



Marktschellenberger Bote



Jahrgang 25

Donnerstag, der 4. April 2019

Nummer 4

*Die Redaktion wünscht allen Lesern,
ihren Angehörigen und Besuchern
„ein frohes Osterfest“!*



Das Hl. Grab in der Pfarrkirche St. Nikolaus

(Foto: Franz Heger)

Frauenbund spendet für eine Trinkwasser-Aufbereitungsanlage im Bartang-Tal (Pamir)

Am Donnerstag, den 31. Januar 2019, konnten die Besucher des Bildervortrages durch Frau Gisela Bondes im Pfarrheim St. Andreas in Berchtesgaden erfahren, mit welchen Problemen die Menschen im „Bartang-Tal“ im Pamir zu kämpfen haben. Ein großes Problem ist die Versorgung mit Trinkwasser. Eine Trinkwasser-Aufbereitungsanlage würde helfen, die Lebensbedingungen der Menschen dort wesentlich zu erleichtern und positiv auf die allgemeine Gesundheit einzuwirken. Daher hatte sich der Frauenbund, Zweigverein Marktschellenberg, entschlossen, die Bemühungen des Ehepaares Bondes durch eine Spende in Höhe von 250 € zu unterstützen. Nach dem Vortrag der Frau Bondes überreichte Teamleiterin Bärbel Heger die Spende und erntete den Beifall der Besucher. Eingeladen zu diesem Vortrag hat die Gruppe "Tee-nach-Sieben", der Familienkreis Ramsau und die Frauenbünde Unterstein und Marktschellenberg.



v.l.: Barbara Heger, Hannerl Resch, Evi Wust und das Ehepaar Bondes

Mit nachfolgend genannten Spenden konnte der Frauenbund weitere Unterstützungen leisten:

1. Das Bayerische Rote Kreuz für den Hospizbus mit 250 €
2. Das Bayerische Rote Kreuz für die Jugendarbeit mit 250 €
3. Den Markt Marktschellenberg für das Kinderkino mit 150 €

H.B.

KATHOLISCHER DEUTSCHER FRAUENBUND

Zweigverein Marktschellenberg

Teamsprecherin: Frau Barbara Heger

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

e-mail: he.paparazzi@t-online.de

**Termine für den Monat April 2019**

Die Neuausgabe der Zeitschrift „Engagiert“ liegt ab sofort wieder zur Abholung für alle Personen (auch Nichtmitglieder) in der Pfarrkirche bereit.

Samstag, 06. April 2019

Kreuzweg nach Ettenberg mit Kaplan Josef Rauffer um 14.00 Uhr. Treffpunkt an der Pfarrkirche in Marktschellenberg

Sonntag, 07. April 2019

Palm- und Kerzenverkauf nach der Hl. Messe im Bereich der Pfarrkirche Marktschellenberg

Samstag, 13. April 2019

Busfahrt zur Wallfahrtskirche Birkenstein bei Fischbachau mit Kaplan Josef Rauffer. Abfahrt um 08.15 Uhr an der Sparkasse Marktschellenberg. Anmeldung erforderlich bei Bärbel Heger, Tel.: 08650/871

Samstag, 27. April 2019

Frauen-Friedenswallfahrt Siegsdorf – Maria Eck.

Zur Bildung der Fahrgemeinschaften bitte bis spätestens Freitag, 26.04.2019 bei Bärbel Heger (tel. 08650/871) anmelden

Vorschau auf den Monat Mai 2019**Mittwoch, 01. Mai 2019**

Bitgang nach Dürrnberg. Start um 08.00 Uhr bei der Zill-Kapelle.

Donnerstag, 09. Mai 2019

Ökumenischer Gesprächsabend mit Pfarrer Dr. Thomas Frauenlob und Pfarrer Schulz im evangelischen Gemeindehaus in Berchtesgaden. Beginn 20.00 Uhr

Dienstag, 14. Mai 2019

Jahreshauptversammlung mit Neuwahlen! nach der Abendmesse in der Pfarrhofkapelle

Freitag, den 31.05.2019 18.00Uhr**Der Zigeunerbauer**

Das Volksschauspiel „Der Zigeunerbauer“ handelt in der Zeit des 16. Jahrhunderts. Damals kamen Menschen aus südlichen Ländern zu uns. Sie zogen bis aus Indien, Ägypten und Afrika in jahrelanger Wanderschaft nach Europa. Tataren und Zigeuner nannte man sie und alle fürchteten sich vor dem schwarzem Volk. Auch in unser bayrisches Land kamen sie und baten um Asyl.

Wie es diesen Menschen damals erging, könnt Ihr bei diesem Volksschauspiel miterleben.

Bitte Voranmeldung bei Anja Aigner

08650 / 919986

Wallfahrt nach Maria Birkenstein

mit Kaplan Josef Rauffer



Samstag, 13. April 2019

Abfahrt um 8:15 Uhr an der Sparkasse Marktschellenberg.
Anmeldung bei Bärbel Heger (08650 871).

Programm: Führung und Heilige Messe in der Wallfahrtskapelle
Mittagessen im Klosterstüberl Fischbachau
Besichtigung des Martinmünsters Fischbachau
Kaffee & Kuchen im Café Winklstüberl

SG Scheffau-Schellenberg hat einen neuen Vorstand

Ivo König übergibt die Geschäfte an Thomas Anfang

Die Jahreshauptversammlung der SG am Freitag, den 22.03.2019, im Gasthaus Obermaier, führte durch Neuwahlen zu Veränderungen in der Vorstandschaft. Unter der Leitung des ehemaligen 1. Vorsitzenden Franz Angerer als Wahlleiter entschied sich die klare Mehrheit für den neuen 1. Vorsitzenden Thomas Anfang vom Vorderwiesenlehen. Ivo König, der die Geschicke des Vereins seit 22.01.2010 führte, stellte sein Amt zur Verfügung, um mehr Zeit für andere Tätigkeiten und seine Familie zu haben.

Die neue Vorstandschaft stellt sich nach der Wahl wie folgt dar:

- 1. Vorsitzender Thomas Anfang
- 2. Vorsitzender Stefan Plenk
- 1. Kassier Martin Walch
- 2. Kassier Josef Moser
- 1. Schriftführerin Alexandra Heinfeldner
- 2. Schriftführer Gert Müller

Für seine Verdienste um den Verein wurde Ivo König zum Ehrenmitglied der SG ernannt, worüber er sehr überrascht zeigte aber auch hoch erfreut war. Bei seiner Dankesrede dankte er allen, die ihn auf dem anstrengenden Weg begleitet und unterstützt haben und er wünschte der neuen Vorstandschaft viel Erfolg und eine glückliche Hand, die Geschicke des Vereins zum Wohle aller in die Zukunft zu führen.



Die neue Vorstandschaft mit 2 Geehrten stellte sich dem Fotografen Franz Heger:
v.l. Stefan Plenk, Ivo König, Franz Angerer (Wahlleiter), Alfred Huber (ehem. Schriftführer), Thomas Anfang (neuer 1. Vorsitzender), Martin Walch (1. Kassier), Josef Buchner, Bernhard Kranawetvogl (beide Ehrung für 25 Jahre Mitgliedschaft), Alexandra Heinfeldner (neue 1. Schriftführerin), Gert Müller (2. Schriftführer)

Marktschellenberger Bäuerinnen und Landfrauen

Vom Reinerlös des Adventsmarktes spendeten die Bäuerinnen diesmal für den **Hospizbus**. Ortsbäuerin Heidi Sulzauer konnte mit ihrem Team 1000€ an Florian Halter vom BRK übergeben. Der Erlös des Marktes wird generell für soziale Zwecke verwendet. Der Hospizbus ist eine wunderbare Einrichtung, der Schwerstkranken eine Fahrt ermöglicht, die sie ohne spezielle Hilfe nicht machen könnten. Deshalb freuen sich die Bäuerinnen besonders, dieses Projekt unterstützen zu können.



Im März wurde ein **Erste-Hilfe-Kurs** organisiert. Unter fachkundiger Anleitung von Daniel Wohlrab wurden die Kenntnisse, die zum Teil schon ziemlich in die Jahre gekommen waren, aufgefrischt. Ein sehr interessanter, kurzweiliger Samstag!



Vorankündigung:

Maiandacht der Bäuerinnen und Landfrauen:

Freitag 17.Mai 2019, Zillkapelle, anschließend Einkehr

Ausflug für Alt und Jung, Austragler, Jungbäuerinnen und -Bauern....

Am 28./29.September 2019 findet ein **Zwei-Tages-Ausflug ins Arntal** nach Südtirol statt. Wir freuen uns, dazu alle Bäuerinnen, Bauern und Landfrauen herzlich einladen zu dürfen.

Anmeldung bei Heidi Sulzauer, Schuster, Tel. 08650/692

und Anton Stangassinger, Reichart, Tel. 08650/390

Genauere Informationen können der nächsten Ausgaben des Marktboten entnommen werden.

Ehrungen und Neuwahlen

Generalversammlung Weihnachtsschützenverein Götschen-Schellenberg e.V.

Die **Generalversammlung** fand am 2. Fastensamstag **16. März 2019** um 19.30 Uhr im Gasthaus Laroswacht statt. Der 1. Vorstand Franz Kranawetvgl konnte die beiden Vorsitzenden der Vereinigten Weihnachtsschützen Rudi Koller und Thomas Holm begrüßen, ebenso Bürgermeister Franz Halmich, die Ehrenmitglieder Erich Köppl, Anton Kranawetvgl, Franz und Georg Kranawetvgl, Martin Ertl, sowie einige Vorstände örtlicher Vereine.

Nach Bekanntgabe der Tagesordnung wurde nach gutem Brauch aller Verstorbenen und Gefallenen Vereinsmitglieder gedacht, im Besonderen den im letzten Jahr verstorbenen Schützenkameraden Peter Pschibul. Dem schloss sich der Schriftführerbericht für das abgelaufene Vereinsjahr an, den der 2. Schriftführer Stefan Haunsberger vortrug und gegen den es seitens der Versammlung keine Einwände gab.

Kassier Andreas Köppl verwies in seinem Bericht auf einen solide Kassenstand. Die Kassenprüfer Joachim Schwab und Manfred Kranawetvgl bestätigten eine einwandfreie Kassenführung und schlugen der Versammlung die Entlastung des Kassiers vor, die dieser einstimmig auch gerne folgte.

In seinem Vorstandsbericht dankte Franz Kranawetvgl zunächst allen aktiven Schützen für ihre rege Teilnahme am Vereinsleben und darüber hinaus der gesamten Mitgliedschaft des Weihnachtsschützenvereins. Weiters dankte er dem Vereinsausschuß für die gute und produktive Arbeit in der vergangenen Wahlperiode. Besonders erwähnte er in seinem Bericht nochmals den gelungenen und gut verlaufenden Historischen Kirtag im Herbst letzten Jahres.

Neu aufgenommen in die Reihe der Götschner Weihnachtsschützen wurde Jürgen Hofbauer und Max Krüger.

Für verdiente Mitglieder und ihre Treue zum Verein gab es aus den Händen des Vorstands wieder Ehrenurkunden. Für 25-jährige Mitgliedschaft Johann Fuchs, für 40-jährige Mitgliedschaft Hilde Westermeier, Andreas Brandner, Martin Hinterbrandner, Franz Stocker, Klaus Walter, für 50-jährige Mitgliedschaft Rudolf Jäkel und Johann Sulzauer und für stolze 60-jährige Mitgliedschaft bei den Götschner Weihnachtsschützen wurde Johann Ertl geehrt.

Die anschließenden Neuwahlen, unter der Wahlleitung von Bürgermeister Franz Halmich bestätigten die bisherige Vorstandschaft wieder in ihren Ämtern: 1. Vorstand Franz Kranawetvgl, 2. Vorstand Josef Dax, 1. Schriftführer Florian Kranawetvgl, 1. Kassier Andreas Köppl, 1. Schützenmeister Josef Hinterbrandner, 2. Schriftführer Stefan Haunsberger, 2. Kassier Thomas Anfang, 2. Schützenmeister Hans Kranawetvgl, Fähnrich Hans Dax.

Beim letzten Tagesordnungspunkt Wünsche und Anträge waren nun Gäste und Vereinsmitglieder an der Reihe. 1. Bürgermeister Franz Halmich überbrachte die Grüße der politischen Gemeinde und dankte dem Verein für seine Teilnahme und seine Präsenz im örtlichen Vereinsleben. Der Vorsitzende der Vereinigten Weihnachtsschützen Rudi Koller ging neben seinen Grußworten auch kurz auf die Böllerprüfung ein und berichtete, dass für alle Schulabgänger 3000 Bücher „Berchtesgadener Mundart“ von Franz Rasp als Geschenk von der Vereinigung zur Verfügung gestellt wird.

Nachdem keine weiteren Wortmeldungen zu verzeichnen waren konnte der neue und alte Vorstand Franz Kranawetvgl die harmonisch verlaufene Generalversammlung beschließen.

Bildunterschrift:



v.l. Stefan Haunsberger, Hans Sulzauer, Hans Kranawetvgl, Andreas Köppl, Johann Ertl, Hans Dax, Rudolf Jäkel, Sepp Hinterbrandner, Franz Kranawetvgl

„Die Lebenskraft eines Zeitalters liegt nicht in der Ernte, sondern in der Aussaat!“*Jahreshauptversammlung des Obst- und Gartenbauvereins Marktschellenberg*

Im gut besetzten Saal konnte Vorstand Niki Rußegger viele Mitglieder und Interessierte zur diesjährigen Jahreshauptversammlung des Obst- und Gartenbauvereins Marktschellenberg willkommen heißen. Besonders freute er sich über den Besuch von Kreisvorsitzenden Anderl Lexhaller, Kreisfachberater Markus Putzhammer, den Bürgermeister der Gemeinde, Franz Halmich, Ehrenvorstand Martin Ertl, sowie Vertreter aus den Obst- und Gartenbauvereinen Schönau am Königssee und Freilassing. Er begrüßte außerdem die 5 Neumitglieder Christina Halmich, Michaela Ponn, Magdalena Angerer, Christina Walch und Nina Hörterer und freute sich darüber, dass der Verein mit jungen neuen Mitgliedern stets wachse. Er verwies auf die mitgebrachten Palmstecklinge, die sich jeder Besucher gerne mitnehmen konnte. Gerade die frühen Blüten der Weiden bieten den Bienen einen wunderbaren Pollen.

Nach dem Totengedenken und der Genehmigung der Tagesordnungspunkte verlas Schriftführerin Monika Angerer ihren Jahresbericht und informierte die Mitglieder über die zahlreichen Aktivitäten des Vereins, wie z.B. den Baumschneidekurs beim Thorerlehen, die Pflege der Obstspalierbäume an der Grundschule, die Mitgestaltung des Ortsbildes, die Teilnahme an diversen Veranstaltungen des Kreisverbands, das Angebot im Kinderferienprogramm oder den erfolgreichen Stand im historischen Kirtag Marktschellenberg. Im anschließenden Kassenbericht gab Lisa Halmich Auskunft über die Vereinskasse und konnte von der Kassenprüferin Heidi Sulzauer entlastet werden.

In seiner Ansprache überbrachte Halmich die Grußworte der Gemeinde und dankte in besonderem für die Teilnahme am historischen Kirtag. Man sehe an diesen Veranstaltungen, dass der Zusammenhalt in den Vereinen sehr groß ist. Außerdem bedankte er sich für die Bepflanzung und die Pflege der Verkehrsinseln, sowie das Engagement im Schulgarten. Es sei sehr wichtig, dass der Nachwuchs mit dabei ist und in die Gartenarbeit einbezogen wird. „Hut ab, macht's weiter so“, beendete er seine Worte und wünschte allen Gartenliebhabern ein unfallfreies Gartenjahr mit dem entsprechenden Ertrag für die Arbeit, die der Verein und seine Mitglieder leisten!

Auch der Kreisvorsitzende Anderl Lexhaller konnte mit vollem Lob in den Saal gehen. Er dankte im Besonderen für die persönliche Einladung, die er jedes Jahr bekomme. Das sei in Zeiten der Digitalisierung nicht mehr selbstverständlich und freut ihn sehr. Auch er sei sehr begeistert gewesen, von dem Angebot am historischen Kirtag und komme bestimmt wieder. Die Vorstandschaft der Gartenvereine ist in vielen Bereichen besonders hervorzuheben, weil sie einen wertvollen Beitrag für unsere Landschaft leisten und die Menschen dazu anleiten, mit der Natur sorgsam umzugehen. Desweiteren lud er zur Kreisversammlung am 23.03.2019 in Weildorf mit einem Vortrag über den Bauerngarten vom Salzburger Landesobmann Sepp Wiesenauer und zum Tag der offenen Gartentür am 30.06.2019 in Anger ein. Abschließend wünschte er allen ein gutes Gartenjahr und wies darauf hin, dem scheidenden Kreisfachberater Markus Putzhammer recht gut zuzureden, dann kommt er bestimmt mal wieder in den inneren Landkreis.

Vorstand Niki Russegger konnte zahlreiche Mitglieder für ihre lange Vereinszugehörigkeit auszeichnen. Für 25-jährige Vereinstreue waren dies Veronika Aschauer, Josefa Stocker, Josef Dax, Günter Spitznagel und Simon Stocker, für 40-jährige Mitgliedschaft Josef Koll, sowie für 50-jährige Vereinstreue Rudolf Jäkel und Wolfgang Lochner.

Unter dem Tagesordnungspunkt Wünsche und Anträge wies Ferdl Ponn darauf hin, Frühobst nicht aufzuheben, sondern sich mit ihm in Verbindung zu setzen, damit das Obst rechtzeitig zu Saft verarbeitet werden kann. Er übernehme weiterhin die Aufgabe des Obstpressens im Verein und habe im letzten Jahr 4600 l Obstsaft verarbeiten können. Der Baumwart des Vereins, Sepp Wanka bat die Mitglieder darum, neue Obstbäume weit genug auseinander zu setzen. 8-10 Meter müssen die Bäume auseinander gepflanzt werden, damit sie sich gut entwickeln können.

„Mia werd'n mim Wetter a moi z'friedn sei miassn...“ so begann Markus Putzhammer seinen letzten Fachvortrag als Kreisfachberater und gab allerlei Tiefgründiges, aber natürlich auch viel Wissenswertes aus der Pflanzenwelt an die interessierten Zuhörer weiter. Angefangen mit Frühjahrsblühern von Winterlingen über Tulpen und Josefblumen, der Balkonblumenauswahl und Düngung im Privatgarten, informierte er auch über Wildbienen und sinnierte über die Gestaltung im Garten, die mit viel natürlichen Materialien einfach und schön anzusehen ist. „Mia machen auch einen Brexit“, so Putzhammer in seinem Vortrag. „Mia machen koan englischen Rasen mehr, mia machen eine Blumenwiese!“ Mit vielen wundervollen Bildern untermalte er seine Informationen und erinnerte zum Schluss daran, dass sich ein Garten finanziell nie rentieren wird. Ein Garten macht uns aber immer „a Freid“ und somit rentiert er sich für uns auf ganz andere Art und Weise.

Mit viel Applaus bedankte sich Niki Rußegger bei Markus Putzhammer mit einem Spruch: „Die Lebenskraft eines Zeitalters liegt nicht in der Ernte, sondern in der Aussaat!“ Putzhammer habe durch seine Art viele Menschen zum Garteln gebracht und die Freude an der Natur erweckt. Mit einem Geschenk aus den Reihen des Vereinsausschuß verabschiedete Rußegger den scheidenden Kreisfachberater.



Baumschneidekurs des Obst- und Gartenbauvereins Marktschellenberg

In der voll besetzten Stube des Gasthaus Thorerlehen fand kürzlich der 1. Teil eines Baumschneidekurs des Obst- und Gartenbauvereins Marktschellenberg statt. Der Kreisfachberater Markus Putzhammer brachte der interessierten Zuhörerschaft in bewährt lockerer Art und Weise zuerst den theoretischen Teil des Obstbaumschnitts näher. Aber auch auf Standort, Bodenbeschaffenheit und richtige Pflanzung ging der Experte ein. An unterschiedlichen Bäumen wurde im Anschluss sogleich die Theorie in die Praxis umgesetzt. Die Teilnehmer durften sich an alten und jungen Bäumen, aber auch an Spalierbäumen und einer Weinstauden ausprobieren und das Erlernte sogleich in die Tat umsetzen. Putzhammer gab viel Wissenswertes und den ein oder anderen Tipp weiter und ermutigte alle, ruhig einmal die Gartenschere am eigenen Obstbaum anzusetzen.

M.A.

Gesundheitsecke April 2019

Liebe Leserinnen und Leser des Marktschellenberger Boten,

heute möchte ich Ihnen mal einen kleinen Überblick über das Gebiet der Fette und Öle in unserer Ernährung geben. So manches Mal habe ich bei meinen Patienten hier große Unsicherheiten bemerkt: Welches Öl für den Salat, welches zum Anbraten, warum so viele Omega-3-Fettsäuren und so weiter und so fort....???

Zunächst lassen sich Fette und Fettsäuren in drei große Gruppen unterteilen:

1. Gesättigte Fette; diese weisen keine Doppelbindung zwischen ihren C-Atomen auf; dazu gehören tierische Fette wie z.B.: Butter, Schmalz aber auch manche pflanzliche Fette wie Palmöl; gesättigte Fettsäuren sind bei Raumtemperatur fest.
2. Ungesättigte Fette; diese besitzen mindestens eine C=C-Doppelbindung in ihrem Molekül; ungesättigte Fette sind bei Raumtemperatur normalerweise flüssig; einige ungesättigte Fettsäuren sind für den Menschen essentiell, d.h. der menschliche Körper kann sie nicht selbst herstellen, benötigt sie aber.

Solche essentiellen, ungesättigten Fettsäuren lassen sich noch einmal in zwei Untergruppen untergliedern:

- a) einfach ungesättigte Fettsäuren; hierzu zählen die sog. Omega-9-Fettsäuren; sie haben ihre C=C-Doppelbindung am 9. C-Atom von hinten in ihrem Molekül; Hauptvertreter ist die Ölsäure, welche besonders reichlich im Olivenöl vorkommt.
 - b) mehrfach ungesättigte Fettsäuren; hierzu zählen die sog. Omega-6-Fettsäuren (haben ihre erste C=C-Doppelbindung an der 6. Stelle von hinten an ihrem Molekül; eher etwas zu viel in unserer Ernährung vorhanden) und die Omega-3-Fettsäuren (erste Doppelbindung an der 3. Stelle von hinten; eher etwas zu wenig in unserer Ernährung vorhanden)
3. Transfette; werden umgangssprachlich auch als „schlechte Fette“ bezeichnet; entstehen bei der Härtung von Ölen wie z.B.: bei der Margarineherstellung oder der Produktion von Chips oder Pommes frites.

Um uns in Bezug auf Fette und Öle gut zu ernähren, gibt es folgende grobe Richtlinien:

- Vermeiden Sie Transfette wo nur möglich: also keine Fertigprodukte ins Tiefkühlfach (lieber Tiefkühlgemüse selbst herrichten), besser keine Margarine aufs Brot (lieber echte Butter), nicht zu scharf anbraten (lieber in Wasser dünsten oder ganz schonend anbraten).
- Verwenden Sie zum Anbraten nur Fette und Öle, die überwiegend gesättigte und einfach ungesättigte Fettsäuren enthalten (z.B.: Butterschmalz, Olivenöl, Rapsöl, Kokosöl)
- Nehmen Sie reichlich Omega-3-Fettsäuren mit der Nahrung auf: 2-3x/Woche Fisch (insbesondere fette Kaltwasserfische wie Lachs, Hering, Sardellen,...), Leinöl, Fischöl, Algenöl ...
ACHTUNG: diese Öle sind nicht zu Erhitzen geeignet!

Hoffentlich konnte ich hiermit etwas Licht in den dunklen Himmel der Ernährungsmedizin bringen. ;)

Guten Appetit wünscht....

....Ihre Dr. Caren Lagler

Lustiger Fasching für alle „ Ü65 “

Am 27. Februar 2019 fand ein ausgelassener und fröhlicher Faschingsnachmittag für alle Ü65 im Pfarrhof statt. Viele waren der Einladung des Pfarrgemeinderates und Frauenbundes nachgekommen, um gemeinsam einen schönen Nachmittag zu verbringen. Bei Krapfen, Kaffee und Kuchen entstand schnell eine gute Stimmung.

Abgerundet wurde der Nachmittag durch eine lustige Vorstellung von Anni Angerer und Lydia Kreidler. Eine Modenschau der ganz besonderen Art: Wie vielseitig das Designer Model aus Frankreich verwendet werden kann, ist auf den nachfolgenden Bildern zu sehen. Die Lachmuskeln wurden jedenfalls stark strapaziert.

Bis in die Abendstunden wurde noch gesellig beisammengesessen und getanzt. Vor dem Nachhauseweg konnte sich noch jeder mit einer deftigen Gulaschsuppe stärken.

Dem Organisationsteam um Anni Angerer und Traudl Wagner vielen herzlichen Dank für ihre Mühen zu diesem gelungenen Nachmittag.



Abschlussfeier der Schützengesellschaft Almbachklamm

Die Schützengesellschaft Almbachklamm schloss die Saison mit dem letzten Schießen am 06. März 2019 auf dem neuen modernen Schießstand im ehem. Gasthaus Unterberg ab. Dieser Stand wurde vom Unternehmer Hans-Peter Schertler erbaut und dem Verein zur Verfügung gestellt. Dafür bedankte sich Schützenmeister Christian **Meiringer** bei der Abschlussfeier am 13. März 2019 im Gasthaus Oberstein bei der Familie **Schertler** sehr herzlich.

Bei dieser Feier erhielt der neue Schützenkönig Josef Krenn die Schützenkette vom bisherigen Schützenkönig Harry Werner sowie eine Königsscheibe und einen Pokal. Ihm zur Seite stehen die beiden Ritter Wolfgang **Hergesell** und Harry **Werner**.

Dann erfolgte die Auszeichnung der drei besten Schützen der beiden Wertungsklassen. Bei den Freihandschützen waren dies Stefan **Haunsberger**, Wolfgang **Hergesell** und Stefan **Krandler**, bei den Auflageschützen Anton **Ertl**, Bernhard **Reiß** und Josef **Krenn**. Ihnen überreichte der Schützenmeister Pokale.

Dann hatte Schützenmeister Christian **Meiringer** noch die angenehme Aufgabe, Bernhard **Reiß** für 40 Jahre Vereinszugehörigkeit zu gratulieren und er steckte ihm die goldene Vereinsnadel an.

Von den Wirtsleuten **Riedl** des Gasthauses Oberstein wurden wir bestens verköstigt und Christian **Meiringer** bedankte sich dafür bei den Beiden. Nach dem offiziellen Teil ließ man den Abend bei angenehmer Unterhaltung gemütlich ausklingen.



Wir sind da, wo Sie uns brauchen - vor Ort!

www.sparkasse-bgl.de

 Sparkasse
Berchtesgadener Land
Gut für alle, die hier leben.

Die Weide

Salix, Weidengewächs, *Salicaceae*

Wohl jedes Kind freut sich im Frühling auf die Palmkätzchen, die die Weiden hervorbringen. Ein besonders schöner Weidenbaum steht an der Eppenbergerstraße. Die Weidenzweige mit ihren Kätzchen werden vor Palmsonntag geschnitten, mit Buchs und Zeder



zusammengebunden und mit bunten „Schaberbandl“ geschmückt. Die Kinder tragen die „Palmbaum“ nach der Palmweihe zu Verwandte und Freunden, wo sie einen Platz im Herrgottswinkel und auf dem Feld bekommen.

Verbreitung:

Der Lebensraum der Weide erstreckt sich über alle Teile der nördlichen gemäßigten Klimazone bis hin zur Arktis; einige wenige Arten sind auch in den Tropen und der südlichen gemäßigten Klimazone heimisch. Besonders gerne findet man die Weiden am Wasser. An Seen, an Bächen und überall wo der Boden genug Wasser speichert.

Eine kleine Botanik:

Es gibt die Weiden in allen Größen und Formen. Angefangen von Zwergsträuchern, die nur 3 cm hoch werden bis stattliche Bäume, die ca. 30 Meter in die Höhe ragen. Die Weide ist zweihäusig, das heißt, die männlichen und weiblichen Blüten sitzen auf verschiedenen Bäumen. Die Blüten kennt ein jeder nur zu gut, zuerst sitzen an den Zweigen kleine Kätzchen die später gelb blühen. Die Laubblätter der Weiden können ganz unterschiedlich sein, da es ca. 450 Weidenarten gibt. Von beinahe kreisrund bis schmal und lanzettförmig ist alles vertreten. Bei vielen Arten sind die Blätter hellgrün und an der Blattunterseite lässt sich, bis auf wenige Ausnahmen, immer eine mehr oder weniger stark ausgeprägte Behaarung erkennen.

Auch heilwirksam...

...ist die Weide.

Die Weide galt in frühen Zeiten als Baum, der die Fähigkeit besitzt, Unheil und Krankheit auf sich zu nehmen. Heute weiß man, daß das enthaltene Salicin im Körper zu Salicylsäure umgewandelt wird. Dieser Stoff ist auch bekannt als das Medikament Aspirin. Weitere Inhaltsstoffe sind Gerbstoffe, Phenolglykoside, und acylierte Salicinderivate (u. a. Salicortin, Fragilin, Populin).

Barbara Steube

Medizinische Qi Gong Trainerin

Quellen: Bundesministerium für Bildung und Forschung; Susanne Fischer-Rizzi: Blätter von Bäumen; Erwin Thoma, Sanfte Medizin der Bäume

Schäfflertanz 2019 in Marktschellenberg

Eine überraschend große Zuschauermenge bereitete am Rosenmontag 2019 den Schäfflern des TSV Berchtesgaden einen herzlichen Empfang. Der Tourismusverein hatte dazu eingeladen und konnte den Zuschauern aus einem Standl Getränke und mit Faschingskrapfen eine süße Überraschung anbieten, die gerne angenommen wurde. Offensichtlich zeigte die Werbung im Radio Salzburg Wirkung, denn aus dem benachbarten Land Salzburg waren viele Zuschauer angereist und hoch erfreut über das Ereignis, das nur alle 7 Jahre stattfindet. Petrus hatte wohl ein Einsehen und hielt die schwarzen Wolken über dem Untersberg so lange zurück, bis die Veranstaltung unter dem riesigen Beifall der Zuschauer zu Ende ging. Leider vertrieben Sturm und Regen die Zuschauer schneller als erwartet. Trotzdem kann die Veranstaltung als voller Erfolg gewertet werden und wird den Zuschauern und den Beteiligten noch lange in Erinnerung bleiben.



Impressum:

Herausgeber: Erwin Hurter, Marktplatz 5, 83487 Marktschellenberg, Tel. 08650 984 395

Redaktion: Franz Heger, Norbert Schmidt, Helfried Unterberger, Erwin Hurter

Onlineübermittlung von Zeitungsartikeln: Jeden Artikel bitte an:

info@corakorn.de oder he.paparazzi@t-online.de

Druck: C. Pelz Verlag GmbH, Marie-Curie-Straße 4, 79211 Denzlingen, www.pelzverlag.de

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

Sponsorenkästchen pro Monat 6,95-€ 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: 22. April 2019, Erscheinungstermin: 6. Mai 2019

Nachrichten aus dem Rathaus**Monatstermine:****Abholung gelber Sack: Samstag, 13. April 2019****Leerung blaue Tonne: Mittwoch, 24. April 2019****Restmüll: Mittwoch, 10./Donnerstag, 25. April 2019 (14tg. Saisontonne)****Biotonne: Donnerstag, 11./Freitag, 26. April 2019**

Bekanntmachung**Bürgerversammlung**

Der Markt Marktschellenberg hält am **Dienstag, den 9. April 2019, um 19.30 Uhr** im Veranstaltungsraum des Feuerwehrhauses, Alpenstr.2, eine

Bürgerversammlung

ab.

Tagesordnung:

1. Rechenschaftsbericht des Ersten Bürgermeisters
2. Diskussion

Alle Bürgerinnen und Bürger sind herzlich eingeladen.

Marktschellenberg, den 21. März 2019

Markt Marktschellenberg

Franz Halmich, Erster Bürgermeister

Hinweis:

Bitte nutzen Sie die Parkplätze im Ort, da die Stellplätze am Feuerwehrhaus für Einsatzfälle freizuhalten sind.

Berchtesgadener Anzeiger vom Samstag, den 23. März 2019

Raus aus der Übersäuerung

Die traditionellen Marktschellenberger Gesundheitswochen haben begonnen – Eröffnungsabend mit Qigong

Marktschellenberg – Die Marktschellenberger Gesundheitswochen fanden erstmalig im Jahre 1982 statt. Und seit mehr als drei Jahrzehnten steht die 14-tägige Kartoffelkur auf dem Programm, seinerzeit entwickelt von Dr. Anneliese Heidegger und fortgeführt von Dr. Caren Lagler, der jetzigen Leiterin der Gesundheitswochen. »Lieber vorbeugen als heilen« ist das Motto der diesjährigen Veranstaltungsreihe, die am Donnerstagabend im Marktschellenberger Feuerwehrhaus eröffnet wurde und die bis zum 6. April ein vielfältiges Programm bietet, das bei der Vorsorge gegen Krebs Hilfestellung sein kann. Denn Krebs ist das Hauptthema der aktuellen Gesundheitswochen.

Dr. Caren Lagler wies in einem trotz der ernsten Thematik kurzweiligen Vortrag auf die Risiken hin, die entscheidend zur Gefährdung beitragen können, und gab zudem Hinweise, wie man persönliche Situationen verbessern kann. Es geht zunächst darum, die Übersäuerung des Körpers schrittweise abzubauen. Eine strikte und die (strengen) Regeln möglichst einhaltende Kartoffelkur sei eine Möglichkeit dazu, sagte Dr. Caren Lagler.

»Lieber vorbeugen als heilen«

Offiziell eröffnete Marktschellenbergs 2. Bürgermeister Volkhart Geiger die Veranstaltung im Obergeschoss des Feuerwehrhauses. Der freute sich vor al-



Letzte Aufnahme vor der Kartoffelkur (v.l.): Marktschellenbergs 2. Bürgermeister Volkhart Geiger, Qigong-Trainerin Barbara Steube, Dr. Caren Lagler, Leiterin der Gesundheitswochen, Tourist-Info-Leiter Helfried Unterberger, der von Dr. Caren Lagler viel Lob ernten durfte für die gute Vorbereitung der Gesundheitswochen, und Dr. Johann Lecker vom gleichnamigen Laufener Biohof. (Fotos: Meister)

lem darüber, dass in »Schellenberg wieder etwas läuft«, wofür er sich direkt bei Dr. Caren Lagler bedankte. Die den Vorbeugegedanken als immer aktueller werdenden Impuls sah und die beginnenden Gesundheitswochen unter das Motto »Lieber vorbeugen als heilen« gestellt hatte.

Die Faktoren, die eine Krebserkrankung auslösen können, seien, verkürzt und laienhaft beschrieben, Rauchen und falsche Ernährung, die Übergewicht begünstigt. Daneben sind es

unter anderem Alkohol, Medikamente oder Salz, aber auch vom Menschen weitgehend nicht beeinflussbare Kriterien wie Umweltverschmutzung oder berufliche Exposition. Krebs sei, sagte Dr. Caren Lagler, sicherlich auch zum Erstaunen vieler Zuhörer, eine Übersäuerungskrankheit. Verschlackungen im Körper erschwerten die Blutzirkulation, verstopften den Raum zwischen den Zellen und verhinderten die Selbstzerstörung entarteter Zellen. Deshalb sei es gut, zuerst

vorbeugend den Körper zu entsäuern, säurelastige Ernährung zu meiden, Übergewicht zu reduzieren und auch Stressfaktoren abzustellen.

Bewegung und immer wieder Kartoffeln

»Da greifen wir an«, sagte Dr. Lagler und es klang fast wie ein Signal zum Kampfbeginn. Als sehr probates Mittel habe sich die zweiwöchige und streng vegetarische und hochbasische Kartoffelkur erwiesen, die wieder im Zentrum der Gesundheitswochen stehe. »Nix wie raus aus der Übersäuerung«: Bewegung an frischer Luft, kontrollierte Nahrungsaufnahme, viel Gemüse, Hülsenfrüchte und reichlich basislastige Getränke. Fleisch und Wurst sind für die kommenden Tage tabu, Eier ja, Fisch generell ebenfalls, aber nicht in der Kurzzeit. Die Leiterin der Gesundheitswochen hatte noch eine Menge Zutaten für den Kurablauf bereit: Heilerde, Ruhezeiten, Leberwickel, Kaltwasseranwendungen, Stressabbau, Buttermilch für die Hivweiß-

zufuhr und immer wieder die hochbasischen Kartoffeln, die gut verstoffwechselt werden beispielsweise, und noch vieles mehr.

Wer willens ist, parallel zur Kur auch ein paar Kilo hinter sich zu lassen, darf variieren, aber nicht zu viel. Kaffee ist eigentlich und ursprünglich out, aber in kleinen Sündemengen akzeptabel, aber dann mit Fettsatz, weil sich der Körper darüber freut. Und er freut sich auch über einen 16:8-Modus, was heißen will: Acht Stunden darf gegessen werden, 16 folgende nicht, was übersetzt bedeutet, dass entweder Frühstück oder Abendessen der Gesundheit geopfert werden muss. Gesundheit aber ist eine Sache, die man nicht nur ernst nehmen muss, der man auch viel Disziplin schenken muss. Der Erfolg, daran ließ Dr. Caren Lagler keinen Zweifel, entschädigt dafür vielfach.

Ein wesentlicher Punkt, um Krankheiten vorzubeugen oder deren Ausbruch zu vermeiden, ist, so

hörten es die vermutlich teilnahme-willigen Besucher des Eröffnungsabends, die Ernährung. Dafür hat sich Dr. Caren Lagler einen kompetenten Partner, dessen Name nicht treffender hätte sein können und Hoffnung auch bei den Gelegenheitsvegetariern auf Zeit wecken könnte, ins Team geholt: Dr. Johann Lecker vom Laufener Biohof Lecker, der am Eröffnungsabend Bio-Obst und -Gemüse aus natürlicher, regionaler Erzeugung anbot und Interessenten in Aussicht stellte, die Produkte in den bevorstehenden vegetarischen Wochen, aber sicherlich auch darüber hinaus, frei Haus anzuliefern.

Chinesisches Übungssystem

Einen Vorgeschmack auf den praktischen Teil der Marktschellenberger Gesundheitswochen erhielten die Besucher des Eröffnungsabends von Barbara Steube. Die Medizinische Qigong-Trainerin, die in den kommenden Tagen zweimal das chinesische Übungssystem, das den Qi-Fluss aktiviert und die Regenerationsbereitschaft anregen soll, vorstellt und gemeinsam mit den Teilnehmern praktizieren will, stellte einige Übungen zum Mitmachen vor. Barbara Steube lädt außerdem zum »Waldbaden« ein, das ebenfalls seinen Ursprung im asiatischen Raum hat und Wohlfühl sowie ein günstiges Auswirken auf verschiedene Erkrankungen verspricht.

Im weit gefächerten Programm der Gesundheitswochen werden unter anderem auch Kreislaufwanderungen angeboten. Außerdem ein Einblick in den vielversprechenden Umgang mit im Frühling verfügbaren Wildkräutern und natürlich Präventionskurse, in denen Dr. Caren Lagler die Schlüsselrolle krebshemmender Wirkstoffe erläutert. Und sie zeigt Wege auf, das Immunsystem zu stärken und chronische Entzündungen zu reduzieren, was helfen kann, »dass es für Krebsvorläuferzellen sehr ungemütlich wird.«
Dieter Meister



Qigong soll das körperliche Wohlbefinden und die Lebensenergie steigern. Das Publikum des Eröffnungsabends der Marktschellenberger Gesundheitswochen konnte sich unter der Anleitung von Qigong-Trainerin Barbara Steube mit ersten kleinen Übungen bekannt machen.

„Wir unterstützen den Marktschellenberger Boten“

Sepp
Gschobmann
Malermaler
© 0151 7 588 945 29
83487 Marktschellenberg
www.maler-gschobmann.de

Maler & Lackierarbeiten • Putz & Trockenbau • Hebebühne
Holz & Dachsanstrich • Gerüstverleih • Farbenverkauf

„Wir unterstützen den Marktschellenberger Boten“

| | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <h1>Omnibus Färbinger</h1> <p>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.</p> <p>Wir beraten Sie gerne! 83471 Berchtesgaden-Oberau Roßfeldstraße 26 Tel.: 08652 / 2801 Fax 08652 / 66259 www.faerbingerbus.de mail: reisen@faerbingerbus.de</p>  <p><i>Bequem reisen. Bus reisen!</i></p> |  <p>LAMPLLEHEN Hotel & Restaurant Kedererweg 8 83487 Marktschellenberg Tel. 08650 / 844</p> | |
| <p>Berchtesgadner Kasstandl</p>  <p>Hildegard Reiß Köpplschneidweg 1 83487 Marktschellenberg Tel. 08650/1225</p> |  <p>Malermeister Zauner</p> <p>Wir bringen Farbe ins Leben! Ausführung sämtlicher Malerarbeiten</p> <p>Dr.-Berkmann-Str.22, 83487 Marktschellenberg Tel.: 08650/1298 Handy: 01745374728</p> | <p>Sportschützen- gesellschaft Oberstein Marktschellenberg</p>  |
| <p>WAGNER Ingenieurbau – Vermessung Statik - Bauen im Bestand Tragwerke i.d. Denkmalpflege</p> <p>Dipl.-Ing.(FH) Martin Wagner Ettenberger Str. 12, 83487 Marktschellenberg, Tel. 1322</p> |  <p>Dr. med. Caren Lagler Individuelle Medizin</p> <p>Telefon: 08650/ 9848914 Email: praxis@dr-lagler.de ~ Web: www.dr-lagler.de</p> |  <p>FREIWILLIGE FEUERWEHR MARKTSCELLENBERG</p> |
| <p>Autohaus Köppl GmbH & Co. KG</p>  <p>Tel.: 08652/2615 - www.autohaus-koeppl.com</p> | <p>HAUS DER BERGE</p> <p>NATIONALPARKZENTRUM BERCHTESGADEN</p> | |
|  <p>HELIS WEBDESIGN HELFRIED UNTERBERGER SALZBURGER STR. 38 83487 MARKTSCELLENBERG TEL.: 08650 329 006 FAX: 08650 329 129 MOBIL: 0151 106 47 304 www.helis-webdesign.de • Email: info@helis-webdesign.de</p> |  <p>Autohaus Höfler Gartenau 10 – 83471 Berchtesgaden</p> |  <p>farthofer architekt</p> <p>Tel. 08654.3548 www.farthofer-architekt.com Tel. 08650.984411</p> |
| <p>Immer wissen, was los ist:</p> <p>Bayern</p> <p>SPD</p> <p>www.spd-marktschellenberg.de</p> | <p>HOCHWIMMER & HORCICKA RECHTSANWÄLTE</p> <p>Neutorstraße 21, 5020 Salzburg Österreich Tel: 0043/662/25 40 59 Fax: 0043/662/25 40 59-9 E-Mail: kanzlei@rechtsweg.at www.anwalt-oesterreich.de</p> | |

„Wir unterstützen den Marktschellenberger Boten“

| | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p>Die Kugelmühle Am Eingang zur Almbachklamm 83487 Marktschellenberg Tel. 08650 / 461 www.gasthaus-kugelmuehle.de</p> | <p>Sport Esterle Berchtesgaden Tel. 08652 / 1717 Fax 08652 / 64546</p> |  <p>Ski-Club Schellenberg e.V.</p> |
| <p>Katholischer Frauenbund Zweigverein Marktschellenberg</p>  | <p>NOWAK IMMOBILIEN AG ☎ 08652 / 64000 Internet: www.nowak-ag.de</p> |  <p>Trachtenverein D'Schellenberger</p> |
| <p>Sanitär- Heizungs- u. Solaranlagen Spenglerei- Blitzschutz</p> <p>Schwaiger GmbH</p> <p>83471 Berchtesgaden Gartenau 27 Tel.: 0 86 52/ 97 98 99-0</p> |  <p>+43 6245 - 71 365 Schiemerstrasse 2 A-5400 Hallein info@cafeamsteg.at www.cafeamsteg.at</p> <p>Öffnungszeiten 08:00h - 18:30h DIENSTAG RUHETAG</p> | <p>◆ WANIE & KLOOZ ◆ RECHTSANWALTSKANZLEI</p> <p>Maximilianstr. 8 – 83471 Berchtesgaden Telefon: 0049 (0) 8652 / 97658-0 Telefax: 0049 (0) 8652 / 97658-28 info@wanie-klooz.de www.wanie-klooz.de</p> |
| <p>EISHÖHLE Verein für Höhlenkunde e.V.</p> <p>www.eishoehle.net Toni Lenz Hütte am Untersberg www.toni-lenz-huette.de</p> | <p>Meisterbetrieb Heide Kranawetyogl</p> <p>BLUMENBINDEREI Gartenau 27 • Berchtesgaden • ☎ 08652/977570 KUGLER</p> | <p>Tourismusverein Marktschellenberg</p>  <p>Web: www.marktschellenberg.info Email: tourist@marktschellenberg.info</p> |
|  <p>Musikkapelle 1885 Marktschellenberg</p> | <p>INTERSPORT krenn</p> <p>Reichenhaller Str. 18 – 20 83483 Bischofswiesen Postgasse 1 83329 Waging am See</p> | <p>Sport- gemeinschaft SG Scheffau Schellenberg e.V.</p>  |
| <p>STANG ASSINGER BAU</p> <p>Bauunternehmen Zimmerei - Holzbau 83487 Marktschellenberg Tel. 0151/705 42 947</p> | <p>Nikolaus Rußegger Garten- und Landschaftspflege Kugelmühlweg 14 83487 Marktschellenberg</p>  <p>Tel. 08650 / 862 Fax 08650 / 985975 garten-landschaft@arcor.de</p> | |
| <p>Klaus Walter</p> <p>Holzrückung – Forstbetrieb Tel.: 0049 / (0) 170 – 435 16 72 Neuhäuslweg 2 ½ 83487 Marktschellenberg</p> |  <p>Nationalpark Berchtesgaden</p> | <p>Obst- und Gartenbauverein Marktschellenberg</p>  |

„Wir unterstützen den Marktschellenberger Boten“

| | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  <p>SCHERTLER GmbH & Co. KG GEBÄUDETECHNIK</p> <p>Inhaber Thomas Schertler</p> <ul style="list-style-type: none"> - Klima - Sanitär - Heizung - Spenglerei - Brandschutz <p>83487 Marktschellenberg, Alte Berchtesgadener Str. 22 Telefon: (0 8650) 98 42 00 www.schertler.co ~ Email: office@schertler.co</p> |  <p>Weihnachtsschützenverein Götschen-Schellenberg e.V. Gegründet 1929</p> |  <p>Elektro Johann Pfnür Miele Vertragspartner - Kundendienst Kathrein - SAT - Antennenanlagen Kirchgasse 10 83487 Marktschellenberg Tel. 08650/98860</p> |
| <p>berg_kulturbüro www.bergkulturbuero.org</p> |  <p>Steinmetzmeister Christian Wolf Im Stangenwald 16 83471 Berchtesgaden Tel.: 08652 / 3367</p> | |
|  <p>Ursula Riedl Treffpunkt gesundes Lebens</p>  <p>Marktplatz 5 08650/225 83487 Marktschellenberg</p> |   <p>Rüdiger Wienecke staatl. gepr. Masseur, Gesundheitstrainer und Meditationsleiter, Stress- u. Burnout- Coach Gesundheitspraxis Wienecke im Solekurbad Tel.: +49 (0) 8652 / 97 80 460 Fax: +49 (0) 8650 / 98 46 34 www.wienecke-gesundheit.com Email: info@wienecke-gesundheit.com 83471 Berchtesgaden, Am Franziskanerplatz 6</p>  | |
| <p>BAUTENSCHUTZ Wlodzimierz Owczarek Marktplatz 12 83487 Marktschellenberg Tel.: 08650 / 984550 Mobile: 0170/4395549 Email: wlodek_owczarek@yahoo.de Bauwerksabdichtung: Kellersanierung Putzsanierung, Schimmelbekämpfung Estrichsanierung: Abdichtung von Badezimmern und Nasszellen, Injektionstechnik</p> |  <p>Gasthof Schorn Familie Ziegler St. Leonhard Str. 1 5083 St. Leonhard bei Salzburg Tel.: 0043 6246 72334 info@gasthofschorn.at www.gasthofschorn.at ideal für Familien und Firmenfeiern</p> | |
|  <p>Inh. Tanja Mißfeldt Marktplatz 3 - 83487 Marktschellenberg Tel: 0170/8840556</p> |  <p>WALCH ELEKTROTECHNIK GmbH & Co. KG</p> <p><i>Elektro-Installation, Renovierungen, Umbauarbeiten, Antennen-Sat-Anlagen, Datentechnik, Elektro Groß- und Kleingüter, LED-Verleucht.</i></p> <p>Gartenau 9 • 83471 Berchtesgaden • Tel. 08652/1442 • Fax 08652/63955 www.walch-elektrotechnik.de • info@walch-elektrotechnik.de</p> | <p>Gasthof Schorn Familie Ziegler St. Leonhard Str. 1 5083 St. Leonhard bei Salzburg Tel.: 0043 6246 72334 info@gasthofschorn.at www.gasthofschorn.at ideal für Familien und Firmenfeiern</p> |
|  <p>Malerbetrieb Ludwig Angerer Tiefenbachstraße 73 83487 Marktschellenberg Tel. 08650/618 Ausführung von Malerarbeiten Trockenausbau und Wärmeschutz</p> |  <p>Weihnachtsschützenplatz 5 83471 Berchtesgaden Tel. 08652 / 976761</p> | <p>HEBAMME Elisabeth Krenn Kneipp-Gesundheitstrainerin</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Geburtsvorbereitung • Vor- und Nachsorge • Schwimmen in der Schwangerschaft und zur Rückbildung • Rückbildungsgymnastik • Akupunktur • Grundschulunterricht <p>Götschenweg 4 83487 Marktschellenberg Telefon 0 8650/984886 Mobil 01 72/635 5299 hebamme-lisikrenn@t-online.de</p> |
| <p>Tankstelle * Waschhalle * Getränkemarkt Tankautomat 24 h Auto - Wäschen + Besondere Weine</p> <p>bietet Ihnen Conrad Fischer KG, 83487 Marktschellenberg, Hauptstrasse 2, Tel. 08650 / 290</p> | | |

12.



Marktschellenberger Bärlauch-Wochen

12. April – 28. April 2019

Veranstaltung des Tourismusvereins für Gäste und Einheimische

Bärlauchschmankerl - Bärlauchspezialitäten - Bärlauchmenüs

Gasthaus Kugelmühle

- Bärlauchsuppe mit Sahnehaube
- Bärlauchschnitzel (gefüllt mit Schinken, Käse und Bärlauchpesto), dazu Kartoffelrösti und bunte Salate
- Lachstartar auf Kartoffelpuffer, Bärlauchquark und Salatgarnitur
- Gegrilltes Lachsforellenfilet mit Petersilienkartoffeln, Bärlauchbutter und Salatteller

Hotel Lampllehen nur vom 19. – 28.04.2019

- Bärlauch-Cremesuppe mit Croutons
- Tagliatelle mit Lachsstreifen und Bärlauchsauce
- Lammhüfte mit Bärlauchkruste, Spinat und Knödel

Gasthaus Oberstein

- Bärlauchschmankerl

Reformhaus am Marktplatz

- Fit in den Frühling mit Bärlauch-Pflanzensaftkur

Tanja's Bäckerladen

- Bärlauchbaguette
- Bärlauch-Bandnudeln
- Bärlauch-Pesto

Cafe Konditorei Margit

- Bärlauch-Stangerl
- Mittags-Nudeln mit Pesto

Salzburger Jakobsweg mit Maria Plain

26.04.19 um 9.20 Uhr

Wie ging man früher? Wo sind die Stationen des Rosenkranzes? Findet ihr alle? Eine Wanderung entlang des Salzburger Jakobsweges. Ab HBF Salzburg, entlang der Stationen des Rosenkranzes bis nach Maria Plain, nach dem Besuch der Basilika und dem berühmten Gnadenbild, geht es entlang der Salzach zurück zum HBF Salzburg.

Treffpunkt: 9.20 Uhr Marktschellenberg Bushaltestelle
Alternativ Treffpunkt: 10.15 Uhr Hauptbahnhof Salzburg
Dauer: ca. 3 Stunden ab Hauptbahnhof Salzburg
Anmeldung bis zum Vortag bei der Tourist-Info
Marktschellenberg, Telefon: 08650 988830
Unkostenbeitrag: 7,00 € (ohne Bus)

Kräuterwanderung für die ganze Familie

24.04.19 um 9.00 Uhr

Kräuterpädagogin Monika Angerer erklärt auf unserer Wanderung durch Wiesen und Waldränder die einheimischen Kräuter. Sie erfahren über deren Wirkung und Verwendungsmöglichkeiten. Im Anschluss bereiten wir aus den gesammelten Kräutern ein würziges Kräutersalz und genießen dies bei einer gemeinsamen Brotzeit mit Wiesendudler, selbstgemachten Baguette und verschiedenen Brot-aufstrichen.

Treffpunkt: Sparkasse Marktschellenberg • Dauer: 2 Stunden
Anmeldung bis zum Vortag bei der Tourist-Info
Marktschellenberg, Telefon: 08650 988830
Unkostenbeitrag: 9,00 € • Kinder kostenlos

www.baerlauchwochen.de

Information: Tourist-Info Marktschellenberg • Salzburger Straße 2 • 83487 Marktschellenberg
Telefon: 08650 988830 • www.marktschellenberg.info