# Sieggravener Nachrichten

**#01** 2018





### Bundesheer-Angelobung im November in Sieggraben

Am 30. November 2018 findet in Sieggraben eine große und feierliche Angelobung des österreichischen Bundesheeres statt. Dabei leisten die Soldaten ihr Treuegelöbnis auf die Republik Österreich. Der Zapfenstreich der Militärmusikkapelle sorgt für die musikalische Umrahmung der Veranstaltung.

# Natur pur

Das Biotop hinter dem Sportplatz wurde mit der Volksschule und dem Kindergarten revitalisiert. Gemeinsam mit den Kindern wird ein Naturjuwel im Naturpark Rosalia-Kogelberg geschaffen. Mehr dazu auf den Seiten 6/7.



### Unserer Heimat steht schöne Zukunft bevor

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner unseres schönen Heimatortes Sieggraben!

Das erste Halbjahr 2018 ist bereits vorüber und ich darf hier mit Stolz die NEUE GEMEIN-DEZEITUNG präsentieren. Die Zeit für Veränderungen ist angebrochen. Dies soll auch bei der Gemeindezeitung ersichtlich sein. In dieser Ausaabe aibt es viele Erneuerungen und moderne Ansätze für eine Zeitung der Zukunft. Berichte aus der nahen Vergangenheit und Reportagen unserer Bewohner. Fleiß, Mitgefühl und Gemeinschaftssinn, aber auch die vielen verschiedenen Persönlichkeiten, machen unseren Heimatort zu dem was er ist - unsere Heimat. Wir können stolz auf das Erledigte sein und stehen mit vielen großen und kleinen Visionen sowie Projekten in den Startlöchern.

Unser Sieggraben muss, und wird sich in eine schöne Zukunft entwickeln. Gemeinsam werden wir Sieggraben noch lebenswerter und zukunftssicherer gestalten. Gemeinsam schaffen wir alle Hürden – unterstützen Sie mich, helfen Sie uns – gemeinsam für unseren Heimatort Sieggraben.

Auf den kommenden Seiten erleben Sie unsere Persönlichkeiten, unsere Veranstaltungen und unsere Beiträge für unser Sieggraben. Gerne stehe ich jederzeit für Wünsche und Anregungen zur Verfügung. Gemeinsam mit den Mitarbeitern des Gemeindeamtes und allen Gemeinderäten arbeiten wir für ein gemeinsames Ziel: UNSER SIEGGRABEN.



### Soooo schön ist unser Ort



### Gesagt, getan und geplant

- Neues Arbeitsgerät. Für unseren Gemeindetraktor wurde eine Kiste angekauft. Somit kann der Rasenmäher leichter transportiert werden und unsere beiden Mitarbeiter können unabhängig voneinander ihre Arbeit verrichten.
- Neuer Ober-Jäger. Eine Änderung bei unserer Gemeindejagd: Durch das leider viel zu frühe Ableben unseres Hauptpächters Robert Gruber musste nunmehr ein neuer Pächter gefunden werden. Mit Ing. Sebastian Reisner tritt ein junger Jäger in die Verantwortung eines Hauptpächters. Weiters wurde Herbert Reiterer als Jagdaufseher in der Gemeindejagd gewonnen.
- Neue Trafik-Tür. Die desolate Zugangstür der Trafik wird erneuert. Die Gemeinde ist als Eigentümer des Hauses verpflichtet, dass der Mieter gut versorgt ist. Dieser Verantwortung kommen wir gerne nach.

• Neue Möbel für Volksschule. Die Kinderanzahl in der Volksschule steigt. Erfreulich war die Mitteilung unserer Direktorin Andrea Tauber, dass im kommenden Schuljahr die Volksschule wieder 4-klassig geführt werden kann. Ein qualitativer Vorteil für Kinder und Pädagogen.

Um eine optimale Infrastruktur für die Schüler unserer Heimatgemeinde zu schaffen, wurde die Anschaffung neuer Möbel ins Auge gefasst. Bei der letzten Gemeinderatssitzung vor dem Sommer wurde dieser Kauf beschlossen. Eine Klasse wird zur Gänze neu ausgestattet. Erfreulich: die Förderung von 75% der Anschaffungskosten. So kann wirtschaftlich und mit Perspektive gearbeitet werden.

• Neue Garderobe. Für die Sanierung der Garderobe der Volksschule wurden im Budget Mittel bereitgestellt. Die Sanierung umfasst eine neue Beleuchtung (LED), einen neu-





Bunt & facettenreich: Sieggraben zeigt sich immer von seiner schönsten Seite. Regenbögen, Störche und auch die hohe Landespolitik wie Landeshauptmann Hans Niessl und Landesrat Hans Peter Doskozil lieben unsere Heimat. Letztere absolvierten ihr Sommer-Interview mit der BVZ am Sieggrabener Sattel - bei strahlendem Sonnenschein.

en Heizkörper und das Ausmalen der gesamten Garderobe mit Fenster und Tür. Diese Maßnahmen sind immer wieder wichtig, um das Gebäude in Schuss zu halten.

- W-LAN-Hotspot. Um in eine moderne Zukunft durchstarten zu können, hat der Gemeinderat unter Leitung des Bürgermeisters einen Antrag an die Landesregierung gestellt, dass auch Sieggraben einen öffentlichen W-LAN Hotspot erhält. Die Förderung dafür wurde seitens Landesrätin Astrid Eisenkopf zugesagt. Wir sind guter Dinge, dass dieses Projekt bald umgesetzt werden kann.
- Christbaumsammlung. Nach der Weihnachtszeit haben die Mitarbeiter der Gemeinde wieder zahlreiche Christbäume abgeholt. Diesmal 165 Christbäume an der Zahl.
- **Blumenmeer.** Unsere Plätze und Straßen erblühen in voller Pracht. Unzählige Blumen und Pflanzen wurden gesetzt um unseren Heimatort zu verschönern.

- Kanalsanierung. Der finanziell größte Brocken im heurigen Jahr war die Sanierung des Hauptkanals zwischen Gemeindeamt und Volksschule. Über den Abwasserverband konnten die Sanierungsarbeiten professionell koordiniert und abgewickelt werden. Die längst fällige Sanierung kostet der Gemeinde rund 100.000 Euro.
- Rote Vogelhäuser. Als Naturparkgemeinde haben wir 2017 am Projekt "Vogelhaus" des Künstlers Josef Bernhardt teilgenommen. Im Vorjahr haben wir die kleinen roten Vogelhäuser im Schulhof erhalten. Nun warten wir auf das große Vogelhaus, das am Spielplatz neben der Fernwärme aufgebaut werden soll.
- Stützmauer saniert. Die Landesstraßenverwaltung hat nunmehr auch im Ortsgebiet die Stützmauer saniert. Gleichzeitig wurden auch Absturzsicherungen an den Stützmauern angebracht. Im Zuge der Sanierung der Stützmauer bei Familie Dunst wurde gleichzeitig auch eine optische Gestaltung der Stützmauer vorgenommen. Gut gelungen!

- Neuer Handlauf am Friedhof. Lange haben die Gemeindebürger darauf gewartet. Vor wenigen Wochen wurde der Handlauf am Friedhof Sieggraben montiert. Nun ist ein sicheres Bewegen am Friedhof egal bei welchem Wetter für alle Sieggrabener möglich.
- Häuschen für Bushaltestelle. Die Bushaltstelle vor der Gemeinde ziert seit mehren Monaten ein neues, modernes und vor allem witterungsunabhängiges "Wartehäuschen".



# Kindergarten ist die Nr. 4 im



Mit dem Zertifikat "Naturpark-Kindergarten Rosalia-Kogelberg": Franz Grabenhofer, Vizepräsident des Verbands der Naturparke Österreichs, Elisabeth Karner, Bürgermeister Andreas Gradwohl, Maria Mayerhofer, Christina Lotter, Naturparkobmann Kurt Fischer und Landtagspräsident Christian Illedits.

Voll und ganz dem Naturpark verschrieben: Der Kindergarten Sieggraben ist der 4. Naturpark-Kindergarten im Burgenland.

Die enge Zusammenarbeit zwischen Naturpark, Gemeinde und Kindergarten bescherte dem Kindergarten Sieggraben die Zertifizierung als "Naturparkkindergarten Rosalia-Kogelberg".

"Diese Zertifizierung ist eine große Aufwertung des Kindergartens und natürlich auch des Kindergarten-Teams, bei dem ich mich auch explizit bedanken möchte. Ihrem Engagement ist es zu verdanken, dass dieses Zertifikat überreicht werden konnte. Sieggraben ist somit bereits der 4 Naturpark-Kindergarten im Burgenland, der zweite Kindergarten im Bezirk und österreichweit die Nummer 36", betont Bürgermeister Andreas Gradwohl bei der Überreichung der Urkunde.

Das Prädikat "Österreichischer Naturpark-Kindergarten" erhalten jene Kindergärten der Naturpark-Gemeinden, die ihren Jahresplan an die vier Aufgabensäulen eines Naturparks (Schutz, Erholung, Bildung und Regionalentwicklung) anpassen und unter Berücksichtigung der Besonderheiten des jeweiligen Naturparks gemeinsame Lernund Entwicklungsziele definieren. Durch gemeinsame Projekte, Spiele und interaktives Lernen in der Natur, soll der jeweilige Naturpark und die Region für die Kinder greifbar und lebendig werden.



**Geschenk:** Gemeinsam mit dem Zertifikat durften sich die Kindergartenkinder über einen Nistkasten für den Naturerlebnisgarten des Kindergartens freuen.

## Land

#### Naturpark-Gedanke

Landtagspräsident Christian Illedits zeigt sich vom Ansatz der Naturparkschulen und Naturparkkindergärten überzeugt: "Kinder sollen möglichst früh in ihrer Entwicklung gefördert und für die Natur begeistert werden. Das Konzept der Naturpark-Kindergärten bietet die Chance, nachhaltig Kompetenzen und Verantwortungsbewusstsein zu fördern".

"Durch die Schaffung von Naturpark-Kindergärten wird der Naturpark-Gedanke bereits in der frühkindlichen Entwicklung geprägt. Damit setzt die Bildungsarbeit des Naturparks bereits besonders früh an", freut sich Kurt Fischer, Obmann des Naturparks Rosalia-Kogelberg.

#### Nistkästen

Zum Zeichen der österreichweiten Anerkennung überreichte Franz Grabenhofer, Vizepräsident des Verbands der Naturparke Österreichs den Kindergartenkindern und deren Betreuerinnen einen Nistkasten für den Naturerlebnisgarten des Kindergartens.

"Die Wichtigkeit der Natur und wie mit der Natur umgegangen werden muss, dies muss den Kindern schon sehr früh vermittelt werden. Nur so schaffen wir die intakte Natur zu behalten", ist sich Gradwohl sicher und so verpflichtet sich der Ortschef zeitgleich, von Seiten der Gemeinde einen großen Beitrag zum Naturschutz zu leisten. Das Biotop hinter dem Sportplatz soll mit einfachen Mitteln zu einem Naturjuwel werden.

### Die Naturpark-Gemeinden tagten in der Kulturhalle

Die Generalversammlung des Naturpark Rosalia-Kogelberg fand heuer in der Kulturhalle in Sieggraben statt.

Hausherr Bürgermeister Amdreas Gradwohl konnte alle Bürgermeisterkollegen der Mitgliedsgemeinden begrüßen. Auf der Agenda stand die Wahl eines neuen Vorstandes. Dabei wurde Obmann Kurt Fischer wiedergewählt.



Herzliche Begrüßung: Im Zuge der Pflanzaktion für die 10-Jahreszeiten-Hecke gestalteten die Volksschulkinder ein buntes Rahmenprogramm für Landesrätin Astrid Eisenkopf.

# Naturpark-Schule: Schüler pflanzten Jahreszeiten-Hecke

Gemeinsam mit anderen Schulen im Naturpark Rosalia-Kogelberg pflanzten die Schüler der Volksschule Sieggraben im Schulhof eine 10-Jahreszeiten-Hecke.

Dieses neue Projekt soll die Schüler zur genauen Naturbeobachtung animieren.

"Die Natur reagiert auf Witterung, Jahreszeiten und Klimaveränderungen. Mit ihren Beobachtungen von Blattaustrieb, Blüte oder Fruchtreife an der "10 Jahreszeiten-Schulhecke" können die Schüler wichtige Beiträge

zum besseren Verständnis des Klimawandel sund dessen Auswirkung auf die Biodiversität liefern", erklärt Landesrätin Astrid Eisenkopf bei der Pflanzung der Hecke im Sieggrabener Schulhof.

Bürgermeister Andreas Gradwohl zeigte sich besonders stolz. "Die Beobachtungen werden im Klassenkalender und in einer App dokumentiert und sollen letztendlich Klimaforschern auf der ganzen Welt als Datengrundlage dienen."



**Fleißig:** Die Schulkinder griffen selbst zum Spaten und pflanzten die Hecke im Schulhof der Volksschule Sieggraben.

# Das Biotop zu neuem Leben





Reges Treiben am Biotop: 10 Stationen galt es für die Schüler und Kindergarten-Kinder zu durchwandern. Eine davon: Das Wasser auf Lebewesen und Pflanzen zu durchsuchen.

Dem Biotop wird neues Leben eingehaucht. Gemeinsam mit den Kindergarten- und Volksschulkindern revitalisierte die Gemeinde das Biotop. Fortsetzung garantiert.

Eigentlich gedacht als kleines Rückstaubecken mausert sich das Biotop immer mehr zum tierischen und pflanzlichen Idyll.

In Zusammenarbeit mit dem Dorferneuerungsauschuss soll das bestehende Biotop reaktiviert werden. Geplant sind neben einem Baumlehrpfad, einem Insektenhotel sowie einem Trockenbiotop auch ein Erlebnis-Wanderweg und ein neu angelegter Sumpfbereich.

Doch alles der Reihe nach. Den Anfang machten die Schüler der Naturpark-Volksschule und die Kinder des Naturpark-Kindergartens. Sie erweckten am "Tag der Artenvielfalt" das Biotop zu neuem Leben.

Rund um das Biotop wurde ein 10 Stationen-Plan entwickelt. So hieß es für die Kinder lernen, basteln, aber auch mit anpacken, denn es wurde ein Insektenhotel und auch ein Trockenbiotop gebaut. Sie betätigten sich als Forscher und untersuchten das Wasser auf Lebewesen oder suchten Entspannung im Verwandlungs-Yoga.

"Nahezu 100 Kinder mit einigen Begleitpersonen haben den Stationenbetrieb durchwandert. Am Ende dieses Naturtages konnten die begeisterten Kinder dann den Eltern und Großeltern das viele Erlebte schildern. Ein Riesenerfolg für die Natur und unsere Heimatgemeinde. Wir werden dieses bestehende Natur-Juwel weiter ausbauen und mit weiteren Aktionen für noch mehr Besucherfrequenz sorgen. Es wir bereits an verschiedenen Erlebnis-Wanderwegen gearbeitet.



**Zufrieden:** Ein kleines, aber sehr feines Insektenhotel durften die Volksschul- und Kinderartenkinder mit nachhause nehmen.

## erweckt



Viele Hände, rasches Ende: Die Kinder packten beim Bau des Trockenbiotops fleißig mit an.

Auch ein Sumpfbereich soll im kommenden Jahr für mehr Kleintiere und Pflanzen sorgen. Durch die richtige Pflege der Grünanlage rund um das Biotop wird im Lauf der Zeit auch eine wunderschöne Wildblumenwiese mit dazugehörigen Artenvielfalt entstehen", fasst Bürgermeister Andreas Gradwohl zufrieden zusammen.



**Einer Meinung:** Andreas Gradwohl, Klaus Michalek und Andi Wager.

### Die Gemeinde läutet Jahr des Naturschutzes ein

Um das verstärkte "Jahr des Naturschutzes" einzuleiten gab es von Seiten der Gemeinde ein Treffen mit dem "Naturschutzbund Burgenland". Zu Jahresbeginn steckten Bürgermeister Andreas Gradwohl, Umweltgemeinderat Andi Wager und Dr. Klaus Michalek die wichtigsten Eckpfeiler des Naturschutzes ab.

### Fleißig: die Kleinsten als Flurreiniger



Ausgerüstet mit Handschuhen, Greifarm und ganz vielen Plastiksäcken machten sich die Kindergartenkinder auf, um unser Sieggraben ein Stück sauberer zu machen. Bei der Flurreinigung des Kindergartens gingen die Kinder fleißig an die Arbeit. Anschließend wurde das Gefundene beim Alstoffsammelzentrum sortiert und besprochen. Bürgermeister Andreas Gradwohl belohnte die Kinder mit einer Jause und viel Lob. "Naturschutz muss schon bei unseren Kleinsten beginnen", meint der Ortschef!



**Geballte Frauenpower:** Bianca Pfneiszl, Monika Kollerits, Alexandra Fraunschiel, Rebecca Wager, Ingrid Salamon, Inge Grath, Elisabeth Schöll und Inge Pehm.

### Lautes Danke zum Muttertag

Mit Kaffee und Kuchen, einem Plädoyer für die Frauen und einem Gedicht stellten die SPÖ Frauen Sieggraben die Mütter einen Nachmittag lang wieder in den Mittelpunkt. Bei der traditionellen Muttertagsfeier schaute auch SPÖ-Klubobfrau Ingrid Salamon und Bürgermeister Andreas Gradwohl vorbei, der allen Müttern dankte: "Familie ist Halt – Familie gibt uns Kraft und Geborgenheit. Denken wir daran, wenn wir den Muttertag im Kreise unserer Liebsten feiern."

Am Ende der Feier gab es für die Damen einen roten Blumengruß mit auf den Heimweg.

### **VEREINE**

# Zweite Runde für das UFC-Kleinfeldturnier

Nach dem Erfolg im Vorjahr verlangte das Kleinfeldturnier des UFC Sieggraben nach einer zweiten Auflage. Nichts leichter als das. Mitte Juni ging es am Sportplatz wieder heiß her. 10 Mannschaften aus Sieggraben und Umgebung kämpften bei sommerlichen Temperaturen und ausgelassener Stimmung um den hartverdienten Turniersieg, der im Anschluss ausgiebig gefeiert wurde.

Den ersten Platz holte sich Lokomotive DG, auf Platz zwei kämpften sich die UFC Senioren, Platz drei ging an die Don Promillos.

"Unser Dank gilt allen Organisatoren und Helfern sowie den teilnehmenden Spielern, die diese Veranstaltung erst möglich gemacht haben", bedankt sich Obmann Martin Fischer.



**Volle Action:** Am Spielfeld und auch in der Kantine gaben die Kicker der zehn Mannschaften und so mancher Zuschauer Vollags.



# Mit Gottes Segen auf Wandertour

Ein reges Vereinsleben herrscht beim Wanderverein. Neben zahlreichen Wanderungen lud man den Bischof zur Messe ein und im September gehts nach Malta.

Strahlender Sonnenschein begleitete den Besuch von Bischof Ägidius Zsifkovics Anfang Mai bei der Jakobskapelle. Erst im Vorjahr vom Wanderverein errichtet, war die Jakobskapelle Kulisse für die Vorabendmesse. Der Musikverein sorgte beim Gottesdienst für die musikalische Untermalung.

Gleich tags darauf starteten 15 Vereinsmitglieder zur 3-tägigen Wanderung in das Südburgenland mit dem Ziel Maria Weinberg. "Alle Teilnehmer kamen gesund am Ziel an und wurden zur Belohnung von Fredi und Resi Müllner bewirtet. Herzlichen Dank dafür", so Obmann Wolfgang Taschner.



Messe bei der Jakobskapelle: Hermann Fischer, Pfarrer Manfred Grandits, Wolfgang Taschner, Bischof Ägidius Zsifkovics und Andreas Gradwohl.

Eine größere Reise steht noch bevor, aber nicht per pedes, sondern mit dem Flieger. Im September werden 17 Vereinsmitglieder für eine 4-tägige Flugreise nach Malta aufbrechen und die europäische Kulturhauptstadt Valetta besuchen. Neben ihren eigenen Wanderinitiativen nehmen die Mitglieder des Wandervereins rege am gesellschaftlichen Leben der Gemeinde teil und beteiligen sich jedes Jahr bei der Flurreinigung und der Hotterwanderung.



### Tag der Vereine: Niessl ehrt drei Sieggrabener

Rund 230 Burgenländer, die sich freiwillig, ehrenamtlich und unentgeltlich für Burgenlands Vereine engagieren, wurden beim "Tag der Vereine" für ihre herausragenden Leistungen für das Land Burgenland geehrt. Darunter auch drei Sieggrabener. Geehrt wurden Dr. Dominikus Giefing als Obmann des Turnvereins Sieggraben, Elisabeth Feucht als langjährige Obfrau des Elternvereins und Wolfgang Taschner, Obmann des Wandervereins. Am Bild: LH Hans Niessl, Dr. Dominikus Giefing, Wolfgang Taschner, Elisabeth Feucht, Andreas Gradwohl und LH-Stellvertreter Johann Tschürtz.



**Die Gymnastinnen** präsentierten bei der Abschlussfeier ihre Küren. Rhythmische Sportgymnastik wird angeboten für Mädchen ab 6 Jahren.



**Ugotchi-Kinderturnen** mit Alexandra. Mädchen und Buben ab 3 Jahren waren mit großer Begeisterung dabei.

# Immer in Bewegung: 20 Jahre Turnverein Sieggraben

Traditionell kurz vor Schulschluss zeigten die Mädchen und Jungs des Turnvereines Eltern, Verwandten und Freunden ihr Können. Für das große Abschlussfest - übrigens das 20-Jahr-Jubiläum - wurde das ganze Jahr über fleißig trainiert.

Neben der Jugend (50 Kinder) betätigen sich auch mehr als 80 Erwachsene in einer der elf Turngruppen.

Begonnen hat alles mit der Fertigstellung der Sport- und Kulturhalle. Bürgermeister a.D. Vinzenz Jobst, Renate Jobst, Gemeinderätin a.D. Maria Maras und Amtfrau Martha Reisner legten den Grundstein.

Heute lenken Katharina Schöll, Birgit Fürsatz, Margit Fraunschiel, Silke Schöll und Martha Reisner die Geschicke des Turnvereins Sieggraben.

### Bougal-Raidas nicht nur am Bike aktiv

Die Motorradfahrer "Bougal-Raidas" treffen sich regelmäßig zu gemeinsamen Ausfahrten und halten viel Kontakt zu anderen Motorradklubs in der Umgebung. Die gemeinsame Grillerei und auch andere Veranstaltungen mit Freunden dürfen bei den Bikern nicht fehlen.

So trafen sich die Biker aus Sieggraben erst im Frühling in Giefing Erichs Garage zum "Grammeln mocha" und "Schmalz auslassen".

# BMV: Heimsieg für Andreas Schuh

Mit einer klaren Tagesbestzeit holte sich Andreas Schuh beim BMV-Rennen am 1. Mai in Sieggraben gleich zwei Pokale.

Beim traditionellen Rennen des 1. Burgenländischen Motorsportvereins (BMV) am 1. Mai wurde wieder sehr viel Staub aufgewirbelt.

Unter den zahlreichen Teilnehmern war an diesem Tag Andreas Schuh mit seinem Buggy nicht zu bremsen. Er hat nicht nur in seiner Klasse gewonnen, sondern holte sich auch den Tagessieg. Bei der Siegerehrung in Kalkgruben konnte Bürgermeister Andreas Gradwohl vielen Sieggrabenern und Sieggrabenerinnen - letztere waren stark in der Damenklasse vertreten - gratulieren. Der größte Pokal mit viel Ruhm und Ehre ging an den Sieggrabener Andreas Schuh.



**Siegerehrung in Kalkgruben:** Die Sieger des Rennen mit ihren Pokalen. Der Tagessieg ging an Andreas Schuh (vorne, 2.v.r.)





**Die Arbeiten** am Vereinshaus wurde von Mitgliedern und Freunden vorgenommen.

### Neues Dach für den Tennisverein

2017 startete der Tennisverein die Umbauarbeiten des Vereinshauses am Ortsrand. Heuer wurde das Obergeschoss renoviert.

Der Tennisverein Sieggraben hat sich über den Winter ein großes Projekt auferlegt. Nach der Fertigstellung des Kellerbereiches im Vorjahr, ging die Renovierung des Obergeschosses los. Hierfür wurde das Dach gehoben und komplett neu errichtet. Auch alle Zwischenwände wurden abgebrochen. Am Ende ist ein großer Mannschaftsraum mit Küchenbereich und Ausschank entstanden.

Die meisten Arbeiten wurden von Mitgliedern oder Freunden umgesetzt. Die Finanzierung erfolgte über Eigenmittel, Förderungen und Sponsoring.

#### Nachruf an Ehrenobmann Rudolf Kurz

Die Vereinsleitung möchte nochmals erwähnen, dass der Gründungs- und Ehrenobmann Rudolf Kurz viel zu früh von uns gegangen ist. Sein Leben hat er zu einem sehr großen Teil dem Tennisverein gewidmet. Leider konnte er die letzten Renovierungsmaßnahmen nicht mehr miterleben. Danke für die Gründung und den Aufbau.



Beim traditionellen Maiausflug der Pensionisten-Ortsgruppe ging es heuer nach Köszeg (Ungarn). Dort stand die Besichtigung der Burg auf dem Programm.

# Flotte Pensionistentruppe on Tour

In Pension, aber voll aktiv präsentieren sich unsere Pensionisten. Auf Bällen oder Gschnasen schwingen die flotten Altsemester gerne das Tanzbein.

Kein Fest, keine Veranstaltung ohne unsere Pensionisten. Die Ortsgruppe Sieggraben rund um Obmann Walter Wandrasch zeigte, sich in den ersten sechs Monaten des Jahres besonders umtriebig. Einmal im Monat treffen sich die Mitglieder der Ortsgruppe Sieggraben des Pensionistenverbandes zu einem geselligen Beisammensein. Durchschnittlich an die 50 Pensionisten nutzen die Gelegenheit, um bei Kaffee und Kuchen ein bisserl zu plaudern.

Ansonsten eröffnet man auch gerne mal einen Ball. Am diesjährigen SPÖ-Ball übernahmen die rüstigen Pensionisten die Polonaise. Auch beim Gschnas der SPÖ Frauen am Faschingsdienstag ließen sie den Fasching ausklingen.

Eine große Abordnung nahm am 1. Mai am Wandertag zum Herrentisch teil. Am 5. Mai bei der Muttertagsfeier der SPÖ Frauen waren die Pensionisten in der Überzahl.

Schon wenige Tage später brachen die Pensionisten zu einem Ausflug auf. Am 23. Mai stand der traditionelle Maiausflug der Ortsgruppe auf dem Programm: In Köszeg (Ungarn) wurde die Burg besichtigt, nach dem Mittagessen in Bozsok wurde auf der Heimfahrt die Gedenkstätte Kreuzstadl in Rechnitz besucht.



Mit dem Schiff "Kaiserin Elisabeth" ging es für 47 Sieggrabener Senioren von Wien nach Bratislava. Die Senioren-Ortsgruppe Sieggraben besichtigte die slowakische Hauptstadt.

### Muttertagsfeier der Senioren Sieggraben



Eine Woche vor dem Muttertag kam die Seniorengruppe Sieggraben zur Muttertagsfeier in der Kulturhalle zusammen. Obmann Vinzenz Jobst durfte knapp über 60 Damen und Herren begrüßen. Für Mamas und Omas gab es natürlich einen bunten Blumengruß als Dankeschön.



Elsa und Olaf: Mathilde und Karla gaben ein perfektes Paar ab.



Paul tobten in ihren Kostümen durch den Saal.

## Von Maskierten &

Kurz aber dafür intensiv: der Fasching in unserer Gemeinde wurde mit vielen verschiedenen Events gefeiert.

Den Anfang machte am 13. Jänner der SPÖ-Ball im Gasthaus Leitgeb. Und der hatte gleich eine besondere Überraschung parat. Statt der Dorfjugend tanzten heuer die Pensionisten ein und sorgten mit ihrer

Choreographie zu Ambros' und Hellers "Für immer jung" für einen gelungenen Start in die Ballsaison.

Neben der Feuerwehr, die zum traditionellen Ball am Faschingssamstag lud, übernehmen am Gschnas des UFC Sieggraben Pokemons, Eskimos, Rockabillys oder Mönche das Kommando.



**Bunte Kostüme und Masken** beim traditionellen Kindermaskenball der SPÖ Sieggraben im Gasthaus Leitgeb.



Für immer jung: Statt der Jugend tanzten beim SPÖ Ball die Pensionisten ein: Yvonne Kurz, Andreas und Rebecca Wager, Miklos und Herta Wertenbach, Elfi und Walter Gradwohl, Magdalena und Franz Reisner, Inge Pehm und Johann Schadelbauer, Rosalinde und Adolf Schmidl, Annemarie und Walter Wandrasch, Elisabeth und Josef Schöll mit Bürgermeister Andreas Gradwohl.

# Junggebliebenen

Am Faschingssonntag führten die Kleinsten das Regiment. Beim Kindermaskenball verwandelten Polizisten, Superhelden, Jedi-Ritter, Cowboys, Indianer, Prinzessinen, Hexen und Schneemänner den Saal im Gasthaus Leitgeb zum Kinderspieleparadies.

Am Faschingdienstag war bereits vormit-

tags in vielen Lokalen in Sieggraben Narrenstimmung.

Den Abschluss machte, wie jedes Jahr, das Gschnas der SPÖ Frauen. Bei kulinarischen Schmankerln aus der Küche des Gasthaus Leitgeb und musikalischer Unterhaltung von Rene wurde bis Mitternacht getanzt und der Fasching damit gebührend verabschiedet.



Herrenrunde am SPÖ-Ball: Gemeinderat Gerhard Bauer und Vizebürgermeister Andreas Bauer.



**Feuerwehrball.** Ausgelassen feierte die Feuerwehr beim Ball am Faschingssamstag im Gasthaus Leitgeb.



"Scheich" Walter Wandrasch hat - nicht nur am Faschingsdienstag - ein freches Früchtchen an seiner Seite.



**Faschingsdienstag** beim Heurigen der Familie Kurz: Ob im Kostüm oder auch ohne, die Stimmung passte.



**Sportlergschnas:** Die besten Kostüme wurden prämiert. Platz eins holten, vor den Römern und Meeresgottheiten, die Pokemons.

# "Hafi" baut die schönsten



**Staatsmeisterbike:** Helmut Hafenscher hat den Streetfighter Umbau, auf Basis einer Suzuki GSX R 1400, genau geplant.

Hafi hat mit zwei selbst gebauten Motorrädern bei den Staatsmeisterschaften begeistert und zwei Preise mit nachhause genommen.

Er hat es tatsächlich geschafft. Auf der dritten internationalen Österreichischen Meisterschaft im Custom-Bike-Building konnte der Sieggrabener Helmut Hafenscher, besser bekannt als "HAFI", den ersten und zweiten Platz in unterschiedlichen Klassen erzielen. Bikebauer aus ganz Österreich, Ungarn und Deutschland reisten an, um in verschiedenen Klassen den Sieg zu erringen.

#### 300 Stunden Arbeit

Mehr als 300 Stunden investierte Hafi um eine Harley Davidson Panhead aus dem Jahre 1950 um- und auszubauen. Hierfür fertia-

## Anna Bauer beste Rednerin im Land

Gemeinsam mit zwei Freundinnen sicherte sich Anna Bauer den 1. Platz beim Landesjugendredewettbewerb und vertrat das Burgenland in Kärnten.

Reden schwingen kann nicht jeder. Anna Bauer schon. Sie holte gemeinsam mit zwei Freundinnen Platz 1 beim Landesjugendredewettbewerb in Oberschützen.

Dabei war die Teilnahme für das Trio ganz spontan. In der Kategorie "Neues Sprachrohr" und mit einem kurzen Dialog und anschließenden Versen zu den Themen Gruppenzwang, Schönheit und Leistungsdruck überzeugten Sarah Guttmann, Anna Richter und Anna Bauer die Jury.

"Da wir beim schulinternen Wettbewerb keine Gegner hatten, waren wir Fixstarter im Landesbewerb. Umso nervöser waren wir dann auch, als wir beim Landesjugendredewettbewerb auf der Bühne standen und unseren Text vor unseren Gegnern aus dem gesamten



**Preisverleihung:** Auch Landesrätin Astrid Eisenkopf gratulierte Anna Bauer, Sarah Guttmann und Anna Richter zum Sieg in der Kategorie "Neues Sprachrohr".

Burgenland performten. Schlussendlich hatten wir aber so viel Spaß dabei auf der Bühne zu stehen, dass wir sie am Ende unseres Auftrittes gar nicht mehr verlassen wollten. Siegeschancen rechneten wir uns jedoch keine aus. Daher war es auch umso überraschender, dass genau wir die Jury überzeugen konnten", schildert Anna Bauer. Als Erstplazierte durften sie das Burgenland beim Bundesredewettbewerb in Kärnten in dieser Kategorie vertreten.

## **Bikes**

te er unzählige Teile von Hand. Unterstützt wurde er außerdem von seiner Frau Margit, die über ausgezeichnete Airbrushkünste verfügt und die Liebe zu den Bikes mit ihm teilt. In der Kategorie "Old School" musste sich Hafi nur einem Customicer aus Vorarlberg geschlagen geben und erreichte den zweiten Platz.

#### Sieg mit Streetfighter

Deutlich besser lief es bei seinem Streetfighter Umbau, auf Basis einer Suzuki GSX R 1400 mit knapp 200 PS. Hier verwies Hafi die Konkurrenz klar auf die hinteren Plätze und wurde Staatsmeister.

Am Ende des Meisterschaftstages wurde aus allen anwesenden Bikes der Showwinner durch die Fachjury ermittelt, auch dieser Platz aina klar an Hafis Streetfighter.

#### Internationale Bewerbe

Da verwundert es auch nicht, dass bereits internationale Magazine auf den Hobbyschrauber aus Sieggraben aufmerksam geworden sind. Unter anderem widmete das weltgrößte Harley Davidson Magazin "Dreammachine" dem Umbau ganze sechs Seiten.

Ende des Jahres geht es für Hafi und seine Bikes nach Bad Salzuflen in Deutschland. Dort findet jedes Jahr die weltgrößte Messe für Custombikes statt. Bürgermeister Andreas Gradwohl zeigt sich beeindruckt und stolz: "Schon jetzt drücken wir Hafi die Daumen und möglicherweise kommt er mit einer weiteren Trophäe nach Sieggraben zurück."





**Zwei Preise.** Neben seiner Staatsmeister-Suzuki holte er mit seiner Harley Davidson Panhead aus dem Jahre 1950 in der Kategorie "Old School" Platz 2.

# Yvonne Schmidl boxt sich 2018 ganz nach oben

2015 bestritt Yvonne Schmidl ihr erstes Kickbox-Turnier. Mit Erfolg. Der erste Turniersieg bei einem Europa Cup - war gleich Doppelgold. Seitdem räumt die Sieggrabenerin laufend Preise ab. Auch 2018 jagt ein Sieg den anderen. Bereits acht Mal stand die taffe Sieggrabenerin am Podium. Die Krönung des Jahres war der Staatsmeistertitel bei der U19 -55 kg. Beim World Cup Rimini sicherte sie sich Platz drei bei U19 -60 Kg.

Dabei hat Yvonne Schmidl ihre Leidenschaft ihren Eltern zu verdanken. "Meine Eltern wollten schon seit mehreren Jahren, dass ich eine Kampfsportart ausübe. Sie brachten mich zum Kickboxen", schildert Yvonne Schmidl.

Nach einem Schnuppertraining in Rohrbach war es um die 16-Jährige geschehen. "Ich war sofort hellauf begeistert. Wir kauften einen 10er-Block, der reichte aber bei weitem nicht, um meine Lust zu stillen. Schließlich war ich auch nach Wochen und Monaten so davon hin-



Mit Pokal: Yvonne Schmidl ist U19 Grand Champion 2018 Junior Challenge.

gerissen, dass ich es mir nicht mehr vorstellen konnte damit aufzuhören", erzählt der Kickbox-Champion mit strahlenden Augen.

## Sieggrabens Wirtschaft feiert neuen

Beim Neujahrsempfang stellt Bürgermeister Andreas Gradwohl den Sieggrabener GUTschein" vor. 38 Unternehmer sind bereits dabei.

Premiere feierte in diesem Jahr der Neujahrsempfang des Neo-Bürgermeisters Andreas Gradwohl. Geladen: alle Wirtschaftstreibende der Gemeinde. Und schon die Erstauflage im Gemeindeamt war ein voller Erfolg. "Dieser Empfang soll eine Chance sein, sich zu vernetzen, all unsere Fähigkeiten zu bündeln sowie sich wirtschaftlich gegenseitig zu unterstützen", begründet Gradwohl die Initiative.

Als ersten Schritt hat der Ortschef - zur Unterstützung der regionalen Wirtschaft - das Projekt "Sieggrabener GUTschein" ins Leben gerufen. Gradwohl: "Alle Sieggrabener Betriebe wurden eingeladen bei diesem Projekt dabei zu sein. Der Gutschein ist am Gemeindeamt erhältlich und bei den meisten Betrieben in Sieggraben oder bei Betrieben von Sieggrabenern einlösbar."

In Zukunft werden auch Jubilare diesen Gutschein geschenkt bekommen. "Dieser Gutschein ist ein perfektes Geschenk für Sieggrabener und stärkt zeitgleich die Sieggrabener Wirtschaft", ist Gradwohl überzeugt.



"Unternehmer" unter sich: Andreas Werfring, Bürgermeister Andreas Gradwohl, Ludwig Schuh, Matthias Taschner, Gilbert Holzbauer, Dominik Riegler und Angela Ebner.



Geballte Frauenpower beim Neujahrsempfang: Inge Pehm, Doris Plank-Fürsatz, Ingrid Taschner, Birgit Fürsatz, Monika Kollerits, Nadja Rathmanner und Rebecca Wager.



### Gutschein

#### Wo können Sie die Gutscheine einlösen?

Allradzentrum Aqua Autohaus Zezula Cafe Ebner Cafe Giefing Sabine Christbäume Fürsatz Christbäume Schuh Christbäume Taschner Habeler & Bauer GmbH Hausbesorger Ewald Bernhardt Gasthaus Leitaeb Gärtnerei Bauer Johann JoJa's Babystüberl und mehr **Fischfarm** Friss Fisch Tierfutter Kern Silvia KG Kfz Holzbauer Konditorei Taschner Manuela Kovacs Bau Massage & Fußpflege Plank-Fürsatz Doris Mostschank Kurz Nahrin Beate Kampichler **Partymoments** Raiffeisenbezirksbank Mattersburg Rauter GmbH **RS Trading GmbH** Oliver's Fashion Tischlerei Schuh Ludwig **SPAR Taschner** Schnapsbrennerei Taschner Alfred Taxi Bauer Karin Trafik Weisz Manuel Transporte Bauer Johann Transporte Werfring GesmbH Versicherung Grazer Wechselseitige Versicherung Gruber Leopold **Windelparadies** Zimmerei Werfring

# 25 und 40 Jahre: Treue Gemeindemitarbeiter geehrt



Die Jahreswechselfeier nutzte Bürgermeister Andreas Gradwohl um sich bei allen Mitarbeitern zu bedanken. Dazu gratulierte Gradwohl Gemeindearbeiter Wolfgang Löffler zum 25-jährigen Dienstjubiläum.

Ein "paar" Jahre mehr sind es bei Maria Mayerhofer. "Tante Maria" feierte im Frühjahr ihr 40-jähriges Dienstjubiläum. Gradwohl: "Beide sind wichtige Mitarbeiter der Gemeinde. Wir wünsche beiden alles Gute und Gesundheit für die Zukunft."





### Neues Gesicht am Gemeindeamt

Um einen nahtlosen Übergang in der Gemeindeverwaltung garantieren zu können, beschloss der Gemeinderat schon frühzeitig, eine Gemeindestelle auszuschreiben. Aus den fünf Bewerbern, die zur näheren Auswahl standen, wurde Daniela Taschner, MSc, durch einen Gemeinderatsbeschluss einstimmig bestellt. Daniela ist verheiratet,

hat zwei Söhne und schloss 2017 ihr Masterstudium im Bereich Bilanzierung an der FH der WKW Wien ab.

"Ich bin sehr glücklich einen Arbeitsplatz in meiner Heimatgemeinde gefunden zu haben und freue mich, meinen Mitbürgern künftig behilflich sein zu können", so Daniela



Bestens gelaunt und voll motiviert machten sich zahlreiche Sieggrabener an die Arbeit und reinigten den Sieggrabener Hotter von Unrat und Müll.

# Putzfimmel: Im Einsatz für ein sauberes Sieggraben

Mehr als tausend Kilogramm Müll und Unrat landeten dieses Jahr im Zuge der Flurreinigung auf den Traktoränhängern und Pritschen.

Gerade heuer waren besonders viele Vertreter der Vereine aktiv und halfen engagiert mit. In vielen kleinen Gruppen konnte ausgeschwärmt und der gesamte Hotter von Sieggraben auf Müll durchforstet werden. Viele Hände - schnelles Ende.

Am Ende meinten die Helfer unisono: "Es ist wichtig, dass es diese Initiative gibt und vom Müllverband auch so toll unterstützt wird. Eine saubere Umwelt ist uns Sieggrabenerin-



nen und Sieggrabenern als Bewohner einer Naturparkgemeinde besonders wichtig."

### Lesung & Musik bei langer Nacht der Bibliotheken



**Lesung und Musik:** Erika Kaplan, Siegfried Schachner, Hubert Hutfless, Albert Schwarz und Andreas Gradwohl.

Mit einer Lesung von Hubert Hutfless feierte Sieggraben die "Lange Nacht der Bibliotheken". Bürgermeister Andreas Gradwohl hat diese Veranstaltung im Beisein der Büchereileiterin Erika Kaplan eröffnet. Musikalisch untermalt wurde der Abend von den jungen Sieggrabeneren Albert Schwarz und Siegfried Schachner.

### Zum Brüllen: Fredi Jirkal in der Kulturhalle



Volles Haus gab es beim Kabarett-Abend mit Fredi Jirkal in der Kulturhalle. Mit seinem "Best of"-Programm strapazierte der Kabarettist die Lachmuskeln der Sieggrabener. "Ein voller Erfolg, der nach Wiederholung schreit", meint Bürgermeister Andreas Gradwohl am Ende des Kabaretts. Organisiert wurde der Event von Manuela und Gottfried Taschner. Am Bild. Melissa Reisner, Gottfried Taschner, Fredi Jirkal, Andreas Gradwohl, Manuela Taschner und Michael Taschner.

Tag der Arbeit: Ein Hoch dem 1. Mai

Bei strahlendem Sonnenschein und sommerlichen Temperaturen schnürten die Sieggrabener ihre Wanderschuhe und machten sich am traditionellen Mai-Wandertaa der SPÖ Sieggraben auf dem Weg zum Herrentisch. Bei Gulaschsuppe, Würstel, Leberkäse und hausgemachten Mehlspeisen labten sich an die 700 Wanderer - teilweise auch aus den Nachbarortschaften Marz. Rohrbach, Ritzina, Lackenbach, Schwarzenbach und Tschurndorf - direkt an der ungarischen Grenze, Mittendrin Landesrat Norbert Darahos.





Viele Helfer, noch mehr Wanderer: Während die Pensionisten eine Rast einlegen, kredenzen die Jungen Gulaschsuppe.



### Fünf Experten beraten am Gemeindeamt

Seit Februar stehen den Gemeindebürgern fünf Experten mit Rat und Tat zur Seite. Jeden ersten Mittwoch im Monat beraten Experten auf den Gebieten Recht, Bau, Arbeits- und Sozialrecht, Wohnbauförderung und Energie sowie Sicherheit kostenlos am Gemeindeamt.



Rechtsangelegenheiten: Rechtsanwalt Mag. Peter Rezar von 16.00 bis 17.30 Uhr



Arbeitsrecht, Sozialrecht, Pensionsrecht:

Miklos Wertenbach von 16.30 bis 18.30 Uhr





Wohnbauförderung und Energieberatung:

Christian Taschner von 17.00 bis 18.30 Uhr



Sicherheit und Prävention: Anton Kollerits von

Anmelduna Gemeindeamt am (02621/2200) ist unbedingt erforderlich.



**Voller Körpereinsatz** unserer Florianis bei den Wettbewerben.





Friedenslicht. Traditionell zum 24. Dezember sperrt die Freiwillige Feuerwehr ihre Tore auf und schenkt Licht und Frieden. Die Initiative "Friedenslicht" ist mittlerweile zur Tradition geworden. So holen sich viele Sieggrabener mit der Flamme aus Bethlehem Friede und Freude ins Haus.

# Feuer & Flamme ...

Mit Heimvorteil startete die Wettkampftruppe der Feuerwehr Sieggraben in den 54. Bezirksfeuerwehrleistungsbewerb und den 24. Bezirksfeuerwehrjugendleistungsbewerb. Am Sportplatz Sieggraben ritterten Florianis und der Feuerwehr-Nachwuchs in verschiedenen Bewerben um Gold, Silber und Bronze. Besonders erfolgreich schlugen sich die Wehren aus Baumgarten, Steinbrunn und Forchtenau. Nach der Siegerehrung wurden die Florianis ausgezeichnet. So wurde der Alt-Kommandant Josef Taschner zum Ehrenortsfeuerwehrkommandanten ernannt, Gerhard Löffler zum Ehren-Brandinspektor.

"Für uns war es eine große Ehre und Freude diese Wettkämpfe ausrichten zu dürfen", meint Feuerwehrkommandant Sebastian Taschner.



**Ehrungen** für Gerhard Löffler (3.v.l.) und Josef Taschner (4.v.l.). Bürgermeister Andreas Gradwohl, Günther Bernhardt, Feuerwehrkommandant Sebastian Taschner und Vizebürgermeister Andreas Bauer.



**Zwar ohne Preis**, aber voller Energie: die Wettkampftruppe der Feuerwehr Sieggraben aab beim Bezirksfeuerwehrleistunasbewerb alles.

### Auf Hotter-Erkundungstour im April

Eine kleine aber feine Gruppe traf sich heuer zur Hotterwanderung. Bei Kaiserwetter wurde die Hottergrenze an der Seite zu Schwarzenbach abgegangen. Bei der nächsten Hotterwanderung ist die ungarische Seite an der Reihe.





### Ein "roter Pullover" gegen soziale Kälte an Inge Pehm

Einmal im Jahr verleihen die SPÖ Frauen aus dem Bezirk Mattersburg den Roten Pullover gegen soziale Kälte. Damit wird jährlich eine Frau ausgezeichnet, die sich besonders für die Gesellschaft einsetzt und couragiert gegen soziale Kälte auftritt. Dieses Jahr ging diese Auszeichnung an Inge Pehm. "Wir haben uns für Inge Pehm entscheiden, weil sie sich immer mit vollem Elan für Andere einsetzt und für

alle ein offenes Ohr hat. Inge ist der Motor von Sieggraben", beschreibt Bezirksfrauenvorsitzende Bundesrätin Inge Posch-Gruska das Engagement der heurigen Preisträgerin. Inge Pehm ist seit 18 Jahren Ortsfrauenvorsitzende in unserer Heimatgemeinde Sieggraben, 15 Jahre im Bezirksfrauenvorstand und seit zehn Jahren eine stellvertretende Bezirksfrauenvorsitzende.





**Eiersuche.** Pünktlich am Karsamsatg hoppelte der Osterhase am Spielplatz in Sieggraben vorbei und versteckte so manch rotes Ei für die kleinen Gemeindebürger. Auf die Plätze, fertig, los!

### Wieder ein Schuljahr vorbei



Mit Gesang und Tanz verabschiedeten sich die vier Klassen der Volkschule Sieggraben in die Sommerferien. Stolz präsentierten sie vor Mamas und Papas, Omas und Opas, Tanten und Onkeln, Geschwistern sowie Freunden ein tolles Programm. Das Ende des Schulschlusses wurde im Schulhof gefeiert.



**Unermüdlicher Einsatz:** Elisabeth Feucht wurde für acht Jahre an der Spitze des Elternvereins gedankt.

Im Zuge dessen nutzte Bürgermeister Andreas Gradwohl die Chance, um sich bei Elisabeth Feucht zu bedanken. Sie stand acht Jahre lang dem Elternverein vor und übergibt mit dem neuen Schuljahr an ihre Nachfolgerin Barbara Pauer.

### Kindergartenkinder feiern in Kulturhalle



Während die Vorschulkinder mit einem Lied adieu zum Kindergarten sagten und damit bei Eltern oder auch Großeltern für so manche Träne sorgten, brachten die restlichen Kindergartenkinder der verschiedenen Gruppen mit ihrer Performance - dirgiert von den Pädagoginnen - am Kindergartenfest mächtig stolze Verwandte und Freunde zum Lachen und Schmunzeln.

Ausklingen ließ man das Fest im Schulhof bei Zauberer, Hüpfburg und einigen kulinarischen Köstlichkeiten.

### Tauglich: 4 Sieggrabener meistern die Musterung

Gleich vier Männer aus Sieggraben haben sich bei der Stellungskomission des österreichischen Bundesheeres melden müssen. Allesamt haben diese Prüfung erfolgreich gemeistert und kamen stolz in unseren Heimatort zurück. Traditionell machten sie gemeinsam mit Bürgermeister Gradwohl die Gasthäuser des Ortes unsicher.

Am Bild: Andreas Gradwohl, Jan Schuh, Johannes Gruber, Mark Friedl und Andre Schäffauer mit Angela Ebner.



### **Expertentipp Dr. Dominikus Giefing**

# Aufs Trinken nicht vergessen

Trinken ist gesund und wichtig - nicht nur im Sommer. Warum etc. erklärt Gemeindearzt Dr. Dominikus Giefing.

Wenn Sie auf Ihren Durst hören, haben Sie schon verloren: denn Ihr Körper signalisiert bereits eine Mangelsituation! Durst entsteht, wenn der Körper mehr als 0,5% seines Gesamtgewichtes in Form von Wasser verloren hat.

Trinken ist gesund und an heißen Tagen besonders wichtig. Doch nicht jedes Getränk eignet sich als Durstlöscher. Leider sieht man in der Werbung viel zu oft Limonaden beworben; doch leider zählen diese zuckerhaltigen Drinks nicht zu den gesündesten Durstlöschern, denn Limonaden machen nicht nur dick, sie entziehen dem Körper Wasser und machen erst recht durstig.

Bleibt die Frage: was trinken, wenn die Sonne vom Himmel sticht? Der beste Durstlöscher ist und bleibt WASSER. Wasser ist einer der wichtigsten Stoffe für den Körper. Alles Leben entwickelte sich aus dem Wasser, so auch der Mensch, dessen Organismus zu ca. zwei Drittel aus Wasser besteht. Ein ausgealichener Wasserhaushalt ist daher Grundvoraussetzung für das Funktionieren des gesamten Organismus. Wasser dient als Baustoff, Lösungs-, Transport- und Kühlmittel. Es sorgt zum einen dafür, dass Mineralstoffe und Spurenelemente an iede einzelne Zelle des Körpers gelangen, und zum anderen. dass Abbau-und Giftstoffe wieder ausgespült werden. Der Wasseranteil des Menschen ist abhängig von Alter, Geschlecht und Körperfettanteil. Er lieat im Säuglingsalter bei etwa 75% und sinkt mit zunehmendem Alter auf ca. 53%. Bei Frauen liegt dieser Wert noch niedriger, da ihr Fettanteil höher ist als bei Männern. Pro Tag werden etwa 2,5 bis 3 Liter Wasser über die Lunge, die Nieren, den Darm und die Haut ausgeschieden. Um den Wasserhaushalt in Balance zu halten, muss das ausgeschiedene Wasser wieder ersetzt werden. Bekommt der Körper zu wenig Flüssigkeit, sind Probleme wie Kopfschmerzen, Müdigkeit, Kreislauf- und Konzentrationsstörungen oder auch Verstopfung häufig Alarmzeichen. Wird nicht genug nachgeliefert, holt sich der Körper aus Zellen oder Blut, was er braucht. Ein Entzug, der nicht ohne Folgen bleibt: ein Wasserverlust von bis zu 20% kann zum Verdurstungstod führen.

Leitungs-, Tafel- und Mineralwasser sind kalorienfrei und stammen aus natürlichen Quellen. Sportler können die mit dem Schweiß ausgeschiedenen Salze und Mineralstoffe mit isotonischen Elektrolytgetränken ergänzen. Auch Fruchtsäfte und Buttermilch, aufgespritzt mit Mineralwasser,

sind ideale Durstlöscher. Selbst gepresste Säfte aus Obst und Gemüse, verdünnt mit Wasser, löschen nicht nur den Durst, sondern halten fit und gesund. Zum Auspressen eigen sich Orangen, Ananas, Erdbeeren, Sellerie, Karotten, Gurken oder rote Rüben. Zum Selbermachen gut geeignet sind auch ungesüßte Früchte- oder Kräutertees sowie grüner Tee. Gut zu wissen: wie viel Flüssigkeit durch das Trinken aufgenommen werden muss, ist auch von der Ernährung abhängig; dabei gilt: 30% der Flüssigkeit sollen mit festen Speisen abgedeckt werden, 70% in Form von Flüssigkeit.

Damit der Körper nicht austrocknet und alle Schadstoffe ausgeschieden werden könne, sollte ein gesunder erwachsener Mensch mindestens 1,5 bis 2 Liter Flüssigkeit zu sich nehmen. Hitze oder Sport steigern den Wasserbedarf. Wer stark schwitzt, sollte daher pro Stunde zusätzlich trinken. Auch in bestimmten Situationen wie bei Stress oder mit zunehmendem Alter, lässt das Durstgefühl nach. Deshalb raten Mediziner, regelmäßig bewusst zum Glas zu greifen – auch



Dr. Dominikus Giefing Gemeindearzt Sieggraben

ohne Durstgefühl. Limonaden, Alkohol oder Kaffee zählen allerdings nicht, weil sie dem Körper Wasser entziehen.

#### Hilfreiche Trinktipps:

- aus den Augen, aus dem Sinn: damit das nicht passiert, sollte das Wasser immer im Sichtfeld stehen.
- Stellen Sie Ihr Wasser schon morgens bereit, z.B. auf den Schreibtisch, so behalten Sie Ihr Tagespensum im Blick.
- Versuchen Sie nicht, zu viel auf einmal zu trinken; besser sind kleinere Mengen, über den ganzen Tag verteilt.
- Gute Gewohnheiten vergisst man nicht: bestellen Sie daher zu jedem Kaffee oder alkoholischen Getränk immer ein Glas Wasser dazu
- Nehmen Sie zum Sport immer eine Flasche Wasser mit
- Keine eiskalten Getränke trinken; ideal sind Temperaturen zwischen 12 und 20 Grad.

### **PERSONALIA**



50 Jahre verheiratet. Edith Maria und Karl Bauer feierten die Goldene Hochzeit.



Seinen 75. Geburtstag feierte Friedrich Fraunschiel. Mit einem guten Glaserl Wein stieß Bürgermeister Andreas Gradwohl mit dem Jubilar an.



Gustav Schmidl feierte seinen 60. Geburtstag.



Ewald Tritremmel durften Bürgermeister Andreas Gradwohl und Gemeinderätin Inge Pehm zum 60. Geburtstag gratulieren.



Gertrude Friedl wurde 60 Jahre alt. Herzlichen Glückwunsch zum runden Wiegenfest.



Bereits im Jänner beging Michael Fischer einen runden Geburtstag. Er feierte seinen 60. Geburstag.



Ihren 75. Geburtstag beging Helene Taschner am 8. Juni.

### Fritz und Veronika Rauter im Hafen der Ehe

Mit vielen Freunden und einer stimmigen Feier gingen Gemeinderat Friedrich Rauter und seine Veronika den Bund fürs Leben ein. Eine kleine **Abordnung** Gemeindevertretung durfte dem Brautpaar gratulieren. Am Bild: Inge Pehm, und Veronika Rauter, Andreas Gradwohl und Michael Löffler.





Alles Gute zum 50. Geburtstag! Gratulationen für Gemeindekassier



Christine und Josef Fichtinger feierten am 18. Mai ihre Goldene Hochzeit.



Bürgermeister Andreas Gradwohl und Gemeinderat Michael Löffler gratulierten Anton Marass zum 60. Wiegenfest.



Stolze 90 Lenze zählt Maria Schuh. Ein guter Grund, dass Bürgermeister Andreas Gradwohl und Vize Andreas Bauer dem rüstigen Geburtstagkind gratulierten.



Karoline und Franz Friedl sind seit 50 Jahren verheiratet. Herzlichen Glückwunsch zur Goldenen Hochzeit.



Einen runden Geburtstag feierte Edeltraud Zeltner am 23. Juni. Zum 60er gratulieren Bürgermeister Andreas Gradwohl und Gemeinderätin Inge Pehm.



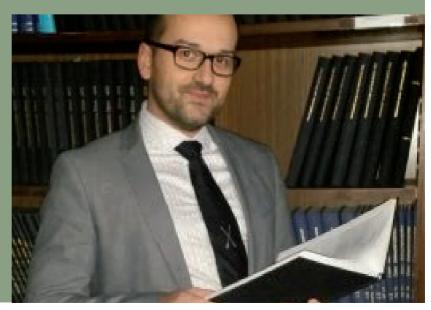
Den 70. Geburtstag beging Magdalena Reisner Anfang Jänner.



60 Jahre alt wurde Anton Dorr am 1. Jänner diesen Jahres. Neben der Enkeltochter feierten auch Bürgermeister Andreas Gradwohl und Gemeinderätin Inge Pehm mit ihm.

### Enes Göksel legt Rechtsanwaltsprüfung ab

Nach dem Jus-Studium sowie dem Studium der Politikwissenschaft legte MMag. Enes Göksel Anfang des Jahres die Rechtsanwaltsprüfung ab. Neben seiner Tätigkeit als Autor, Jurist und Politologe ist Enes ehrenamtliches Vorstandsmitglied bei der Vereinigung zur Schaffung von sozialtherapeutischen Wohnheimen. Der Neo-Sieggrabener (Buchriegelweg 2) sagt über seine neue Heimatgemeinde: "Der Wunsch, das hektische Wien einmal als Hauptwohnsitz zu verlassen und in eine naturverbundene Gemeinde zu ziehen, war schon immer da. Ich will mitwirken, meine neue Gemeinde mit meinen Kompetenzen weiterzubringen und stets das Beste leisten. Sieggraben ist mir in nur zwei Jahren sehr ans Herz gewachsen. Dazu hat definitiv die herzliche Aufnahme seitens aller Sieggrabener beigetragen. Dafür bin ich sehr dankbar."





Elfriede Senft feierte ihren 70. Geburtstag.



Anna Leitgeb feierte ihr 85. Wiegenfest.



60 Jahre alt wurde Johann Fichtinger am 31. Jänner.



Bürgermeister Andreas Gradwohl gratulierte Anneliese Rohl zum 60. Geburtstag.



Michael Schuh (3.v.l.) stieß gemeinsam mit Vizebürgermeister Andreas Bauer, Martina Windisch, Inge Pehm, Michael Löffler, Melissa Reisner und Bürgermeister Andreas Gradwohl auf seinen 60. Geburtstag an.



Notburga Schmidl feierte am 7. März ihren 75. Geburtstag.



70 Jahre jung wurde Karl Hipfinger am 7. März.



Seinen 80. Geburtstag feierte Adolf Gruber.

### 5 Kinder feierten Erstkommunion



Eine kleine, aber sehr feine Runde von Volksschulkindern feierte heuer die Heilige Kommunion.

Johanna und Viktoria, Simon, Emil und Julian empfingen erstmals das Sakrament der Heiligen Kommunion.

### Nach Primiz wanderte Oberger nach Mexiko aus

Seine Primiz - die erste Messe nach der Weihe zum Priester - feierte Pater Oberger in der Pfarrkirche Sieggraben.

Er wanderte danach nach Mexiko aus, um dort als Missionar tätig zu sein.



### Begeisterte Ratschenkinder



Wenn am Gründonnerstag die Glocken nach Rom fliegen übernehmen die Ratschenkinder. Bei Wind und Wetter ratschen sie schon in den frühen Morgenstunden durch unsere Gassen und pflegen damit eine lange kirchliche Tradition.

### Pilgergruppen schöpfen in Sieggraben Kraft



Die ungarischen Pilger rasteten und stärkten sich am Sportplatz

Gleich zwei ungarische Pilgerguppen machten im Frühjahr in Sieggraben Station.
250 bis 300 Pilger aus Sopron (Team Perkovatz) kommen jedes Jahr in Sieggraben vorbei und machen Rast am Sportplatz Sieggraben.

Die zweite Pilgergruppe macht sich jedes Jahr von Hegykö aus auf den Weg nach Mariazell. In Sieggraben übernachteten sie in der Sport- und Kulturhalle. Am nächsten Morgen ging es nach einer Messe vor der Kulturhalle weiter auf ihrem Weg zum Wahlfahrtsort.



Nach einer Nacht in der Kulturhalle ging es weiter nach Mariazell.

#### **IMPRESSUM**

Herausgeber, Verleger, Inhaber: Gemeinde Sieggraben, Obere Hauptstraße 8, 7223 Sieggraben Gestaltung, Satz, Redaktion:

Gestaltung, Satz, Kedaktion Gemeinde Sieggraben

Fotos:

Gemeinde Sieggraben, privat

Druck:

Werbegrafikdesign Ing. Karl Degendorfer. Neubaugasse 6, 7331 Weppersdorf