten wurden von unserem Ausbildersteam vier spannende Übungsszenarien ausgearbeitet und später von der teilnehmenden Mannschaft erfolgreich abgearbeitet.

Ende Mai konnte auch unsere Jahresvollversammlung im Forum Luftenberg abgehalten werden. Zahlreiche Angelobungen, Beförderungen und Ehrungen standen dabei auf der Tagesordnung.

Unsere Jugendgruppe bereitete sich gemeinsam mit dem Nachwuchs der FF Pürach, auf die heurige Bewerbssaison vor und konnte bereits alle drei Bewerbe auf Bezirksebene erfolgreich meistern. Besonders hervorheben möchten wir den starken 5. Platz in der Bronzewertung in Bad Kreuzen, bei dem sich gleichzeitig vier unserer Nachwuchsflorianis das silberne Leistungsabzeichen sicherten. Den Badeausflug in die Therme Erding haben sich die Jugendlichen redlich verdient.



Erich Fleischmann
Kommandant FF Luftenberg



**DACHDECKEREI
SPENGLEREI
KALTENBRUNNER GmbH**

Retzfeld 5 • 4222 St. Georgen/Gusen • Tel.: 07237 - 35 35



www.gk-dach.at





Martin Reidlbacher | Obmann



Nach vielen Proben sowie einer Marschprobe konnten wir nun endlich wieder einige Ausrückungen verzeichnen.



07. Mai | Wir umrahmten musikalisch die Seelenmesse für die im letzten Jahr verschiedene Prinzessin Anna Elisabeth zu Hohenlohe-Öhringen bei der Auseekapelle.

22. Mai | Wir durften bei Harrys Schmankerl und Trankerl musikalisch durch den Frühschoppen führen. Bei strahlendem Sonnenschein kamen nicht nur die Musiker:innen ordentlich ins Schwitzen. Die zahlreichen Gäste sorgten für fröhliche Stimmung und wurden mit köstlichen Grillschmankerln vom Wirt persönlich versorgt.

26. Mai | Wir spielten in der Kirche in St. Georgen / Gusen die Frühmesse. Anschließend begleiteten wir die Kinder aus Luftenberg musikalisch zur Erstkommunionsfeier in die Pfarrkirche. Bei herrlichem Wetter empfingen wir sie nach der Messe auf dem Kirchenplatz, wo noch das eine oder andere Erinnerungsfoto gemacht wurde.



07. Juli | Unser Europaplatzkonzert verlegten wir ins Forum Luftenberg. Dort konnten wir unserem Publikum einen unterhaltsamen Abend bieten. Auch einige junge Musiker:innen aus der Volksschule begeisterten mit ihrem Auftritt auf den Blockflöten, der Trompete und der Klarinette.

Wir freuen uns sehr, wenn jemand, ob groß oder klein, sich entscheidet ein Instrument zu erlernen. Ob Schlagzeug, Flügelhorn, Trompete, Posaune, Tenorhorn, Waldhorn, Tuba, Klarinette oder Querflöte, bei unserem Musikverein wird jedes Instrument benötigt. Eine Ausbildung kann über die Landesmusikschulen oder teilweise über Musiker:innen der Marktmusik Luftenberg erfolgen. Vielleicht gibt es auch Musiker:innen, die schon länger nicht mehr musiziert haben? Gerne nehmen wir euch in unseren Reihen auf! Auch Gesangstalente sind bei uns herzlich willkommen.

Kontakt: Martin Reidlbacher, **0699 / 10 52 38 64**
oder info@marktmusik-luftenberg.at

Vorschau

- 28.08. Fahrzeugsegnung und Frühschoppen FF-Luftenberg
- 04.09. Frühschoppen Heimatverein



ehillilou
lounge
cafe bar

Parveen „Pete“ Basra
Oberfeldstraße 2
4225 Luftenberg/D.
T. 0664.5461863
office@chillilounge.at
www.chillilounge.at



„Power Girls“ der MS Luftenberg sicherten sich 1. Platz

In diesem Schuljahr erhielt die Mittelschule Luftenberg einen der zwölf begehrten Plätze beim oberösterreichischen Projekt „Power Girls“. Im Rahmen des Projekts können Mädchen der 6. Schulstufe ein Schuljahr lang Technik und Naturwissenschaften hautnah erleben. Ziel ist es die Mädchen für diese Bereiche zu begeistern, sie in ihren Begabungen zu stärken und ihnen einen Einblick in die technische und naturwissenschaftliche Berufswelt zu geben.

Die fünf Power Girls der Mittelschule Luftenberg (alias „Die Luftberger Schlaufüchse“) erlebten in den Unterrichtsstunden und Workshops ein spannendes Schuljahr: Es wurde eifrig experimentiert, im Zuge eines Fotografie Workshops mit Perspektiven gespielt, beim Lego Robotics Workshop Roboter programmiert und aus recycelten Materialien rasend schnelle Rocket Cars gebaut. Beim Kosmetik Workshop wurden sogar eigene Kosmetikprodukte hergestellt. Gemeinsam mit den Power Girls von anderen Schulen wurde eine HTL besucht und in der Kletterhalle um die Wette geklettert.



Dipl. Päd. Stefan Reifmüller, BEd.

Mit großem Engagement lösten die fünf Luftberger Power Girls in diesem Schuljahr die Aufgaben des Projekts und sammelten dabei Punkte für den Jahreswettbewerb. Dieser Fleiß wurde bei der Abschlussveranstaltung in Linz belohnt, indem sich das Luftberger Team (gemeinsam mit den Franziskanerinnen Wels) den 1. Platz im Jahreswettbewerb sicherte!

Dieses ereignisreiche Power Girls Jahr und der aufregende Tag der Abschlussveranstaltung in Linz wird den Mädchen mit Sicherheit noch lange in Erinnerung bleiben!



GRILLNERGER & REISCHL
DACHDECKER & SPENGLER MEISTERBETRIEB

Grillnberger & Reischl GmbH
Ennslande 3, 4470 Enns
Tel.: 07223 / 81161
office@gr-dach.at
www.gr-dach.at



Elfriede Heinrich | Ltg. Arbeitskr. Gesunde Gemeinde



Tipps – Spiele im Wasser

Spiele zur Wassergewöhnung

Ein kleiner Reifen wird auf das Wasser gelegt. Das Kind steht davor und beginnt sich Hände, Gesicht, ... zu waschen (wie vor einem Waschbecken).

Das Kind versucht das Gesicht im Reifen zuerst seitlich, dann frontal auf das Wasser zu legen.

Gemeinsam einen schwimmenden Tischtennisball im Reifen übers Wasser blasen. Im Wasser durch den Reifen schauen, mit Fingern Zahlen zeigen, die das Kind zählen soll.

Zauberwassertiere

Das Kind darf ein Wassertier spielen, dass sich auf Kommando verwandeln kann.

Delphin: Den Kopf untertauchen

Ente: Im Wasser mit angewinkelten Armen auf und ab bewegen

Kugelfisch: Tief einatmen und mit angehaltener Luft im Wasser treiben lassen

Seestern: Mit ausgestreckten Armen und Beinen am Rücken im Wasser liegen

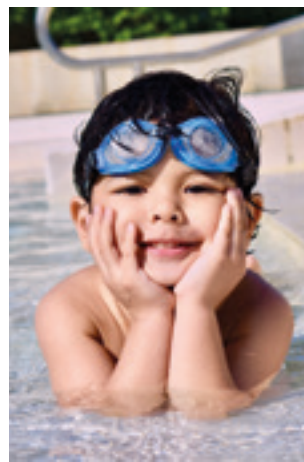
Wal: Luftblasen unter Wasser erzeugen

Auf ins Wasser

Warum Schwimmen lernen für Kinder wichtig ist

Zu ihrer eigenen Sicherheit sollten Kinder so früh wie möglich schwimmen lernen! Schwimmen ist überlebenswichtig!

Eine gute Orientierung im Wasser und das Vertrauen in sich selbst und das eigene Können geben Sicherheit. Das Glücksgefühl über den eigenen Fortschritt motiviert, baut das Selbstbewusstsein auf und macht Lust auf weitere Erfahrungen im Wasser.



Die Kunst der kleinen Schritte

Wassergewöhnung

Wasserscheuen Kindern soll die Angst vor dem Element Wasser genommen werden, wie Wasser ins Gesicht spritzen. Spiel und Spaß stehen im Vordergrund.

Wasserbewältigung

Einfache, natürliche Bewegungen (wie Untertauchen, Gleiten, Schweben, Springen) und das Wohlbefinden im Wasser sind für weitere Schritte sehr wichtig.



Erste Bewegungen

Hundepaddeln, erste Kraulbewegungen mit und ohne Schwimmhilfen im Nichtschwimmer Bereich. Bewegung ist hier das Ziel, bevor die Technik gelehrt wird.

Schwimmen erlernen

Bewusstes Üben, Automatisieren, schrittweise die Hilfsmittel reduzieren und die Wassertiefe verändern.



Mobil 0664 3650405
 sportcafe1@gmx.at
 Sportweg 71 | 4225 Luftenberg/Donau
 Mo - Fr 16:00 - 22:00 Uhr
 Sa - So Eine Stunde vor Spielbeginn

www.sportcafe1.jimdo.com



2 Judo Landesmeistertitel

für Luftenberg

Zehn Luftenberger Judoka kämpften sehr erfolgreich bei der OÖ. Landesmeisterschaft in Kirchham. Insgesamt waren 306 Starter aus 21 Vereinen am Start.

Mit zwei Landesmeistertiteln durch Mara Mikusch U10-36kg und Andreas Gemeinhardt Ü40-66kg und einem Vizelandesmeister Christian Reischl Ü50-81kg erkämpften die Luftenberger 3 Medaillen.

Vierte wurden Sara Dietel AK-52kg, Deni Nasukhanov U18-55kg und Niklas Gemeinhardt U21-66kg. Fünfte Plätze erkämpften Stefan Holzinger U10-27kg und Josef Schöfl U10-30kg. Abgerundet wurde das super Turnierergebnis für die Luftenberger mit Platz 7 von Hannah Mayrhofer U12-36kg und Platz 9 durch Lukas Reitingner U10-34kg.



Mara Mikusch (oben)
im Bodenkampf.



Mara Mikusch freut sich über ihren Landesmeistertitel.



Ü40 Landesmeister
Andreas Gemeinhardt



Herbert Dansachmüller | Sektionsleiter

Luftenberger Judomannschaft

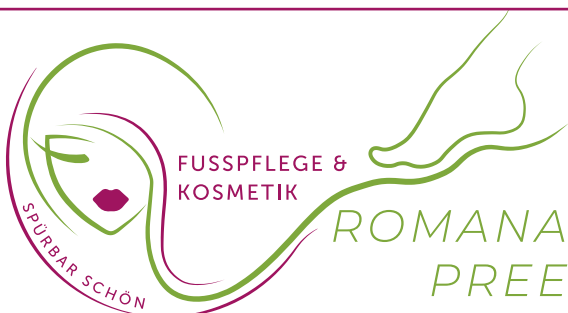
geht mit knapper Heimmiederlage in die Sommerpause!

Unsere Judomannschaft hatte in der OÖ. Judolandesliga B das 2. Team des Bundesligisten ASKÖ Reichraming zu Gast. Ziel war es, sich gegen diese starke Mannschaft vor eigenem Publikum (über 50 Zuschauer) gut zu präsentieren. Im ersten Durchgang ist dies mit einem 4:4 Pausenstand gut gelungen. Auch im zweiten Durchgang gab es abwechslungsreiche Kämpfe zu sehen. Die Gäste behielten schlussendlich jedoch die Oberhand und so endete der Mannschaftskampf mit einer knappen 7:9 Niederlage für Luftenberg.

Maximilian Dannerbauer, Niklas Gemeinhardt, Michael Burger punkteten je zweimal für Luftenberg und Deni Nasukhanov einmal.



Michael Burger (unten)
wirft seinen Gegner mit einer Selbstfalltechnik.



- FUSSPFLEGE
- KOSMETIKBEHANDLUNGEN
- HAARENTFERNUNG
- WIMPERNLIFTING
- AROMAÖL-ANWENDUNGEN



STATZINGERSTR. 19, 4225 LUFTENBERG | 0664/450 23 41 | fusspflege-kosmetik.pree@gmx.at



Andreas Fröller | Sektionsleiter



Infos zu Teams | Trainingszeiten | Trainer:innen:

Fußballcamp 2022

Bambini ab 4 J.	Do 17:00-18:00	Ines Steinbauer Lena Lintner
U7 Jg. 2016	Mo + Mi 16:30-17:30	Jochen Hartinger Andreas Kehrer
U8 Jg. 2015	Mo + Mi 16:30-18:00	Nikolaus Obermoser
U9 Jg. 2014	Di + Do 17:30-19:00	Johannes Huber Andreas Fröller
U10 Jg. 2013	Mo + Do 17:00-18:30	Carola EyBell Manuel Rieder
U11 Jg. 2012	Mo + Mi 17:30-19:00	Lukas Altendorfer Mario Kern
U13 Jg. 2010 bis 2011	Mo + Do 17:30-19:00	Markus Rieser René Eigner

Zum zweiten Mal veranstalteten wir für die jungen Nachwuchsspieler:innen ein Fußballcamp am Sportplatz und die Kids waren trotz der extremen Hitze sehr motiviert. "Zum Glück gab es eine Dusche und kalte Wasserkübel zum Kopfabkühlen", berichtete Paul Mondl. Am besten haben ihm die Passübungen und das Zwischendurchprogramm – wie die Hüpfburg – gefallen. Höhepunkt der Woche war auf alle Fälle der Besuch von LASK-Spieler Jan Boller. Er nahm sich auch Zeit für Autogramme und brachte drei Dressen zur Verlosung mit! Die Kinderaugen strahlten.



UNIPROJEKT

Innovation mit Kompetenz

www.tb-uniprojekt.at

Technisches Büro H. Prandner GmbH
ENERGIEVERSORGUNG | HAUSTECHNIK
Beratung | Planung | Überwachung
07237 26 54 - 0
office@tb-uniprojekt.at
4225 Luftenberg / Donau, Seeweg 16



Klemens Leimhofer | Sektionsleiter

Begonnen haben wir dieses Jahr wieder mit unserer Saisoneroöffnung. Im Mittelpunkt standen der gemeinsame Start sowie Spiel und Spaß. In der intensiven Meisterschaftsphase traten 16 Mannschaften der Damen und Herren in unterschiedlichen Spielklassen für die Spielgemeinschaft Luftenberg / St. Georgen an. Es wurden hier kleine und große Erfolge in den verschiedenen Meisterschaftsklassen gefeiert. Herzliche Gratulation an alle, die dabei gewesen sind! Noch bis Ende August spielen die Teilnehmer:innen des Hobbybewerbs, die Jugendlichen starten erst im August und spielen bis Ende September.

Das Großereignis 2022 auf unserer Anlage war das legendäre 4222-Doppeltturnier von 11. bis 15. August! In unterschiedlichen Bewerbungen wurden die besten Doppelpaarungen aus der Region ermittelt.

Zum Abschluss wünschen wir allen noch eine erfolgreiche Tennissaison!
Sportliche Grüße – ASKÖ Tennis Luftenberg



Bestattung
Donau.Gusen.Region
www.bestattung-donau-gusen-region.at



Im Trauerfall erster Ansprechpartner für alle Dienstleistungen:

- Festlegung der Bestattungsform
- Auswahl der Grabstätte
- Koordination der Termine
- Organisation der Trauerzeremonie
- Auswahl von Sarg oder Urne
- Gestaltung der Parten und Gedenkbilder
- Erledigung aller Formalitäten
- Digitaler Nachlass Service

Im Zeichen der Elemente Erde, Feuer, Wasser und Luft ist die Bestattung Donau.Gusen.Region täglich bemüht, den hilfesuchenden Menschen in ihrer schweren Zeit beizustehen. Mit Verständnis und Einfühlungsvermögen geben wir nicht nur unser

Wissen weiter, sondern spenden dabei auch Trost und Sicherheit. Mit diesem Anspruch unterstützen wir Sie bei der Organisation und Abwicklung im Trauerfall - damit Sie sich in den schweren Stunden voll und ganz Ihrer Familie widmen können.

DIREKT IM GEMEINDEAMT ST. GEORGEN/GUSEN

Marktplatz 12, 4222 St. Georgen/Gusen

IMMER FÜR SIE DA - 24 Stunden am Tag - 7 Tage in der Woche

0676 / 7000 560

Abfall ist nicht gleich Abfall

Wie lange verschiedene Alltagsprodukte zum Verrotten brauchen, hängt vom Material und den äußeren Umständen ab. Auf dieser Grundlage lassen sich zumindest Richtwerte für die Zersetzungsdauer bestimmen.

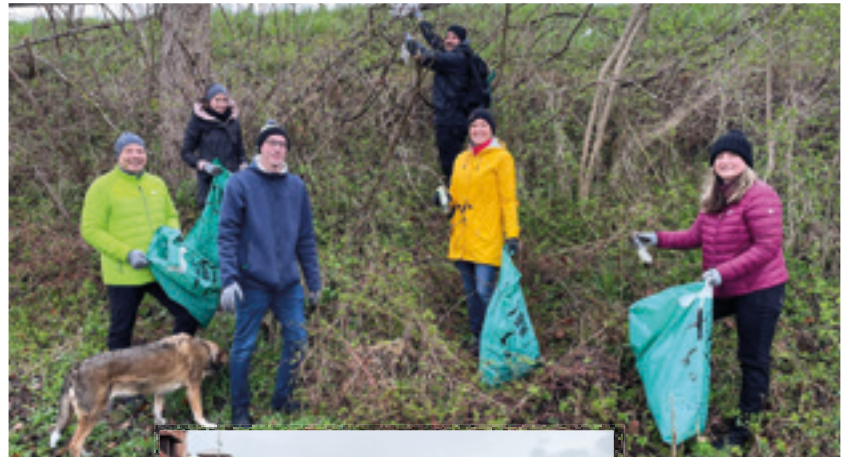
Apfelgehäuse:	2 Wochen
Bananschale:	mindestens 6 Wochen, oft 1 bis 2 Jahre
Orangenschale:	2 bis 3 Jahre
Papiertüte:	6 Wochen
Cornflakes- und Müsliverpackung:	6 Wochen
Zeitungs- und Zeitungspapier:	1 bis 3 Jahre
Papiertaschentuch:	3 Wochen bis 5 Jahre
Blech:	50 bis 500 Jahre
Aluminium:	10 bis 100 Jahre
Alufolie:	200 bis 400 Jahre
Plastiktüte:	100 bis 500 Jahre
Plastikflasche:	450 bis 5.000 Jahre
Tetrapack:	50 bis 100 Jahre
Nylonfasern:	60 Jahre
Styropor:	6.000 Jahre und mehr

Flursäuberung



Unsere Gemeinde soll sauber bleiben

Diesem Motto folgten viele engagierte Luftenberger:innen. Müll sammeln und Müll trennen ist in Zeiten von Ressourcenknappheit und Klimakrise wichtiger denn je – jeder Beitrag zählt. Darum freute es uns besonders, dass trotz des Wetters so viele Freiwillige mithalfen. Weniger erfreulich war die Anzahl der vollen Säcke, die unsere Gemeindemitarbeiter abholten. Aber das gemeinsame Essen im Lehenhof haben sich jedenfalls alle Helfer:innen verdient!



**Haus, Wohnung oder Grundstück
zu verkaufen?**
**Kostenlose und unverbindliche
Beratung!**



Als Marktführer in der Immobilienvermittlung in Österreich sind wir für wegweisende Innovationen bekannt.

Durch das digitale Angebotsverfahren von RE/MAX, kurz DAVE genannt, wird zukünftig eine **faire** Preisfindung – sowohl für Verkäufer als auch für Käufer – **transparenter, schneller** und einfacher möglich.

In Kombination mit unserer persönlichen Beratung ist DAVE ein **einzigartiges** digitales **Service**, das von keinem anderen Immobilien-Unternehmen in Österreich angeboten werden kann.

www.remax.at/dave

Vertrauen Sie auf unsere **Marktkennntnis**, ich berate Sie gerne **kostenlos und unverbindlich!**

Ing. Hannes Gstötenbauer MBA

☎ 0664 88 31 35 88

✉ h.gstoettenbauer@remax-immoteam.at

📍 4320 Perg, Herrenstraße 23

🌐 www.remax.at

RE/MAX





Radeln für faire Beschaffung und Klimaschutz!

Erstmals führte die „FAIR BIKE TOUR 2022“ von 16. Juni bis 18. Juni auch durch Oberösterreich.

Bereits 60 FAIRTRADE-Gemeinden, unter ihnen auch Luftenberg, setzen sich in Oberösterreich für den fairen Handel ein und teilen damit die Vision von lokalem Engagement und globaler Verantwortung. „Ein Baustein zur Lösung der unterschiedlichen globalen Krisen ist das faire Handeln“, sagt Klimabündnis-Geschäftsführer Norbert Rainer über die Teilnahme der OÖ Gemeinden an der FAIR BIKE TOUR.

Christian Ganglberger

kreativ
Der Textilveredler
www.werbung.at

- Bestickung
- Flock-Flexdruck
- Transferdruck
- Laser-Schneiden u.-Gravieren

Statzinger Str. 9/5
4225 Luftenberg
office@kreativwerbung.at

0664 / 164 73 82



neubauer
direkt vom hof heigl am berg
selch- & wurstwaren · www.neubauerhof.com · tel. 07237-2392 · mobil 0699-10072339
Öffnungszeiten des Hofladens: Donnerstag 15-18h und Freitag 9-12 und 15-18h



03. Oktober

Ortsteile Luftenberg | Statzing
Chilli Lounge

13. Oktober

Ortsteile Abwinden | Steining
GH Lehenhof

18. Oktober

Ortsteile Pürach | Forst | Gröbetsweg | Knierübl
FF Pürach

20. Oktober

Ortsteil Kutzenberg
Harry's Schmankerl und Trankerl

Gemeinsam für unser Luftenberg

Nehmen Sie sich Zeit,
wir freuen uns auf ein paar intensive Stunden!



AUTOHAUS
www.PLEINER.at
07237/2364 | office@pleiner.at

- Neuwagen der Marke Opel
- Gebrauchtwagen aller Marken
- Zugriff auf ein großes Fahrzeuglager aller Marken
- Fahrzeugreparatur aller Marken
- Fahrzeugkarosserie und Lackiererei

Ihre zuverlässige Fachwerkstatt mit Autohandel in Luftenberg!

Interview

Claudia Haugeneder

Psychotherapeutin in Ausbildung unter Supervision

43 Jahre | Luftenberg / Donau

Claudia Haugeneder im Gespräch mit Karoline Buchberger für die „SPÖ Aktiv für Luftenberg“:

Was ist für dich ein perfekter Start in den Tag?

Mein Mann und ich sind leidenschaftliche Tee-Trinker. In der Früh bereite ich für uns beide jeweils einen Liter Tee für den Tag zu. Mein Mann verlässt meistens vor mir das Haus und während er sich fertig macht, genieße ich mit Blick in den Garten meine erste Tasse Tee, bevor ich meinen Tag beginnen lasse.

Was ist für dich Psychotherapie?

Psychotherapie ist für mich eine sichere, vertrauensvolle, achtsame und angenehme Atmosphäre mit einem Gegenüber, das sich offen, ehrlich, verständnisvoll und empathisch meine Probleme anhört. Wo sich auskotzen, lästern, wütend sein zulässig ist, aber ich auch lachend, tobend oder weinend meinen Gefühlen und meinem Erleben Luft machen kann. Ein Raum, wo alles möglich ist und alles Platz haben darf. So manch ein Kaffee-Kränzchen oder Freundinnenabend hatte wohl in meiner Vergangenheit schon eine ähnliche Atmosphäre. Die Qualität und der therapeutische Tiefgang sind einem gemütlichen Abend mit einer guten Freundin jedoch nicht gleichzusetzen. Die professionelle therapeutische Beziehung schafft einen sicheren Rahmen in der Veränderung möglich ist. Dazu fällt mir ein Zitat von Carl Rogers, dem Gründer der personzentrierten Psychotherapie, ein.

„Es geht nicht darum, die Gefühle aus dem Kopf zu bekommen oder sie darin zu verstecken, sondern darum, sie mit Akzeptanz zu durchleben.“ – Carl R. Rogers

Warum hast du dich für die personzentrierte Richtung der Psychotherapie entschieden?

Das ist eine gute Frage: Zu Beginn des Studiums fragte ich mich auch, wie ich aus den 23 in Österreich anerkannten Richtungen eine auswählen sollte, die für mich passend ist. Nun, aus Büchern oder aus Seminaren heraus eine so wichtige und bedeutsame Entscheidung für meine Zukunft zu treffen, war mir aber zu vage. Beim Kauf einer neuen Couch will ich probesitzen, bevor ich sie kaufe. Und so wollte ich mir auch bei dieser wichtigen Entscheidung sicher sein und „probesitzen“. Es kristallisierten sich drei Favoriten heraus, die ich dann mit meinen ganz persönlichen Themen in der Selbsterfahrung erleben konnte. Die Beziehung vom Therapeuten zum Klienten ist sehr bedeutsam für die Therapie selbst und obwohl ich mich bei den Therapeuten sehr wohl und gut aufgehoben fühlte, war es doch die personzentrierte Richtung, die mich am meisten berührte und mich mir selbst ein großes Stückchen näherbrachte.



Du sagst, du bist mit deinen eigenen Themen in Therapie gegangen. Wann sollte Mann oder Frau einen Psychotherapeuten aufsuchen?

Ja, genau. Als TherapeutIn ist es wichtig und auch gesetzlich festgelegt, im Laufe des Studiums Lehrtherapiestunden zu nehmen. Jeder Therapeut ist auch Mensch und hat somit auch seine eigenen Herausforderungen im Leben.

Der Umgang mit Kummer, Sorgen, Ängste, traumatischen oder belastenden Erfahrungen ist sehr individuell. Längerfristige Belastungen können sich mitunter in Form von körperlichen Symptomen bemerkbar machen. Somit kann ein seelisches Problem körperlich werden und sich umgekehrt ein körperliches Problem zu einer seelischen Belastung entwickeln. Wann ein Mensch an eine Therapie denken sollte, ist eine sehr persönliche Entscheidung. Denn Psychotherapie ist sehr persönlich. Der Wunsch nach Veränderung ist schon ein guter Antreiber und ein sehr guter Grund, den Blick auf sich selbst und das eigene Wahrnehmen zu richten. Gerade bei psychischen Beschwerdebildern sitzt die Leidensgrenze sehr hoch. Dem eigenen Erleben wird wenig Beachtung geschenkt und der Anspruch, selbst mit den Herausforderungen fertig zu werden, ist oft sehr ausgeprägt.

Was gefällt dir an dem Beruf der Psychotherapeutin?

Die Geschichten der Menschen. Ich bin gespannt auf das, was sie mitbringen, wie sie etwas erleben und wie ihr Gefühlsleben dazu ist. Es macht mich neugierig, warum sie so tun, wie sie tun, und es ist sehr spannend, sie in ihrem Veränderungsprozess zu begleiten.



Energieforum Luftenberg



02. September 2022
Forum Luftenberg
16:00 bis 20:00 Uhr
Freier Eintritt



Steigende Energiepreise, das Verbot von Ölheizungen, der unaufhaltsame Klimawandel – große Themen, die heute fast jeden beschäftigen. Information ist der erste Schritt zu konkreten Maßnahmen. Gemeinsam mit Experten und Firmen wollen wir das dafür nötige Know-How direkt in Luftenberg vermitteln. Die SPÖ und die Grünen Luftenberg freuen sich auf Euer zahlreiches Kommen und einen interessanten und gewinnbringenden Wissenstransfer. Für Speis und Trank wird gesorgt!

INFO-PROGRAMM

Themen-Vorträge (ab 17:00 Uhr):

- Energie – Fakten, Trends und Technologie.
Was bringt die Zukunft?
- Investitionen, Förderung und Finanzierung
- Energieberatung rund ums Bauen, Wohnen und Sanieren
- Energiegemeinschaften
am Beispiel der Energieregion Gusental

Kinder-
betreuung
durch die
Kinder-
freunde

Aussteller:

Guntamatic Heiztechnik GmbH, DWPP – der Wärmepumpenprofi,
Installateur Moser & Hartl GmbH,
Elektro Ebner GmbH (Fronius Photovoltaiklösungen),
Autohaus Pleiner GmbH & Co KG (Elektromobilität),
Raiffeisenbank Perg (Förderungen), etc.