

# Marktschellenberger Bote



Jahrgang 18

Donnerstag, der 9. Februar 2012

Nummer 2

## Kinderfasching 1954 in Schellenberg



Foto von links: Eugen Walch, Georg Kranawetvogl, Bärbel Walch.  
Damals fand nach dem Umzug im Markt ein "großer Kinderfaschingsball" im Gasthaus  
Untersberg (Gadringer) statt. (Foto: Archiv Walch)

# Obst- und Gartenbauverein Marktschellenberg

**Einladung zur Jahresversammlung  
am Freitag, 16. März 2012  
um 19.30 Uhr  
im Feuerwehrhaus, Veranstaltungsraum**

## Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Schriftführerbericht
3. Kassenbericht
4. Grußworte
5. Ehrungen
6. Wünsche und allgemeine Aussprache
7. Fachvortrag des Kreisfachberaters

Ab 19.00 Uhr Beitragseinzahlungen, Neuaufnahmen und Fragestunde mit dem Kreisfachberater Markus Putzhammer und Neuaufnahmen.

Die Vorstandschaft freut sich auf rege Teilnahme der Mitglieder und Freunde des Obst- und Gartenbauvereins Marktschellenberg. Neumitglieder sind herzlich willkommen.

## *Einladung zum Kindergartenfasching*

**am Freitag den 10. Februar 2012**

um 14:30 – 16:30Uhr

Große Tombola mit tollen Preisen  
Alter von 2 - 7 Jahre

**Freier Eintritt**



## **Unsere Anzeigenpreise:**

1 Seite 60.- € oder ½ Seite 40.- €  
¼ Seite 30.- € Preise zzgl. MwSt.  
**Werbung mit Kleinanzeigen**  
Sponsorenkästchen pro Monat 6.- € zzgl. MwSt.



# SG Scheffau-Schellenberg e.V.

www.sgscheffau-schellenberg.de



Liebe Vereinsmitglieder,

auch dieses Jahr lädt die Vorstandschaft recht herzlich zur Jahreshauptversammlung ein. Wir hoffen Euch dazu, am Freitag, den 23.03.2012, um 19.30 Uhr, im Gasthof „Obermaier“, recht zahlreich begrüßen zu dürfen.

## Die Tagesordnung

1. Begrüßung durch den 1. Vorstand
2. Bericht des Schriftführers
3. Bericht des Kassiers (Entlastung des Kassiers)
4. Bericht des 1. Vorstandes
5. Bericht der Unterabteilungen
  - I. Eisstockschiützen
  - II. Langlauf
  - III. Damen
6. Bericht über den Herrenfußball
7. Bericht des Jugendleiters
8. Ehrungen
9. Wünsche und Anträge

Wir wünschen allen Mitgliedern, Vereinsfreunden und deren Familien ein glückliches, gesundes und sportlich erfolgreiches Jahr 2012.

*Ivo König*  
1. Vorstand

## Adventmarkt der Schellenberger Bäuerinnen und Landfrauen

Über eine große Besucherzahl erfreute sich der traditionelle Adventmarkt der Schellenberger Bäuerinnen und Landfrauen, der am Samstag, den 26. November 2011 stattfand.

Nach der Abendmesse weihte Pfarrer G. Galinski die von den Bäuerinnen gebundenen Adventskränze.

Im Anschluss begann der Markt, auf dem zahlreiches geboten wurde: Von Glühwein und Punsch über Bosna, Schmalzgebäck, Kuchen und andere Schmackerl bis zu kunstvollen Gestecken und Handarbeiten.

Zum ersten Mal wurde heuer eine Tombola veranstaltet. Die beachtlichen Preise fanden großen Anklang bei den vielen Gewinnern. Der Reinerlös kommt wie immer karitativen Zwecken innerhalb der Gemeinde zugute.

Wir bedanken uns sehr herzlich bei allen Besuchern und Gönnern des Marktes, vor allem bei allen Spendern der Tombolapreise.



## Jahreshauptversammlung der Bäuerinnen und Landfrauen

Am 10. November 2011 trafen sich 31 Bäuerinnen und Landfrauen nach der Abendmesse zur Jahreshauptversammlung im Pfarrhof. In diesem Jahr standen außerdem Neuwahlen an.

Ortsbäuerin Rosi Stangassinger eröffnete die Versammlung und begrüßte besonders Maria Walch vom Bernegg-lehen in der Oberau als Wahlleiterin und Pfarrer P. G. Galinski.

Anschließend ließ sie das vergangene Jahr Revue passieren und bedankte sich bei ihren Ausschussmitgliedern für die gute Zusammenarbeit. Danach überreichte die stellvertretende Ortsbäuerin Anni Angerer ein Geschenk für Rosi Stangassinger und dankte für die vergangene Amtsperiode. Im Anschluss folgten die Neuwahlen für die nächsten fünf Jahre mit folgendem Ergebnis:

Erste Ortsbäuerin: Rosi Stangassinger, Reichart

Stellvertreterin: Ellen Brandner, Fagerer

Beiräte: Anni Angerer, Vorderhirschbichl; Barbara Brandauer, Kederer;  
Elisabeth Krenn, Amerosen; Heidi Sulzauer, Schuster

**KATHOLISCHER DEUTSCHER FRAUENBUND**

Zweigverein Marktschellenberg

Ansprechpartnerin Barbara Heger

Ettenberger Straße 6, 83487 Marktschellenberg, Tel.: 08650 / 871

**Termine für den Monat Februar 2012**

1. Fackelwanderung zur Köpplschneid am Mittwoch, den 08. Februar 2012.  
Treffpunkt um 18.00 Uhr an der Sparkasse.
2. Basteln für den Ostermarkt. Termin und Zeitpunkt bei Barbara Heger erfragen (Tel. 871)

**Vorschau Monat März**

1. Weltgebetstag der Frauen am Freitag, den 02. März 2012 (voraussichtlich in Winkl).
2. Abendmesse und anschließend Jahreshauptversammlung am 13. März 2012.
3. Morgenlob am 15. März 2012 um 07.30 Uhr in der Pfarrhofkapelle.

**Wir für Sie  
voller Energie!**

**EnergieSparkasse**  
Berchtesgadener Land

**Unsere Anzeigenpreise:**

1 Seite 60.- € oder ½ Seite 40.- €

¼ Seite 30.- € Preise zzgl. MwSt.

Sponsorenkästchen pro Monat 6.- € zzgl. MwSt.

Marktschellenberger Bote – Marktplatz 5 – 83487 Marktschellenberg – email: [erwin-hurter@t-online.de](mailto:erwin-hurter@t-online.de)

# Hilfe, mein Kind wird gemobbt!



Mobbing unter Kindern und Jugendlichen ist ein aktuelles Thema:  
10-15% der Schulkinder sehen sich als Opfer.

Mädchen und Jungen, die gemobbt werden, benötigen die Hilfe  
von ihren Lehrer/innen und ihren Eltern.

Wer andere schikaniert, muss gestoppt werden.

Was ist Mobbing? Wie zeigt es sich? Gibt es typische Opfer und typische Täter? Was ist in der akuten Situation zu tun? Welchen Hilfen benötigen die beteiligten Kinder und ihre Familien? Wie kann Mobbing verhindert werden?

Die Referentin Gertrud Wölke ist Psychotherapeutin u. Fachdienstleiterin  
der Caritas Kinder- Jugend- und Familienhilfe.

**Dienstag, 7. Februar 2012 um 19.30 Uhr**  
**Bad Reichenhall, Pfarrzentrum St. Zeno**

**Nachrichten aus dem Rathaus****Monatstermine:****Abholung gelber Sack: Montag, 27. Februar 2012****Leerung blaue Tonne: Mittwoch, 8. Februar 2012****Restmüll: Freitag, 10./24. Februar 2012 (14tg. Saisontonne)****Winterdienst – Hinweise für Haus- und Grundstückseigentümer**

Wir möchten Sie nochmals auf Räum- und Streupflicht der Hauseigentümer und Grundstücksbesitzer hinweisen. Nicht zuletzt im eigenen Interesse sollte man sich der Verpflichtung zum Räumen und Streuen der vor seinem Grundstück liegenden Gehbahnen bewusst sein. Falls ein Fußgänger auf einem unzureichend von Schnee- und Eisglätte befreiten Gehweg stürzt, kann dies unter Umständen sehr kostspielig werden. Es muss bei einem Unfall damit gerechnet werden, dass der Geschädigte Heilbehandlungskosten, Schmerzensgeld und eine Verdienstausfallentschädigung geltend machen kann. Auf die eigene Haftpflichtversicherung ist dabei nicht unbedingt Verlass, denn wenn man bei Eis und Schnee nichts unternimmt und so den Unfall eines Anderen billig in Kauf nimmt, fällt u. U. der Versicherungsschutz weg.

Die Verpflichtung zum Räumen und Streuen der Gehbahnen im Winter stützt sich auf die Verordnung des Marktes Marktschellenberg vom 17.12.2001, wonach Eigentümer von Grundstücken und die zur Nutzung Berechtigten die Gehsteige oder die dem Fußgängerverkehr dienenden Teile am Rande öffentlicher Straßen, die sich vor deren Grundstück befinden, auf eigene Kosten in sicherem Zustand zu erhalten haben. Dies hat an Werktagen jeweils zwischen 7.00 und 20.00 Uhr und an Sonn- und Feiertagen zwischen 8.00 und 20.00 Uhr zu erfolgen.

Bitte denken Sie daran, dass beim Streuen nur Sand, Splitt und andere geeignete Mittel benutzt werden dürfen. Die Verwendung ätzender Stoffe ist verboten. Ferner ist zu beachten, dass Kanaleinlässe und Hydranten freizuhalten sind.

Ganz besonders möchten wir Sie auch darum bitten, den von den Räumfahrzeugen aufgeschütteten Schnee sowie Schnee vom eigenen Grundstück nicht auf die Straße zu schaufeln, da dadurch Verkehrsteilnehmer unnötig gefährdet würden.

Auch der Markt Marktschellenberg ist bemüht, unter Einsatz aller zur Verfügung stehenden Kräfte und Mittel die Gefahrensituation auf Schnee- und eisglatten Straßen so gering wie möglich zu halten, um so die Unfallgefahr auf ein Mindestmaß zu beschränken. In diesem Zusammenhang möchten wir um Ihr Verständnis bitten, wenn bei länger anhaltendem Schneefall durch diesen Umstand Verzögerungen beim Räumdienst eintreten. Gerade in schneereichen Gebieten ist es von äußerster Wichtigkeit, dass sich Bürger und Kommune gemeinsam darum bemühen, die Gefahren, die Schnee und Eis mit sich bringen, einzudämmen.

Helfen Sie deshalb auch mit, diesen Winter zu einem sicheren Winter zu machen, indem Sie Ihrer Räum- und Streupflicht gewissenhaft nachkommen.

**Winterdienst – Hinweise für Fahrzeuglenker**

Eis und Schnee können in wenigen Tagen Einzug halten, dies bedeutet Beeinträchtigungen auf Straßen und Wegen für alle Verkehrsteilnehmer - für den Winterdienst der Start in eine neue Saison.

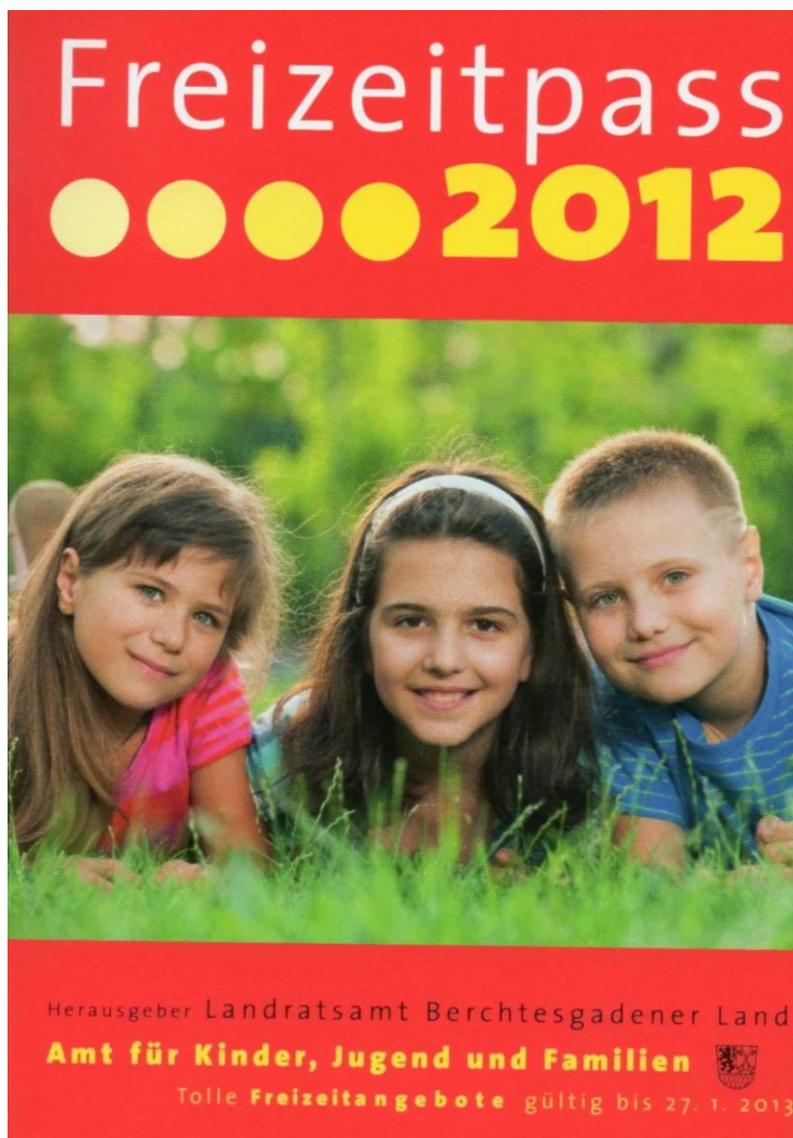
Um ein zügiges Räumen und Streuen zu gewährleisten, bitten wir alle Fahrzeuglenker, beim Abstellen und Parken ihrer Fahrzeuge auf Straßen und Wegen zu beachten, dass für die Fahrzeuge des Winterdienstes noch eine Fahrbahn in ausreichender Breite verbleibt. Der Gesetzgeber sieht hierfür ein Maß von 3 m vor (§ 12 Abs. 1 Nr. 1 der Straßenverkehrsordnung). Deshalb parken Sie möglichst rechts am Fahrbahnrand, um die gesetzlichen Vorgaben zu erfüllen.

Falls die Straße durch rechtswidriges Parken unpassierbar sein sollte, wären wir gezwungen, das Abschleppen des Fahrzeugs auf Kosten des Verursachers zu veranlassen.

Die Nichtbeachtung führt zu besonderen Erschwernissen für den Winterdienst und Zeitverzögerungen zum Nachteil aller Verkehrsteilnehmer.

Bei größeren Schneemengen muss ohnehin auf Teilstücken unserer Orts- und Gemeindestrassen künftig ein Haltverbot erlassen werden – allein der Sicherheit wegen, damit der Winterdienst ohne Behinderung durch abgestellte Fahrzeuge zügig durchgeführt werden kann.

*Der neue Freizeitpass ist da!  
Liebe Mädchen und Buben, liebe Eltern,*



wir freuen uns über die vielen Vorschläge und neuen Ideen, die auch dieses Jahr wieder an das Amt für Kinder, Jugend und Familien im Landratsamt Berchtesgadener Land herangetragen wurden, um die Angebote im Freizeitpass noch bunter und abwechslungsreicher zu gestalten.

Der Freizeitpass 2012 bietet eine Vielzahl an Ideen und Möglichkeiten für die gemeinsame Freizeitgestaltung verbunden mit attraktiven Gutscheinen für ermäßigte oder kostenlose Eintritte.

Im hinteren Teil des Freizeitpasses sind wieder die wichtigsten Kinder- und Jugendreise-Angebote zusammengestellt, was neben den Kindern auch viele berufstätige Eltern zu schätzen wissen, da dies die frühzeitige Urlaubsplanung wesentlich erleichtert.

Viele neue Angebote finden sich im Programm für 2012: Das Schülerforschungszentrum in Berchtesgaden mit Experimentieren am Freitagnachmittag, sowie Wochenend- und Ferienkurse, das neue Sport- und Familienbad Rupertustherme, ein Pferdeerlebnistag, eine 4-tägige Radltour für Menschen mit und ohne Behinderung und für die ganz sportlichen Freizeitpassinhaber ein Rugby-Aktionstag.

Ein herzliches „Dankeschön“ an dieser Stelle an alle beteiligten Gemeinden, Firmen und Privatanbieter, die beim Freizeitpass 2012 mitmachen. Jede dieser Einrichtungen informiert gerne im Voraus über entsprechende Vergünstigungen, Gruppen- oder Familientarife, die manchmal z.B. günstiger sind als die Verrechnung einzelner Gutscheine.

Wir wünschen allen Kindern, Jugendlichen und den Eltern viel Spaß, interessante gemeinsame Erlebnisse und ein schönes „Freizeitpassjahr 2012“.

Annemarie Müller  
Leiterin des Amtes für Kinder,  
Jugend und Familien

Klemens Mayer  
Kreisjugendpfleger

Georg Grabner  
Landrat

**Freizeitpässe können in der Gemeindeverwaltung, Einwohnermeldeamt (3,50 €) erworben werden.**



## Mikrozensus 2012 im Januar gestartet

Interviewer bitten um Auskunft

**Auch im Jahr 2012 wird in Bayern wie im gesamten Bundesgebiet wieder der Mikrozensus, eine amtliche Haushaltsbefragung bei einem Prozent der Bevölkerung, durchgeführt. Nach Mitteilung des Bayerischen Landesamts für Statistik und Datenverarbeitung werden dabei im Laufe des Jahres rund 60 000 Haushalte in Bayern von besonders geschulten und zuverlässigen Interviewerinnen und Interviewern zu ihrer wirtschaftlichen und sozialen Lage sowie in diesem Jahr auch zu ihrem Pendlerverhalten befragt. Für den überwiegenden Teil der Fragen besteht nach dem Mikrozensusgesetz Auskunftspflicht.**

Im Jahr 2012 findet im Freistaat wie im gesamten Bundesgebiet wieder der Mikrozensus, eine gesetzlich angeordnete Stichprobenerhebung bei einem Prozent der Bevölkerung, statt. Mit dieser Erhebung werden seit 1957 laufend aktuelle Zahlen über die wirtschaftliche und soziale Lage der Bevölkerung, insbesondere der Haushalte und Familien ermittelt. Der Mikrozensus 2012 enthält zudem noch Fragen zum Pendlerverhalten der Erwerbstätigen sowie der Schüler und Studierenden. Neben dem hauptsächlich benutzten Verkehrsmittel auf dem Weg zur Arbeits- oder Ausbildungsstätte werden auch die Entfernung und der Zeitaufwand für den Weg dorthin erhoben. Die durch den Mikrozensus gewonnenen Informationen sind Grundlage für zahlreiche gesetzliche und politische Entscheidungen und deshalb für alle Bürger von großer Bedeutung.

Wie das Bayerische Landesamt für Statistik und Datenverarbeitung weiter mitteilt, finden die Mikrozensusbefragungen ganzjährig von Januar bis Dezember statt. In Bayern sind demnach bei rund 60 000 Haushalten, die nach einem objektiven Zufallsverfahren insgesamt für die Erhebung ausgewählt wurden, wöchentlich mehr als 1 000 Haushalte zu befragen.

Das dem Mikrozensus zugrunde liegende Stichprobenverfahren ist aufgrund des geringen Auswahlrates verhältnismäßig kostengünstig und hält die Belastung der Bürger in Grenzen. Um jedoch die gewonnenen Ergebnisse repräsentativ auf die Gesamtbevölkerung übertragen zu können, ist es wichtig, dass jeder der ausgewählten Haushalte auch tatsächlich an der Befragung teilnimmt. Aus diesem Grund besteht für die meisten Fragen des Mikrozensus eine gesetzlich festgelegte Auskunftspflicht, und zwar für vier aufeinander folgende Jahre.

Datenschutz und Geheimhaltung sind, wie bei allen Erhebungen der amtlichen Statistik, umfassend gewährleistet. Auch die Interviewerinnen und Interviewer, die ihre Besuche bei den Haushalten zuvor schriftlich ankündigen und sich mit einem Ausweis des Landesamts legitimieren, sind zur strikten Verschwiegenheit verpflichtet. Statt an der Befragung per Interview teilzunehmen, hat jeder Haushalt das Recht, den Fragebogen selbst auszufüllen und per Post an das Landesamt einzusenden.

Das Bayerische Landesamt für Statistik und Datenverarbeitung bittet alle Haushalte, die im Laufe des Jahres 2012 eine Ankündigung zur Mikrozensusbefragung erhalten, die Arbeit der Erhebungsbeauftragten zu unterstützen.

Der Beginn eines neuen Jahres ist auch die Zeit der guten Vorsätze!  
Alles soll neu oder zumindest besser werden.  
Daher bietet die Firma

**LESER-  
AKTION**

**Helis Webdesign**  
allen Lesern des  
Marktschellenberger Boten  
im Februar 2012 eine einmalige Aktion!

**Für die Neuerstellung  
oder die Neugestaltung  
ihrer Webseite erhalten  
alle Leser des Marktboten  
im Februar 2012  
- 10% Rabatt  
auf den Rechnungsbetrag!**

**Einfach diesen Gutschein  
ausschneiden und bei**



**Helis Webdesign**  
Salzburger Straße 38  
83487 Marktschellenberg  
Tel.: 08650/ 329 006



**Ihre neue Webseite bestellen!**

## Verkehrsberuhigter Bereich in der Bahnhofstraße - Was ist zu beachten?

Seit dem Jahr 2005 gilt der westliche Marktplatz (auch bekannt als „Bahnhofstraße“) als verkehrsberuhigter Bereich. In den letzten Wochen wurde augenscheinlich, dass die Bedeutung dieser Zone nicht jedem Verkehrsteilnehmer bekannt ist.



Innerhalb dieses Bereiches gilt:

1. Fußgänger dürfen die Straße in ihrer ganzen Breite benutzen
2. Fahrzeugverkehr muss Schrittgeschwindigkeit einhalten
3. Fahrzeugführer dürfen die Fußgänger weder gefährden noch behindern; wenn nötig müssen sie warten
4. Fußgänger dürfen den Fahrverkehr nicht unnötig behindern
5. Parken ist außerhalb der dafür gekennzeichneten Flächen unzulässig, ausgenommen zum Ein- oder Aussteigen, zum Be- oder Entladen.

### **In eigener Sache – Aufruf an alle Vereine und Gemeinschaften**

Die Redaktion des Marktschellenberger Boten bittet alle Vereine, Gemeinschaften, Institutionen und gesellschaftliche Gruppen wie etwa SG Scheffau-Schellenberg, Weihnachtsschützenvereine, FFW, Tourismusverein, Trachtenvereine, Musikkapellen, und auch viele andere Zusammenschlüsse jeglicher Art die festen Termine des Jahres an die im Impressum angegebenen e-mail Adressen der Redaktion zu übermitteln!

### **Veranstaltungskalender 2012 (bisherige feste Termine)**

Januar		
Februar		
März	Tourismusverein SG Scheffau – Sch.	16. – 31. März 2012 Marktschellenberger Gesundheitswochen 24. März – 7. April 2012 Bärlauchwochen 23. März 2012 Jahreshauptversammlung Gasthof Obermaier 19:30 Uhr
April	Kath. Frauenbund	14. April 2012 Treffpunkt Sparkasse, Nudelparty und mehr, gemeinsames Bärlauchsammeln, bitte um tel. Voranmeldung 08650/984717!
Mai	Gasthof Kugelmühle Kath. Frauenbund	28. Mai 2012 Mühlenfest Kinderwallfahrt am Ettenberg (genauer Termin wird noch bekanntgegeben)
Juni		7. und 10. Juni 2012 Fronleichnamsprozession 22. – 24. Juni Edelweiß Classic
Juli	Kath. Frauenbund	6. – 9. Juli 2012 Kirtag Kirtag Kinderschminken und Bowle Verkauf o. ä. 28. – 29. Juli 2012 Annafest Ettenberg
August	Kath. Frauenbund	Kinderferienprogramm Schnitzeljagd
September		7. September 2012 Erntedankprozession
Oktober		
November	Kath. Frauenbund	Kasperltheater
Dezember		

# Was wir alles so schlucken!

## Medikamenteneinnahme im Alter

- **Mit zunehmendem Alter steigt fast automatisch auch der Verbrauch an Medikamenten.**

Der Körper und unsere Organe haben über Jahrzehnte hinweg Höchstleistungen erbringen müssen. Da es heutzutage auch immer leichter wird, Medikamente und Arzneimittel fast schon im Supermarkt einkaufen zu können, langen wir oftmals auch kräftig zu, nach dem Motto: „Man gönnt sich ja sonst nichts“. Das kann unter Umständen aber gerade ins Gegenteil umschlagen und sehr gefährlich sein. Daher ist es gerade bei den Senioren sehr wichtig, Nutzen und Risiko bei der Behandlung mit Medikamenten genau abzuwägen.
- **Medikamentenverbrauch steigt.**

Mit zunehmendem Alter steigt der Medikamentenverbrauch sprunghaft an, da naturgemäß eben auch gleichzeitig mehrere Beschwerden und Krankheiten auftreten.
- So nehmen etwa 80jährige Patienten im Durchschnitt pro Jahr etwa 1200 Einzeldosen ein und knapp 70% von „Entwässerungsmitteln“ werden von Patienten über 65 Jahre ausgegeben.
- Der Verbrauch an Medikamenten steigt mit zunehmendem Alter, wobei man bei hoch betagten Menschen einen besonders hohen Medikamentenverbrauch findet.
- „Viel hilft viel“! ist eine sehr weit verbreitete, jedoch irriige Meinung. Andersherum betrachtet nehmen nämlich auch die unerwünschten Nebenwirkungen drastisch zu, die bei den über 60jährigen Menschen doppelt so hoch liegen, wie bei jüngeren Patienten. Treten Nebenwirkungen ein, muss man natürlich etwas dagegen tun, und....schwups, hat man schon wieder ein neues Medikament zum Einnehmen.
- Ein Teufelskreis.
- Es ist nachgewiesen, dass die Häufigkeit der Nebenwirkungen schon bei der Einnahme von etwa fünf verschiedenen Tabletten etwa 3 bis 4 Prozent beträgt und bei der Einnahme von sechs oder mehr Tabletten bereits schon auf 25 Prozent steigen kann.
- Vergiftungen mit Medikamenten zeigen aber im höheren Alter noch einen deutlich ungünstigeren Verlauf, da Medikamente im älteren Körper ganz anders wirken und verarbeitet werden.
- **Warum wirken Medikamente anders?**

Die Aufnahme im Darm, die Verteilung im Blut und in Geweben, die Verstoffwechslung in der Leber und die Ausscheidung über die Niere, verlaufen anders als beim jungen Menschen.
- Es ist bekannt, dass im Alter die Säuresekretion des Magens abnimmt und zusätzlich eine besondere Form der Magenschleimhautentzündung die Aufnahme der Medikamente beeinflussen kann. Aber auch die Beweglichkeit des Dünndarms und die Geschwindigkeit der Magen-Darm-Passage von Nahrungsmitteln und Medikamenten sind verlangsamt, was zu einem veränderten Blutspiegel und längerem Verweilen der Medikamente im Körper führen kann.
- Das verminderte Durstgefühl im Alter und die damit verbundene Mundtrockenheit führt oftmals auch dazu, dass der alternde Körper regelrecht „austrocknet“.
- Durch eine verminderte Herzleistung nimmt oft die Durchblutung, insbesondere des Dünndarms ab, was ebenfalls durch eine verringerte Aufnahme von Medikamenten über die Darmschleimhaut führen kann. Nebenwirkungen von Medikamenten sind mit zunehmendem Alter auch häufiger Blutungen im Magen-Darm-Trakt, da die Empfindlichkeit der Schleimhaut von Magen und Darm erhöht ist.
- Mit zunehmendem Alter ändert sich ebenfalls die Gewebezusammensetzung des Körpers, vor allem in Bezug auf den Wasserhaushalt.
- Das mittlere Herzgewicht nimmt zu, die Herzleistung und Erregbarkeit des Herzen jedoch ab und der mittlere systolische Blutdruck ist oftmals erhöht. Die Wanddicke der Blutgefäße nimmt zu. Gleichzeitig aber nehmen die Durchblutung des Gehirns, der Muskulatur des Magen-Darm-Traktes, der Leber und der Nieren mit fortschreitendem Alter ab.
- **Warum ist die Leber so wichtig?**

Da die Leber als zentrales Organ für die Entgiftung, gerade auch von Medikamenten zuständig ist, wird sie deshalb weitaus empfindlicher gegenüber dem „zu viel“ an Medikamenten. Von ausschlaggebender Bedeutung wird dies,

- weil die Niere die Medikamente nur dann ausscheiden kann, wenn die schädigenden Stoffe zuvor durch die Leber zur Ausscheidung entsprechend „vorbereitet“ werden können.



### **Eine Schlüsselrolle für die Niere!**

Schon zwangsläufig altersbedingt ist die Nierenfunktion eingeschränkt, weil die langsame Abnahme des Nierengewichtes die Verminderung der Anzahl der hier befindlichen Filter (Glomerula) und auch der verminderte Blutfluss dies bewirken. Von zentraler Bedeutung ist daher auch die Einnahme von Medikamenten. Deshalb sollte mit zunehmendem Alter, vor allem aber vor der Einnahme mehrerer Medikamente die Filterleistung und die Ausscheidungsfähigkeit der Nieren durch spezielle Untersuchungen beim Arzt festgestellt werden.

Wenn auch bisher die Rede von zu viel eingenommenen Medikamenten war, so sollte man allerdings nicht in den Fehler verfallen, die vom Arzt verordneten Medikamente einfach mal so wegzulassen.

Das wäre ein unverzeihlicher Fehler.

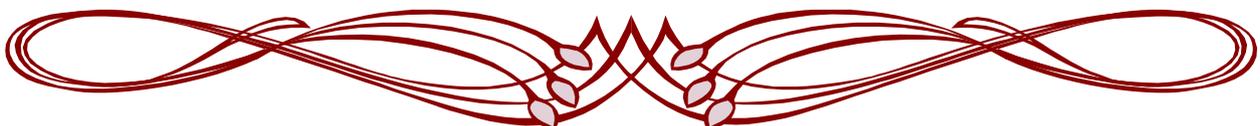
Viel wichtiger ist es, gegenüber den vielen frei verkäuflichen und in der Werbung hoch gepriesenen Medikamenten kritisch gegenüberzustehen. Oftmals sind sie überteuert und halten meistens nicht das, was sie versprechen.

Was aber noch gravierender ist, ist die Tatsache, dass diese „Medikamente“, in Selbstmedikation eingenommen,

nicht nur zusätzlich den Körper belasten können, sondern mit den vom Arzt verordneten Arzneien das Risiko von Neben- und Wechselwirkungen in sich bergen können.

- Wenn Sie sich also „etwas Gutes“ für Ihre Gesundheit tun wollen und Vitamine, Aufbaumittel, Schmerzmittel, Tinkturen und andere Wundermittel einnehmen möchten, sind Sie immer auf der richtigen Seite, wenn Sie sich zuvor vertrauensvoll an Ihren Arzt oder Apotheker wenden.
- Es wird oft festgestellt, dass vor allem gerade ältere Patienten nicht alle verordneten Medikamente, wie besprochen, auch tatsächlich einnehmen.
- Das hat verschiedene Ursachen. Einmal kann es daran liegen, dass die Beipackzettel aufgrund der vielen angeführten Nebenwirkungen Angst einjagen, oder der Patient im Gespräch nicht so ganz über das neue Medikament aufgeklärt wurde. Oftmals ist aber auch die Merkfähigkeit des älteren Menschen überfordert, die Sehkraft und die Geschicklichkeit mit den kleinen Pillen lassen nach, oder spezielle Verpackungen machen Schwierigkeiten.
- Abschließend kann gesagt werden, dass man gerade mit zunehmendem Alter hinsichtlich der Einnahme von Medikamenten kritisch beim freien Einkauf sein sollte. Es gibt eine Vielzahl von möglichen Nebenwirkungen, die sich erst sehr viel später einstellen können. Ihr Arzt sagt Ihnen, was Sie vertragen können und was Ihnen gut tut.
- Gegen reine Naturheilmittel oder die sog. Nahrungsergänzungsmittel, gegen den geliebten „Stärkungssaft“ oder die vitaminreichen „Aufbaupillen“, den Fencheltee oder die Kastanie in der Tasche gegen Rheumatismus, hat er ganz sicher nichts einzuwenden, sofern Sie die von ihm verordneten Medikamente nicht eigenmächtig ändern.

- (Fz)









Bewerbungsfotos, Personalausweis, **Biometrische Fotos** für  
**Führerschein, Reisepass, Krankenkassenkarten**  
 Biometrische Fotos auch für Österreich

**Fotos für den Schülerschein**





**€ 10.-**



**€ 15.-**



**Markt – Drogerie**  
**Ursula Riedl**  
 Marktplatz 5  
 83487 Marktschellenberg  
 Tel. 08650 / 225

## Der Arzt und die Geliebte ...

Der Ehemann findet seine Frau mit dem Arzt im Bett. Der Arzt versucht zu erklären: "Ich wollte nur das Fieber messen!" Der Mann holt seelenruhig sein Gewehr aus dem Schrank und meint: "Dann ziehen sie das Thermometer jetzt ganz langsam raus und wenn keine Zahlen draufstehen, dann gnade Ihnen Gott!"

Zwei Eheleute haben wieder einmal Streit. Er: "Wenn du stirbst, besorge ich dir einen Grabstein mit der Inschrift: Hier liegt meine Frau - Kalt wie immer".

Sie: "Und wenn du stirbst, stelle ich dir einen Grabstein hin worauf steht: Hier liegt mein Mann - Endlich steif".

**Der „Marktschellenberger Bote“  
ist auch online unter:**

[www.marktschellenberg.de](http://www.marktschellenberg.de)

[www.tourismusverein-marktschellenberg.de](http://www.tourismusverein-marktschellenberg.de)



### Impressum:

**Herausgeber:** Erwin Hurter, Theresienstr. 1, 84518 Garching an der Alz, Tel.: 08634/2518320 Fax: 2518321

**Redaktion:** Franz Heger, Norbert Schmidt, Erwin Hurter

**Onlineübermittlung von Zeitungsartikeln: Jeden Artikel bitte an:**

[erwin-hurter@t-online.de](mailto:erwin-hurter@t-online.de) oder [he.paparazzi@t-online.de](mailto:he.paparazzi@t-online.de)

**Druck:** Druckerei Speck, Industriestr. 8, 35716 Dietzhöhlztal, Tel.: 02774 / 921800, [www.printhome.de](http://www.printhome.de)

**Anzeigenpreise:** 1 Seite 60.-€, ½ Seite 40.-€, ¼ Seite 30.-€, Preise zzgl. MwSt.

**Sponsorenkästchen pro Monat 6.-€ zzgl. MwSt.**

Verantwortlich für den Inhalt der Texte und Bilder ist jeder einzelne Verfasser. Alle Datenangaben ohne Gewähr!

**Bankverbindung:** Sparkasse Berchtesgadener Land, BLZ 710 500 00, Konto Nr. 114033

Über einen Unterstützungsbeitrag durch unsere Leser würden wir uns freuen.

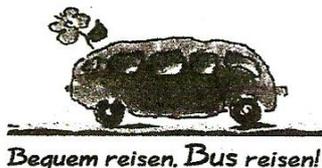
**Redaktionsschluss: 23. Februar 2012, Erscheinungstermin: 8. März 2012**

„Wir unterstützen den Marktschellenberger Boten“

# Omnibus Färbinge

Ihr Partner für Ausflugsfahrten und Reisen, Schüler- und Klassenfahrten, Städte- und Rundreisen, sowie Betriebsausflüge und Vereinsfahrten jeglicher Art mit modernen Reiseomnibussen und 50 Jahren Reiseerfahrung.

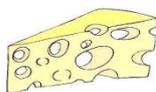
**Wir beraten Sie gerne!**  
 83471 Berchtesgaden-Oberau  
 Roßfeldstraße 26  
 Tel.: 08652 / 2801 Fax 08652 / 66259  
 www.faerbingerbus.de  
 mail: reisen@faerbingerbus.de



**LAMPLLEHEN**  
**Hotel & Restaurant**  
 Kedererweg 8  
 83487 Marktschellenberg  
 Tel. 08650 / 844

**Reiner LADA**  
**Autohaus Hans J. Reiner GmbH**  
 Salzburger Straße 20  
 83471 Berchtesgaden  
 Tel.: 08652 / 94 30 0

## Berchtesgadner Käsestand`l



Hildegard Reif, Köppelnschmidweg 1, 83487 Marktschellenberg  
 Tel. 08650/1225 Fax 08650/984386

*Käse vom Feinsten*



**Malermeister  
 Zauner**

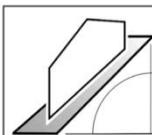
**Wir bringen Farbe ins Leben!**  
 Ausführung sämtlicher Malerarbeiten

Dr.-Berkmann-Str.22, 83487 Marktschellenberg  
 Tel.: 08650/1298 Handy: 01715374728

**Elisabeth Krenn**  
 HEBAMME

- Geburtsvorbereitung
- Akupunktur
- Nachsorge
- Rückbildungsgymnastik
- Babymassage
- Grundschulunterricht

Götschenweg 4  
 83487 Marktschellenberg  
 Telefon 0 86 50 / 98 48 86



Ingenieurbüro für Bauwesen  
 Dipl.-Ing. (FH) Martin Wagner  
 Ethenberger Str. 12  
 83487 Marktschellenberg  
 Tel. 08650-1322 · Fax 08650-984716  
 martin@ing-buero-wagner.com

## Rottenlift Familie Meisl Oberau-Gmerk

## Farthofer + Koukol Architekten

83487 Marktschellenberg Alte Bgd-Str. 31 1/2  
 T 08654.3548 T 08650.984411 www.pg543.de

**Kurmittelhaus Wienecke**  
 Untersteinerstraße 33  
 83471 Schönau am Königssee  
 Tel. 08652/61453  
 www.kurmittelhaus-wienecke.de



Massagen  
 Krankengymnastik  
 Kosmetik  
 Wellness  
 Kuranwendungen  
 Wassergymnastik



**Musikausbildung e.V.**  
 Marktschellenberg



**Verkauf Ersatzteile Kundendienst**  
**FIAT LANCIA Reparatur aller Marken**  
 Gartenau 10 83471 Berchtesgaden Tel. 08652 / 63374

**Immer wissen,  
 was los ist:**

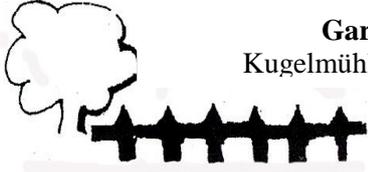
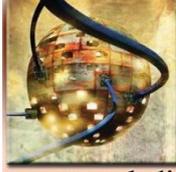


[www.spd-marktschellenberg.de](http://www.spd-marktschellenberg.de)

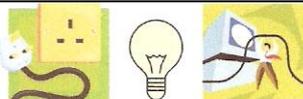


**Metzgerei Groß- und Einzelhandel  
 Frieder Stoll**  
 Frische Wurst & Bauernspeck aus  
 eigener Herstellung  
 Marktplatz 17 83487 Marktschellenberg  
 Tel. : 08650 / 984230

„Wir unterstützen den Marktschellenberger Boten“

 <p><b>Die Kugelmühle</b> Am Eingang zur Almbachklamm 83487 Marktschellenberg Tel. 08650 / 461 www.gasthaus-kugelmuehle.de</p>	<p><b>Sport Esterle</b> Berchtesgaden Tel. 08652 / 1717 Fax 08652 / 64546</p>	 <p><b>Schellenberger STUB'N</b> Magdalena Angerer Salzburger Straße 8 83487 Marktschellenberg Tel.: 08650 / 402988</p>
<p><b>Katholischer Frauenbund Zweigverein Marktschellenberg</b></p> 	<p><b>HILLEBRAND BAU</b> www.baugeschäft-und-zimmerei.de Steinerweg 11 83487 Marktschellenberg Tel.: 0 86 50 / 6 73 Fax: 0 86 50 / 3 73 buero@hillebrandbau.de</p> 	 <p><b>Trachtenverein D'Schellenberger</b></p>
<p><b>Schwaiger</b> Sanitär Heizung Spenglerei Solaranlagen Umweltschutz Ettenbergerstraße 8 schwaiger-johann@aol.com Tel. 98497-0 Fax 98497-20</p>	<p><b>Sepp Zweckl</b> Malerarbeiten Trockenausbau Alte Berchtesgadener Straße 28 83487 Marktschellenberg Tel 08650 / 234 Fax 1348</p>	<p><b>WANIE &amp; KLOOZ</b> RECHTSANWALTSKANZLEI Maximilianstr. 6 – 83471 Berchtesgaden Telefon: 0049 (0) 8652 / 97658-0 Telefax: 0049 (0) 8652 / 97658-28 info@wanie-klooz.de www.wanie-klooz.de</p>
 <p><b>Schellenberger Eishöhle Verein für Höhlenkunde</b> Toni – Lenz - Hütte</p>	<p>Meisterbetrieb Heide Kranawetvogl <b>BLUMENBINDEREI</b> Gartenau 27 • Berchtesgaden • ☎ 08652/9171370 <b>KUGLER</b></p>	 <p><b>Tourismusverein Marktschellenberg</b> www.tourismusverein-marktschellenberg.de info@tourismusverein-marktschellenberg.de</p>
 <p><b>Musikkapelle Marktschellenberg</b> gegr. 1885</p>	<p><b>INTERSPORT krenn</b> Reichenhaller Str. 18 – 20 83483 Bischofswiesen Postgasse 1 83329 Waging am See</p>	<p><b>Sportgemeinschaft SG Scheffau Schellenberg e.V.</b></p> 
<p><b>BAU – BETRIEB BRANDAUER</b> Ausführung sämtlicher Bauarbeiten <b>Franz Brandauer</b> Kedererweg 11 83487 Marktschellenberg Tel. 08650 / 858 Fax 984488</p>	 <p><b>Nikolaus Rußegger</b> Garten- und Landschaftspflege Kugelmühlweg 14 83487 Marktschellenberg Tel. 08650 / 862 Fax 08650 / 985975</p>	
<p><b>Klaus Walter</b> Holzrückung – Forstbetrieb Tel.: 0049 / (0) 170 – 435 16 72 Neuhäuslweg 2 ½ 83487 Marktschellenberg</p>	<p><b>Hier könnte Ihre Werbung stehen!</b></p>	 <p>Homepagegestaltung zum fairen Preis! Telefon: 08650 329 006 www.helis-webdesign.de info@helis-webdesign.de</p>

„Wir unterstützen den Marktschellenberger Boten“

 <ul style="list-style-type: none"> <li>• Elektro • Kälte • Heizung</li> <li>• Sanitär • Lüftung</li> <li>• technisches Gebäudemanagement</li> </ul> <p><b>Schertler</b>  <b>Alte Berchtesgadener Straße 22</b>  <b>83487 Marktschellenberg</b>          Tel.: 08650 / 874 Fax: 08650 / 656          Notrufnummer: +49 160 / 98 73 07 79</p>		 <p><b>Elektro Johann Pfnür</b>          Miele Vertragspartner - Kundendienst          Kathrein - SAT - Antennenanlagen          Kirchgasse 10          83487 Marktschellenberg          Tel. 08650/98860</p>
<p><b>Weihnachtsschützenverein</b>  <b>Götschen-Schellenberg e.V.</b>          Gegr. 1929</p>	 <p><b>Steinmetzmeister</b>  <b>Christian Wolf</b>  <b>Im Stangenwald 16</b>  <b>83471 Berchtesgaden</b>          Tel.: 08652 / 3367</p>	
 <p><b>Ursula Riedl</b>          Treffpunkt gesundes Lebens</p>  <p><b>Marktplatz 5 08650/225</b>  <b>83487 Marktschellenberg</b></p>	 <p>Christiane Riepert • Telefon: 0 86 50/98 44 85  <b>Café Cupido</b></p>	<p><b>FRISIERSTÜBERL</b>  <i>Barbara Heger</i></p>  <p>ETTENBERGER          STRASSE 6          MARKTSCELLENBERG</p> <p>BITTE UM VORANMELDUNG!!!          ☎ 0 86 50 / 8 71</p>
 <p><b>Getränkemarkt – Wein – Depot</b>  <b>Freie Tankstelle der</b>  <b>Conrad Fischer KG</b>          Hauptstraße 2 83487 Marktschellenberg          Tel. 08650 / 290 Fax 08650 / 19970</p>		<p><b>Gasthof Schorn</b></p> <p><i>Gasthof Schorn, Familie Ziegler</i>          St. Leonhard bei Salzburg          Tel.: 0043/6246/72334          www.gasthofschorn.at</p>
<p><b>Tanja's Bäckerladen</b></p> <p>Inh. Tanja Mißfeldt          Marktplatz 3 - 83487 Marktschellenberg          Tel: 0170/8840556</p>	<p><b>WALCH ew</b>          ELEKTROTECHNIK</p>  <p>Gewerbegebiet Gartenau 9 · 83471 Berchtesgaden          ☎ +49(0) 86 52 / 14 42          elektro.walch@freenet.de</p>	<p><i>Ideal für Hochzeiten, Taufen, Familien- und Firmenfeier.....</i></p> <p><i>Gastfreundschaft, Atmosphäre, Tradition – der</i>  <b>„SCHORNWIRT“</b>  <i>in St. Leonhard bei Salzburg</i></p>
 <p><b>Malerbetrieb</b>  <b>Ludwig Angerer</b>          Tiefenbachstraße 73          83487 Marktschellenberg          Tel. 08650/618</p> <p>Ausführung von Malerarbeiten          Trockenausbau und Wärmeschutz</p>	 <p>Tracht • Mode • Schneiderei</p> <p>Weihnachtsschützenplatz 5          83471 Berchtesgaden          Tel. 08652 / 976761</p>	<p>Franchise - erfolgreich ans Ziel          leistungsstark          kompetent          regional</p> <p><b>Schellenberger Dorfladl Concept</b>          Inh.: Antonio Albano Pereira Estevam          Marktplatz 9          D - 83487 Marktschellenberg</p> <p>☎ 0049 (0) 8650 / 984898          ☎ 0049 (0) 8650 / 9848929          ✉ antonio.estevam@dorfladl-concept.de          🌐 http://www.dorfladl-concept.de</p> 
<p><b>BAUTENSCHUTZ Włodzimierz Owczarek</b>          Marktplatz 12 83487 Marktschellenberg          Tel.: 08650 / 984550 Mobile: 0170/4395549          Email: wlodek_owczarek@yahoo.de</p> <p><b>Bauwerksabdichtung: Kellersanierung Putzsanierung, Schimmelbekämpfung Estrichsanierung: Abdichtung von Badezimmern und Nasszellen, Injektionstechnik</b></p>	<p><b>Hier könnte Ihre Werbung stehen!</b></p>	