

## Beachvolleyball

Das Beachvolleyballteam Kunert/Dressler, aktuelle heimische Nummer Zwei, konnte sich Ende Jänner intensiv auf die kommende Saison mit dem Betreuersteam (Teamcoach Leonardo da Silva, Athletikcoach

Golf (Kish Island/Iran) das erste Turnier der Saison erfolgreich absolviert. Jetzt stehen wichtige Turniere in Brasilien an, wo es heißt, wichtige Punkte auf der Worldtour zu sammeln. Ein großes Ziel der



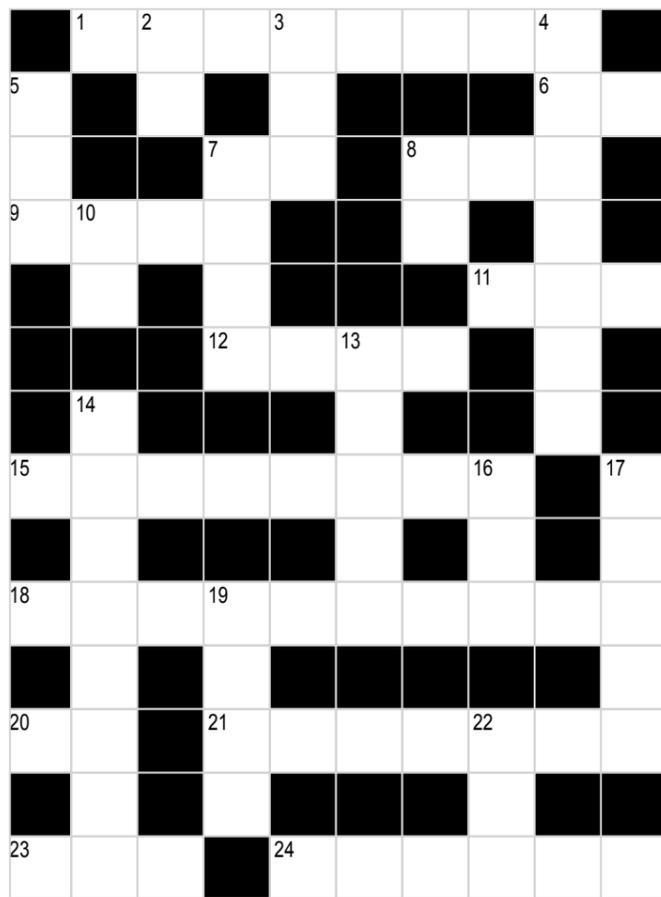
**Trainingslager Gran Canaria:** li>re: Teamcoach Leonardo da Silva, Athletikcoach Mario Suchard, Thomas Kunert, Physiotherapeutin Anne Sass, Christoph Dressler

Mario Suchard und Physiotherapeutin Anne Sass) auf Gran Canaria vorbereiten.

beiden ist es, das Badener Beachvolleyballturnier im Juni als Heimmannschaft zu gewinnen.

Mit einem Rang 9 hat das für den Badener Beachvolleyballverein spielende Duo bei dem FIVB World Tour Open am persischen

Highlight des Jahres wird dann der Continental Cup in Stavanger sein, wo es für das Team um eine mögliche Olympiateilnahme geht. ■



**WAGRECHT:** 1 Tier. 6 Abk.: Aktiengesellschaft. 7 Kfz-Kz.: Gänserndorf. 8 Kfz-Kz.: Cochem-Zell. 9 US-Normungsinstitut (Abk.) 11 Oberster Gerichtshof (Abk.) 12 Tropenholz. 15 Stadtteil von Baden. 18 Farn. 20 chin. Buddha, Religionsstifter. 21 Oper v. Strawinsky (2 Worte). 23 Kfz-Kz.:Afghanistan 24 Ränkespiel/Anschlag/Intrige/List. **SENKRECHT:** 2 Abk.: Rial. 3 Abk.: Abfahrt. 4 Betaubungsmittel. 5 lat.: meine. 7 engl.: Geschenk. 8 Kfz-Kz.: Cottbus. 10 Abk.: Nummer. 13 männl. Vorname. 14 Stadt im Triestingtal. 16 weibl. Fabelwesen, Geist. 17 ital. Stadt u. Tal in Piemont. 19 weibl. Vorname. 22 lat.: Straße, auf dem Weg über.

## Mit Maß ans Ziel

Fitnesscenter freuen sich über den nicht anhaltenden Drang ihrer KundInnen zur körperlichen Selbstoptimierung. Jakob Diallo ist Fitnesstrainer

aus Baden und rät vor allem Anfängern und jugendlichen Sportbegeisterten zu professioneller Beratung: „Inkorrekte Übungsausführung kann zu schweren Folgeschäden oder sogar Verletzungen führen.“ Trotzdem hält er Fitnesstraining für eine ideale Möglichkeit, seinen Alltag problemlos zu bewältigen: „Jede Person, die ihren Körper regelmäßig in Bewegung hält und auch bewusst mit dem Thema Ernährung umgeht, hat es im täglichen Leben um ein Vielfaches leichter.“ ■



**Jakob Diallo in Aktion**  
Foto: Michael Baumgartner

WAGRECHT: 1 ARMADILLE, 6 AG, 7 GF, 8 COC, 9 ANISI, 11 OGH, 12 TEAK, 14 UTC, 15 LEESDORF, 18 ENELSUSS, 20 FO, 21 LAMAVRA, 23 AFG, 24 KABALE, SENKRECHT: 2 RL, 3 ABF, 4 LACHGAS, 5 MEA, 7 GIFT, 8 CB, 10 NR, 13 ALOIS, 14 BERNDORF, 16 FEE, 17 AOSTA, 19 ELLY, 22 VIA.

IMPRESSUM: Medieninhaber & Herausgeber: Verein „MEIN BADEN“, Grabengasse 29/1, 2500 Baden. Mail: extrablatt@meinbaden.at

**Tischlein deck dich** mit Helga

Jeweils 19 Uhr, Volksschule Pfarrplatz

Mi, 13. APRIL Sind Kohlenhydrate Dickmacher? MMag. Gerti Jaksch-Fliegenschnee

Mi, 11. MAI Woher Eiweiß, wenn nicht Fleisch? MMag. Gerti Jaksch-Fliegenschnee

# Das Helenental muss gerettet werden!

Unterschriftenliste liegt bei

Das geplante Straßenprojekt „Spange Alland Ost“ wird noch mehr Verkehr ins Helenental bringen.



## Schnapsidee der Verkehrsplaner:

Eine 700 m Asphalttschneise im Wienerwald spaltet. Rund die Hälfte erwartet sich eine Entlastung im Ortsgebiet Alland und bedenkt nicht, dass es zu einer Mehrbelastung durch Mehrverkehr in Baden an der B 210 kommen wird. Daher zum Schutz von Mensch und Natur: Stopp dem Projekt „Spange Alland Ost“!

**RADBÖRSE** Samstag, 9. APRIL ab 9 Uhr

**IN BADEN**

**THEATERPLATZ, BADEN**

## Ruinenpflege auf Rauheneck am 1. Mai

Auf Initiative von GR Christian Ecker (Grüne) findet eine gründliche Ruinenpflege am 1. Mai 2016 statt. Treffpunkt der AkteuInnen ist um 10 Uhr am Weilburgplatz. Außerdem gibt es ab 09:30 ein gratis BEA (Elektro) Taxi vom Josefs- zum Weilburgplatz. Taxi-Anmeldungen unter: [ecker.c@gmx.net](mailto:ecker.c@gmx.net). Für Imbiss und Getränke ist gesorgt. ■



**Jetzt red' i**

**„Begleit-Gruppe Baden“ vor den Vorhang!**

Sie sind eine Tatsache: Flüchtlinge vor den Türen Europas.

Was tun? Diese Frage beherrscht die Medien, und deren Berichte sind ermühtend. In Brüssel werden Konzepte entworfen, diskutiert und wieder verworfen. In Wien wird verschleierte, denn Grenzmanagement und Obergrenzen bedeuten Zäune und Rechtsverstöße. Quer über den Kontinent wird mit dunklen Emotionen gespielt, um politisch billig zu punkten. Das alles hat es in sich, den Glauben an Europa zu verlieren.

Doch da gibt es noch jene, die die Not der Hilfesuchenden an sich heranlassen, mit Empathie auf das Klopfen an unsere Türen reagieren: Selbstlos investieren sie Lebenszeit, Energie und Phantasie in die Aufnahme und Integration von Menschen, die vom Krieg und dem Verlust ihrer Heimat gezeichnet sind. Auch Baden kennt solche Menschen; sie nennen sich „Buddy-Gruppe Baden“, sind über Facebook vernetzt und erwecken den Eindruck der Unermülichkeit. Ihr Tun zu verfolgen tut gut, hält den Glauben an ein Abendland der Menschlichkeit wach.

Von Rauhenstein



**Offenlegung von Wahlkampfkosten: Gesetze gelten auch für Trenner**

Trenner macht Wahlkampf-kosten aber nicht öffentlich. Gesetze gelten offenbar für ihn nicht. Sanktionen sind nicht zu befürchten (lt. RH Präsident Moser). Ob das seine Wähler gutheißen? ■

**Stadthaushalt: G'scheit sparen, bitte!**

Die Stadt muss sparen. Gut. Aber bitte mit Hirn und dort, wo es sinnvoll ist! Nicht nur Abgaben erhöhen! Es muss alles hinterfragt werden. Von A-Z. Und dann entscheiden, was wirklich zur Lebensqualität beiträgt. ■



**Wir sind Brücke** Die Story von der Löwenbrücke

„Brückenbauer“ – eine sehr positiv besetzte Bezeichnung. Welche öffentliche Persönlichkeit fühlt sich nicht wohl in der meist von der Gesellschaft verliehenen Rolle der Brückenbauerin? Ihr Handeln verbindet Kulturen, Glaubenssätze oder politische Strömungen.

Die Stadtgemeinde Baden fühlt sich in der Rolle der Brückenbauerin nicht ganz so wohl. Eine der Vorgängerbrücken zur heutigen Löwenbrücke, die Luisenbrücke, stürzte am Tag der feierlichen Eröffnung im Juni 1815 ein. Bis die heutige „Löwenbrücke“ 1897 erbaut wurde, wurden zwei Holzbrücken ein Raub der immer wiederkehrenden Hochwässer.

Lange Zeit war die Brücke im Zuständigkeitsbereich der NÖ Landesregierung. 1992 wurden vom Land die letzten Instandhaltungsarbeiten durchgeführt, um sie dann an Baden zu verschenken. Empfänger des Geschenks:



Trenners aktueller „Wir Badener“ Spitzenkandidat Prof. August Breininger.

Der Autor dieses Textes ist nicht sehr breit gebaut und fährt ein handelsübliches Fahrrad. Dennoch: im Bereich Sauerhof ist auch mir die Weilburgstraße zu eng. Umso erfreuter bin ich über das Halte- und Parkverbot an der Schwachseite. Für mich als Radfahrer ergibt sich also auch

ein Sanierungsvorteil. Ich kann jetzt mit meinem Fahrrad mühelos den gesetzlichen Mindestabstand beim Überholen eines Autos einhalten. Wäre schön, wenn es nach erfolgreicher Sanierung der Löwenbrücke so bliebe. ■

**Sanierungsfakten:**  
Denkmalschutz: ja  
Gesamtkosten: 700.000 €  
Fertigstellung: August 2016

Na hallo zusammen, darf i mi kurz vorstellen: Ich bin's, die Sissi von Baden. Ich darf hier immer wieder schreiben, was mia so auffoid in Baden. Und des in der Mundart. Derf des überhaupt sein in der Stadt? I sag ja, weil die Sissi von Baden darf alles. Ich hab ja scho a gewisses Alter und viel erlebt. Drum fällt mi a auf, dass in Baden gerne nörgeln und verzagen. Des mag i gar net, bin i do fröhlich und trink a manchmal a Achterl. Des fällt ma auf bei uns in der Stadt: Die Heurigen san echt gut drauf und gar net teuer - des

**Wos mia so auffoid...**

is leiwand. A bisserl alt, wie gesagt, bin i ja scho. Drum, wenn's schneit, bin i froh, wenn es gut geräumt ist. Aber Leut', a bisserl weniger Salz derf's schon auch sein. Bis zum nächsten Mal! Und aufgepasst: I bin viel unterwegs und schau mi um.

Eure Sissi

**Garteln...**

**Bio-Dünger selbst gemacht**

Für den Garten gilt: Gartenkompost generell ist reiche Nahrung für Pflanzen. Einfach untermischen und mit Erde bedecken – voilà. Doch gerade Topfpflanzen brauchen ein Extra an Nahrung. Dazu haben wir einfache, biologische Tipps:

- **Zerkleinerte Brennnesseln** - vor dem Pflanzen ins Pflanzloch geben – kräftigen!
- **Eierschalensud** fördert das



Wachstum von Zimmerpflanzen, wenn alle paar Wochen damit gedüngt wird. Dafür zerkleinerte Eierschalen in einem Topf mit Wasser ca. 3 Wochen ziehen lassen!

- **Gestoßene oder gemahlene Eierschalen** dienen als kohle-saurer Kalk als Zusatzdünger – besonders für Gemüsepflanzen.
- **Gebrauchte Teeblätter** verbessern die Blumenerde: einfach untermischen! ■

**Paul Weiland Haus: Bettbau arabisch**

Nasser Februartag. Soll ich? Lieber nicht! Wer ist P. Weiland? Fremde Leute! Sprache? Unangenehmes Gefühl! Egal, ich fahre; Radkette springt raus! Glückstag? Motivierte HelferInnen, interessante Gespräche, Gänsehautfeeling. Bettbau: mühsame 45 Minuten – arabische Anleitung – 23 Minuten; Bestzeit! Glückstag! ■



**Fahradunterbringung am Bahnhof Baden: Doppelstock-System mit Tücken**

Seit Ende letzten Jahres bieten die modernen Radständer im Doppelstock-System am Bahnhof Platz für 488 Fahrräder. Doch diese neue Art der Fahrradunterbringung sorgt nicht bei allen FahrradfahrerInnen für Begeisterung. Einige, vor allem ältere Damen, beklagen sich darüber, dass es ihnen kaum möglich sei, die schweren Vorrichtungen aus der oberen Etage zu bedienen. ■

**Allander „Spange Ost“**

Es ist bewiesen, dass jede bauliche Maßnahme im Helenental die Durchfahrtszeiten senkt, mehr Verkehr anlockt. Daher muss das Problem an der Wurzel gepackt werden: Keine „Spange Alland Ost“!

Da das Land die Volksbefragung in Alland für null und nichtig erklärte, muss die Lan-

desregierung über das Projekt entscheiden. Die härteste Gegnerin des Projekts Helga Krismer: „Die Millionen sollen für Tourismusprojekte im Naherholungsraum verwendet werden. Das bringt allen was! Der Wienerwald braucht die breite Unterstützung der Bevölkerung.“ Auf baden.gruene.at ist die Petition zu finden. ■

**Ernährung – gewusst wie**



Woraus besteht Essen überhaupt? Damit beschäftigt sich eine Veranstaltungsreihe mit dem Titel „Tischlein deck dich“, initiiert von Helga Krismer. In der Volksschule Pfarrplatz wird über die Nährstoffe in unseren Lebensmitteln berichtet. Bei der Fülle an Trends und Diäten verliert man leicht den Überblick. Was täglich auf

unseren Tisch kommt, bereiten Expertinnen in einer „Schulstunde“ auf. Ebenso wird Durchblick im Logo-Dschungel gegeben. ■

**Die nächste Termine:**

- Mi, 13.04.**, Sind Kohlehydrate Dickmacher? (MMag. Gerti Jaksch-Fliegenschnee)
  - Mi, 11.05.**, Woher Eiweiß, wenn nicht Fleisch? (MMag. Gerti Jaksch-Fliegenschnee)
- 19 Uhr, Volksschule Pfarrplatz

**Aus der Kuchl...**

**Veganes Chili sin Carne**  
**Zutaten:**  
1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, Olivenöl, 3 Kartoffeln, 250 g rote Linsen, 2 Gemüsesuppenwürfel, je 1 Dose Mais und Kidneybohnen, 1 Packerl passierte Tomaten, Paprika- und Chilipulver.  
**Zubereitung:** Die Zwiebel fein schneiden und in einem Topf mit dem Öl anschwitzen, die Knoblauchzehe gepresst hinzufügen.

Die geschälten Kartoffeln würfeln, die Linsen waschen; beides in den Topf geben. Mit dem Liter Gemüsesuppe aufgießen und ca. 25 Min. köcheln lassen; dann den Mais und die Bohnen dazugeben. Nach Belieben mit passierten Tomaten verdicken und mit Paprika- und Chilipulver würzen. Bei Bedarf noch salzen und mit Tamari im Geschmack abrunden. Abschließend können junge Erbsen beigegeben werden. ■

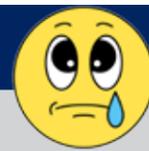
**Baden lacht ...**



Der Grüne Markt in Baden ist etwas Einzigartiges. So etwas gibt's in keiner anderen Gemeinde in Niederösterreich in dieser Form. Die Menschen fühlen sich wohl, kehren ein und kaufen gerne ein. Zu verdanken haben wir das unter anderem auch den einzelnen Betreibern der „Hütten“ am Markt. Sie zeigen sehr viel Engagement und Liebe und lassen sich immer etwas Neues einfallen. Man merkt deutlich: Das Leben pulsiert. Neu am Grünen Markt gibt es nun „Das Fischhaus“.



Die Familie Ackerl bietet hervorragende Qualität und die Auswahl ist riesig und immer frisch. Baden lacht und freut sich. ■



**... Baden weint**

Immer wieder hört man Klagen: In Baden gebe es keine Parkplätze, alles sei verparkt. Und teuer sei es auch, sagen viele. Da erscheint es seltsam, wenn auf einer riesigen Fläche, die früher als Parkplatz der Allgemeinheit zur Verfügung stand, nun ein Privater alleine drauf sitzt. Die Fläche Richtung Helenental kennt mittlerweile jeder, auch dass sie immer leer steht. Jetzt wird sie auch noch mit Transparenten zugedeckt, auf denen die Gebühr zu lesen ist.



Die Asphaltwüste steht nun leer, viele ärgern sich, viele wundern sich. Einem privaten Betreiber scheint dies alles egal zu sein. Was denkt er sich nur, fragen wir mal.

Baden weint! ■