



SIERNDORF

Gemeinde-

KURIER

Sierndorf, -Höbersdorf, - Oberhautzenthal, - Obermallebarn, - Senning, -
Oberolberndorf, - Unterhautzenthal, - Untermallebarn, - Unterparschenbrunn

44. Ausgabe - September 1997

Erstellt auf Grundlage der neuen amtlichen Rechtschreibregeln, die am 1. August 1998 in Kraft treten soll

Zeughaus Höbersdorf



Foto: Henk

Offizielle Eröffnung und Übergabe: 29. Juni 1997

Finanzierung: S 750.000,- Gemeinde Sierndorf;

S 1.200.000,- FF Höbersdorf

Was ist los in unserer Großgemeinde?

29. bis 31. August: „**FEUERWEHRHEURIGER**“ der FF Senning
31. August: **FUSSBALL**: Sierndorf - Zeiselmauer, 16.30 Uhr
7. September: „**PATROZINIUMSFEIER**“ in Sierndorf
9.30 Uhr: Festgottesdienst mit dem Abt des Wr. Schottenstiftes
anschließend: Frühschoppen und „Bunter Nachmittag“ im Sierndorfer
Kulturstadel der Familie Adolf Weinhappel
9. September: „**KOSTENLOSE RECHTSBERATUNG**“ durch
Herrn Dr. Schoderböck bzw. Herrn Dr. Hetfleisch;
Gemeindekanzlei, 16.30 - 18.00 Uhr
13. September: **FUSSBALL**: Sierndorf - Auersthal, 16.30 Uhr
14. September: „**KAPELLENFEST**“ der Pfarre Obermallebarn
19. September: „**BEZIRKSSENIORENTAG**“ in Höbersdorf
19. bis 21. September: „**FEUERWEHRHEURIGER**“ der FF Höbersdorf
27. September: **FUSSBALL**: Sierndorf - Enzersfeld, 16.00 Uhr
28. September: „**HERBSTFEST**“ des Dorferneuerungsvereines Oberolberndorf
7. Oktober: „**KOSTENLOSE RECHTSBERATUNG**“, siehe 9. September
11. Oktober: **FUSSBALL**: Sierndorf - Korneuburg, 15.30 Uhr
11. und 12. Oktober: „**ERNTEDANKFEST**“ der Pfarre Sierndorf/O. Olberndorf
Samstag: ab 16.00 Uhr im Kulturstadel der Familie Adolf Weinhappel
Sonntag: 9.30 Uhr feierliches Hochamt, anschließend Frühschoppen
„**LUFTGEWEHRSSCHIESSEN**“ des ÖKB im Gasthaus Kiefer-Schödl,
Unterparschenbrunn. Samstag: ab 14.00 Uhr Sonntag: ab 9.00 Uhr
Der Reinertrag dient der Renovierung der Kleindenkmäler.

16. Oktober - 9. November

„**AUSG'STECKT IS BEI DA ZENZI**“

Am Alten Mühlbach, 2011 Sierndorf

Donnerstag - Sonntag

bezahlte Anzeige

18. und 19. Oktober: „**INTERNATIONALE HERBSTWANDERUNG**“ des
Wandervereines Sierndorf. Start und Ziel beim Gasthaus Müllner.
19. Oktober: **FUSSBALL**: Sierndorf - Lasee, 15.30 Uhr
2. November: **FUSSBALL**: Sierndorf - Prottes, 14.00 Uhr
4. November: „**KOSTENLOSE RECHTSBERATUNG**“, siehe 9. September
8. November: „**12. TISCHTENNISTURNIER**“ des Verschönerungsvereines
Sierndorf ab 14.00 Uhr im Turnsaal.
- „**PREISVERLEIHUNG - BLUMENSCHMUCKAKTION**“ um 18.00
Uhr im Foyer der Volksschule.
16. November: „**SPIELEFEST**“ der ÖVP Frauenbewegung im Gemeinde-
zentrum, 13.00 Uhr - 18.00 Uhr
28. bis 30. November: „**WEIHNACHTSBASAR**“ des Elternvereines der
Volksschule im Gemeindezentrum.
2. Dezember: „**KOSTENLOSE RECHTSBERATUNG**“, siehe 9. September

Straßenbau in der Groß- gemeinde

In Sierndorf gehen die Arbeiten in der Wiener Straße äußerst zügig voran. Nach deren Fertigstellung kann - wenn es Witterung und andere Baustellen der Straßenmeisterei zulassen - noch mit der Gestaltung der Plätze beim Kaufhaus Hahn und beim Gemeindeamt/Gasthof Neuteufel begonnen werden.

Außerdem sollen in Sierndorf im Verlauf des Herbstes noch die Gemeindestraßen Am Lenzenberg, Pflingstwiese und ein Teilstück des Gartenweges asphaltiert werden.

In Oberolberndorf ist die Wiederinstandsetzung der Ortsdurchfahrt bereits abgeschlossen.

An der Gestaltung der Nebenanlagen in der Siedlung wird gearbeitet.

Auch in Höbersdorf konnte die Wiederinstandsetzung der Ortsdurchfahrt bereits durchgeführt werden.

Die Nebenanlagen in Richtung Untermallebarn wurden errichtet, die Arbeiten am Straßenstück zwischen Bach und Bahn abgeschlossen.

Zur Zeit wird der Platz zwischen Kirche und Pfarrhof gestaltet.

Turnsaalsanierung

Die Turnsaalsanierung und der Neubau eines Geräteraumes konnten nicht termingerecht abgeschlossen werden.

Auch bei der Lieferung der Turnsaaleinrichtung gibt es eine Verzögerung, da die in Kirchberg an der Pielach ansässige Herstellerfirma stark vom katastrophalen Hochwasser im Juli betroffen war. Das Auslieferungslager wurde beschädigt, die darin befindlichen Geräte - darunter jene für unseren Turnsaal - teilweise vernichtet.

Seitens der Herstellerfirma besteht aber eine Lieferzusage für Oktober.

Verlegung des Grünschnitt- platzes

Durch die Ausweitung des Wohngebietes in der „Pulverhofsiedlung“ ist eine Verlegung des Grünschnittplatzes notwendig geworden. Außerdem wird bei starken Regenfällen das anfallende Abwasser in den „Silberbach“ geschwemmt, wodurch es zu einer erheblichen Gewässerverunreinigung kommt.

Als neuer Grünschnittplatz wird der Bereich der Bauschuttdeponie ins Auge gefasst, die Verlegung könnte noch heuer durchgeführt werden. Für die Ablagerung von Grünschnitt wird dann wahrscheinlich eine Gebühr zu entrichten sein, da schon jetzt durch den Grünschnitt enorme Kosten anfallen.

Mit der Problematik der Verlegung und der Gebühreneinhebung wird sich der Gemeinderat in einer der nächsten Sitzungen beschäftigen.

S i c h e r g a n z n a h

Die  **Niederösterreichische**
V e r s i c h e r u n g

Ihr Betreuungsteam

Herr Karl Waltner
Tel. 02267/3290

Frau Alexandra Planer
Tel. 02267/2261

Büro: Rudolf-Hirsch-Straße 3
2000 Stockerau
Tel. 02266/62410

Projekt:

„EINSATZFAHRZEUGE“

Hervorragend organisierte die FF Sierndorf den Schautag für die Kinder der 3. Klassen unserer Volksschule.

Zwei Projektstage standen zur Verfügung, um unsere „NOTHELFER“ - Feuerwehr, Gendarmerie und Rettung - genauer kennen zu lernen. Durch Sammeln von Zeitungsberichten und Auswertung der Artikel befassten sich die Kinder mit diesen Einrichtungen. Ergänzt durch Filme und Videos erfuhren die Schüler das Grundwissen.

Am 19. Juni war es soweit. Wir machten uns auf den Weg zur Feuerwehr.

Hr. Brodesser Leopold erzählte über die Geschichte der Wehr und führte durch das Zeughaus. Anschließend wurden die Kinder in Kleingruppen über alle technischen Ausrüstungen informiert, durften selbst praktisch üben und probieren. TLF, Rüstwagen, die neue Magirus-Leiter aus Stockerau, der Katastrophenanhänger des Roten Kreuzes und die Ausrüstung eines Gendarmerieautos waren unvergessliche Höhepunkte dieses Projekts.



Hervorragend informierten die Fachleute und es gelang ihnen ausgezeichnet, das Kinderinteresse zu wecken.



Ich darf mich als Direktor der Schule herzlichst bei allen Beteiligten für diese hervorragende Arbeit bedanken. Dafür, dass sie alle ihre Freizeit opferten, um den interessierten Buben und Mädchen unserer 3. Klassen die Hilfseinrichtungen näher zu bringen.



Ein besonderes Danke auch an die beiden „Harrauer Damen“, die für das leibliche Wohl sorgten.
(Josef Scheibein, VD)

Problemstoffsammelstelle

Aufgrund diverser Auflagen seitens des Landes NÖ ist eine Umgestaltung der Problemstoffsammelstelle im Bauhof notwendig.

Es wird eine befestigte Sammelstelle im Ausmaß von 10 m x 6 m errichtet. Die Arbeiten sind bereits ausgeschrieben.

Kanalisation und Kläranlage

In den letzten Wochen waren des öfteren Kanalleitungen verlegt und Pumpen, Wirbelradmischer und Elektroschieber in diesen blockiert.

Grund dafür waren über das WC „entsorgte“ Binden und Tampons sowie deren Verpackung, Unterhosen, Strumpfhosen, Fetzen verschiedenster Größe und Drahtwascheln.

Es wird ersucht, derartige Gegenstände ordnungsgemäß zu entsorgen.

Ergänzend zu den jüngsten Pressemeldungen sei erwähnt, dass die Reinigungsleistung der Kläranlage des Gemeindeabwasserverbandes weit unter den Grenzwerten liegt.

Täglich wird die Konzentration von Ammoniumstickstoff und Nitratstickstoff gemessen, 3 x wöchentlich der Anteil von Gesamtphosphor sowie der chemische und der biologische Sauerstoffbedarf.

Der Klärschlamm ist zur landwirtschaftlichen Nutzung vorgesehen. Momentan wird er aber kompostiert, da er einen geringen Schwermetallgehalt - Chrom und Nickel - aufweist. Dieser Schwermetallgehalt stammt laut Expertenmeinung von den Nirostamaterialien der

Kläranlage selbst und ist bei neu in Betrieb befindlichen Anlagen unvermeidlich.

VJV Die Versicherung.

Besser als die Konkurrenz erlaubt.
MANFRED SCHNABEL
Inspektor
2011 Unterhautzenthal
0664/3402686
02266/632 81, Fax: 684 70

VOLKSFÜRSORGE-JUPITER
Allgemeine Versicherungs-AG
Neue Anschrift:
2000 Stockerau
Josef Sandhofer-Straße 4

QUALITÄTSMANAGEMENTSYSTEM
ZERTIFIZIERT
DIN EN ISO 9001
öas

Verkehrskonzept



Für die KG Sierndorf wurde ein Verkehrskonzept erarbeitet, das momentan bei verschiedenen Behör-

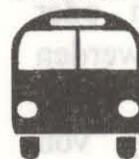
den zur Begutachtung aufliegt.

Die Schwerpunkte dieses Konzeptes umfassen:

- Wohnstraßen
- 30 km/h - Beschränkungen
- Halteverbote

Fahrplangestaltung

Zur Erstellung der **Jahresfahrpläne 1998/1999** können **Wünsche für die**



Fahrplangestaltung der Kraftfahrlinien der öffentlichen Verkehrsträger (Post, ÖBB) und privater

Unternehmer sowie die Wünsche für die Gestaltung des Eisenbahnfahrplanes **bis** spätestens **10. 10. 1997** vorgebracht werden.



Formblätter für Fahrplanwünsche liegen am Gemeindeamt auf.

NÖ Bauordnung

§ 14 - Bewilligungspflichtige Bauvorhaben und § 18 Antragsbeilagen

Nachdem in der letzten Ausgabe der Gemeindezeitung die bewilligungs- und anzeigefreien Bauvorhaben aufgelistet waren, werden diesmal der § 14 der NÖ Bauordnung 1996 „Bewilligungspflichtige Bauvorhaben“ und der § 18 „Antragsbeilagen“ widergegeben.

Nachstehende Bauvorhaben bedürfen einer Baubewilligung:

1. Neu- und Zubauten von Gebäuden;
2. die Errichtung von baulichen Anlagen, durch welche Gefahren für Personen und Sachen oder ein Widerspruch zum Ortsbild (§ 56) entstehen oder Rechte nach § 6 verletzt werden könnten;
3. die Herstellung von Einfriedungen gegenüber öffentliche Verkehrsflächen auf Grundstücken im Bauland außerhalb des Geltungsbereiches eines Bebauungsplanes;
4. die Abänderung von Bauwerken, wenn die Standsicherheit tragender Bauteile, der Brandschutz oder die hygienischen Verhältnisse beeinträchtigt, ein Widerspruch zum Ortsbild (§ 56) entstehen oder Rechte nach § 6 verletzt werden könnten;
5. die ortsfeste Aufstellung von Maschinen und Geräten in Bauwerken, die nicht gewerbliche Betriebsanlagen sind, wenn deren Standsicherheit beeinträchtigt oder Rechte nach § 6 verletzt werden könnten;

6. die Lagerung brennbarer Flüssigkeiten von mehr als 1000 Liter außerhalb gewerblicher Betriebsanlagen;
7. der Abbruch von Bauwerken, die an Bauwerke am Nachbargrundstück angebaut sind, wenn Rechte nach § 6 verletzt werden könnten;
8. die Veränderung der Höhenlage des Geländes auf einem Grundstück im Bauland, wenn dadurch
 - die Bebaubarkeit eines Grundstückes nach § 6 Abs.1 Z.3 oder die Standsicherheit eines Bauwerkes nach § 6 Abs.1 Z.4 oder
 - die Belichtung der Hauptfenster der Gebäude der Nachbarn (§ 6 Abs.1 Z.4) beeinträchtigt oder
 - der Abfluss von Niederschlagswässern zum Nachteil der angrenzenden Grundstücke beeinflusst werden könnten.

Im § 18 werden die Beilagen, die dem Antrag auf Baubewilligung anzuschließen sind, angeführt:

1. Nachweis des Grundeigentums (Grundbuchsabschrift): höchstens 6 Monate alt
oder
Nachweis des Nutzungsrechtes:
 - a) Zustimmung des Grundeigentümers oder
 - b) Zustimmung der Mehrheit nach Anteilen bei Miteigentum oder
 - c) vollstreckbare Verpflichtung des Grundeigentümers zur Duldung des Vorhabens
2. Bautechnische Unterlagen:
 - a) grundsätzlich (3-fach) ein Bauplan (§ 19 Abs.1) eine Baubeschreibung (§ 19 Abs.2)

b) zusätzlich, wenn Straßengrund abzutreten ist (§ 12) ein von einem Vermessungsbefugten verfasster Teilungsplan;

c) abweichend davon

- beim Abbruch eines Bauwerkes (§ 14 Z.7) ein Foto des Bauwerkes, wenn kein bewilligter Bauplan vorliegt,
- bei einem Bauvorhaben nach § 14 Z.8 je 3-fach ein Lageplan, ein Schnitt und eine Beschreibung des Gegenstandes und Umfanges des Bauvorhabens.

Alle Antragsbeilagen sind von den Verfassern zu unterfertigen.

Meine Gemeinde. Meine Bank.

RAIFFEISENBANK
in
Sierndorf



Bankomat
Bargeld rund um die Uhr

Kleidung für Entwicklung in Afrika

„Kleidung ist ebenso wie Essen oder Wohnung ein menschliches Grundbedürfnis. Der minimale Kleiderbedarf beträgt laut Erhebung der UNO sechs Stück pro Person. Dieser Bedarf kann in jenen Ländern des südlichen Afrika, in die HUMANA Kleider sendet, nicht durch Importe neuer Kleidung oder heimische Kleiderproduktion gedeckt werden.

Die wenige vorhandene neue Kleidung ist für die überwiegende Mehrheit der Bevölkerung unerschwinglich. Die Alternative heißt Second-Hand.

HUMANA-People to People sendet Jahr für Jahr viele Tausende Tonnen Kleidung von Europa nach Afrika. Rund 10 % der Kleidung werden als Nothilfe verschenkt, der überwiegende Teil jedoch wird in den lokalen HUMANA-Geschäften oder an Kleinhändler verkauft. So sichert die Kleidung vielen Menschen in Afrika einen stabilen Arbeitsplatz. Der Erlös aus dem Kleiderverkauf unterstützt eine Reihe von Sozialprojekten im jeweiligen Land, so u. a. im Bereich Kinderhilfe, Gesundheitswesen, Ausbildung, Kleingewerbe und Landwirtschaft“.
(HUMANA-Infodienst)

HUMANA Österreich unterstützte 1996 insgesamt 6 Vorhaben in Afrika und Südamerika von Wien aus mit US\$ 359.047,-.

Weiters wurden Projekte in Mosambik, Angola, Sambia und Malawi mit 1.259,96 Tonnen Kleidung unterstützt.

Planen Sie eine Feier?
..dann sprechen Sie mit uns!



Gasthaus Kiefer
Unterparschenbrunn, Tel. 02267/2262

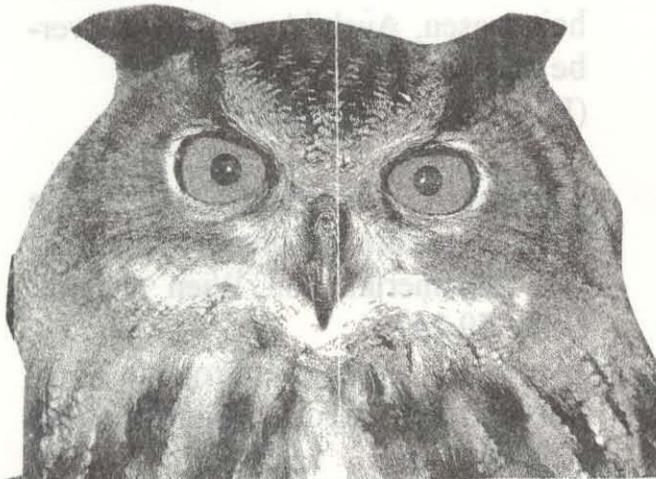
Meine Gemeinde. Meine Bank.



In der Raiffeisenbank Sierndorf sind zur Zeit Fotos zu den Themen „25 Jahre Landeskindergarten in Höbersdorf“ und „Meisterschaftsfeier des SV Sierndorf“ ausgestellt.

Die Angestellten der Raiffeisenbank nehmen gerne Ihre Fotobestellung entgegen.

„Der“ Ausflugstip für den heurigen Herbst



EUROPAISCHER UHU

Haben Sie im Urlaub schon einmal eine Greifvogelschau besucht?

Haben Sie dort die Einzigartigkeit der Landschaft und die Großartigkeit des Schauplatzes bestaunt?

Wenn ja, dann sollten Sie einen Vergleich mit den heimischen Gegebenheiten unbedingt anstellen!

Direkt in unserer Nähe - nämlich vor den Mauern der Burg Kreuzenstein über dem geschwungenen Donautal

können Sie die „Adlerflugschau“ besuchen.

„Berufsfalkner und Ornithologen haben es sich“, wie das Prospekt erklärt, „zur Aufgabe gemacht, Öffentlichkeitsarbeit über zum Teil bedrohte Tiere zu bieten.

Sie haben nicht nur die Möglichkeit, diese nachgezüchteten Greifvögel bei ihren Jagdflügen auf Attrappen zu beobachten und bei ihren waghalsigen Flugmanövern rund um eine der bekanntesten Burgen Europas mitzerleben, es wird Ihnen auch über ihr Verhalten und die Lebensgewohnheiten dieser Tiere berichtet.“

Flugvorführung bis Ende Oktober:

Montag bis Samstag: 11.00 Uhr und 15.00 Uhr

Sonn- und Feiertag: 11.00 Uhr, 14.00 Uhr und 16.00 Uhr

Bei schlechter Witterung ist die Adlerwarte geschlossen.

Eintrittspreise:

Erwachsene: ATS 70,-

Kinder: ATS 50,-

Familienkarte: ATS 190,-

Gruppen(ab 20 Personen):

Erwachsene: ATS 60,-

Kinder: ATS 30,-



SCHREISEEADLER

Sie und Ihre Familie werden 40 unbeschwerte Minuten in einem traumhaften Ambiente verbringen.

DIE DEPRESSION

Im Herbst kommt wieder die Zeit, wo die Menschen vermehrt die Ordinationen wegen Depressionen aufsuchen.

DEPRESSION ODER TRAUER?

Die seelische Befindlichkeit drückt sich als Traurigkeit, Niedergeschlagenheit, Bedrücktheit und in schweren Fällen als das **Gefühl der Gefühllosigkeit** aus. Eine ähnliche Stimmung kann man bei trauernden Menschen finden. Daher ist es sehr wichtig, die Depression von der Trauer zu unterscheiden.

Dazu dienen zwei wesentliche Kernfragen:

1) Können Sie sich über gewisse Dinge noch so freuen wie früher?

2) Fällt es Ihnen so leicht wie früher, Entscheidungen zu treffen?

Depressive Menschen sind unfähig, sich über irgend etwas zu freuen. Zum Unterschied von Menschen in Trauer kann man ihnen daher auch keine Freude machen. Trauernde erfreuen sich noch an Kleinigkeiten wie Blumen oder klassischer Musik.

Depressive können sich **über nichts freuen**. Im Gegenteil – sie leiden dann noch mehr. Geschenke erinnern sie an früher, an bessere Zeiten, in denen sie noch Freude empfinden konnten. Dieses Wissen um den Verlust der Freude verstärkt ihren Leidensdruck und macht sie noch bedrückter.

Die Aufforderung, "sich zusammenzureißen" ist lediglich eine **Qual**, da der Patient diesen Willen, sich zusammenzureißen, nicht kontrollieren kann. Die Verhaltensänderung ist ja vom Betroffenen nicht absichtlich gewollt, sondern die erklärbare Folge einer Erkrankung. Derartige Appelle quälen den kranken Menschen unsäglich, da bewußt wird, etwas scheinbar nicht zu können, was die Umwelt unbedingt fordert.

SELBSTMORDGEDANKEN

Depressive Menschen haben häufig Selbstmordideen und -impulse. Diese sind umso gefährlicher, je mehr sie sich aufdrängen und gegen die eigene innerliche Abwehr stark werden. Es kommt dann zu einem **Ringens zwischen lebensverneinenden und lebensbejahenden Kräften**. Niemand will ein Leben, das schön ist, wegwerfen. Einem elenden Leben jedoch möchte man entfliehen. Aus diesem Kampf zwischen lebensbejahenden und lebensbedrohenden Kräften kommen die Ankündigungen, sich das Leben nehmen zu wollen. Diese Ankündigungen müssen von der Umgebung **immer sehr ernst** genommen werden. Es sollte unverzüglich (auch von den Angehörigen !!) der Arzt aufgesucht werden. Das **rechtzeitige Erkennen** einer Depression und vor allem der Selbstmordgedanken sind die

wichtigsten Aufgaben in der Betreuung depressiver Menschen.

Der **Selbstmordgedanke** wurde früher als eine persönliche Mißachtung des Lebens **völlig fehlverstanden** und von der Morallehre verurteilt. Der Mensch in einer tiefen Depression ist innerlich **nicht frei genug**, nach philosophischen oder religiösen Grundsätzen eine Entscheidung "für oder gegen das Leben" zu fällen.

Die Krankheit drückt auf die Seele wie ein gigantischer Stein. Sie **verurteilt zur Machtlosigkeit**, sich dagegen wehren zu können. Diese tiefe Ausweglosigkeit ist es, die einen Menschen den verzweifeltsten Schritt in den Selbstmord tun läßt. Einem Leben, das scheinbar wertlos ist und für das es keine positiven Veränderungen gibt, wird ein Ende durch Flucht in den Tod gesetzt. Besonders die Angehörigen sind daher aufgerufen, **gewissenhaft** in den betroffenen Menschen **hineinzuhören**, sein Leiden als echte Krankheit zu akzeptieren und so einem völligen Zusammenbruch der Seele behutsam entgegenzuwirken.

DIE ROLLE DES ARZTES

Die ärztliche Rolle besteht zuerst im Zuhören, dann in der positiv emotionalen Zuwendung. Es wird versucht, den seelischen Schmerz des einzelnen aktiv und verständnisvoll mitzerleben. Da sich der betroffene Mensch oft als relativ wertlos und minderwertig erlebt, folgt schließlich das vorsichtige **Hinführen auf positive Aspekte** seines persönlichen Daseins.

Im Wesen der ausgeprägten Depression liegt es, sich selbst wie in einem schwarzen Spiegel und die Umwelt durch eine schwarze Brille zu sehen. Daher erwartet man sich von der Umgebung keine Hilfe und sieht die Zukunft äußerst pessimistisch oder gar hoffnungslos. Es kommt zur Gefahr des Selbstmordes als Flucht aus einem schwarzen Tunnel ohne jeden Lichtschimmer.

DAS THERAPEUTISCHE GESPRÄCH

kann diesen Menschen verdeutlichen, dass das negative Selbstempfinden vielleicht für den Morgen zutrifft, wo es ihnen besonders schlecht geht. Zu Mittag kann die leichte Besserung dieses Zustandes bereits aktiv Lebenshilfe geben. Am Abend zeigt sich oft die beste Verfassung.

So kann etwa eine depressive Hausfrau mittags das Essen wärmen, das sie am Vorabend gekocht hat, während sie am Morgen zu keinerlei Aktivitäten fähig ist. In diesen weniger belastenden Abendstunden ist oft eine aktive Kontaktaufnahme mit Angehörigen und Freunden möglich.

DEPRESSIV FÜR IMMER?

Depressionen sind Krankheiten, und Krankheiten haben eine gewisse Dauer. „Eine Grippe dauert unbehandelt 14 Tage, behandelt aber nur zwei Wochen“, sagt ein alter Witz.

Akute Depressionsphasen dauern durchschnittlich 2-3 Monate. So lange benötigen die anti-depressiven Medikamente, um die Störung an den Schaltstellen der Nerven dauerhaft zu korrigieren. Dann werden die Medikamente wieder langsam reduziert. Es hängt vom Einzelfall ab, ob man sich gemeinsam zu einer Dauertherapie entscheidet oder ein anderer Weg gegangen werden kann. Spätestens mit der Reduzierung der Medikamente ist das **psychotherapeutische Gespräch** eine wichtige und nutzbringende Stütze. Es wird vom behandelnden Arzt oder einem beigezogenen Psychotherapeuten geleitet. Das Ziel ist eine gemeinsame Aufarbeitung der Erkrankung und die **Erstellung eines positiven Zukunftsmodells** für das Leben des betroffenen Menschen.

DIE HAND REICHEN

Auch hier spielt die konstante Begleitung durch die Angehörigen eine sehr wesentliche Rolle. Etwa so, als ob die Seele eines Menschen wieder gehen lernen müsste.

Wir geben einem Kind, das gehen lernt, vorerst ständig die Hand. Immer häufiger schafft es eigene Schritte. Eines Tages benötigt es die Hand nicht mehr und geht von alleine. Ähnlich ist es mit der menschlichen Seele, wenn sie eine Depression überwinden soll.

Wie bei kaum einer anderen Krankheit ist das **harmonische Zusammenwirken aller Beteiligten** - des Arztes, des betroffenen Menschen, der Angehörigen und des Psychotherapeuten - von höchster Bedeutung.

Die **Medikamente sind eine** erste, aber unvermeidbare **Brücke**, die über die schlimmste Zeit hinweghilft. Gleichzeitig beginnt das schrittweise Aufrichten der Seele, an dem sich alle, auch der betroffene Mensch und seine Umwelt, aktiv beteiligen müssen. All diese Möglichkeiten sind Gehilfen für die kranke Seele, die dazu dienen, sie wieder selbständiger Schritte zu befähigen.

Diese Form der Bewältigung eignet sich durchaus positiv als Schlußpunkt auf dem Weg aus der Depression, um das Selbstwertgefühl und eine neue Lebensfreude zu fördern.

Diesen Selbsthilfegruppen ist es in **keiner Weise gestattet**, bestehende **Therapien zu beeinflussen** oder zu ändern. Das wäre höchst verderblich, da die bestehende Arzt-Patient-Beziehung gestört und der Erfolg der gemeinsam erarbeiteten Therapie in höchstem Ausmaß gefährdet würde.

FÜR IMMER MEDIKAMENTE?

Gefährlich ist es in jedem Falle, zu früh oder eigenständig die Medikamente abzusetzen. Wenn man mit der Therapie früher aufhört, kann es sehr leicht zu einem Rückfall kommen, der dann als besonders schlimm empfunden wird. Der besondere Schrecken liegt darin, daß eine neue depressive Phase beginnt. In Wahrheit

ist die alte aber noch gar nicht abgeklungen gewesen.

NACH DER DEPRESSION

Eine überstandene depressive Phase kann einen **Einschnitt im Leben** bedeuten. Sie kann, wie auch eine überwundene Selbstmordkrise, eine Änderung des bisherigen Lebens herbeiführen. Dies setzt zunächst voraus, das man die Depression überlebt hat und eventuelle Selbstmordideen bewältigen konnte. Dazu muß die Depression jedoch erkannt und fachgerecht behandelt worden sein.

JEDER KANN BETROFFEN SEIN

Mindestens **ein Drittel aller Menschen** machen im Laufe ihres Lebens eine schwere Depression durch. Im Wartezimmer des praktischen Arztes leiden durchschnittlich **15%** der Patienten in der einen oder anderen Form an einer Depression. Man sieht es nur nicht immer auf den ersten Blick, denn sie kann sich ja in Schlafstörungen oder Schmerzzuständen genauso zeigen wie in einer dominanten Verzweiflung der Seele.

In Summe ist die Depression unter Umständen zwar eine schwere Erkrankung, die vom Betroffenen nicht ohne Beistand des Arztes und der Familie bewältigt werden kann. Allerdings ist sie gut behandelbar und aus diesem Aspekt heraus kein Grund für lebenslange Ausweglosigkeit.

ZU SPÄT ZUM ARZT?

Auch andere Symptome können charakteristisch sein - so etwa der absolute Pessimismus, die Hoffnungslosigkeit oder sehr ausgeprägte Schuldgefühle.

Deshalb kommen viele Depressive gar nicht auf die Idee, dass sie an einer echten Krankheit leiden. Wer **Schuldgefühle** hat, findet einen Grund dafür. Es erscheint der betroffenen Person somit nicht ungewöhnlich. Wer hat in seinem Leben nicht schon Dinge getan, derer er sich bei Grübelzwang nicht unter Schuldgefühlen erinnert? Dieser Punkt ist ungewöhnlich wichtig, da er vielfach verhindert, dass der betroffene Mensch selbst auf die Idee kommt, sich in Behandlung zu begeben. Gefesselt von den Schuldgefühlen wird die **Krankheit nicht erkannt**.

KÖNNEN DIE ANGEHÖRIGEN HELFEN?

Es ist sehr wichtig, dass sich die Angehörigen an der Behandlung mit Verständnis beteiligen. Sie sind immer **mitbetroffen** und **leiden** daher immer mit. Irrtümlich könnten Angehörige die Depression nicht als Krankheit wahrnehmen oder anerkennen. Sie erscheint ihnen lediglich als lästige Faulheit oder Arbeitsscheue, weil ihnen das

Wissen, der Einblick in diesen Seelenzustand vorerst fehlt.

Für die Angehörigen ist es daher äußerst wichtig, zu wissen und zu verstehen, dass die Depression keine Laune des betroffenen Menschen, sondern eine echte und vor allem gut behandelbare Erkrankung ist. Das Problem einer depressiven Person liegt nicht darin, etwas nicht zu wollen, sondern etwas nicht wollen zu können. Es ist also nicht so, dass dieser Mensch sein Verhalten nicht ändern will, sondern es im Moment nicht ändern kann.

KÖRPERSIGNALE

Es gibt Gründe die verhindern, dass der Mensch selbst die Depression als das erkennt, was sie ist. In vielen Fällen stehen nämlich verschiedene **körperliche Symptome** im Vordergrund, vor allem chronische Schmerzzustände.

Die **Vielfalt** dieser körperlichen Symptome ist **groß, Schlafstörungen** spielen eine große Rolle. Es wäre wenig sinnvoll, sie mit Schlafmitteln behandeln zu wollen. **Chronische Schmerzzustände** können sich in unterschiedlichster Form zeigen: Kopfschmerzen, Nackenschmerzen, Rückenschmerzen, Kreuzschmerzen, Schmerzen in den großen Gelenken oder Druckschmerz im Brustbereich.

Manche Menschen schildern das so: „Ich kann nicht durchatmen. Ich habe das Gefühl, ein

schweres Gewicht lastet auf meiner Brust und meinen Schultern.“ Der Volksmund kennt den Ausdruck „ein schweres Herz haben.“

Andere körperliche Erscheinungsformen können sein: unklare Magen- und Oberbauchbeschwerden, Verstopfung, Durchfall oder Unterleibskrämpfe.

Diese **Symptome** müssen durch eine körperliche Untersuchung **abgeklärt** werden.

VERLUSTE sind die wichtigsten **Kennzeichen der Depression** :

- Verlust der Fähigkeit, Freude zu empfinden
- Verlust des Interesses, auch für Hobbies
- Verlust von Entschlusskraft und Entschlussfreudigkeit
- Verlust der Konzentrationsfähigkeit
- Verlust des Selbstwertgefühls mit Selbstmordideen
- Verlust des Schlafes, Ein- oder Durchschlafstörungen, frühes Erwachen
- Gewichtsverlust
- Libidoverlust, Verlust des sexuellen Interesses
- Verlust der Fähigkeit, zu hoffen und zu glauben

(Dr. Gerhard Schachner, Gemeindearzt)

Unsere hervorragend ausgebildeten Techniker und Handwerker haben schon viele Träume verwirklicht.

Mit Ihren persönlichen Wünschen und Vorstellungen erarbeiten wir von der Planung bis zum Innenausbau eine für Sie maßgeschneiderte Lösung.

Wenn Sie eine Vision haben,

machen wir daraus Ihr Traumhaus.

Und da wir uns seit jeher dem guten alten Handwerk verpflichtet haben, verwenden wir nur die besten Qualitäts- und Massivbaustoffe.

Wir freuen uns schon jetzt auf Ihren Anruf.

GÖTZINGER 
Gesellschaft m. b. H. – 2013 Göllersdorf
Pfarrgasse 39 – Telefon: (02954) 23 21-0

SV Sierndorf in der Gebietsliga!

Mit dem 4. Meistertitel in der Vereinsgeschichte erreichte der SV Sierndorf die Gebietsliga. Somit spielt der SV Sierndorf in der dritthöchsten Spielklasse in Niederösterreich.



(Meistermannschaft 1996/97, 1. Kl. NW; Foto: F. Moser)

Im Kader der Meistermannschaft waren immerhin 12 Eigenbauspieler, die auch heuer wieder das Rückgrat der Mannschaft bilden.

Das erste Heimspiel gegen Deutsch Wagram war ein toller Erfolg. Vor dichtbesetzter Tribüne konnte ein 3:0 Sieg errungen werden.

Eine Bitte an die Sportsfreunde:

„Besucht unsere Heimspiele! Der Erfolg gegen Deutsch Wagram ist sicher auf unser treues Publikum zurückzuführen.“

(Hermann Koy)

PEUGEOT-Fahrer - Achtung!

- Neu- und Gebrauchtwagen **Peugeot 406-Dynamik auf den ersten Blick**
- Eintausch
- Finanzierung
- Leasing
- Service
- Reparatur - § 57a
- Ersatzteile
- Reifendienst
- Zubehör



PEUGEOT

Autohaus Sierndorf

2011 Sierndorf, Bahnstraße 20
Tel. 02267/2275-0

Ihr Peugeot-Partner

Blumenschmuckaktion in Sierndorf

„Altes“ Haus mit Vorgarten:

1. Frau Theresia Dworak
2. Frau Anna Resinger
Familien Reich und Fröhlich
3. Frau Erna Rupp

Schlossstraße 1
Johannesgasse 16
Wiener Straße 7
Blumengasse 9

Haus ohne Vorgarten

1. Frau Olga Drexler
2. Familie Muth
Familie Weidenauer
3. Frau Gertraude Kappler

Johannesgasse 22
Schulstraße 1
Schulstraße 27
Schulstraße 14

Haus (bis ca. 1970) mit Vorgarten

1. Familie Müller
2. Frau Pfneisl und Herr Woditschka
3. Familie Harrauer

Waldstraße 7
Anton-Schwarz-Gasse 20
Berggasse 2

Haus (ab 1970) mit Vorgarten

1. Familie Widy
Frau Grete Fabian
2. Familie Zodl
3. Familie Bauer-Mitterlehner

Bachgasse 63
Waldstraße 12
Bachgasse 59
Anton-Schwarz-Gasse 47

Neues Haus (ab ca. 1980) mit Vorgarten

1. Familie Jurkowitz
Familie Koy
2. Familie Tachetzy
Familie Zodl
Familie Wagner
3. Familie Honeder
Familie Feiler

Höllweg 7
Anton-Schwarz-Gasse 35
Silberbachweg 6
Silberbachweg 4
Silberbachweg 2
Anton-Schwarz-Gasse 40
Anton-Schwarz-Gasse 42



Foto: Veit

gartenköchin **Margarete Mortner** anlässlich ihrer 25-jährigen Tätigkeit in unserem Kindergarten Ehrengeschenke der Gemeinde.

Auch unser rekonvaleszenter **Ernst Zodl** wurde für seine 25-jährige Tätigkeit als Gemeindearbeiter geehrt.

Dienstjubiläen

Am Sonntag, dem 22. Juni 1997, fand in Höbersdorf die Jubiläumsfeier „25 Jahre Landeskindergarten Sierndorf - Höbersdorf“ statt.

Im Rahmen dieser Feier erhielten Kindergartenleiterin **Hermi Gruber**, Oberkindergärtnerin **Dorith Haubner** und unsere Kinder-

Wir gratulieren zum 80. Geburtstag:

Schicha Franz	Oberolberndorf 56
Schmöllerl Maria	Senning 34
Hoch Maria	Oberolberndorf 17
Huber Magdalena	Prager Straße 11, Sierndorf

Wir gratulieren zum 85. Geburtstag:

Schmid Maria	Höbersdorf 64
Rauscher Anton	Unterparschenbrunn 29

Wir gratulieren zum 90. Geburtstag:

Lederer Karl	Oberolberndorf 40
Hübl Franziska	Senning 25



Wir gratulieren zur Goldenen Hochzeit:

Bauer Marie und Wilhelm	Untermallebarn 47
Schörg Maria und Karl	Höbersdorf 6
Rapp Margaretha und Robert	Oberolberndorf 114

Wir gratulieren zur Diamantenen Hochzeit:

Zaussinger Maria und Franz	Senning 76
----------------------------	------------

Anlässlich der Feier seines 30-jährigen Priesterjubiläums erhielt **Pfarrer Gerhard Gießauer** aus den Händen von Bürgermeister Gottfried Rauscher und Vizebürgermeister Gottfried Lehner ein Ehrengeschenk der Gemeinde.

Eine Ehrengabe der Gemeinde Sierndorf erhielt auch **Stadtrat Karl Kronberger** aus Stockerau für sein Wirken beim NÖ Hilfswerk.

Als einem der jüngsten Tischlermeister unseres Bundeslandes wurde **Josef Arnauer jun.**, Absolvent der Meisterklasse in Pöchlarn, der Meisterbrief überreicht. Seine Meisterarbeit, ein „Phonomöbel“ aus schwarz lackierter Esche, kombiniert mit wertvollem Birnen- und Wurzelholz, ist in der Auslage des Möbelhauses Arnauer zu bewundern.

Ein Besuch der Gemeindebücherei lohnt sich!

Volksschule, Eingang Schulstraße 5

Dienstag, 17.00 Uhr - 18.00 Uhr

Freitag, 17.00 - 19.00 Uhr

Offenlegung gemäß Mediengesetz vom 12. Juni 1981, § 23, Abs. 1 - 4:

„Gemeinde-Kurier“ - Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: Marktgemeinde Sierndorf, 2011 Sierndorf, Prager Straße 13.

Verantwortlicher Schriftleiter: Karl Falschlehner. Druck: Eigendruck. Verlagspostamt und Erscheinungsort: 2011 Sierndorf