



Mangfallthaler

Wirtschaft • Ausbildung • Leben & Kultur

HERBST 2023

AUSBILDUNG
In luftigen Höhen

GESUNDHEIT
Du bist wie du atmest

UNTERWEGS
Body2Brain-Rundweg

LUFT NACH OBEN

Was wir zu tun haben

10
Jahre
Mangfallthaler

Das Werbering & BDS Magazin für das Mangfalltal

Anders

BÄCKEREI – KONDITOREI

Winter- UrGeNuss-Brot aus Urgetreide, Nüsse, Mandeln, mit Apfelmus & Honig verfeinert



Es gibt auch wieder
unser Nussbrot mit Walnüssen

Bäckerei Anders GmbH
Hermann-Oberth-Str. 5

83052 Bruckmühl
Tel. 08062-72 69 20

Alle Filialen und Aktuelles finden Sie auf unserer
neuen Website unter: www.baekerei-anders.de



Gasthof-Hotel
Zur schönen Aussicht
Café • Restaurant • Biergarten • Terrasse



Tel. 08063-8663
www.zur-schoenen-aussicht.com
Schöne Aussicht 9 • 83620 Kleinhöhenrain

Herzlich Willkommen!

- Durchgehend warme Küche von 12:00 bis 19:30 Uhr
- Kuchen und Torten von unserer Konditorin
- Feinstes Softeis mit verschiedenen Toppings

Wir freuen uns auf Sie!

Impressum:

Mangfallthaler Zeitung im Auftrag und mit Unterstützung des Werbering Mangfalltal e. V. und Bund der Selbständigen Ortsverband Mangfalltal. Alle hier veröffentlichten Beiträge, Inhalte und Bilder sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Urhebers übernommen werden.

Herausgeber: text³ Agentur für Gestaltung KG,
Münchener Str. 9, 83620 Feldkirchen-Westerham

Telefon: 08063-200 60-10
Telefax: 08063-200 60-19

Falls Sie keinen Mangfallthaler erhalten haben, geben Sie uns bitte Bescheid und wir schicken Ihnen ein Exemplar zu.

Redaktion: Christine Knoll, V.i.S.d.P. (ck)

Autoren: Adele Jay (aj), Christine Merk (cm),
Silvia Schütz (schü), Ines Gnettnner (ig),
Christine Knoll (ck), Werner Furtner (wf)

Grafik/Layout: Alexander Walter
Anzeigeneitung: Christine Knoll
Web: www.mangfallthaler.de
Kontakt: redaktion@mangfallthaler.de

Druck: WIRmachenDRUCK GmbH,
Mühlbachstr. 7, 71522 Backnang

Erscheinung: 4x pro Jahr saisonal
Frühjahr, Sommer, Herbst, Winter

Gesamtauflage: 10.000 Exemplare

Direktverteilung und Auslage in den Gemeindegebieten Bruckmühl, Feldkirchen-Westerham, Bad Aibling, Aying, Tuntenhausen und Irschenberg. Zusätzliche Verteilung über Lesezirkel bei 875 Abonnenten in Irschenberg, Holzkirchen, Bad Feilnbach & Au, Bruckmühl, Feldkirchen-Westerham, Bad Aibling, Kolbermoor, Großkarolinenfeld, Ostermünchen, Beyharting, Glonn, Assling

Die Redaktion übernimmt keine Gewähr für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Inhalte aus den angegebenen Quellen.

- **Erscheinung Weihnachtsausgabe:** 16.12.2023
- **Redaktionsschluss:** 03.11.2023



DURCHATMEN

Herbstlich wird's so langsam – nach einem außergewöhnlich langen Spätsommer. Für die einen ein Segen – für den Boden eher eine Durststrecke. In unseren letzten Ausgaben haben wir ausführlich über das Zusammenspiel von Boden und Wasser berichtet. Auch die Luft und der Wind sind elementar für das fein abgestimmte Miteinander im Kreislauf der Natur.

Alles, was lebt, braucht gute Luft zum Atmen. Welche ökologischen, ökonomischen sowie gesundheitlichen Auswirkungen eine Störung in diesem System haben kann, versuchen wir unter verschiedenen Aspekten für Mensch und Natur in dieser Ausgabe zu beleuchten – aber auch der Ausblick darf nicht fehlen, wie es besser gehen kann.

Fangen wir doch gleich bei uns selbst an – wann haben Sie das letzte Mal bewusst tief durchgeatmet, bis sich die Bauchdecke hebt und

jede Zelle mit frischem Sauerstoff versorgt wird? Klingt zu einfach, um eine direkte Wirkung zu erwarten? Probieren Sie es aus! Unsere Atmung hat eine sehr zentrale Rolle auf unsere körperliche Leistungsfähigkeit und wird meistens als selbstverständlich unbewusst „übersehen“. Hier liegt ein großes Potenzial, sich gerade in unruhigen Zeiten selbst ein bisschen besser wieder ins Lot zu bringen.

In dieser und in der kommenden Ausgabe haben wir einige Informationen und auch Tipps für den Alltag zusammengestellt – u. a. wie uns Pflanzen zum Beispiel beim Schlafen gute Luft zum Atmen schenken können. Ausflugstipps in der Region, um in der Natur mal wieder durchzuatmen, sind natürlich auch wieder dabei.

Luft nach oben gibt es daher immer – in diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Spaß beim Lesen und Atmen üben *Ihre Christine Knoll*

! Kurz informiert:

Ausbildungsstart 2023 – Elektro Weber heißt vier neue Auszubildende willkommen!

Zum Ausbildungsstart am 1. September haben wir in diesem Jahr wieder vier neue Gesichter bei uns im Betrieb begrüßen dürfen. Georg Höhensteiger, Tobias Nettesheim, Annabella Breu und Leonhard Lechner haben sich für eine Ausbildung zum/zur Elektroniker/in für Energie- und Gebäudetechnik bei uns entschieden. Während ihrer Ausbildung lernen sie alles rund um elektrotechnische Anlagen von Gebäuden sowie deren Energieversorgung.

Ihr zukünftiges Aufgabengebiet reicht von der Planung über die Installation und die Wartung bis hin zur Reparatur von Elektroanlagen. Dazu gehören beispielsweise Gebäudeleitsysteme, Photovoltaik-Anlagen oder Ladeinfrastrukturen für E-Mobilität.

Wir freuen uns über unsere vier Neuzugänge und wünschen ihnen eine spannende, lehrreiche und vor allem schöne Ausbildungszeit!



Jubiläumsparty im Szenario Bruckmühl mit Flohmarkt!



Das Team von Szenario Bruckmühl und Bad Aibling blickt bereits auf ein tolles Jubiläumsjahr mit vielen Angeboten zurück. Am Samstag, den 18. November wird jetzt noch einmal die große Jubiläumsparty von 10-18 Uhr gefeiert. Bereits eine Woche vorher vom 13.-18. November 2023 gibt es in beiden Geschäften 10 % auf Lagerware.

Am Jubiläumstag erwartet die Gäste ein buntes Programm mit Tombola und Flohmarkt (je nach Witterung). Für das leibliche Wohl ist natürlich auch bestens gesorgt. Die Lose können ab Montag, den 13. November in beiden Geschäften erworben werden. Der Erlös wird komplett gespendet an LichtBlick Seniorenhilfe e. V.

Weitere Informationen auf: www.szenario-trends.de

25. Verkaufsoffener Sonntag in Feldkirchen-Westerham

Geschäftsleute und Aussteller laden Sie herzlich am 26. November zum traditionellen, verkaufsoffenen Sonntag in Feldkirchen-Westerham ein. Veranstalter ist der Werbering Mangfalltal e. V. mit Unterstützung der Gemeinde Feldkirchen-Westerham.

Von 13 Uhr bis 17 Uhr haben Sie in vielen Geschäften und bei zusätzlichen Ausstellern die Möglichkeit, gemütlich zu bummeln und sich auch kulinarisch verwöhnen zu lassen. Die Teilstücke Westerhamer Straße und Salzstraße werden für diesen Zeitraum wie bereits letztes Jahr gesperrt werden, so dass einem sicheren Einkaufsbummel nichts im Wege steht.

Das Programm wird ergänzend in einem Flyer zusammengestellt und verteilt sowie ausgelegt. Alle Informationen sind auch immer online einsehbar auf: ww.werbering.ro



WINKLER 
KÜCHENBAU & EINRICHTUNG

**AUS MEISTERHAND FÜR
KÜCHE, BAD & WOHNEN**



**WIR VERWIRKLICHEN
IHREN WOHNTRAUM**
www.winkler-kuechen.de

Rosenheimer Str. 4-6 Telefon: +49 (0) 8063-207 46 88
83620 Feldkirchen-Westerham Mobil: +49 (0) 175-41 72 638

Wachse über Dich hinaus!



Bist du Mama und wünschst dir, jetzt wieder stärker **DEINEN** Weg zu gehen?

- Entdecke unbewusste Wünsche & Ziele! Gehe im Workshop deinen ersten Schritt.
- Kleingruppe max. 8 TN | Investition: 69,00 €
- Wann: Freitag, 22.09.23, 19:30-21:30 Uhr
- Wo: Ahornallee 8, Westerham

Caroline Deinert
Business und Hypnose Coach
08063 5 09 03 07
cd@carolinedeinert.de
www.carolinedeinert.de

Wir feiern deinen neuen Weg mit prickelndem Prosecco / frischer Limonade.

...einfach per E-Mail anmelden!

Josef MAYER

Raumausstatter · Meisterbetrieb
LEBENSRAUM ZUM WOHLFÜHLEN

Beratung · Planung · Ausführung

-  Bodenbelags- und Polsterarbeiten aller Art
-  Sonnenschutzanlagen
-  Insektenschutzsysteme
-  Gardinen- und Tapezierarbeiten



Raumausstattung Mayer GmbH · Burgstraße 12 · 83620 Vagen
Telefon (0 80 62) 13 24 info@raumausstatter-mayer.de
Telefax (0 80 62) 84 97 www.raumausstatter-mayer.de

Schweimer

Meisterbetrieb
Ofenbau
Fliesen- u. Mosaikverlegung



Rhonbergstr. 21
83730 Fischbachau/Eben
Tel. 08025/7965

Ausstellung:
Rosenheimer Str. 3a
83620 Feldkirchen-Westerham
Tel. 08063/6149



Strobl & Schön Steuerberater
Partnerschaftsgesellschaft mbB

Annemarie Strobl · Steuerberaterin
Florian Schön · Steuerberater

Salzstraße 11 · 83620 Feldkirchen-Westerham
Telefon 0 80 63 - 20 79 - 0 · Telefax 0 80 63 - 20 79 79
a.strobl@steuerkanzlei-strobl.info
www.steuerkanzlei-strobl.info

BRENNHOLZ

Brennholz, trocken, in 33 u. 25 cm
Preise pro Sterr (25 cm 10 € mehr)

Fichte: 100 €
Buche/Esche: 140 €
Gemischt: 120 €



Lieferung ab 3 Sterr möglich
Bestellung: Robert Schlamp
Bruckmühl – Ginsham, Tel. 08062-1584



**Metallwerkstatt
Weidach GmbH**

Wir suchen dringend: Zuverlässige Mitarbeiter im Metallhandwerk, Gesellen, Auszubildende, Helfer. Bei Interesse meldet Euch!

Weidacher Straße 19 | 83620 Feldkirchen-Westerham
Telefon: 08063-206 75 04 | Mobil: 0157-501 510 40
Fax: -206 75 05 | Mail: info@metallwerkstatt-weidach.de

www.metallwerkstatt-weidach.de



glückspilz
IHR BLUMENFACHGESCHÄFT

Zu Allerheiligen sind wir am Montag, 30.10. und Dienstag, 31.10. durchgehend für Sie da!

Salzstraße 10 | 83620 Feldkirchen-W.
08063-97 222 03
info@glueckspilz-blumen.de
www.glueckspilz-blumen.de

Mi & Do 8.30 - 12.30 Uhr Fr 8.30 - 18.00 Uhr
14.00 - 18.00 Uhr Sa 8.30 - 12.00 Uhr

Wunderschöne Gestecke und Blumen für Allerheiligen – gerne auf Vorbestellung!



! Kurz informiert:

KuWest – Kultur in Westerham

Mittlerweile bereits in der Region bekannt, veranstaltet Roland Fröhlich mit Unterstützung der Gemeinde seit über vier Jahren erfolgreich den Kulturherbst in Feldkirchen-Westerham. Mit immer wieder herausragenden Künstlerinnen und Künstlern hat sich die Kultur dank einem genauso großartigen Publikum hier etablieren können.



KuWest
KULTUR IN WESTERHAM
im Schützen- & Trachtenhaus

Aufgrund dieser gelungenen aber zeitlich begrenzten Kulturreihe ist die Idee geboren, auch ganzjährig und kontinuierlich eine Spielstätte für Kleinkunst anbieten zu können. Mit dem Schützen- und Trachtenhaus in Westerham wurde nun ein Ort gefunden, der es für den Start dieser neuen Reihe möglich macht, hier einige Kulturtermine zu veranstalten. Bereits im Januar 2024 startet das neue Format mit der mittlerweile auch überregional bekannten Kabarett-Größe Stefan Kröll und seinem neuesten Programm „Aufbruch“. Ganz in diesem Sinne blickt Roland Fröhlich optimistisch in die Kultur-Zukunft in Feldkirchen-Westerham – auf das sich die Kultur ihren Weg bahnen kann.

Das vollständige Programm und Tickets erhalten Sie auf www.kuwest.de



Termine in der Vorweihnachtszeit:

- 26. November: Verkaufsoffener Sonntag in Feldkirchen-Westerham
- 30. November bis 3. Dezember: Weihnachtsmarkt Bruckmühl
- 8. - 10. Dezember: Weihnachtsmarkt in Feldkirchen-Westerham
- 16. und 17. Dezember: Waldadvent in Bad Feilnbach
- Christkindlmarkt Bad Aibling, am Irlachweiher: Geöffnet an allen vier Adventswochenenden vom 1. bis 23. Dezember jeweils Freitag bis Sonntag: Freitag und Samstag von 15 - 22 Uhr, Sonntag von 13 - 22 Uhr
- Christkindlmarkt im Ayinger Bräustüberl, jedes Adventswochenende, Sa: 14 - 20 Uhr, So: 12-19 Uhr, am 4. Advent nur von 10-14 Uhr



KULTURHERBST

FELDKIRCHEN-WESTERHAM

www.kulturherbst-feldkirchen-westerham.de

Infos & Tickets
zu allen
Veranstaltungen



PROGRAMM 2023



23.09.

GÜNTER GRÜN WALD

»Definitiv Vielleicht« 20 Uhr, Kultur- & Sportzentrum



22.10.

HELMFRIED V. LÜTTICHAU

»Plugged« 20 Uhr, Fuchshalle Neenah Gessner



09.12.

KAPELLE SO & SO

»Auf Wiederkaun« 20 Uhr, Schützenhaus Westerham



06.10.

ALEXANDER SCHELLE

»Die Geheimnisse eines Mentalisten« 20 Uhr, KuS



11.11.

ZINNER & LEONHARDSBERGER

»Kaffee & Bier« 20 Uhr, Kultur- & Sportzentrum



17.12.

HEILIGE NACHT V. LUDWIG THOMA

»Chor Stimmen der Berge« 16 Uhr, St. Laurentius Kirche



20.10.

BINSER BAWARIAN INFLUENCER

»Musikkabarett« 20 Uhr, Fuchshalle Neenah Gessner



12.11.

SAITEN TANZ

»Schnaps & Ingwertee« 19 Uhr, IHK Westerham



05.01.

BULLAGE plays AC/DC

Support: Paranotes 20 Uhr, Kultur- & Sportzentrum



21.10.

ABBA 99 DIE ABBA TRIBUT BAND

20 Uhr, Fuchshalle Neenah Gessner



25.11.

KELLER STEFF

»A runde Mischung« 20 Uhr, Schützenhaus Westerham

VVK FELDKIRCHEN:
vhs-Büro, Rathaus | Schreibwaren Strohmeier, Buch & Café
VVK WESTERHAM: Schmuckkastl
VVK BRÜCKMÜHL: Manu's cartoleria e libri
ONLINE: rf@kulturherbst-feldkirchen-westerham.de



NEENAH GESSNER



Ku West

KULTUR IN WESTERHAM

im Schützen- & Trachtenhaus

Neu im Ort!
Tickets auf:
kuwest.de



13.1.24 STEFAN KRÖLL
AUFBRUCH



27.1.24 MATTHIAS KELLNER
ERNSTHAFT!?



24.2.24 CHRISTINE EIXENBERGER
EINBILDUNGSFREIHEIT



9.3.24 CHRISTIAN MAIER
BESTE ZEITEN





BODY2BRAIN-RUNDWEG ALPENPANORAMA MIT FRISCHER LUFT

Der Body2Brain-Rundweg in Au bei Bad Feilnbach ist ein Spaziergang mit körperlichen Übungen, der nicht nur für jeden leicht zu schaffen ist, sondern auch für gute Laune und Spaß sorgt – herrliches Alpenpanorama und frische Luft inklusive.

Dieser Weg zählt zu den barrierefreien Urlaubsinspirationen „Alpenblicke und Naturgenuss“ und ist seit April 2017 ausgezeichnet mit dem Zertifikat „Reisen für alle“; geeignet für Menschen im Rollstuhl und mit Gehbehinderung. Das Konzept der Körperübungen basiert auf wissenschaftlichen

Erkenntnissen der ortsansässigen Ärztin Dr. med. Claudia Croos-Müller.

Mit Kleinem viel bewegen

„Bereits mit kleinem Körpereinsatz können wir in eine andere Stimmung kommen“, erläutert die Ärztin für Neurologie, Nervenheilkunde und Psychotherapie. Die von ihr entwickelte und in einigen Büchern beschriebene Body2Brain-Methode beruht auf der Erkenntnis, dass durch körperliche Bewegung jene Gehirnstrukturen beeinflusst werden, die für unsere positiven Emotionen zuständig sind.

Schnauben für die Gesundheit

Auf heiter gestalteten Schautafeln animieren die Gute-Laune-Schafe Emily, Oscar, Willy und Marie an den einzelnen Stationen zu breitbeinigem Sitzen, Hüftschwüngen, lockerem Schnauben und ausgeprägtem „Schlürfatmen“. Was sich witzig liest, lässt sich kinderleicht durchführen und wirkt auf den ersten Blick einfach nur sehr spielerisch. Spaß macht es auf alle Fälle, aber gibt es da wirklich gesundheitliche Auswirkungen?

Sehr wohl. Denn es entstehen gesundheitsfördernde, körpereigene Wohlfühl-Substanzen,

sogenannte Neurotransmitter und Hormone. „Durch fröhliche Bewegungen kann man selbst für gute Gefühle im Gehirn und damit für Gesundheit im Körper sorgen“, so Dr. med. Croos-Müller. Die Wirkung der jeweiligen Übung ist ebenfalls auf jeder Tafel leicht verständlich erklärt und als Anregung für das tägliche Leben gedacht. Denn: Gute Emotionen führen zu emotionaler Stabilität – eine wichtige Basis für Gesundheit und Überlebenskraft besonders in Krisensituationen.

Draufgepiffen

Pfeif drauf, sagt eine Redewendung... und Pfeifen bewirkt Gu-

L Braun
Stall Einrichtungen

Stecksystem für das Einhängen von Holzbalkonen

Diagram labels: Anker, Arretierung, DECKE, WAND, Kasten, Geka-Dübel + Schrauben, Spannschloß, Druckpunkt

Unterreit 4 • 83620 Feldkirchen-Westerham
Telefon 08063-228 • Fax 08063-79 55
www.braun-stalleinrichtungen.de

MANGFALLOPTIK
Inh. Sandra Demmel

Primelweg 3
83629 Weyarn
Tel. 08020 9087200
www.mangfall-optik.de

Neu bei uns
ANDY WOLF

MANGFALL OPTIK



UNTERWEGS • Gute-Laune-Trimpfad für Körper und Geist



tes. Das Kiefergelenk wird dadurch gelockert; eine Melodie lenkt von düsteren Gedanken ab und zeigt körperpsychotherapeutische Wirkung. Auch das Aufrichten der Wirbelsäule-Kopf hoch! – macht zuversichtlich und mutig, denn allein schon das Heben des Kopfes beeinflusst als äußere Haltung unsere innere Haltung. Von Hüpfen, über Fliegen bis Laufen und Lächeln – wie einfach kann man mit diesen Übungen die Stimmung aufhellen.

Bad Feilnbach hat viel zu bieten. Im Ortsteil Au verläuft der ca. 2,5 Kilometer lange Rundweg in Teilen auf dem Bodensee-Kö-

nigssee-Radweg und gerne kann man weiterwandern Richtung Bad Feilnbach. Die Gemeinde freut sich, neben den vielen anderen Angeboten für Urlauber und Wanderer nun diesen Gesundheitsweg anbieten zu können.

In schönster Landschaft gelegen, findet man viele weitere Wanderungen, zum Beispiel den Moorerlebnisweg in der Sterntaler Filze, das Jenbachtal in schöner Natürlichkeit und an seinem Ufer entlang den Besinnungsweg „Auf Gottes Spuren“. Der Weg widmet sich mit sieben Stationen in Form von Kunstwerken, Bibeltexten und Zei-

chen den Spuren Gottes in der Bibel und im eigenen Leben. Jeden Samstag findet von 8 - 13 Uhr der Bad Feilnbacher Wochenmarkt auf dem Rathausplatz statt. Im Rathaus gibt es umfangreiches Infomaterial zu Historischem und Aktuellem, Wanderrouten, Konzertangeboten und anderen Kultur- und Geschmacksgenüssen.

Im goldenen Oktober findet in Bad Feilnbach jedes Jahr der mittlerweile überregional bekannte Apfelmarkt statt – über 200 verschiedene Apfelsorten werden präsentiert. Ein schönes Rahmenprogramm und vielfältiges Kunsthandwerk

begeistern Besucher und Gäste jedes Mal auf Neue. Dieses Jahr feierte der Apfelmarkt sein 30-jähriges Jubiläum. Auch der urige Weihnachtsmarkt im Wald entlang des Jenbachs zieht überwältigend viele Besucher an und begeistert nun bereits zum zehnten Mal mit einer Mischung aus Handwerk und Kunst sowie kulinarischen regionalen Köstlichkeiten. Dieses Jahr laden rund 60 Standl am 16. und 17. Dezember zum Staunen, Stöbern und Schlemmen ein.

Quellen: www.bad-feilnbach.de
Text/Bilder: schü



lauter
HÖRGERÄTE

für mehr Lebensqualität

• Beratung • Hörgeräte • Hörtest • Service • Gehörschutz

Miesbacher Str. 4, 83620 Feldkirchen-Westerham ☎ 08063-973 84 15
Öffnungszeiten: Mo-Fr: 9-13 Uhr & 14-18 Uhr | www.lauter-hoergeraete.de



Weinfachhandel Resi Englhart

Weinprobe am Sonntag, 12. November
von 13 bis 20 Uhr in der Schmankerlhütte
Pronberger in Tunttenhamen am Kirchplatz

Mailling 6, 83104 Tunttenhamen / Mailling
www.wein-resi-englhart.de

Ich freue mich über Ihren Besuch!

Mi-Fr von 14-18, Sa von 9-12 Uhr und nach Vereinbarung unter 08065 / 623



IN LUFTIGEN HÖHEN

Erneuerbare Energien sind unsere Zukunft. „Grüner“ Strom soll zukünftig weitgehend fossile Brennstoffe ersetzen. Allerorten wird über Solaranlagen, Wasserkraft, Geothermie oder Windkraft diskutiert. Wir wollen hier einen Blick auf den Windenergiebereich werfen.

Da in Norddeutschland die bundesweit meisten Windräder stehen, ist ein Nord-Süd-Gefälle in der Energiebranche festzustellen. Zudem stockt im Süden immer noch der Ausbau, obwohl in Bayern die 10-H-Regel (also die Regel, die besagt, dass der Abstand eines Windrades zur nächsten Wohnsiedlung mindestens das Zehnfache der Höhe betragen muss – bei 200 Metern Höhe also zwei km) seit letztem Jahr immerhin teilweise gelockert wurde. Bayerns Ministerpräsident Markus Söder gab letzten Herbst selbst das Ziel aus, dass in Bayern zügig mehr als 1.000 neue Windräder gebaut werden sollen.

Hier und noch mehr in Norddeutschland werden also zunehmend Spezialisten für Windenergieanlagen gesucht, sowohl an Land als auch auf dem Meer. Egal ob frisch von der Schule, Studienabbrecher, Quereinsteiger oder Umsteiger: die deutsche Windenergiebranche wirbt um neue Auszubildende. In den Bereichen Bauplanung, Durchführung von Wartungen, Reparaturen, Verbesserungen und Inspektionen haben sich in den letzten Jahren viele Berufe neu formiert, die zum Teil gar nicht bekannt sind. Hier ein paar Schlaglichter darauf. Tatsächlich kann die Energiewirtschaft dabei auf bereits bekannte Berufe und Ausbildungen aufbauen und sie zu den neuen Techniken hin weiterentwickeln.

Beispiel 1: Elektrotechniker (m/w/d)
Hat man eine abgeschlossene Ausbildung zum Meister oder Techniker im Bereich Elektrotechnik oder Energietechnik und dazu mindestens drei Jah-

re Berufserfahrung, kann man sich zum Beispiel zum Elektrotechniker für Umspannwerk Offshore Windenergie weiterbilden. Allerdings sollte man bereits Kenntnisse zu Anlagen des Höchstspannungsnetzes

sowie in der Offshoretechnik mitbringen und natürlich werden auch die gesundheitlichen Voraussetzungen für eine Offshore-Tätigkeit geprüft. Elektrotechniker für Umspannwerk Offshore Windenergie über-

»Wind-Berufe«

mit (Hochschul-)Studium (Auswahl)

- Elektroingenieur Windenergieanlagentechnik
- Fachinformatiker Betriebsführung Windkraft
- Projektkoordinator Windenergie
- Technischer Einkäufer Windenergie
- Umweltplaner für die Netzanbindung von Offshore-Windparks
- Wirtschaftsingenieur/Ingenieur Offshore-Koordination

im Ausbildungsweg (Auswahl)

- Servicemonteur Windenergie
- Mechatroniker Windenergie
- Elektrotechniker für Umspannwerk Offshore Windenergie
- Servicetechniker Offshore Windenergie
- Technischer Prüfer für Windenergieanlagen

nehmen große Verantwortung für die Planung sowie sichere Durchführung von Instandhaltungs- und Wartungsmaßnahmen innerhalb der gesetzlich vorgeschriebenen Prüfzyklen.

Beispiel 2: Mechatroniker (m/w/d)

Natürlich wollen viele Kfz-Mechatroniker werden, einer der beliebtesten Berufe überhaupt. Aber warum nicht Mechatroniker Windenergie lernen? Es reicht, wenn man mindestens 18 Jahre alt ist, einen Realschulabschluss in der Tasche hat und sich für Mathematik und Physik interessiert, dazu körperlich fit und schwindelfrei ist. Dann lernt man in einer dreieinhalb-jährigen Ausbildung das Bauen, Installieren, Warten und Reparieren von komplexen mechatronischen Systemen und kann am Ende elektrische Tätigkeiten an Windenergieanlagen durchführen.

Erneuerbare Energien im Mangfalltal

Wie sieht es eigentlich hier im Bereich Mangfalltal/Landkreis Rosenheim im Bereich Erneuerbare Energien aus? Im Januar 2023 haben sich bei einer historischen Sitzung im Kurhaus Bad Aibling sechs Kommunen für ein Projekt zusammengetan: Bad Aibling, Bad Feilnbach, Bruckmühl, Feldkirchen-Westerham, Großkarolinenfeld und Tuntenhausen.

Der Name: Mangfalltal Energie GmbH. Das Ziel: Unabhängiger von den Energiemärkten zu werden. Noch ist das Projekt in der Gründungsphase. Doch schon jetzt kann man Sonderverträge Ökostrom der Mangfalltal Energie GmbH abschließen. Sie werden derzeit mit der Energie Südbayern GmbH in Kooperation mit der Mangfalltal Energie geschlossen. Nach

deren Gründung können die Verträge ohne Zusatzkosten auf die Mangfalltal Energie übergehen. Man kann sich also schon jetzt mit „grünem“ Strom versorgen. Allerdings liegen momentan die Schwerpunkte in der Übernahme und Betrieb von dezentralen und regenerativen Energieerzeugungsanlagen aus Photovoltaik und Wasserkraft.

Generell ist das Thema Windkraft in Bayern im bundesweiten Vergleich noch nicht weit gekommen. Windkraftanlagen gibt es derzeit nur 139 in Oberbayern und 125 in Schwaben, also zusammen 264 (davon 72 Kleinwindanlagen) mit einer Gesamtleistung von 403 MW am Netz, sie produzieren ca. 720 GWh Strom pro Jahr. In Oberbayern befinden sich die meisten modernen Anlagen nördlich von München, im All-

gäu gibt es auch einige im Alpenvorland. Grüner Strom wird hier in Landkreis Rosenheim dagegen noch überwiegend aus Biomasse-, Photovoltaik- und Wasserkraftanlagen gewonnen.

Übrigens: am 24.Mai 2023 gab es eine interessante Tagung zum Thema „Die Windkraft und wir“ bei der FOS/BOS Rosenheim. Einige Vorträge sind im Internet zum Downloaden bereitgestellt (Link siehe unten)

Text: ig / **Bild:** istockphoto.com

Quellen & weitere Infos:

- <https://web.arbeitsagentur.de/berufenet/>
- <https://www.deutsche-windtechnik.com/jobs/ausbildung/>
- <https://www.windbranche.de>
- https://www.energieatlas.bayern.de/thema_energie
- <https://ezro.de/>



ZUKUNFTSPLÄNE?

Wir machen Dein Talent zum Beruf!

Ausbildung 2024:

- Kaufmann/-frau im Einzelhandel (m/w/d)
- Elektroniker (m/w/d)
Fachrichtung Energie- & Gebäudetechnik

Bewirb Dich jetzt: bw@elektro-weber-gmbh.de

Elektro Weber GmbH, Salzstraße 11, 83620 Feldkirchen-Westerham
Telefon: 08063-80 75 80 | Ansprechpartnerin: Bettina Weber

www.elektro-weber-gmbh.de



- **Maurer Gesellen (m/w/d)**
- **Schalungszimmerer (m/w/d)**

Informieren Sie sich online: www.schalungsbau-broenner.de

- KELLERBAU
- BETONBAUARBEITEN
- LEIHSCHALUNG



**SCHALUNGSBAU
BRÖNNER**

Forststraße 15 // 85653 Aying // M. 0151/22117624



BANKEN

meine Volksbank Raiffeisenbank eG
Tegernseestraße 20, 83022 Rosenheim
www.vb-rb.de, Tel. 08031-185 0

Geschäftsstellen im Verteilgebiet: Bad Aibling, Bad Feilnbach, Bruckmühl, Feldkirchen, Großhelfendorf, Heufeld, Höhenrain, Ostermünchen, Schönau, Vagen, Westerham
Dienstleistungszentrum Bad Aibling

Sparkasse Rosenheim-Bad Aibling
Kufsteiner Str. 1-5, 83022 Rosenheim
www.spk-ro-aib.de

Die Geschäftsstellen: Bad Aibling, Bruckmühl, Feldkirchen, Heufeld, Hohenthann, Ostermünchen, Vagen und Westerham sind unter folgender, zentraler Rufnummer erreichbar:
Tel. 08031-18 20

BAUEN: HANDEL & DIENSTLEISTUNG

Helmut Anderl Baugeschäft

Hub 8, 83109 Großkarolinenfeld
Tel. 08061-85 87, www.anderl-bau.de

Braun Stalleinrichtungen GmbH

Unterreit 4, 83620 Feldkirchen-Westerham
Tel. 08063-228, www.braun-stalleinrichtungen.de

Cerit Fliesengroßhandels GmbH

Percha 3, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-273, www.cerit.de

Fliesen Fischhaber GmbH

Gmeinwieserstr. 26, 83620 Großhöhenrain
Tel. 08063-93 81, www.fliesen-fischhaber.de

Fliese & Stein Mangfalltal GmbH

Siemensstraße 15, 83052 Bruckmühl
Tel. 08062-908 19 40, www.fliese-stein-mangfalltal.de

Bauplanung Jetzelsberger

Föhrenstr. 123, 83052 Bruckmühl
Tel. 08062-72 61 30, jetzelsberger-bdl@t-online.de

Hagebaumarkt Bruckmühl

Pettenkofer Str. 15 a, 83052 Bruckmühl
Tel. 08061-393 70
www.hagebaumarkt-schneider.de

Josef Lohmayr GmbH

Brunauerstr. 11, 83607 Holzkirchen/Föching
www.lohmayr-bau.de

Ofenbau Madl GmbH

Sonnenbichlstr. 3, 83071 Stephanskirchen / Eitzing
Tel. 08036-674 02 52, www.ofenbau-madl.de

Kachelofenbau Schweimer

Rosenheimer Str. 3a, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-61 49, www.ofenschweimer.de

Schalungsbau Bröner GmbH

Forststr. 15, 85653 Aying
Tel. 08095-875 54 55, www.schalungsbau-broenner.de

Vollmer Vermessung

Markusstr. 29, 83101 Rohrdorf
Tel. 08032-91 41 02, info@vollmer-vermessung.de

LHG Markt hagebau kompakt

Bahnhofstr. 13, 83620 Feldkirchen-Westerham
Tel. 08063-805 70
www.hagebaumarkt-schneider.de

BAUEN: DACHDECKER- & SPENGLERARBEITEN

JNS Dachtechnik GmbH

Im Müllerland 3a-5, 83620 Feldolling
Tel. 08063-810 40, www.jns-dachtechnik.de

Metallbau Nirschl

Buchbichl 33, 83737 Irschenberg
Tel. 08025-28 11 81, www.metallbau-nirschl.de

BEKLEIDUNG • MODE • WÄSCHEMODEN

Bergsport Mühlbauer

Ahornallee 14, 83620 Westerham,
Tel. 08063-99 71, www.bergsport-muehlbauer.de

Wäschetruhe Montermann KG

Westerhamer Straße 2a, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-12 36 und Stadtplatz 2, 83714 Miesbach
Tel. 08025 - 995 19 57, www.waeschetruehe.de

BERATUNG • TRAINING • COACHING

ACQ4you Beate Heidorn-Thoß

Westendstr. 19c, 83043 Bad Aibling
Tel. 0176-55 25 96 98, www.acq4you.com

Caroline Deinert Coaching

Ahornallee 8, 83620 Feldkirchen-Westerham
Tel. 08063 - 50 90 307, www.carolinedeinert.de

SparringsPartner Gesellschaft mbH

Münchner Straße 5, 83043 Bad Aibling
Tel. 08061-346 15 50, www.sparringspartner.gmbh

BESTATTUNG

Bestattungen Schmid GmbH

Sonnenwiechser Straße 16
83052 Bruckmühl, Tel. 08062-708 30
www.bestattung-schmid.de

BRAUEREIEN

Ayinger Privatbrauerei Franz Inselkammer

Münchener Str. 21, 85653 Aying
Tel. 08095-880, www.ayinger.de

DRUCKEREI • MEDIEN • WERBUNG

Druckerei Gratt Druck

Ostermünchener Str. 17, 83104 Beyharting
Tel. 08065-14 79, www.grattdruck.de

h&m Druck GmbH

Gruber Str. 8, 83626 Valley/Kreuzstraße
Tel. 08024-47 53 20, www.hm-digi.de

Hummeldruck, Offset- und Digitaldruck

Dorfstraße 19, 83043 Bad Aibling / Mietrachung
08061-349 92 91, www.hummeldruck.de

text³ Print Web Presse

Agentur für Gestaltung KG
Münchener Str. 9, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-200 60 10, www.text-hoch-drei.de

EDV • KOMMUNIKATION

Lorch WebDesign Vagen

Burgsstr. 2b, 83620 Feldkirchen-Westerham
Tel. 08062-7769607, www.lorch-webdesign.de

EDV-Service-Weber

Am Bucklberg 14, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-200272, www.edv-service-weber.com

ELEKTROHANDWERK

Elektro Plank

Gutenbergstraße 2, 83052 Heufeld
Tel. 08062-13 03, www.elektro-plank.de

Elektro Weber GmbH

Salzstraße 11, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-80 75 80, www.elektro-weber-gmbh.de

Elektro Widmann

Krügling 4, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-5335, www.elektro-widmann.com

ENERGIEBERATUNG

QM3 | Energiemodelle

Troppauer Straße 21, 83052 Bruckmühl
Tel. 08062-807 10 93, www.qm-3.com

FAHRZEUGE • HANDEL • ERSATZTEILE

Auto Rossiadis

Ludwig-Erhard-Str. 12, 3620 Feldolling
Tel. 08063-97 27 07, www.auto-rossiadis.de

Auto Teile Woller

Gewerbepark Markfeld 2a, 83043 Bad Aibling
Telefon: 08061-939 71 83, www.atw-woller.de

BaderMainzl GmbH & CO. KG

Gst. Münchener Straße 20/23, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-8109-0

Gst. Münchener Straße 2a, 83052 Bruckmühl-Heufeld
Tel. 08061-49777 50, www.badermainzl.de

bikeway

Münchener Str. 9-11, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-203 94 31, www.bikeway.de

HUPFIS e-mobile

Vagener Str. 3, 83620 Feldolling
Tel. 08063-241 10 50, www.hupfis.de

KFZ Schwirtlich GmbH

Daimlerstraße 1, 83043 Bad Aibling
Telefon: 08061-55 22, www.kfz-schwirtlich.de

FINANZDIENSTLEISTUNGEN • VERSICHERUNGEN

Allianz Generalvertretung Stefan Enghart

Kirchzeile 20, 83043 Bad Aibling
Tel. 08061-938 70 77, www.allianz-englhart.de

Allianz Generalvertretung Mayr und Maier OHG

Karolinenstr. 8, 83043 Bad Aibling
Tel. 08061-495 50, www.allianz-mayr-maier.de

Finanzdienstleistungen Gartmaier GmbH

Oderweg 5, 83052 Bruckmühl
Tel. 08062-9484, www.gartmaier.de

Signal Iduna Generalagentur Florian Wattendorf

Salzburger Str. 34, 83071 Stephanskirchen (Laden/Büro)
Schusterstr. 12a, 83043 Bad Aibling (nach Vereinbarung)
Tel. 08031-222 04 00

www.signal-iduna.de/florian.wattendorf

Versicherungsgesellschaft Hausruckinger

Wiesengrund 2, 83620 Feldolling
Tel. 08063-85 32

rudolf.hausruckinger@t-online.de

Versicherungsbüro Schnitzlbaumer & Partner GbR

Salzstraße 5, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-15 01, info@schnitzlbaumer.vkb.de

GARTEN – PFLANZEN – BÄUME

Blumen und Pflanzen GbR

Florian u. Ursula Baumeister
Gst. Altenburg 14, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-345

www.gaertner-ib-ibaumeister.de

Glückspilz – Ihr Blumenfachgeschäft

Salzstr. 10, 83620 Feldkirchen-Westerham
Tel. 08063-97 222 03, info@glueckspilz-blumen.de

www.glueckspilz-blumen.de

galabauron Ron – Felix Tietz, Baumpflege

Miesbacher Str. 35, 83620 Feldkirchen-Westerham
Tel. 08063 200 62 20, www.galabauron.de

GASTRONOMIE

Aschbacher Hof

Aschbach 3, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-806 60, www.aschbacher-hof.de

Gasthaus & Metzgerei zum Schwoagawirt

Mühlenstr. 5, 83052 Götting
Tel. 08062-47 32

Landgasthof Wirt vo Laus

Unterlaus 22, 83620 Unterlaus
Tel. 08063-295, www.landgasthof-bergmueller.de

Gasthof Großer Wirt

Am Griesberg 2, 83052 Bruckmühl
Tel. 08062-12 49, www.gasthof-grosser-wirt.de

Gasthof Zur schönen Aussicht

Schöne Aussicht 9, 83620 Kleinhöhenrain
Tel. 08063-86 63, www.zur-schoenen-aussicht.com

Landgasthof Stahuber

Thal 3, 83620 Großhöhenrain
Tel. 08063-96 68, www.landgasthof-stahuber.de

Ollinger1 Grill & Bar

Ollinger Straße 1, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-256 95 61, www.ollinger1.de

GESUNDHEIT • FITNESS • WELLNESS • KOSMETIK

BeauDay Ghersburgstr. 18, 83043 Bad Aibling
Tel. 08061-353 18, www.beuaday.de
fit+ Feldkirchen
Westerhamer Str. 2, 83620 Feldkirchen-Westerham
Tel. 0157 333 222 88, www.feldkirchen.fitplus-club.de
Laurentius Apotheke Glonner Str. 2,
83620 Feldkirchen-Westerham Tel. 08063-87 76
Mangfall Fitness
Ludwig-Erhard-Str. 1, 83620 Feldkirchen-Westerham
08063-972 96 21, www.mangfall-fitness.de
Zahnärztin Brigitte Samer
Adalbert-Stifter-Str. 13, 83052 Bruckmühl
08062-13 40, www.zahnarzt-bruckmuehl.info

GETRÄNKEHANDEL

Brennerei Schnitzenbaumer
Unterwertach 4, 83620 Feldkirchen-Westerham
Tel. 08063-99 06
Getränke Kirner
Adalbert-Stifter-Str. 17, 83052 Bruckmühl
Tel. 08062-782 06
Getränke Meindl, Zeltverleih, Festbelieferung
Gmeinwieserstr. 22, 83620 Großhöhenrain
Tel. 08063-12 05, www.getraenke-meindl.de
Getränke Transiskus
Ludwig-Erhard-Str. 18, Tel. 08063-202
Weinfachhandel Resi Englhart
Mailling 6, 83104 Tuntenhausen/Mailling
Tel. 08065-623, www.wein-resi-englhart.de

HANDEL

Brandschutz Gericke
Am Buckberg 19, 83620 Feldkirchen-Westerham
Telefon: 08063-200 551
www.brandschutz-gericke.de
Supraviv GmbH
Münchener Straße 7 1/2, 83052 Bruckmühl
Tel. 08061-499 80, www.supraviv.de

HEIZUNG • SANITÄR

Beregnung – Sanitär Kosel
Bergstr. 8, 85625 Antholing
Tel. 08093 - 30 05 20, www.beregnung-kosel.de
Johann Bernpaintner GmbH Heizung-Sanitär
Gutenbergstraße 10, 83052 Bruckmühl
Tel. 08062-25 81, www.bernpaintner-gmbh.de
Heizung Sanitär Ellmaier Bäderausstellung
Mittenkirchener Str. 78, 83052 Bruckmühl
Tel. 08062-781 10, www.ellmaier.de
Sanitär-Heizung-Klima Klier
Karl Klier GmbH & Co KG
Ollinger Str. 2, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-805 60, www.klier-shk.de
Heizung-Sanitär Reitberger
Ahornallee 4, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-69 21, otto.reitberger@t-online.de
Anton Stahuber
Schmiedstraße 17, 83052 Kirchdorf a.H.
Tel. 08062-14 78, www.anton-stahuber.de
Heizung-Sanitär Stefan Steingraber
Zur Eisweide 3, 83620 Feldkirchen-Westerham
Tel. 08063-52 37, www.sanitaer-steingraber.de
Heizung Sanitär Wolf
Lampferding 27, 83104 Tuntenhausen
Tel. 08067-367, www.heizung-sanitaer-wolf.de
mobitherm – mobile Wärme
Weidacher Str. 33a, 83620 Westerham
Tel. 08063-973 80 55, www.mobi-therm.de

IMMOBILIEN

AN DER LAN Immobilien & Verwaltung UG
Kellerberg 13, 83620 Feldkirchen-Westerham
Tel. 08063-973 59 60, www.an-der-lan-immobilien.de

Unternehmensgruppe Schlamp
Siemensstr. 14, 83052 Bruckmühl
Tel. 08062-908 80
www.unternehmensgruppe-schlamp.de
Immobilien Weber
Frühlingstr. 22, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-70 90, www.immob-weber.de

KÜCHEN & KÜCHENTECHNIK

AR Küchentechnik
Rosenheimer Str. 4, 83620 Feldkirchen-Westerham
Tel. 08063-972 98 75, www.ar-kuechentechnik.de
Winkler Küchenbau & Einrichtung
Rosenheimer Straße 4-6, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-207 46 88, www.winkler-kuechen.de

KUNSTGEWERBE • GESCHENKARTIKEL

s'Schaufensterl, Kerstin Völkl
Münchener Str. 12, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-97 24 93, www.schaufensterl.de

LEBENSMITTEL

Bäckerei Anders GmbH
Hermann-Oberth-Str. 5, 83052 Bruckmühl
Tel. 08062-81 43, www.baecerei-anders.de
Bäckerei Huber „Dampfbäck“
Vagener Straße 10, 83052 Bruckmühl
Tel. 08062-12 57, monika.huber@hotmail.de
Hofbäckerei Steingraber
Neuburgstraße 2, 83620 Vagen
Tel. 08062-12 33, www.hofbaecerei-steingraber.de
Eine Welt Laden, Kath. Pfarramt
Münchener Str. 1, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-835 18, www.ewl-feldkirchen.de
Mandelbraterei Hübner
Wallbergstraße 30, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-224 98 04, Mobil: 0162-897 44 95
Mandelbraterei Krimplstötter
Simsseestraße 5, 83059 Kolbermoor
Tel. 08031-996 94

MARKISEN • ROLLADEN • JALOUSIEN • TORE

Karl Kleblatt Sonnenschutz
Neuburgstr. 1d, 83620 Vagen
Tel. 08062-729102, info@sonnenschutz-kleblatt.de
Markisen Hamberger e.K.
Leonhardstr. 4, 83052 Mittenkirchen
Tel. 08062-56 65, www.markisen-hamberger.de

METALLVERARBEITUNG

Metallverarbeitung Josef Spere
Am Kreuth 4, 83043 Bad Aibling
Tel. 08061-24 09, artur.hafner@t-online.de
Metallwerkstatt Weidach GmbH
Weidacherstr. 19, 83620 Feldkirchen-Westerham
08063-2067504, info@metallwerkstatt-weidach.de

HÖRGERÄTE • OPTIK • SCHMUCK • UHREN

Augenoptik Parzinger
Färbergasse 6, 83043 Bad Aibling
Tel. 08061-50 88, www.optik-parzinger.de
lauter Hörgeräte
Miesbacher Str. 4, 83620 Feldkirchen-Westerham
Tel. 08063 973 84 15, www.lauter-hoergeraete.de
Mangfall Optik – Sandra Demmel
Primelweg 3, 83629 Weyarn
Tel. 08020 9087200, www.mangfall-optik.de
Optik Meirandres
Dorfplatz 2, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-66 00, www.optik-meirandres.de
Szenario
Gst. Müller-zu-Bruck-Str. 6, 83052 Bruckmühl
Tel. 08061-43 18
Gst. Marienplatz 11, 83043 Bad Aibling
Tel. 08062-80 75 13, www.szenario-trends.de

RAUMAUSSTATTUNG

Raumausstatter Alfons Bauer
Mangfallstraße 3-5, 83052 Bruckmühl
Tel. 08062-708 10, www.alfonsbauer.de
Josef Mayer GmbH | Raumausstattung
Burgstr. 12, 83620 Vagen
Tel. 08062-13 24, www.raumausstatter-mayer.de

REISEN • VERANSTALTUNGEN

Hinreiner Thalhamer Straße 2, 83052 Bruckmühl
Tel. 08062-42 96, www.freibzeit-spezial.de
Lechner Busreisen GmbH
Buchbichl 11, 83737 Irschenberg
Tel. 08025-280 40, www.lechner-busreisen.de

SCHILDER • BESCHRIFTUNG • TEXTILDRUCK

Die Werbemanufaktur Birmoser
Altwasserstr. 13, 83043 Bad Aibling
Tel. 08061-391 30, www.diewerbemanufaktur.de
Schriftenwerkstatt
Münchener Straße 7, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-87 40, www.schriften-werkstatt.de
Laser Gravur und Veredelung Lehmann
Bahnhofstr. 2a, 83052 Bruckmühl
08062-776 81 83, www.lgundv.com

SCHREINEREI • ZIMMEREI

Zimmerei und Holzbau Bichler
Friedrich-Jahn-Str. 2, 83052 Bruckmühl
Tel. 08062-80 71 38, www.zimmerei-bichler.de
Schreinerei Thomas Fischhaber
Dorfstr. 15, 83620 Kleinhöhenrain
Tel. 08063-80 84 75, www.schreiner-fischhaber.de
Hebensteiner Holzbau GmbH
Ludwig-Erhard-Straße 8, 83620 Feldkirchen-Westerham
Tel. 08063-305, www.hebensteiner.de
Schreinerei A + B Reichenberger GbR
Saliterstr. 5, 85653 Göggenhofen
Tel. 08095-12 51, www.schreinerei-reichenberger.de
Zimmerei Sollerspöck
Siemensstr. 10, 83052 Bruckmühl
Tel. 08062-775 94 90
www.zimmerei-sollerspoeck.de
Schreinerei Wolf GmbH
Münchener Straße 9, 83052 Heufeld
Tel. 08061-907 00, www.wolf-fenster.de

STEUERBERATER

Strobl & Schön Steuerberater PartmbB
Salzstr. 11, 83620 Feldkirchen
Tel. 08063-207 90, www.steuerkanzlei-strobl.info
schröderundschröder Steuerberatungsgesellschaft mbH
Gutenbergstraße 8, 83052 Bruckmühl
Tel. 08062 729 32 00, www.schroeder-web.eu



*Sie möchten Mitglied im Werbering oder BDS Mangfalltal werden?
Gerne beraten wir Sie hierzu: Tel. 08063-200 60 10
oder E-Mail: info@werbering.ro*

LUFT NACH OBEN

WAS WIR ZU TUN HABEN

von Werner Furtner

Aktuelle Meldung, Tagesthemen-Wetter vom 05.10.2023: Zu den 30 wärmsten Monaten weltweit seit Beginn der Wetteraufzeichnung 1881 zählen in Deutschland die vier Monate Juni, Juli, August und September 2023!

Die Qualität der Luft, die wir atmen, ist von entscheidender Bedeutung für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit. Diese globale und regionale Erwärmung hat darauf direkte Auswirkungen mit weitreichenden Folgen, sie kann eine ernsthafte Bedrohung für unsere Gesundheit sein. Die Verbindung und das Wechselspiel von Luftverschmutzung und Klimawandel in den letzten Jahrzehnten ist ein komplexes Thema und hat erhebliche Auswirkungen auf die Luftqualität weltweit. Ein komplexes Thema, mit Auswirkungen auf Wetter, Temperatur, natürliche Ressourcen, Ökosysteme und Gesundheit.

In den zurückliegenden Ausgaben lag unser Fokus auf den Themen Boden und Wasser. So wie diese beiden nicht getrennt voneinander zu betrachten sind, so gehört die Luft, die wir atmen, ebenso dazu. Zwei zentrale Faktoren sind hier wichtig zu verstehen: Luftqualität und Klimawandel sind untrennbar verflochten, sie schaukeln sich gegenseitig auf. Erhöhte Luft-Verschmutzung trägt mit zur Luft-Erwärmung, zum globalen Klimawandel, damit zu globalen Umwelt- und Gesundheitsproblemen bei. Der Klimawandel wird durch erhöhte Treibhausgasemissionen hervorgerufen. Gase wie Kohlendioxid (CO₂), Methan und Stickoxide halten Wärme in der Erdatmosphäre, heizen Ozeane und Luft auf.

An Land können erhöhte Temperaturen vermehrt zur Bildung von bodennahem Ozon führen, einem weiteren gesundheitsschädlichen Schadstoff. Das alles führt zum Anstieg der globalen Durch-

schnitts-temperatur, mit wenig wünschenswerten regionalen und lokalen Auswirkungen, auch in Deutschland und Europa. Eine ernsthafte Herausforderung, die dringende Maßnahmen erfordern.

Die globale Betrachtung – der Einfluss der Erwärmung der Meere auf die Wetterlage und Luftqualität

Auch für die Luftqualität spielt das Wasser eine entscheidende Rolle. Das Wasser der Ozeane. Die Erwärmung der Meere beeinflusst die Wetterlage und die Luftqualität entscheidend, sowohl auf globaler Ebene als auch speziell in Europa. Verantwortlich dafür sind verschiedene Faktoren wie Meeresströmungen, Verdunstung, Wolkenbildung und deren Auswirkungen auf das Klima. Auch Wasserdampf ist ein Treibhausgas.

Mittlerweile erleben wir, dass auch in Europa und in Deutschland Stürme, Hitzewellen und Starkregenereignisse wesentlich häufiger auftreten und größere Schäden an Infrastruktur und Landwirtschaft verursachen.

auch verlangsamen. Auf Grund dessen können sich Wetterereignisse wie Stürme, Monsune und Regennuster in verschiedenen Regionen der Welt lokal verstärken. Wärmere Meere erhöhen die Verdunstungsraten. Der Wasserdampfgehalt in der Atmosphäre steigt, das fördert die Bildung von Wolken, mit direktem Einfluss auf Sonneneinstrahlung und Luftzirkulation. Das wiederum kann zu verstärktem Niederschlag und extremeren Wetterereignissen führen, die in Intensität und Häufigkeit zunehmen.

Mittlerweile erleben wir, dass auch in Europa und in Deutschland Stürme, Hitzewellen und Starkregenereignisse wesentlich häufiger auftreten und größere Schäden an Infrastruktur und Landwirtschaft verursachen.

Luftqualität und Auswirkungen in Europa und Deutschland

Staubtrockene Wälder und Felder. Ein Funke reicht für anhaltende Waldbrände bei Berlin 2022 und 2023. Ahrtalflut 2021, Existenzen werden innerhalb weniger Stunden weggespült. Griechenland, Thessalien 2023: Unmengen von Wasser – 900 mm pro m²/Tag. Das entspricht fast der Niederschlagsmenge, die in den regenreichsten Gebieten Deutschlands pro Jahr fällt! Und das in einer Region, in der kurz davor erst verheerende Feuer, die größten Waldbrände in der jüngeren Geschichte Europas gewütet haben. Hohe Temperaturen führen vermehrt zu Waldbränden. Diese setzen wiederum zusätzliche Treibhausgase frei, erzeugen gesundheitsschädlichen Rauch und Feinstaub, verringern die Luftqualität. Da wie dort versinken ganze Regionen im Chaos, Menschen verlieren ihr Hab und Gut, ihre gesamte Existenz. Zudem können Ernteausfälle zu weitreichendem Notstand und gesellschaftlichen Verwerfungen führen. Niemand kann mehr sagen, das ist alles weit weg von mir und betrifft mich nicht.

Die Qualität der Luft beeinflusst die Gesundheit der Menschen direkt und unmittelbar.

Die Erwärmung hat weitreichende Folgen und stellt eine ernsthafte Bedrohung für die Gesundheit der Bevölkerung dar. Luftverschmutzung kann Atemwegs-, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und viele weitere gesundheitliche Probleme verursachen oder verschlimmern. Aus diversen Veröffentlichungen der Europäische Umweltagentur (EUA) von November 2022 bis August 2023 lässt sich lesen, dass sich die Luftqualität in Europa weiter verbessert. Doch kein Grund zur Entwarnung: Die Zahl der Menschen, die aufgrund von Luftverschmutzung erkranken oder vorzeitig sterben, ist zwar rückläufig, trotzdem bleibt die Luftverschmutzung laut Auswertungen der EUA nach wie vor das größte umweltbedingte Gesundheitsrisiko für die europäischen Bevölkerung.

- 2020: 96 % der Stadtbevölkerung in der Europäischen Union waren Feinstaubbelastungen ausgesetzt, die über dem gesundheitsbezogenen Richtwert der Weltgesundheitsorganisation lagen.
- 2021 zählten die 27 EU-Staaten 238.000 vorzeitige Todesfälle auf Grund von Luftverschmutzung

Obwohl sich die Emissionen wichtiger Luftschadstoffe und ihre Konzentrationen in der Luft in Europa in den letzten zwei Jahrzehnten erheblich reduziert haben, ist die Luftqualität in vielen Gebieten nach wie vor schlecht. Wir haben also in Punkto Verbesserung der Luftqualität noch viel Luft nach oben. Erforderlich sind ehrgeizigere Maßnahmen für eine schadstofffreie Umwelt.

Europäische Kommission schlägt neue Regeln für sauberere Luft vor

Im Oktober 2022 veröffentlichte die Europäische Kommission einen Vorschlag für eine Überarbeitung der Luftqualitätsrichtlinie. Nachfolgend sind die wichtigsten Maßnahmen aufgeführt.

Strengere Schadstoffgrenzwerte, stärker abgestimmt auf die neuen Grenzwerte der Weltgesundheitsorganisation.

Stärkung des Rechts auf saubere Luft und verbesserter Zugang zur Justiz.

Das geltende Recht sieht keine Regelung vor, dass Bürger Schadensersatz für Gesundheitsschäden aufgrund von Luftverschmutzung fordern können. Die neuen Regeln werden wirksamere Strafen und Entschädigungsmöglichkeiten für Verstöße gegen die Luftqualitätsvorschriften mit sich bringen.

Verstärkte Regeln für die Überwachung der Luftqualität zur Unterstützung vorbeugender Maßnahmen und gezielter Maßnahmen.

Anforderungen zur Verbesserung der Luftqualitätsmodellierung, insbesondere wenn und wo die Luftqualität schlecht ist.

Bessere öffentliche Information.

Die oben genannten Maßnahmen stehen im Einklang mit anderen Legislativvorschlägen, wie der Überarbeitung der Industrieemissionsrichtlinie und den jüngsten Vorschlägen zu Euro-7-Abgasnormen für Straßenfahrzeuge, die die Erreichung strengerer Luftqualitätsstandards unterstützen werden.

Die Berichtsreihe „Luftqualität in Europa“ der Europäischen Umweltagentur (EUA) präsentiert jährliche Bewertungen der Luftschadstoffemissionen und -konzentrationen in der Luft in ganz Europa sowie der damit verbundenen Auswirkungen auf Gesundheit und Umwelt. Die jährlichen Bewertungen basieren hauptsächlich auf offiziellen Daten, die von europäischen Ländern an die EEA gemeldet werden.

Quelle: <https://www.eea.europa.eu/publications/air-quality-in-europe-2022/air-quality-in-europe-2022>

fischhaber
meisterliches Handwerk
seit 1989

Besuchen Sie unseren Showroom
und lassen Sie sich inspirieren!

Gmeinwieserstraße 26-32
83620 Großhöhenrain
Telefon: 08063-9381
kontakt@fliesen-fischhaber.de
www.fliesen-fischhaber.de







bad und zimmer
concept

Casa de
 Baldosa

**'s herbstlt
gewaltig...**





Genussvoll in den Herbst
Maruhn

EDEKA Märkte Maruhn · Aiblingerstr. 41 & Frühlingsstraße 1
83620 Feldk.-Westerha · Off'n vo Mo bis Sa jew. vo achte bis achte

Null-Schadstoff-Aktionsplan der EU

Die EU-Kommission hat im Mai 2021 die Strategie und den Aktionsplan für die Schadstofffreiheit von Luft, Wasser und Boden – das „Null-Schadstoff-Ziel bis 2050“ – mit Etappenzielen bis 2030 verabschiedet. Besser bekannt unter dem Begriff „Green Deal“. Der Aktionsplan für eine saubere Umwelt geht Hand in Hand mit den EU-Zielen Klimaneutralität, Gesundheit, biologische Vielfalt und Ressourceneffizienz. Er baut auf Initiativen in den Bereichen Energie, Industrie, Mobilität, Nahrungsmittel, Kreislaufwirtschaft und Landwirtschaft. Um die Null-Schadstoff-Vision für 2050 zu erreichen und die Luftverschmutzung auf ein Niveau zu reduzieren, das nicht mehr als gesundheitsschädlich gilt, sind viele Anstrengungen in Wirtschaft und Gesellschaft erforderlich.

Nur durch gemeinsame Anstrengungen können wir einen gesunden Lebensraum für zukünftige Generationen schaffen und erhalten – eine lebenswerte Zukunft für kommende Generationen sicherstellen.

Ausblick und Zukunftsaussichten

Die Luftverschmutzung macht vor nationalen Grenzen nicht Halt. Die internationale Zusammenarbeit ist von entscheidender Bedeutung. Weltweit und in Europa sollten Länder zusammenarbeiten, um gemeinsame Strategien zur Lösung dieser Probleme zu finden. Es ist also unerlässlich: Regierungen, Organisationen, Unternehmen und die Zivilgesellschaft müssen gemeinsam handeln, um die Herausforderungen für eine bessere Luftqualität anzugehen und die Folgen des Klimawandels einzudämmen.

Wir brauchen zum einen Maßnahmen zur Reduzierung der Treibhausgasemissionen, zum anderen innovative Technologien. Die Förderung erneuerbarer und sauberer Energie, sowie nachhaltiger Mobilität ist von entscheidender Bedeutung. Nicht mehr zu vermeidende CO2-Emissionen deutscher Unternehmen sollten auch am besten dort ausgeglichen werden, wo sie entstanden sind (dazu haben wir in 2022 berichtet).

Ein weiterer, besonders wichtiger Faktor sind für die Zukunft jedoch auch vermehrte Nachhaltigkeits-Bildung und Sensibilisierungskampagnen für die Bevölkerung. Beide sind von großer Bedeutung, denn es geht darum, das Bewusstsein für dieses drängende Problem und die wechselseitigen Auswirkungen von Luftqualität und Klimawandel zu schärfen.

Fazit

Luftqualität im Kontext des Klimawandels ist eine Herausforderung, die sowohl individuelle als auch gesellschaftliche Anstrengungen erfordert. Die Anstrengungen für die Einhaltung der Klimaziele in Deutschland sind keine Frage für die Zukunft, sondern ein Muss für heute. Nur durch gemeinsame Anstrengungen können wir einen gesunden Lebensraum für zukünftige Generationen schaffen und erhalten – eine lebenswerte Zukunft für kommende Generationen sicherstellen. Dafür ist auch eine nachhaltigere Weise erforderlich, wie wir private und unternehmerische Entscheidungen treffen.

Natürlich dürfen wir uns über diesen anhaltenden Sommer 2023 freuen, der bis Anfang Oktober mit angenehmen Temperaturen anhält. Allerdings war seit 27 Jahren jeder Sommer in Deutschland zu warm. Mit durchschnittlich 18,6 Grad Celsius (°C) lag die Temperatur diesen Sommer um 2,3 Grad über dem Wert der international gültigen Referenzperiode 1961 bis 1990 (16,3 °C). Machen wir uns bewusst: alle vier Elemente Erde, Wasser, Luft und Feuer beeinflussen sich gegenseitig. Sie sind im Grunde Teil eines natürlichen, regenerativen Kreislaufs, den wir Menschen allerdings gehörig durcheinander-bringen. Und: Alles ist mit allem verbunden. Wenn es die Ursachen sind, sollten es auch die Lösungen sein.

Einladung an unsere Leser zum Mitmachen:

Wie ist Ihre Meinung zu diesem Thema? Schreiben Sie uns gerne dazu. Unser redaktioneller Schwerpunkt in diesem Jahr liegt bei den Themen Boden, Wasser und Luft sowie sozial-ökologische Nachhaltigkeit im Allgemeinen und Gemeinwohl-Ökonomie. Vielleicht ist die Firma, in der Sie arbeiten aktiv in diesen Themen. Gerne berichten wir mehr darüber, wie sich Unternehmen und Organisationen im Mangfalltal und in der näheren Region für die Zukunft wandeln. Wir laden Sie herzlich ein, per Mail Tipps und Links an die Redaktion zu senden (Mail-Adresse). Herzlichen Dank im Voraus.

Text: Werner Furtner (wf), Gemeinwohl-Ökonomie

Titelbild: istockphoto.com



Schröder und Schröder
Steuerberatungsgesellschaft mbH

Gutenbergstr. 8
83052 Bruckmühl

www.schroeder-web.eu

Tel. 08062-72932-00
Fax 08062-72932 29

■ **Andrea Schröder**
Steuerberaterin
Fachberaterin für
internationales Steuerrecht
a.schroeder@schroeder-web.eu

■ **Mike Schröder**
Steuerberater
m.schroeder@schroeder-web.eu



Servus ecoErfolg!™
ErstrebensWerte
für ein gutes Leben

Nachhaltige
Zukunftsgestaltung
mit Menschen,
Unternehmen und
Organisationen

Werner Furtner
Gemeinwohl-Wirtschafts-Partner

Beratung | Coaching | Vorträge
Werner Furtner Consulting
08071 5263065 | wernerfurtner.de



**GEMEINWOHL
ÖKONOMIE**
Ein Wirtschaftsmodell
mit Zukunft

Berater | Referent | Bilanzierendes Unternehmen

SCHLOSSBRAUEREI MAXLRAIN

Maxl Helles

DIE HÖCHST PRÄMIERTE
BRAUEREI OBERBAYERNS
UND DIE ZWEITHÖCHST PRÄMIERTE
BRAUEREI DEUTSCHLANDS



BUNDESEHRNPREIS IN SILBER 2023

16x in Folge, sooft wie keine andere Brauerei in Deutschland, wurden wir mit dem Bundesehrenpreis prämiert. 2023 erzielten wir sogar den 2. Platz mit der Silbermedaille.

Infos: www.maxlrain.de





DU BIST WIE DU ATMEST

Atme tief ein, um Deinen Geist nach Hause in Deinen Körper zu bringen.“ So lautet ein Zitat von Thich Nhat Hanh, einem bekannten buddhistischen Mönch, Schriftsteller und Lyriker. Im Lateinischen bedeutet Einatmen „Inspirare“, aber gleichzeitig auch inspirieren – und eine beflügelnde Idee haben.

Vom ersten Atemzug an bis zum letzten begleitet uns das Wunder des Atmens, meistens selbstverständlich unbewusst, oft angepasst an die Lebenssituation – uns stockt der Atem vor Angst oder man ist atemlos vor Freude und Aufregung. Neben zahlreichen geisteswissenschaftlichen Gedanken über das Atmen gibt es unzählige Fakten über das Wunderwerk unserer Atmung.

Jede Minute atmen wir ein und aus und unsere Lunge übernimmt lebenswichtige Funktionen im Körper. Wie von selbst versorgt sie bei jedem Atemzug Organe, Muskeln und jede einzelne Zelle mit Sauerstoff. Über Blutkapillaren gelangt gleich-

zeitig Kohlendioxid zurück in die Lungenbläschen der Lunge und wird wieder ausgeatmet.

Kurze Übung zwischendurch:

Atme jetzt erst einmal tief durch die Nase ein und wieder durch die Nase aus. Strecke Dich und sitze gerade, sodass Du Raum hast zu Atmen. Mit der Einatmung achte darauf, wie sich Dein Brustkorb und wenn mög-

Oftmals atmen wir intuitiv genau richtig, wie zum Beispiel pustend ausatmend, wenn wir uns gestresst fühlen. So lösen sich Verspannungen und wir beruhigen uns schneller.

lich auch dein Bauch weitet. Meistens atmen wir zu schnell und zu kurz in oberen Bereich des Brustkorbs – der Atem bleibt förmlich oben stecken. Mit der Ausatmung lasse die Luft durch die Nase aus Dir herausströmen – bis auch dein Bauch wieder ganz leer ist. Solch einfache und leicht durchführbare Übungen sind spielend leicht in den Alltag zu integrieren. Oftmals atmen wir intuitiv genau richtig, wie zum Beispiel pustend ausatmend, wenn wir uns gestresst

fühlen. So lösen sich Verspannungen und wir beruhigen uns schneller.

Luft- und Schlafqualität

Die lebensnotwendigen Luftmengen sind klar, doch wie sieht es mit der Qualität der Luft aus? Circa. 30 % unserer Zeit verbringen wir schlafend und die Luftbeschaffenheit wirkt sich auf Gesundheit und Schlafqualität

aus. Wenn wir nicht bei geöffnetem Fenster schlafen – und auf dem Land wohnen – verändert sich die Luftqualität allein durch unsere Atmung. Der Kohlendioxidgehalt steigt, „schlechte“ Luft lässt uns müde und schlapp erwachen. Auch Gase aus Matratzen, Stoffen und Möbeln sammeln sich an. Eine Studie der Technischen Universität in Dänemark fand 2016 heraus, dass sich diese verschlechterte Luftqualität jedoch leicht zum Positiven beeinflussen lässt:

Ganz einfach mit Bogenhanfpflanzen, umgangssprachlich auch Schwiegermutterzunge genannt. Zwei bis drei Stück pro Person reinigen die Luft im Raum und führen dadurch zu besserem Schlaf und dieser wiederum zu gesteigerter Leistungsfähigkeit am Tag.

Pflanzen als Filtersystem

Sie können mehr als nur schön sein: Zimmerpflanzen dienen als Schalldämpfer, Sauerstoffspender, Luftbefeuchter und Schadstofffilter. Während der kühlen Jahreszeit sind sie natürliche Luftreiniger und sorgen für eine angenehme, frische Atmosphäre; vor allem bei trockener Heizungsluft helfen sie, die Raumluft zu verbessern. Damit Pflanzen ihre luftreinigenden Eigenschaften wirkungsvoll entfalten können, gilt die Regel: Mindestens eine Pflanze pro neun Quadratmeter. Je größer die Pflanze, desto größer natürlich der Effekt.

Forschen für gesunde Raumluft

Im Rahmen eines Projektes wurde in Delhi im Pahapur Business Center 15 Jahre lang

geforscht. Kamal Meattle und sein Team stellten in dem über 5.500 Quadratmeter großen Gebäude, in dem 300 Personen arbeiten, 1.200 Pflanzen auf. Es wurde auf Gesundheit der Angestellten, Leistungsfähigkeit und kognitive Parameter geachtet und man fand beachtliche Verbesserungen durch die von Pflanzen gereinigte und aufbereitete Raumluft. Das Ergebnis: Die perfekte luftverbessernde Kombination bestand aus nur drei Pflanzen. Die Goldfruchtpalme, da sie durch ihre hohe Verdunstungsrate von 97% des von ihr aufgenommenen Wassers für eine gute Luftfeuchtigkeit sorgt. Sie produziert tagsüber sehr viel Sauerstoff. Die Efeurute filtert Giftstoffe aus der Luft und der Bogenhanf wirkt ganz ähnlich, stellt aber zusätzlich nach Sonnenuntergang auch weiterhin Sauerstoff zur Verfügung.

Nützliche Hingucker

So ist es eigentlich leicht, sich selbst zuhause mit besserer Luft zu versorgen. Hübsch anzusehen, geben Grünpflanzen dem eigenen Heim eine wohliche Ausstrahlung. Weitere pflanzliche Luftverbesserung erreicht man zum Beispiel mit der Friedenslilie, auch Scheidenblatt genannt. Sie bindet Giftstoffe und ist absolut pflegeleicht. Allerdings ist sie giftig für Hunde und Katzen und für Allergiker möglicherweise ungeeignet. Der beliebte Drachenbaum schafft es, einiges an Giftstoffen zu beseitigen und ist eine immergrüne Schönheit; zudem kommt er mit wenig Wasser aus und liebt helle Standorte. ~

Text/Bilder: schü

Quellen & Infos:

www.greenenergyhelps.com,
The Impact of Working in a Green Certified Building on Cognitive Function and Health – PubMed (nih.gov)

<https://genughaben.de/>

12 überraschende Zahlen zur Lunge

1983

In diesem Jahr gelang in Toronto, Kanada, die erste Lungentransplantation. Seit Mitte der 80er-Jahre bis 2013 fanden weltweit bereits an die 47.600 Lungentransplantationen statt.

2 Flügel

Unsere Lunge besteht aus 2 Flügeln. Doch der rechte ist etwas größer als der linke, da dieser sich den Platz mit unserem Herzen teilen muss.

3 Liter

Diese Menge Luft haben wir als sogenanntes Reservevolumen in der Lunge. Durch bewusst gesteuerte Atmung können wir bis zu 3,5 Liter Luft aufnehmen, die pro Atemzug zur Verfügung steht. Atemluft gemeinsam mit Reservevolumen nennt man Vitalkapazität. Sie ist um das 20. Lebensjahr am höchsten.

12 bis 18 Atemzüge

So viele Atemzüge tätigen wir in einem uns eigenen, individuellen Atemrhythmus. Babys allerdings atmen 40- bis 50-mal in der Minute.

80 Quadratmeter

Jedes Lungenbläschen hat einen Durchmesser von nur 0,2 Millimeter, doch durch die große Menge an Bläschen ergibt sich eine Fläche von sagenhaften 80 Quadratmetern. Diese Gesamtoberfläche ist 40- bis 50-mal größer als die Körperoberfläche eines erwachsenen Menschen.

400 Milliliter

Diese Menge an Flüssigkeit verliert unser Körper durch Atmen, Schwitzen und durch Ausscheidungen- und zwar täglich.

700 Meter

Diese erstaunliche Länge ergibt sich aus unseren Bronchien mit ihren Verzweigungen in der Lunge. Das ist beinahe doppelt so lang wie der Berliner Fernsehturm hoch ist!

1.600 Kilometer

Die Lungenbläschen geben Sauerstoff an mikroskopisch kleine Blutgefäße, die Kapillaren, ab. Würde man sie aneinanderreihen, ergäbe sich eine Länge an Kapillargefäßen von 1.600 Kilometern.

10.000 Bakterien

Während der Erkältungszeit schleusen wir durchschnittlich pro Stunde 10.000 Bakterien und 100.000 Viren in unser Atemsystem ein. Nur dank unserer Schleimhäute schwächen nur wenige dieser potenziellen Erreger unser Immunsystem.

10.000 bis 20.000 Liter

Diese Menge an Luft atmen wir tagtäglich ein und aus. Dafür bewegt sich unsere Lunge an die 20.000 Mal.

300 Millionen

Diese gewaltige Zahl an Lungenbläschen, den sogenannten Alveolen, besitzen wir in unserer Lunge. Sie sind zuständig für den Gasaustausch von Sauerstoff und Kohlendioxid in unserem Körper.

10 Kubikmeter

Pro Stunde atmen wir bei einer mittleren Atemfrequenz in einer Stunde umgerechnet zwei große Badewannen leer; pro Tag atmen wir sogar einen 10 Kubikmeter großen Container „weg“!



Adventausstellung
 Fr 24.11. 08:00 - 18:00 Uhr
 Sa 25.11. 08:00 - 16:00 Uhr
 So 26.11. 10:00 - 16:00 Uhr

**bis 1. Advent: -20 %
auf Weihnachtssterne**

www.gaertnerei-baumeister.de



BAUMEISTER
BLUMEN & PFLANZEN

Wo Qualität wächst

Altenburg 14, 83620
Feldkirchen-Westerham
Tel. 08063 345



LECHNER
Busreisen GmbH

DARCHINGER
eine Marke der
LECHNER-Gruppe

**Wir sind Ihr richtiger
Ansprechpartner für Gruppenausflüge:**
Firmen, Vereine, Schulen und Privatpersonen

Irschenberg · **Telefon 08025 - 280 40** · Fax 280 444
 info@lechner-busreisen.de · www.lechner-busreisen.de



galabauron

Ron Felix Tietz - European Tree Worker
**Baumkontrolle, Baumpflege, Baumfällung,
Garten- und Landschaftsbau**

Miesbacher Straße 35
83620 Feldkirchen-Westerham

☎ 0151 2875 27 61
☎ 08063 2006220

ron@galabauron.de
www.galabauron.de

**WIR SUCHEN
VERSTÄRKUNG
JETZT BEWERBEN**



Auto Teile Woller

- Kfz-Reparaturen
- Reifenservice
- Ersatzteile

Gewerbepark Markfeld 2a
83043 Bad Aibling

TEL 08061-939 71 83
FAX 08061-939 71 84
 info@atw-woller.de

www.atw-woller.de

**AUTO TEILE
WOLLER**
MEISTERBETRIEB SEIT 1997



Wildes Kräuterwelt DELI S

Willkommen liebe Wildkräuter- und Wildpflanzen-Freunde! Sie wundern sich vielleicht, warum ich Sie nicht mehr mit „Willkommen liebe Unkraut-Freunde“ begrüße? Ich möchte mich der Meinung meiner Kräuterpädagogen - Kollegin Ulrike Windsperger anschließen, die sagt, dass der Begriff „Unkraut“ ein Unwort ist, das respektlos gegenüber Pflanzen ist. Da, finde ich, hat sie absolut Recht. Das Wort „Unkraut“ existiert also ab sofort nicht mehr. Übrigens hat Ulrike ein wundervolles Buch über Permakultur geschrieben, das ich nur jedem empfehlen kann.

Unser Sommeranfang heuer hatte es ja wirklich in sich, anhaltende Hitzeperioden machten es uns und unseren Pflanzen nicht leicht, durchzuhalten. Doch es ist immer wieder wunderbar, wie es den meisten Pflanzen gelingt, uns doch wieder mit reichlich Ernte zu beglücken. Falls Sie in Ihrem Naturgarten bereits Wildsträuchern gepflanzt haben, können Sie nun aus Schlehe und Co etwas Köstliches herstellen.

Einer meiner Lieblingssträucher ist die Kornelkirsche (Cornus mas). Sie gehört zur Familie der Hartriegelgewächse. Im Frühling blüht sie herrlich gelb und ist für Hummeln und Bienen eine erste, wichtige Nahrungsquelle nach dem Winter. Viele Gartenbesitzer haben die Forsythie bei sich gepflanzt, die zwar im Frühjahr auch schön gelb blüht, doch leider hat sie für Bienen und Hummeln überhaupt keinen Nutzen, denn sie bietet keinen Nektar und keinen Pollen. Die Kornelkirsche hat noch mehr Vorteile, ihre saftigen, roten Früchte sind bei Eichelhä-

her, Kleiber und vielen anderen Vogelarten sehr beliebt. Außerdem nutzt so mancher Vogel den schönen Strauch als Nistplatz. Die Kornellen, wie man die Früchte nennt, sind auch für uns, roh oder gekocht, ein Genuss. Sie enthalten viel Vitamin C und wirken beruhigend auf Magen und Darm. Bei der Kornelkirsche ist alles verwendbar, die Früchte, die Blätter und die Rinde als Absud fürs Badewasser gegen Rheuma und Gicht und das Holz, das extrem hart und elastisch ist, ist bei Schreibern sehr beliebt. Im Herbst schmückt sie schließlich unsere Gärten mit ihrer purpurroten Färbung. Und: Kornelkirschen können alt werden, leicht über 100 Jahre. Falls Sie also diesen wunderschönen und nützlichen Wildstrauch in ihren Garten einziehen lassen, werden Sie sicher viel Freude damit haben. Es gibt verschiedene Sorten von Kornelkirschen, lassen Sie sich am besten von einer guten Baumschule beraten.

Rezept für Kornelkirschen-Marmelade: Kornelkirschen sind etwas schwer zu entkernen, daher ist es einfacher sie im Ganzen zu kochen und dann durch ein Sieb zu passieren. Circa 1,5 kg Kornelkirschen mit Wasser bedecken, kurz aufkochen, dann köcheln bis die Früchte weich sind. Nun alles durch ein Sieb passieren. Den aufgefangenen Fruchtebrei (1kg) mit Gelierzucker (1:1) verrühren (beachten Sie die Kochanleitung auf dem Gelierzucker) und aufkochen. Weiter rühren, 4-5 Minuten köcheln lassen, dann in saubere Schraubgläser abfüllen. Viel Spaß beim Ausprobieren und Genießen!

Text: aj

LASST UNS FEIERN

20 Jahre
SZENARIO
BRUCKMÜHL

10 Jahre
SZENARIO
BAD AIBLING



Szenario

Jubiläumsparty, Sa. 18.11.23

10:00 Uhr - 18:00 Uhr

Szenario Bruckmühl

- 10 % Jubiläumsrabatt* auf Lagerware

13.11.-18.11.23 beide Geschäfte

- Große Tombola mit tollen Gewinnen

- Getränke und leckeres Essen

- Flohmarkt rund ums Geschäft
(witterungsabhängig)...

...uvm

Jubiläums Tombola

Hauptgewinn: 300 € Szenario-Gutschein

Loseverkauf: Ab Mo. 13.11.23 - beide Geschäfte

Verlosung: Jubiläumsparty Sa. 18.11.23 - 16 Uhr
Gewinnen kann nur, wer zu diesem Zeitpunkt anwesend ist!

Preis pro Los: 5,00 € - Spende an:



Szenario

UHREN - SCHMUCK - ACCESSOIRES
REPARATURWERKSTATT

CHRISTINE & JOACHIM KÖSSLER
SZENARIO Bruckmühl:
Müller-zu-Bruck-Str. 6, 83052 Bruckmühl
08062 / 80 75 13



QR-Code scannen
und mehr erfahren!
www.szenario-trends.de

SZENARIO Bad Aibling:
Marienplatz 11, 83043 Bad Aibling
08061 / 43 18

WITZ ECKE

„**Mein Freund** erzählte mir neu-lich, er habe den Körper eines griechischen Gottes. Ich habe ihn dann aufgeklärt, dass Bud-dha kein griechischer Gott ist.“

Der Mann kommt spät abends aus seiner Stammkneipe betrun-ken nach Hause. Durch den Lärm wacht seine Frau auf und fragt, was er für einen Lärm macht. Mann: „Die Schuhe sind umgefal-len! Frau: „Das macht doch nicht so einen Krach!“ Mann: „Doch, ich stand noch drin!“

Ein Tourist in Schottland be-sichtigte Loch Ness in der Hoff-nung, dem Ungeheuer Nessie zu begegnen. Schliesslich frag-te er den Fremdenführer: „Wann taucht das Ungeheuer denn immer auf?“ – „Gewöhn-lich nach fünf Scotchs...“

Ein Mann beim Arzt: „Herr Doktor, ich träume von Fernver-kehr. Und alle Züge sind pünkt-lich auf die Minute und in tech-nisch einwandfreiem Zustand.“ – „Oh Mein Gott, Sie leiden an Bahnvorstellungen!“

Ermahnung beim Abendessen: „Fritz, Du sollst nicht mit Deinem Arm über den ganzen Tisch langen! Hast Du denn kei-nen Mund?“ Fritz: „Doch, aber mit meiner Hand komme ich viel besser ran.“

„**Warum kommt** das Neutron nicht am Türsteher vorbei?“ – „Weil die Party nur für geladene Gäste ist.“

Krauses kämpfen beim Zelten ständig gegen Mücken. Als es dunkel wird, kommen ein paar Glühwürmchen angefliegen. „Bloß weg!“ sagt Krause, „jetzt suchen uns die Biester schon mit Taschenlampen!“



VON HUMMELN UND FLUGSAURIERN

Vor etwa 100 Jahren hat ein Wissenschaftler ausge-rechnet, dass Hummeln eigentlich gar nicht fliegen kön-nen dürften. Ihre Flügel wä-ren zu klein für ihr Gewicht. Der Wissenschaftler hat aber nicht bedacht, dass die Flügel der Hummel beweglich sind und durch diese Beweglichkeit klei-ne Luftwirbel entstehen, die wiederum für Auftrieb sorgen. Die physikalischen Gesetze, die dahinterstecken, nennt man Aerodynamik – habt Ihr be-stimmt schon mal gehört.

Aero (Luft) Dynamik (Kraft) be-schreibt, wie sich ein Körper in der Luft verhält: ob er schnell ist, weil er wenig Widerstand bietet (Autos), oder auch fliegen kann, weil er den Auftrieb nutzt (Flug-zeuge). Die Hummel nutzt den Auftrieb der Luft, indem sie ihre Flügel dreht. Vögel machen das ebenso. Dabei stellen sie er-staunliche Rekorde auf. Kolibris schlagen 80-mal in der Sekunde mit den Flügeln. Man bezeichnet diese Flugweise als Schwirrflug. Die Flügelspitzen beschreiben dabei eine liegende Acht. Den Schwirrflug beherrschen auch Libellen, Bienen und manche Fledermäuse. Übrigens ist es eine Fledermaus, die am

schnellsten geradeaus fliegen kann. Die Brasilianische Frei-schwanz-Fledermaus schafft 160 km/h. Falken erreichen im Sturz-flug bis zu 250 km/h, aber eben nur im Sturzflug. Der schnellste Vogel im Horizontalflug ist der Mauersegler mit 110 km/h. Mau-ersegler verbringen teilweise so-gar die Nacht schlafend in der Luft. Wissenschaftler vermuten, dass dabei nur eine Hirnhälfte schläft und auch nur ein Auge ge-schlossen ist. Bisher konnte das aber niemand beobachten.

Damit Vögel überhaupt fliegen können, haben sie zum einen eine große Lunge, denn Fliegen braucht viel Energie, und ihre Knochen sind hohl, damit sie möglichst leicht bleiben. Die schwersten Vögel, die fliegen können, sind die Trappen, die es in Afrika und Europa gibt, mit knapp 20 Kilo. In der Urzeit gab es aber Flugsaurier, die bedeu-tend schwerer waren. Der schwerste flugfähige Saurier war der Quetzalcoatlus northropi. Er hatte zwar auch hohle Knochen, wog aber dennoch nach Schät-zungen etwa 100 Kilo. Immerhin waren seine Flügel entsprechend groß: Sie hatten eine Spannweite von 11 bis 13 Metern.

Text: cm

Altes Wissen

LEONHARDIRITT

Der Heilige Leonhard ist Schutzpatron der landwirtschaftlichen Tiere. An oder um seinen Namenstag am 6. November werden bei Leonhar-diritten an Kapellen oder Kirchen, die dem Heiligen Leonhard geweiht sind, die Rösser gesegnet. Die Tradition hat ihren Ursprung in Altbayern und Westösterreich. Die älteste in Bayern ist die Leonhardifahrt in Bad Tölz, die seit 1772 verbürgt ist. Sie gilt als immaterielles Kulturerbe im Verzeichnis der UNESCO.

Termine in der Region: Warngau (23.10.), Breitbrunn und Grassau (29.10.), Hundham (4.11.), Schliersee und Übersee (5.11.), Rimsting, Nußdorf und Kreuth (6.11.).

Text: cm

**Wasser. Wärme.
Luft. Plus viel
Komfort!
WIR von KLIER
sorgen dafür...**

- Alternative Energien
- Badmodernisierung
- Hauskomfort-Technik
- Wasseraufbereitung.
- u.v.m...



**SANITÄR
HEIZUNG
KLIMA**

Beratung · Planung · Ausführung · Kundendienst

**RAT&TAT für
Heizung, Klima
und Bad!**

www.klier-shk.de ☎ 08063-8056-0

BIOMARKT



NÜSSE, ÖL & KERNDL MIT BISS IN DEN HERBST

Marktfahrzeuge

Dienstag	Bad Aibling, Marienplatz	9.00 - 12.00 Uhr
Dienstag	München, Max-Josephs-Platz	11.00 - 18.00 Uhr
Dienstag	Siegertsbrunn, Rosenheimer Str.	14.30 - 17.00 Uhr
Mittwoch	München, Mariahilfplatz	8.30 - 13.00 Uhr
Mittwoch	München, Mangfallplatz	14.00 - 17.30 Uhr
Mittwoch	München, Heiglhofstraße	13.00 - 17.00 Uhr
Donnerstag	München, St. Anna Platz	11.00 - 17.00 Uhr
Donnerstag	München, Rosenkavalierplatz	8.30 - 17.30 Uhr
Freitag	München, Riem-Arcaden	10.00 - 18.00 Uhr
Freitag	Perlach, Theodor-Heuss-Platz	13.00 - 17.30 Uhr
Samstag	Holzkirchen am Marktplatz	7.30 - 12.30 Uhr
Samstag	München, Graubündner Straße	7.30 - 13.00 Uhr
Samstag	München, Mariahilfplatz	7.30 - 13.00 Uhr

Besuchen Sie uns in unserem Biomarkt in Vagen!

Biomarkt Vagen

Neuburgstr. 2, 83620 Vagen

Telefon: 08062-12 33

info@hofbaeckerei-steingraber.de

Hofbäckerei Steingraber

Neue Öffnungszeiten

Mo-Do 6.30 bis 14.00 Uhr

Freitag 6.30 bis 18.00 Uhr

Samstag 6.30 bis 13.00 Uhr

Sonntag 7.30 bis 10.30 Uhr

Aktuelle Angebote finden Sie online:
www.hofbaeckerei-steingraber.de

Bauernmärkte

Mittwoch	Schloßberg, neben d. Kirche	9.00 - 13.00 Uhr
Donnerstag	Miesbach am Marktplatz	8.00 - 13.00 Uhr
Samstag	Rosenheim, Ludwigsplatz	8.00 - 13.00 Uhr

Unser Lieferservice

Liebe Freunde & Kunden der Hofbäckerei Steingraber, für alle Bürgerinnen und Bürger bieten wir ab einem Bestellwert von 30 € aus dem Gesamtsortiment weiterhin unseren kostenlosen Lieferservice in den Gemeindebereichen Vagen, Feldkirchen-Westerham sowie Bruckmühl an.

Wir nehmen Ihre Bestellung für Backwaren, Lebensmittel sowie sonstige Lebensmittel telefonisch oder gerne per Mail entgegen..

TELEFON: 08062-12 33

E-MAIL: [info@hofbaeckerei-steingraber](mailto:info@hofbaeckerei-steingraber.de)

Bestellschluss ist jeweilig am Vortag um 16 Uhr.
Die Ware wird dann gepackt und morgens angeliefert.
Liefertage sind Dienstag bis Samstag (Abfahrt ca. 8 Uhr).

Vielen Dank & bleiben Sie gesund!
Euer Team der Hofbäckerei Steingraber in Vagen

**Lebensqualität für Mensch & Tier und ein verantwortungsvoller Umgang mit der Natur.
frisch. regional. gut. Die Hofbäckerei Steingraber**



Aktuelles auch auf unserer Facebook Seite:
Hofbäckerei Steingraber

www.hofbaeckerei-steingraber.de

Die günstigste Art **MARKEN-SPORTARTIKEL** regional zu kaufen!



SPORT FUNDGRUBE

in MIESBACH + HOLZKIRCHEN



Miesbacher Str. 14
83607 **HOLZKIRCHEN**

Open: MO - FR: 09:00 - 18:00 · SA: 09:00 - 16:00 Uhr

Rosenheimer Str. 9
83714 **MIESBACH**



SCHLAMP IMMOBILIEN
EXPERTEN FÜR BEWERTUNG UND VERKAUF



Theresienhäuser

Neubau von 1x Einfamilienhaus + 2x Doppelhaushälften

- Modernes Wohnen für Familien
- alle Häuser mit Garten und gemütlicher Südterrasse
- Wohnflächen: ca. 155 m² (EFH) + 134 m² (DHH)
- massive Bauweise mit dezentralem Lüftungssystem
- energieeffizientes Heizen dank Wärmepumpe + Fußbodenheizung
- Garage + Stellplatz zu jedem Haus
- Hobbykeller-Ausbau auf Sonderwunsch möglich
- hochwertige und moderne Ausstattung
- Bauherr & Handwerker aus der Region
- Fertigstellung Frühjahr 2025



Vertriebskontakt:
Robert Schlamp Immobilien e. K.

+ 49 (0) 8062.90 88 0

E-Mail: post@schlamp-immobilien.de

Ein Projekt der



ECO Bauträger GmbH



UNTERNEHMENSGRUPPE SCHLAMP
Immobilien | Hausverwaltung | Bauträger | Abrechnungsservice | Heizkostenerfassung

