

Umg'schaut

INHALT:

- **Selberkochen oder Essen gehen?** Jede Menge Tipps und Ideen für die Mittagszeit
- **Markttage von 17.-19. Juli**
- Holen Sie sich mit dem Stempelpass die attraktive **apfelgrüne Kühltasche!**
- **Gratisparken** im ganzen Ort!



MAHLZEIT!

... und genießen Sie die Markttage von 17.-19. Juli!

KREMSMÜNSTER
MACHT PAUSE



Und nach dem Essen geh' ich shoppen!

Mahlzeit und guten Appetit allerseits! Wie verbringen Sie die Mittagspause? Manche gehen ja täglich Mittagessen, andere haben Zeit und Muße selber zu kochen. Und andere wiederum - bei denen reicht es gerade für eine schnelle Jause im Stehen. In dieser Ausgabe der Umg'schaut finden Sie ein paar Tipps wo Sie mittags hingehen können, aber auch wie man den Tisch zuhause schön gestalten kann - schließlich isst das Auge mit!

ICH PACKE MEINEN KOFFER ...

Können Sie sich an dieses Kinderspiel erinnern? Wir haben es ein wenig abgewandelt und mit einer tollen Sommeraktion verknüpft. Bei uns in Kremsmünster heißt es ab sofort „Ich packe meine Kühltasche“ und warum das so ist, lesen Sie nebenstehend auf Seite 3.

Was bleibt sind noch jede Menge anderer Einkaufstipps, die mit dem Sommer zu tun haben und natürlich darf auch der Gesundheits- bzw. Wellnesssektor nicht zu kurz kommen.

*Viel Spaß beim Durchblättern
wünscht Ihnen der AK Wirtschaft*

MAHLZEIT ... und genießen Sie die Markttag von Do. 17. bis Sa. 19. Juli!

Einmal mehr zeigt sich Kremsmünster von seiner „coolen“ Seite - diesmal in Form einer Kühltasche, die sich an heißen Sommertagen sehr bald als verlässlicher Freund etablieren wird.

Wenn Sie eine solche Tasche besitzen wollen, dann sollten sie mit unten angeführtem Stempelpass eine Runde durch Kremsmünster spazieren!



Make my day!

Wenn sich der Sommer von seiner heißesten Seite zeigt, ist Abkühlung gefragt. Für den perfekten Tag im Freibad oder an einem See fehlen eigentlich nur noch die kühlen Getränke. In Kremsmünster kann man sich jetzt eine **hochwertige, apfelgrüne Kühltasche holen!** Und so einfach geht's:

- 1) Kommen Sie nach Kremsmünster zum Einkaufen.**
- 2) Sammeln Sie drei Stempel** (bei den gekennzeichneten Mitgliedsbetrieben).
- 3) Tauschen Sie die Stempelkarte beim Marktplatzbäcker Eglseer oder in der Konditorei Schlair gegen eine apfelgrüne Kühltasche ein.**

Aktion gültig solange der Vorrat reicht!



1. Stempel eines beliebigen
Kremsmünsterer Unternehmens

2. Stempel eines beliebigen
Kremsmünsterer Unternehmens

3. Stempel eines beliebigen
Kremsmünsterer Unternehmens

Ich packe meine Kühltasche ...

... und stecke jede Menge Schnäppchen hinein! Zahlreiche Kremsmünsterer Unternehmen locken mit tollen Angeboten. Alle Aktionen gelten - wenn nicht anders angeschrieben - an den drei Markttagen von 17. bis 19. Juli.

AKTIONEN DER WIRTSCHAFT IM DETAIL

HOME STYLE ATELIER

Ich packe meine Kühltasche mit einer Funky Lady (entzückende Aufstellfigur) **um 25,- statt 35,- Euro.** Zusätzlich gibt es während der Schnäppchentage **minus 15 %** auf Trinkgläser, Tafelservice und Besteck.

SAMOS

Ich packe meine Kühltasche mit **minus 50 % auf Bikinis und Flip Flops.** Tolle Preise bei Einzelstücken! Donnerstags und Freitag durchgehend geöffnet!

PARFUMERIE DROGERIE BRANDSTÄTTER

Ich packe meine Kühltasche mit **minus 15 % auf Sonnenpflege.**

OBERBANK

Ich packe meine Kühltasche und lege einen **Oberbank Gutschein** hinein - und bekomme dafür mein neues **Privatkonto 1 Jahr gratis.**

UHREN SCHMUCK POKALE MANDORFER

Ich packe meine Kühltasche mit einer **Batterieaktion:** pro Batteriewechsel bezahlt man statt 9,- Euro **nur 5,- Euro.** Passend dazu sind auch **NEUE Esprit-Uhren** eingetroffen!!

KOPFSACHE

Ich packe meine Kühltasche mit **minus 10 % auf Schwarzkopf Professional Produkte** aus der Sommer-Sonnenserie mit UVA- und UVB-Filter und Farbschutz.

INJOY PHYSIO KREMSMÜNSTER

Ich packe meine Kühltasche mit einem **Eiweißshake in Schoko oder Vanille** (zum Muskelerhalt, Regeneration und Fettabbau) und einem **Riegel Ananas-Crispy um 5,- Euro.**

LEDER LECHNER

Ich packe meine Kühltasche mit **Schals um minus 20 %.**

OPTIK ROSENBERGER

Ich packe meine Kühltasche mit **TOMS Sonnenbrillen um minus 10 %.**

SUZANA NAILS

Ich packe meine Kühltasche und gebe eine **Joghurt Handcreme** und ein **Nagelbett-Öl** hinein - und eine **Natur-nagelfeile gibt's gratis dazu!**

HAARGENAU

Ich packe meine Kühltasche und gebe **zwei Haar-Pflege-Produkte** hinein und bekomme **ein zusammenklappbares Sonnenbrillen-Etui gratis dazu!**

SCHUHMODE PETERSEIL

Ich packe meine Kühltasche mit **minus 50 % auf Sommerhüte und Sommerkapperl.**

PRAMMER MODE

Ich packe meine Kühltasche und gebe ein **Sommerkleid** oder wahlweise eine **kurze oder 3/4 Hose mit T-Shirt um minus 15 %** hinein.

Zusätzlich großer Abverkauf: Schnäppchen um bis zu **minus 70 %.** Ob Ober- oder Unterteile für Damen oder Herren, Tücher und Accessoires ... es ist für jeden etwas dabei.

SUSANNE'S WOHLFÜHLOASE

Ich packe meine Kühltasche mit einer von 3 verschiedenen **erfrischenden Malu Wilz Sommermasken** (besonders feuchtigkeitsspendend und beruhigend für die sommergestresste Haut) **inkl. einer GRATIS Ampulle** - erhältlich je Maske um **19,80 Euro.**

IDEE+SPIEL CHRISTINE

Ich packe meine Kühltasche und gebe einen **Wasserball** und **Schwimmflügerl** hinein - und **ein Sackerl Wasserbomben gibt es GRATIS dazu.**

MODEATELIER PETRA

Ich packe meine Kühltasche mit **minus 20 % auf Wolle zum Häkeln, Häkelgarn, Häkelnadeln** und **Häkelhefte.**

RENDL GESCHIRRGESCHÄFT

Ich packe meine Kühltasche mit Eisgläsern, sowie Glas- und Keramikschüsseln um **minus 15 %.** **Dazu gibt es zwei Kühlakkus GRATIS!**

NEWS
AUS DER WIRTSCHAFT

URLAUBSZEIT ...

Schuhmode Peterseil nutzt einen Zwickeltag: **SA. 16. AUGUST GESCHLOSSEN!**

Die **Stiftsschank** macht am **Mo. 28. Juli** ein **RAUSVERKAUF-BUFFET!**

Im Anschluss: **BETRIEBSURLAUB VON DI. 29. JULI BIS DI. 12. AUGUST!**

Die **Parfümerie Brandstätter** hat von **MO. 25. BIS SA. 30. AUGUST GESCHLOSSEN!**

Leder Lechner hat **BETRIEBSURLAUB** von **MO. 4. bis SA. 16. AUGUST.**

Optik Rosenberger hat von **MO. 11. BIS SA. 16. AUGUST GESCHLOSSEN!**

HAARgenau hat **BETRIEBSURLAUB** von **DI. 29. JULI BIS MI. 6. AUGUST.**

Modeatelier Petra hat **BETRIEBSURLAUB** von **MO. 28. JULI bis SA. 2. AUGUST.**

SaMoS hat im **JULI UND AUGUST GEÄNDERTE ÖFFNUNGSZEITEN:** Mo. bis Do. 9-12 und 15-18 Uhr
Fr. 9-12 und 14-18 Uhr

GRATIS MITGLIEDSCHAFT IM SOMMER BEI INJOY

INJOY Physio bietet in den Sommermonaten eine **GRATIS-Mitgliedschaft** inkl. Elektrolytgetränke und **INJOY** Betreuungsprogramm. **JULI und AUGUST GRATIS, ab September bezahlen.**

ZWEI TAGE OPEN HOUSE BEI XUNDHEIT

FR. 8. AUGUST AB 18 UHR UND SA. 9. AUGUST VON 9 BIS 18 UHR
Das 8-köpfige Team Xundheit freut sich, an diesen zwei Tagen die Türen weit zu öffnen, um Interessenten zu zeigen, wie bei Xundheit gearbeitet wird. Physiotherapie, Ergotherapie, Massagen - wohlfühlen und gesund werden (bzw. bleiben) steht für das Team Xundheit immer im Vordergrund.
Ort: Gablonzerstraße 17, Kremsmünster (Tassilo-Apotheke)

GUTES AUS DER



Brot gehört auf den Tisch



Die **Bäckerei Zöhrmühle** am Rathausplatz kann man durchaus als innovativ bezeichnen: Nicht nur, dass es eine Vielzahl an sehr kreativen Vollkornbroten gibt - wie etwa das Malzdinkelbrot, das Karottenbrot oder das Erdäpfelbrot - speziell am Freitag werden ganz besonders köstliche Brotsorten angeboten. So gibt es passend zur Grillerei das knusprige Wurzelbaguette, oder für den Vorspeisenteller das mediterrane Tomatenciabatta. Nussbrote, Sonnenlaiberl, Knoblauchbaguette, Semmel und vieles mehr komplettieren die leckere Auswahl.

Neben den vielen Brotvariationen zeichnet sich die Zöhrmühle mit einer weiteren Besonderheit aus: **Viele Brot- und Gebäcksorten, wie z. B. Laugenstangerl, Weizenweckerl, Semmel oder Knoblauchbrote gibt es zum selber fertigbacken** in abgepackten Größen von 2 bis 6 Brötchen. Das Gebäck ist tiefgekühlt und muss vorher aufgetaut werden! Danach kann es ein paar Minuten im vorgeheizten Ofen fertiggebacken werden. Geht's noch einfacher?

BÄCKEREI ZÖHRMÜHLE
Rathausplatz 4, Kremsmünster
Tel. 07583/6605

TERRASSENFEELING

Pizzawochen für Feinspitze



Fotos: MEV



Es gibt sie nicht immer, aber wenn sie wieder da sind, kommt italienisches Lebensgefühl auf! **Die Rede ist von den Pizzawochen im Gasthaus Kremstalblick, die von 9. bis 23. Juli stattfinden.** Das Geheimnis liegt im unglaublich zarten Pizzateig, der in der ganzen Vielfalt belegt wird. Von der klassischen Schinken-Käse-Pizza bis zur scharfen Salami-Pizza, von der rustikalen Pizza mit Speck und Mais bis zur maritimen Pizza mit Thunfisch und anderen Meeresfrüchten. Natürlich gibt es jede Pizza auch zum Mitnehmen, obwohl es sich im Gastgarten unterm Kastanienbaum mit herrlichem Blick ins Kremstal schon vorzüglich speisen lässt ...



GASTHAUS KREMSTALBLICK
Kirchberg 20, Kremsmünster
Tel. 07583/7390
Mobil 0664/192 83 63

Die grüne Vielfalt am Mittagstisch



Foto: MEV

Wenn es um gesunde Ernährung geht, kommt man um den Salat nicht herum. Er enthält kaum Kalorien, macht satt und liefert wertvolle Pflanzenstoffe. Das Restaurant Südhang 44 bietet speziell in den Sommermonaten eine reichhaltige Auswahl an Salaten. Und gerade in der sommerlichen Mittagshitze ist es auf der schattigen Terrasse einfach herrlich.

Eissalat, Blattsalat, Endiviensalat, Bataviasalat, Eichenlaubsalat, Romanasalat, Radicchiosalat, Rucola, Vogelsalat - dazu Radieschen, Meerrettich, Paprika, Tomaten, Gurken, rote und gelbe Karotten, Mais, Lauchzwiebel, Weißkraut. Das Ganze fein garniert mit Ei, Speckkrusteln,

Erdäpfel, Schafkäse oder Pinienkernen. Auf Wunsch mit zart gegrilltem Putenfleisch, frischen Schinkenstreifen oder Shrimps serviert ... und zuletzt geschmackvoll mariniert mit verschiedenen Dressingvariationen wie z. B. Balsamicodressing, Joghurdressing oder Senfdressing: **Gusto bekommen?**



RESTAURANT SÜDHANG 44
Linzer Straße 44, Kremsmünster
Tel. 07583/7498
www.restaurant-suedhang-44.com

SCHNELLE KÜCHE

Ein Kebap, ein Dürüm, eine Pizza? Mittags bei Jimmy's Pizzeria

22 Pizzas davon 4 vegetarisch, 6 Salatvariationen, 6 verschiedene Pastagerichte, 4 Pide zur Auswahl, 7 Pizzastangerl und 6 Döner-Spezialitäten - die überaus umfangreiche Speisekarte in Jimmy's Pizzeria lässt keine Wünsche offen.

Getränke gibt es gekühlt aus dem Eisschrank - sowohl antialkoholische als auch alkoholische. Wahlweise kann man sich das Essen abholen oder seine Mittagspause gemütlich auf den sehr bequemen Lederbänken verbringen.

Auch interessant: ab 20,- Euro wird das Essen innerhalb von Kremsmünster gratis zugestellt - ideal für das gemeinsame Mittagessen mit Kollegen im Büro!



JIMMY'S PIZZERIA
4508 Kremsmünster Marktplate 2 Tel. Nr. 07583/20091

JIMMY'S PIZZERIA
Marktplate 2, Kremsmünster
Tel. 07583/20091, Mobil 0688/965 83 98

Essen á la carte - aber zuhause!

Berufstätige kennen das: die Mittagspause ist kurz, es bleibt fast keine Zeit selber zu kochen, aber ein warmes Essen wär' halt schon was Feines. Die Stiftsschank bietet all jenen, die lieber zuhause essen, eine praktische Lösung:

Einfach per Telefon das Menü bekannt geben und 30 Minuten später fein säuberlich und sicher verpackt abholen. Die Styropor-tassen sind nicht nur auslaufsicher verschweißt, sondern garantieren auch, dass das Essen lange warm bleibt.

Am besten ausprobieren!



STIFTSSCHANK
Stift Kremsmünster

Bestell-Hotline: 07583/7555



NACHGEFRAGT BEI



Was ist der Unterschied zwischen Kassen- und Wahlphysiotherapie?



Bernhard Resl ist dipl. Physiotherapeut und Geschäftsführer vom Team Xundheit

Die OÖ. Gebietskrankenkasse vergibt aufgrund eines komplizierten Berechnungsverfahrens sogenannte Planstellen an Physiotherapeuten. Mit diesem Kassenvertrag kann der Therapeut seine Leistungen direkt mit der GKK verrechnen. Der große Vorteil für die Patienten: Es gibt keinen Selbstbehalt, die Krankenkasse übernimmt die gesamten Therapiekosten. Das **TEAM Xundheit** besitzt im Bezirk Kirchdorf zwei dieser Kassenverträge (Kremsmünster und Steinbach/Steyr). Das Team Xundheit besteht aus mehreren Therapeuten, die ihre Leistungen anteilig mit der GKK abrechnen können, jedoch nur eine Therapeutin besitzt einen Kassenvertrag. **Um Missverständnisse vorzubeugen sei darauf hingewiesen, dass in Kremsmünster nur Termine bei Heidelinde Weiß (erreichbar unter 0676/5944841) ohne Selbstbehalt möglich sind.**

Die anderen Therapeuten besitzen sogenannte Wahlverträge, was bedeutet, dass der Großteil der Therapiekosten von den Krankenkassen übernommen wird und der Rest der Behandlungskosten selbst zu bezahlen ist. Das Team Xundheit kümmert sich auch um die Kostenrückerstattung für seine Patienten und ist stets bemüht jedem Patienten (egal ob Wahl- oder Kassenleistung) so schnell wie möglich einen Termin zu geben. Nachdem mehr Wahl- als Kassatherapeuten zur Verfügung stehen, kommt es bei der Kassenphysiotherapie jedoch zu etwas längeren Wartezeiten.

XUNDHEIT KREMSMÜNSTER
Gablonzerstraße 17, Kremsmünster
Tel. 0676/48 42 648
www.xundheit.at

NACHGEFRAGT BEI

HUBER

Eine Alternative zum E-Herd - ist das attraktiv?



Fotos: Gast

Wir leben in einer Zeit, in der so ziemlich alles im Haus von Strom abhängig ist. Licht, Wärme, Kochen. Und immer mehr Menschen fragen sich: was, wenn der Strom einmal länger als einen Tag ausbleibt? Mit sogenannten Fertigerherden bzw. Durchheizherden, die mit Holz befeuert werden, kann man zwei Unsicherheitsfaktoren gleich einmal ausschließen - das Heizen und das Kochen. Man kann sich das ja heute fast nicht mehr vorstellen, aber zu Großmutter's Zeiten war es völlig normal, zur Mittagszeit den Herd anzuzünden - das Essen schmeckte damals genauso gut, wie wenn heute am E-Herd gekocht wird. Dank eines ausgereiften Systems lässt sich die Wärme des Herdes heutzutage ganz genau kontrollieren. Brot oder Kuchen backen ist genauso möglich, wie einen saftigen Braten zuzubereiten. Und so wandeln die stolzen Besitzer solcher Herde in unserer hektischen Zeit auf ruhigem Pfad und zelebrieren die Kochkunst und Gemütlichkeit wie damals mit der Gewissheit, dass ihnen ein Stromausfall bestenfalls ein gutes Essen bei Kerzenschein beschert wird. Wir bieten eine große Auswahl an Fertigerherden und Durchheizherden von namhaften Herstellern.

Thomas Huber ist Eigentümer der gleichnamigen Firma und seit 33 Jahren in der Branche tätig.

HUBER KACHELÖFEN & FLIESEN
Hauptstraße 28, Kremsmünster
Tel. 07583/8406-0
www.ofendesign.at



DAS AUGE ISST BEKANNTLICH MIT

Tischdeko einmal anders



Ein schön gedeckter Tisch macht Appetit! Er ist Ausdruck einer Essenskultur, die in unserer schnelllebigen Zeit viel zu oft vernachlässigt wird. Bei **Home Style Atelier** findet man ein feines Tischdeko-Sortiment der Marke sia: Speiseservice, Besteck, Gläser in verschiedenen Farben und Formen, Serviertablets in Leder, Edelstahl oder Alu, Kerzen und Kerzenständer, ausgefallene Vasen, Seidenblumen, Figuren zum Aufstellen, u.v.m.

Home
Style
Atelier

HOME STYLE ATELIER MARGIT HACKL
Hauptstraße 21, Kremsmünster
Tel. 07583/7944



So wird jeder Tisch zur Festtafel



Foto: Textilshop.at

Ein Familienfest steht an und alle kommen an die Tafel! Wo aber die passende Tischdecke finden, die der Feier angemessen ist und auch noch das notwendige Format aufweist?

Bei **Textilshop.at** kann man alle Tischdecken nach Maß fertigen lassen. Ob klassisch oder traditionell, ob Baumwolle, Halbleinen oder Leinen, ja selbst abwaschbare Tischdecken werden in zahlreichen Standardformaten angeboten oder auf Wunschmaß gefertigt. Alle Tischdecken werden ausschließlich in Österreich produziert und strengsten

Qualitätskontrollen unterzogen. Die Tischdecken sind extrem langlebig und für den dauerhaften Einsatz bestens geeignet (auch in der Gastronomie). Und auch nach oftmaligem Waschen bleibt die Farbbrillanz erhalten, weil die Garne bereits durchgefärbt verarbeitet werden.

Wer sich nicht sicher ist, kann sich bei einem Besuch im Schauraum das Material vor Ort ansehen, oder online gratis ein Muster anfordern, um sich ein Bild von der Farbgebung und Gestaltung zu machen.

Textilshop.at

DIPL.-ING. GERHARD SÖLLRADL
Bad Haller Straße 40, Kremsmünster
Öffnungszeiten: Mo-Fr 8-12 Uhr bzw. gegen Voranmeldung unter 0664/4022240; www.textilshop.at

Voll fad diese Regentage - oder doch nicht?



Ferien sind etwas Wunderbares - nur was, wenn statt Sonnenschein und Freibadgeplantsche plötzlich Regen und Zuhause sitzen am Programm steht?

idee+spiel CHRISTINE hat eine kreative Lösung parat: Dank dem großen Bastelsortiment kann man Regentage ganz leicht in Kreativtage verwandeln! Modelliermasse, Filzwolle, Buntpapier, Acrylfarbe, Stoffmalstifte, Window Color, Holz- und Styroporkugeln, Perlen und Pailletten, Laubsägeholz und Fimo, Kinderwerkzeug und Webrahmen und natürlich jede Menge Bücher mit Bastelanleitungen - da vergehen die nassen Tage wie im Flug.

Das Tolle: An jedem Regentag im Juli und August gibt es bei idee+spiel CHRISTINE immer minus 5 % Rabatt auf das gesamte Bastelsortiment! Da freut man sich schon richtig auf das schlechte Wetter! Und wenn es dann wieder schön warm ist, warten schon die Wasserbälle, Wasserbomben, Spritzpistolen, Tauchringe u.v.m. auf die kleinen Wasserratten.



IDEE+SPIEL CHRISTINE

Greinerstraße 3, Kremsmünster
Tel. 07583/20556

Ab in die Sommerferien!

Kindern ist bekanntlich jedes Wetter recht - Hauptsache sie haben Spaß. Ob Freibad oder Almwiese, ob Sonne oder Regen: bei **U10 Mode für Kinder** gibt es für jeden Ferientag das passende Outfit. Bikinis, Sommerkleider, kurze Hosen, T-Shirts, robuste Jeans, bunte Regenjacken für Kinder von 0 bis 14 Jahren. **Besonders entzückend sind dabei die trendigen Trachten-outfits:** die 1. Lederhose als herziger Strampler, das 1. Dirndl für Zwergel ab 3 Monate. Dazu passend natürlich die „Strizi“-Leiberl, an denen wohl keiner ohne Schmunzeln vorbeigehen kann. Im Juli lässt sich sicher auch das ein oder andere Schnäppchen ergattern und ab Ende Juli wartet dann bereits die Schulmode auf die Kids.



U10 - MODE FÜR KINDER

Marktplatz 29, Kremsmünster
Tel. 0664/2841494



Fit durch den Sommer mit PreKanga - dem kugelrunden Workout



Ein neues Trainingsprogramm für werdende Mütter hilft, sich auf die Geburt vorzubereiten, und das mit einem hohen Spaßfaktor.

PreKanga ist genau auf die Bedürfnisse als werdende Mama abgestimmt. Der persönliche Level wird an das Stadium der Schwangerschaft angepasst und macht Mutter und Kind fit für die Geburt und den Start ins gemeinsame Leben. Verspannungen werden durch Myofasziales Release gelöst und der Beckenboden wird optimal auf die bevorstehende Geburt vorbereitet.

Die Vorteile

- Frau bleibt auch mit Babybauch fit
- Beugt Schwangerschaftsbeschwerden vor und lindert diese
- Optimale Gewichtszunahme in der Schwangerschaft für Mutter und Kind
- Ausdauer und Kraft für die Geburt

Kursart: 8 Wochen Kurs, Schnupperstunde möglich!

Und sollte die Schwangerschaft nicht mehr so lange dauern oder aus anderen Gründen kein 8 Wochen Kurs möglich sein, findet **Birgit Söllradl** bestimmt eine passende Lösung :-).

Infos unter www.kangatraining.at

Birgit Söllradl
Hebamme



HEBAMME BIRGIT SÖLLRADL
Bad Haller Straße 24/5, Kremsmünster
Tel.: 0680/333 86 17
E-Mail: birgit@geburtserlebnis.at
www.geburtserlebnis.at

NACHGEFRAGT BEI



Herr Gütlbauer, kann man sich als junger Mensch einen Kredit überhaupt leisten?

Manuel Gütlbauer ist Leiter der Volksbank Kremsmünster



Zwar sind die Kreditzinsen derzeit niedrig wie nie zuvor, dennoch hat man den Eindruck, dass Kredite nur zögerlich vergeben werden. Wir haben Manuel Gütlbauer, Leiter der Volksbank Kremsmünster, befragt:

Die Kreditvergabe hat grundsätzlich nichts mit dem Alter zu tun, sondern damit, ob es einen verantwortungsvollen Finanzierungs- und Tilgungsplan gibt. Dieser wiederum basiert auf einer genauen Analyse der Einkommensverhältnisse und monatlichen Fixkosten. Wir führen mit jedem Kunden, der einen Kredit möchte, ein ausführliches Beratungsgespräch, da viele Menschen eben genau jene monatlichen Fixkosten übersehen bzw. oftmals gar nicht genau wissen, wie hoch die bestehende monatliche Belastung wirklich ist. Miete, Strom, Heizung, Auto, Telefon, Versicherungen, Lebenserhaltung und nicht zu vergessen das persönliche „Taschengeld“ für die Freizeit. Eine Kreditrückzahlung sollte 30 % des gesamten Einkommens pro Haushalt nicht übersteigen! Diese genauen Analysen hat es in früherer Zeit nicht gegeben, darum wird die Kreditvergabe jetzt als strenger eingeschätzt, als sie in Wahrheit ist. Niemand will in den Privatkonkurs rutschen und wir von der Volksbank sehen uns da als Partner unserer Kunden, die wir in allen Lebensphasen rund ums Geld bestmöglich begleiten wollen - mit langfristigem Zufriedenheitsfaktor!

**VOLKSBANK
KREMSMÜNSTER**
Marktplatz 1, Kremsmünster
Tel. 07583/7421

SOMMERMODE
FÜR DIE AUGEN

Sonnenbrillen, mit denen man blendend aussieht



Für die einen ist dabei die Devise „Hauptsache bunt“ vordergründig, für die anderen geht es um die Farbbrillanz mit dem absoluten UV-Schutz. Egal ob als Modeaccessoire oder in der persönlichen Sehstärke - bei Augenoptik Rosenberger findet man Sonnenbrillen in allen Preiskategorien. **Hier zwei Beispiele:**

SPORT, FASHION UND LIFESTYLE - DAS MUSS TOMS EYEWEAR SEIN!

Die Sonnenbrillenkollektion 2014 umfasst topmodische Modelle in vielen verschiedenen Farbvarianten, die hinsichtlich Qualität, Design, Verarbeitung und Preis für die Bedürfnisse einer lifestyleorientierten Zielgruppe entwickelt wurden. Alle Sonnenbrillen sind optisch verglasbar und aus Acetat oder Metall gefertigt. Hinter der Marke Toms Eyewear versteckt sich übrigens kein geringerer als Thomas Muster, Österreichs immerwährendes Aushängeschild in Sachen Weltklassetennis. Brillen - das ist Thomas Musters feste Überzeugung - sind ein Modeaccessoire, über das sowohl die Persönlichkeit als auch die Stimmung des Trägers ihren Ausdruck finden soll. Sie ist als Bekleidung für die Augen gedacht. **Brillen aus der Toms Eyewear-Kollektion gibt es übrigens ab 49,- Euro!**



MAUI JIM - DIE BESTEN SONNENGLÄSER UNTER DER SONNE



Als absolutes High-End Produkt ist Maui Jim zu bewerten. Diese Brillen zeichnen sich dank PolarizedPlus®-Technologie durch eine unglaubliche Farbbrillanz aus. Durch patentierte farbverstärkende Behandlung in Form von seltenen Erdelementen entfaltet sich vor den Augen ein völlig neues Farbempfinden. Ein Papagei ist bunt? Mit den Maui Jim-Brillen ist er von farbenfroher Schönheit. Natürlich gibt es diese Brillen auch mit Gläsern in der persönlichen Sehstärke und auch hier wird die Farbbrillanz umwerfend wiedergegeben. Maui Jim selbst sagt: „Der Aloha Spirit steht im Mittelpunkt unserer Philosophie. Unsere Leidenschaft ist es, die besten Sonnenbrillen auf dem Planeten zu kreieren. Denn schließlich möchten wir die Welt in ihrer ganzen Pracht sehen und wir wissen, dass auch Sie es möchten, ganz egal, wo Sie leben.“ **Zu haben sind diese Brillen ab 200,- Euro - ein Preis, der sich für diese Qualität absolut lohnt. In diesem Sinne: ALOHA!**

Fotos: Toms Eyewear, Maui Jim

augenoptik rosenberger
brille kontaklinse seherberatung

AUGENOPTIK ROSENBERGER
Franz-Hönig-Straße 6, Kremsmünster, Tel. 07583/7001
Öffnungszeiten: Mo-Fr 8.30-12 Uhr, 14-18 Uhr,
Sa nach Vereinbarung

Im Kirschengarten und was man über Obstbaumpflege wissen sollte



Neben dem Anbau von Erdbeeren und Himbeeren gibt es noch eine dritte Obstsorte, die im Landwirtschaftsbetrieb **Hoffelner in der Au** angebaut wird: die Kirsche. Gut 4.000 Bäume stehen in den Obstplantagen, davon ca. 90 % Kirschen. Die Bäume sind mittlerweile 10 Jahre alt, wobei es die ersten Früchte erst nach drei bis vier Jahren gab. Heute bringt ein Baum bis zu 20 kg Ertrag - wenn das Wetter mitspielt.

VON DER WUCHSFORM

Grundsätzlich unterscheidet man bei Obstbäumen zwischen Halbstamm, 1/4 Stamm, Hochstamm und dem Spindelwuchs, der bei Intensiv-Obstanlagen, wie es die Hoffelners betreiben, angewandt wird. Hierbei werden die Bäume von Anfang an so geschnitten, dass sie niedrig - also erntefreundlich - bleiben. Von einem Haupttrieb ausgehend, führt der Baum noch drei bis fünf Leitäste, an denen dann die Früchte dicht und zahlreich wachsen.

ÜBER DIE BAUMPFLEGE

Obstbäume kann man im Regelfall 2 x jährlich - Winter und Sommer schneiden. Der Winterschnitt sollte aber nur dann durchgeführt werden, wenn man einen kräftigen Wuchs der Bäume will. Beim Obstbaumschnitt gibt es den Verjüngungsschnitt bzw. den Erziehungschnitt. Zweiterer „erzieht“ den Baum sozusagen in die Wuchsrichtung.

„Eine Grundregel lautet: der einzige Fehler, den man beim Obstbaumschnitt machen kann ist, ihn zu unterlassen oder zuwenig zu schneiden“, sagt Andreas Hoffelner, der als Obstbaumeister weiß, wovon er spricht. Pfirsichbäume beispielsweise werden vor der Blüte um gut die Hälfte zurückgeschnitten!

Zur Obstbaumpflege gehört auch die regelmäßige Düngung. Diese kann durch Mineralgründünger erfolgen, oder man macht diese typischen Obstbaumscheiben aus Rasenschnitt. Dabei ist jedoch zu berücksichtigen, dass in den Rasenschnitt Hornspäne beige-mischt werden, weil im Verrottungsprozess zunächst dem Boden Nährstoffe entzogen werden. Düngen reicht 1 x im Jahr - am besten im Frühjahr während der Blütephase.



FAZIT

Die Erntezeit der Kirschen ist mit Mitte Juli eigentlich schon abgeschlossen. Wer es also bis dato versäumt hat, frische Kirschen in Erdbeerlis Hofladen zu kaufen, der kann sich jetzt zumindest noch mit Kirschmarmelade, Kirschkompott, frechen Früchten und Kirschschnaps trösten.

Was es aber mit Sicherheit noch bis Ende Oktober gibt, sind frische Erdbeeren und Himbeeren aus der Au.

Wie misst man den Alkoholgehalt von Schnaps?



Wilhelm Hoffelner hat ein gehaltvolles Hobby - die Schnapsbrennerei. Schon sein Großvater und sein Vater standen in der Scheune beim Kessel, rührten die Maische an und brannten aus den verschiedenen Obstsorten Schnäpse. Was früher die Menge war, ist heute jedoch die Qualität. Der Brennvorgang selbst ist vielen bekannt, was die wenigsten wissen ist, wie der Alkoholgehalt von Schnaps eigentlich gemessen wird.

Hierfür gibt es eine sogenannte Schnapswaage oder auch Alkoholometer nach Tralles genannt. Es misst die „Dichte“ im Schnaps. Das Prinzip: Alkohol ist leichter (weniger dicht) als Wasser. Die Schnapswaage wird nun in einen mit Schnaps angefüllten Glaskolben gegeben. Je nach Alkoholmenge sinkt das Messgerät weiter hinab oder bleibt eben schwimmend oben. Eine Messskala zeigt nun die genaue Prozentzahl an. In Hoffelners Abfindungsbrennerei werden jährlich kleine Mengen Edelbrände verschiedener Obstsorten aus dem eigenen Anbau hergestellt. Nach dem Brand werden diese 2-3 Monate gelagert und dann zum Verkauf angeboten. Schnaps wird übrigens nicht besser, je länger er steht! Das Aroma geht mit der Zeit verloren.



**ERDBEERLIS HOFLADEN
HOFFELNER**

Hauptstraße 4, Kremsmünster
Tel. 07583/20655

SCHÖNE HÄNDE MIT

Suzana Nails
...teamhaft schön Manicure

Kampf dem Nagelbeißen mit Acrylnägeln

NEU IM AK-WIRTSCHAFT!



Dass man ab und an zum Nägelkauer wird, ist ganz normal. Nach Expertenschätzungen kauen allerdings 30 Prozent der Kinder und zehn Prozent der Erwachsenen regelmäßig an den Nägeln. Bei Kindern ist dieses Verhalten nach der Pubertät rückläufig, hält sich aber in einigen Fällen hartnäckig. Es kann sich aber auch erst im Erwachsenenalter ausbilden.

Psychologen bezeichnen Nägelkaugen als Ersatzhandlung, eine Angewohnheit, die bei verschiedensten Anlässen auftreten kann und den inneren Handlungsdruck senken soll. Meist ist es eine Reaktion auf Stress und Überforderung. Mit Geduld, Willenskraft und ein paar Tricks ist das Knabbern an den Nägeln in den Griff zu bekommen.

Suzana Nails bietet speziell für Erwachsene, die sich das Nagelbeißen endgültig abgewöhnen wollen, ein Nagelbeißer-Set mit vier kompletten Acrylnägelsätzen um 135,- Euro (statt 194,- Euro)

WEITERE AKTIONEN:

Den Sommerurlaub mit wunderschönen Nägeln in allen Sommerfarben genießen!

Aktionspreis für Acrylnägeln im Juli und August MINUS 10 %!
Weiters: Striplacemaniküre French um 5,- Euro GÜNSTIGER!

SUZANA NAILS

Suzana Pimmingstorfer
Hauptstraße 1, Kremsmünster
E-Mail: studio@suzana-nails.at
Tel. 0664/ 171 08 50

DER FITNESS-SCHLÜSSEL

Der mywellnes®-key als Trainingsbegleiter



Sonja Linsbod (links im Bild), 50 Jahre, hat einen „sitzenden“ Beruf - sie ist Taxifahrerin und fährt im Unternehmen ihres Mannes. Ausgleichssport war schon immer wichtig für sie und so marschierte sie täglich mit ihrem Hund. Als der Vierbeiner verstarb, verlor sie auch die tägliche Motivation zur Bewegung. Ein Umstand, den sie bald zu spüren bekam. Schulterschmerzen stellten sich ein und Sonja merkte rasch, wie der Körper an Elastizität verlor.

Auf der Suche nach einer geeigneten Lösung für ihr Problem landete sie in Kremsmünster bei **INJOY Physio**. Dort wurde sie eingehend beraten, eine Atemstoffanalyse ebenso durchgeführt wie eine Rückenstatusbestimmung und ein Herzcheck. Es folgten mehrere Therapieeinheiten der INJOY Physiotherapeutin Christina Freitag (oben rechts im Bild), die die schmerzhafte Schulterverspannung löste. Danach stand einem muskelaufbauenden und körperstraffenden Trainingsprogramm nichts mehr im Wege.

DER WELLNESS-KEY IST DER SCHÜSSEL

Mit der Einschreibgebühr bei INJOY Physio wurde Sonja Linsbod ein sogenannter Wellness-Key überreicht, ein Ding, das ein bisschen an einen USB-Stick erinnert. Darauf gespeichert befindet sich nun das komplette Trainingsprogramm für Sonja inkl. automatischen Steigerungsstufen. Sonja muss den Stick einfach nur bei den Techno-Gym-Geräten anstecken und schon zeigt das Display, welche Sitzposition einzunehmen ist, wieviele Einheiten zu machen sind, welche Gewichte zu verwenden sind und wie schnell die Übung durchgeführt werden soll. Ja, manchmal ist der Wellness-Key auch ein kleiner Tyrann, nämlich dann, wenn man die vordefinierten Einheiten beispielsweise nicht absolviert. Doch das ist alles halb so schlimm, weil Clubleitern Jacqueline Möstl dann einfach manuell eingreift und die Daten korrigiert.



Jacqueline Möstl ist Clubleiterin in Kremsmünster und Fitnesstrainerin.



mywellnes®-key - auf allen Techno-Gym-Geräten einsetzbar und auch privat ein treuer Begleiter

Für Sonja Linsbod, die bei INJOY seit dem Frühjahr trainiert, ist das Trainingsprogramm samt Wellness-Key eine echte Bereicherung. Mittlerweile trägt sie den kleinen schwarzen Stick immer bei sich, auf diese Weise wird auch die Bewegung abseits des Trainings mitgezählt. Zwei bis drei Mal wöchentlich nimmt sie sich Zeit für eine Einheit und kann bestätigen, dass die körperliche Veränderung bereits spürbar ist - ihre Fitness ist zurückgekehrt!

Fotos: Technogym

INJOY Physio
INTERNATIONAL SPORTS & WELNESSCENTRE

INJOY PHYSIO

Franz-Hönig-Straße 6, Kremsmünster, Tel. 07583/51 220
Öffnungszeiten: Mo, Mi, Fr, 8-21 Uhr; Di, Do, 13-21 Uhr; Sa 9-13 Uhr

Großer Ansturm beim 1. Rendl-Frühlingsfest!



Wie gut, dass es bei **Rendl** die große Lagerhalle gibt! Bei strahlendem Sonnenschein und angenehmen Temperaturen folgten ca. 500 Personen der Einladung zum 1. Rendl-Frühlingsfest. Viele betraten das umgestaltete Unternehmen zum ersten Mal und waren begeistert vom neuen und angenehmen Ambiente, sowie dem umfangreichen Sortiment. Pünktlich um 15 Uhr startete der gemütliche Teil des Tages mit Kuchen, Kaffee, Leckereien vom Grill und Getränken um jeweils 1,- Euro. Um 17 Uhr begeisterte die Live-Band „Hoampspü“ mit bekannten Liedern österreichischer Interpreten. Für viele Kunden war klar – so ein Fest muss es unbedingt wieder geben!

„Das positive Feedback an diesem Tag war enorm“, so die neue Geschäftsführerin Ulrike Edelsbacher. „Wir haben uns bemüht, den Umbau modern und kundenorientiert zu gestalten. Der neue Baumarkt sollte auf alle Fälle übersichtlich, hell und freundlich sein. Durch das „Zusammenrücken“ aller MitarbeiterInnen im neuen Kunden-Center werden Wartezeiten verkürzt und Informationen schneller ausgetauscht! Die vielen Rückmeldungen bestätigen, dass der Umbau den Wünschen und Bedürfnissen unserer Kunden entspricht - und das freut uns natürlich ganz besonders!“



und so freut sich Andreas Jansch über einen Weber-Kugelgrill samt Grillkohle, Thomas Bachmayr (mit dem kleinen Moritz) über einen 70,- Euro Rendl-Gutschein und Tanja König über sechs Stück Rotweingläser von WMF.

GLÜCKLICHE SCHNÄPPCHEN- JÄGER UND GEWINNER

Mit der 1,- Euro Aktion im Baumarkt und der minus 15 % Aktion im Geschirrgeschäft hat Rendl vielen Besuchern ins Herz geschaut. Für das große Gewinnspiel wurden jede Menge Gewinnkärtchen ausgefüllt aus denen dann die drei glücklichen Sieger gezogen wurden. Die Übergabe der Preise erfolgte Ende Mai



RENDL BAUSTOFFE GMBH
Franz-Hönig-Straße 5, Kremsmünster
Tel. 07583/5266
Öffnungszeiten: Mo-Fr 7.30-18 Uhr, Sa 8-12 Uhr

Stil bei Tisch

Das **Rendl-Geschirrgeschäft** ist seit jeher die 1. Adresse in Kremsmünster wenn es um feines Porzellan, hochwertige Trinkgläser und edles Besteck geht. Nicht umsonst wird beispielsweise der Rendl-Hochzeits-tisch gerne in Anspruch genommen. Hier findet man einfach alles, was ein moderner Haushalt braucht. In Sachen **Kochgeschirr** bietet Rendl das komplette Repertoire – vom österreichischen Hersteller Riess über WMF oder Silit. Man findet alles, was das Herz begehrt: Hipp und modern in trendigen Farben, klassische Qualitätsprodukte - oder legen Sie Wert auf ökologische und gesundheitsbewusste Faktoren? Das Team der Firma Rendl berät Sie gerne, egal ob Hobby- oder Profikoch!

Das Sortiment im Überblick:

- Gläser in allen Arten und Varianten
- Karaffen und Dekanter
- Speise- und Kaffeeservice
- Ess- und Kinderbesteck
- Töpfe und Pfannen
- Vasen aus Glas und Keramik
- Schöne Geschenkartikel
- Diverse Tischdekorationen
- Kochbesteck: Messer, Schneebesen, ...
- Große Backecke
- Alles zum Thema Einkochen, Einfrieren, Entsaften, ...
- Haushaltsartikel: Korbwaren, Reinigung, Bügeln
- Bilderrahmen
- Diverses für Ihren Vierbeiner: Katzenklo, Schüssel, ...
- u. v. m.



JETZT PFANNEN TAUSCHEN!



Beim Kauf einer neuen WMF Pfanne erhalten Sie für jede zurückgegebene alte Pfanne 10,- Euro. Ein Beispiel: Sie erhalten ein zweiteiliges WMF-Pfannenset nach Rückgabe von zwei Pfannen statt zum aktuellen Aktionspreis von 119,- Euro um nur 99,- Euro.

Es werden höchstens so viele Pfannen zurückgenommen und vergütet wie neue gekauft werden. Eine Barauszahlung ist nicht möglich.

Da tut sich was! Kultur in Kremsmünster

ALLGEMEIN

23.7. Brasilianische Nacht; ab 18 Uhr; Faustballzentrum Hofwiese

14.+15.8. Beachnight + Ortsmeisterschaft:
Beachvolleyball Workshops für Kinder (14.8.) und
Ortsmeisterschaft + Beachnight (15.8.); Freibad

16.+17.8. Teichfest 2014 – Samstag ab 13 Uhr (Dämmerchoppen ab
19 Uhr) und Sonntag ab 10 Uhr; Teichanlage beim Schacher

26.8. Kindertheater: Freiluft-Aufführung (Eintritt frei); 19 Uhr;
Rathausplatz

30.8. Jazz am Bauernhof – Dickbauer Collective; 20 Uhr;
Fam. Dickbauer vlg. Mairdorfer (Mairdorf 19)

12.9. Vortrag „Essbarer Ort“; 19 Uhr; Kulturzentrum Kino

STIFT KREMSMÜNSTER

9.-11.7. 16. Ökumenische Sommerakademie
„Gewalt im Namen Gottes“

12.7. Oö. Stiftskonzerte: Das Lied.
Elisabeth Kulman (Mezzosopran); 20 Uhr; Kaisersaal

18.7. Oö. Stiftskonzerte: Klavier Recital.
Piotr Anderszewski (Klavier); 20 Uhr; Kaisersaal

19.7. Oö. Stiftskonzerte: Öster.-Ungar. Haydn Philharmonie.
Nicolas Altstaedt (Violoncello & Leitung); 20 Uhr; Kaisersaal

SCHLOSS KREMSEGG

20.8. Musiksommer Kremstal-Phyrn: Violoncello italiano.
Vera Dickbauer (Cello) und Tobias Kaltenbrunner (Klavier)
mit Werken von Respighi, Boccherini, Schumann und Brahms;
19:30 Uhr

21.8. Musiksommer Kremstal-Phyrn: Cellissimo.
Matthias Bartolomey (Cello) und Clemens Zeilinger (Klavier)
mit Werken von Beethoven, Strawinsky, Berauer und Previn;
19:30 Uhr

24.8. Cadillac Big Meet 2014 - Europas größtes Cadillac-Treffen.
10 Jahre – die Jubiläumsshow; ab 9 Uhr;
www.cadillac-meeting.com



Herzlichen Glückwunsch an die Gewinnerinnen unseres Frühlings-Quiz! Gutscheine der Stifsgärtnerei haben gewonnen: Monika Tiede aus Nußbach, Hannelore Lichtkoppler und Christine Klambauer aus Kremsmünster.

VORSCHAU AUF DEN HERBST:



PRO BRASS: „WEIL'S WURSCHT IS“ – EINE MUSIKREVUE

Die formatfreie Musikrevue zum 30-Jahr
Jubiläum von PRO BRASS

Do, 16. Oktober 2014, 19:30 Uhr

Kulturzentrum Kino, Josef-Assam-Straße 1,
4550 Kremsmünster

Programm:

PRO BRASS bringt Musik von und mit PRO
BRASS arrangiert und komponiert von Alf-
red Lauss-Linhart & Christian Mühlbacher.
Die Herren Mozart ohne Kugel, The „Duke“
Ellington, Sting, Frank Zappa, Wagner ohne
Richard aber mit David, Bizet und Johann
Sebastian u.a. sitzen auch im selben Boot
ohne zu rudern. Die Damen kommen nach.

Karten:

VVK 22,- Euro / AK 25,- Euro

Karten erhältlich in der Trafik Lesjak im
Rathaus, Tel. +43 (7583) 6863

Freie Platzwahl

Info: +43 (7583) 5255-230

<http://probrass.at>