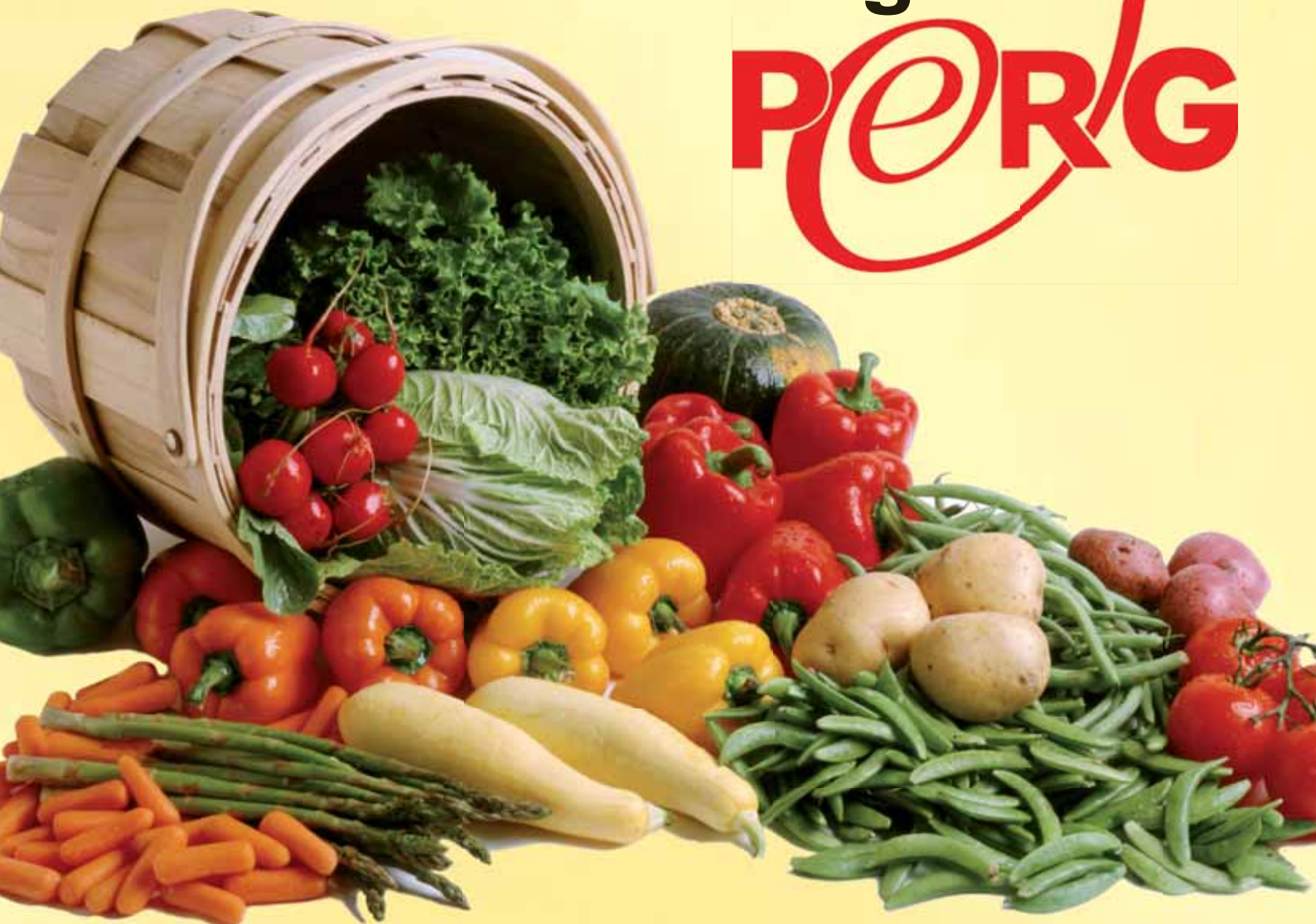


# Perger Info

Das Magazin für alle PergerInnen

## Frischer Dienstag in

# PERG



### REGIONAL - BEWUSST - GESUND

*S chöne S ommerferien wünschen allen Pergerinnen und Pergern*

Bürgermeister Toni Froschauer, die ÖVP Gemeinderäte und die ÖVP Stadtparteileitung

ÖVP Frauen  
propagieren „Frischen Dienstag“  
Seite 2-3

VS Perg  
Beste Schule im Land  
Seite 4

Hochwasserschutz  
Seite 5

VINUM 2010  
am 7. August  
Seite 16



## ■ Grün & cool: ÖVP Frauen starten Gesundheitsprojekt

„Frischer Dienstag“ ab sofort in Perg – Perg ist erste Stadt Österreichs, die einen fleischlosen Tag einführen will.

Die Zeitungen, das Fernsehen, hunderte Kochbücher und noch einmal hunderte Ratgeber sind voll mit guten Ratschlägen für eine vernünftige Ernährung. Papier ist bekanntlich geduldig – die ÖVP Frauen machen „Nägel mit Köpfen“.

Für manche vielleicht der berühmte Tropfen auf dem heißen Stein, für die anderen womöglich Einmischung in ihre Privatsphäre und hoffentlich für viele ein lange erwarteter Anstoß zur gesünderen Ernährung, weil ihnen ihre Gesundheit, die Gesundheit ihrer Kinder oder Enkelkinder nicht egal ist.

**Und genau auf die setzen wir: Machen Sie mit beim „Frischen Dienstag“ in Perg.**

Einen Tag in der Woche für den Klimaschutz und die eigene Gesundheit – das ist relativ wenig - 52 Tage im Jahr das ist relativ viel!

Vorbild für diese Aktion sind die deutsche Stadt Bremen und die belgische Stadt Gent, die dieses Projekt als erste in Europa realisiert haben. Fleisch hat eine schlechtere Klimabilanz als Gemüse. Das heißt aber nicht, dass mit erhobenem Zeigefinger gegen den Fleischkonsum gewertet wird. Fleisch ist gesund und enthält wichtige Nährstoffe. Es geht nur darum, beim Essen genauer hinzuschauen, sich auf regionale Pro-

dukte zu besinnen und am „Frischen Dienstag“ auf Fleisch zu verzichten. Wenn Sie am Dienstag Geburtstag haben oder eine andere Feierlichkeit geplant ist, dann nehmen Sie in dieser Woche eben einen anderen Tag. Normalerweise sollten Sie beim Dienstag bleiben, die Regelmäßigkeit sollte uns in „Fleisch und Blut“ übergehen. „Als Konsument sollte man beim Einkaufen von Fleisch auf das AMA Gütesiegel achten, da greift man garantiert zu einem österreichischen Produkt, unterstützt zugleich die Bäuerinnen und Bauern aus der eigenen Region und leistet einen wesentlichen Beitrag zum Klimaschutz“, so Stadträtin Rosi Ferstl. Wenn man nicht so oft Fleisch isst, dann kann man auch einen höheren Preis für ein gesünderes Stück besser verkraften“. Im Winter sollten wir das Gemüse kaufen, das aus unserer Region stammt - Erdbeeren aus Spanien oder Spargel aus Peru muss nicht sein – alles zu seiner Zeit - Spargel gibt's bei uns frisch sechs Wochen lang aus dem Marchfeld und aus unserer Partnerstadt Schrobenuhausen und Gemüse gibt es aus dem Machland vor unserer Haustür.

Es geht um Rückbesinnung – auf den guten Sonntagsbraten den die Großmütter früher als etwas Besonderes auf den Tisch brachten. Wir wollen in Perg den Dienstag zum fleischlosen Tag machen, den Dienstag haben wir gewählt, weil an diesem Tag das Gemüsestandl präsent ist und weil am Montag oft Fleischreste vom Sonntag verzehrt werden. Einladen werden wir alle Schulen, die auch im Kochunterricht

einen „fleischlosen“ Schwerpunkt setzen sollen, die Kindergärten, die Betriebsküchen, das Seniorenheim, die Gasthäuser, die an diesem Tag mindestens ein fleischloses Menü anbieten sollten, und natürlich und das ist uns besonders wichtig: alle Perger Haushalte.

Mit diesem Vorhaben wollen wir zwei Fliegen mit einer Klappe schlagen: zum einen soll damit der ökologische Fußabdruck verringert werden und zum anderen sehen wir dies auch als Maßnahme gegen Übergewicht und ungesunde Lebensweise.

Damit wir eine gewisse Breitenwirkung erreichen, werden wir eine Homepage einrichten, auf der sich alle, die mitmachen eintragen können. Wenn Sie einverstanden sind, veröffentlichen wir auch gerne Ihre Meinung, die Sie uns per E-mail zuschicken oder auf der anhängenden Postkarte in den Bürgermeister-Briefkasten beim Gemeindeamt einwerfen.

Ab sofort sollen alle Pergerinnen und Perger am Dienstag auf Fleisch verzichten. Freiwillig natürlich aber ihrer Gesundheit zuliebe: Machen Sie mit! – Perg soll die erste Stadt Österreichs werden, in der dieses ehrgeizige Projekt durchgeführt wird.

„Wir werden darauf drängen, dass unsere Vorschläge im Gemeinderat behandelt und entsprechende Beschlüsse gefasst werden“, so die Stadtleiterin der ÖVP Frauen und Initiatorin des Projektes „Frischer Dienstag“ Stadträtin Gabriele Jungwirth.

## ■ Es darf nicht wahr sein

**Jamie Oliver**, der Koch der dafür berühmt wurde, weil er in den verschiedensten Regionen Europas mit einheimischen Produkten die einfachsten Gerichte „zaubert“, bekochte auf eigene Kosten englische Schulkinder, um ihnen gesündere Ernährung näher zu bringen. Die Kinder durften ihm dabei helfen. Dabei kamen Dinge in das Essen, die sie noch nie vorher in natura gesehen

hatten: Karotten, Paprika, Kraut, verschiedene Salate, Kräuter und vieles mehr. Er hatte aber die Rechnung ohne den Wirt – d.h. ohne die Mütter gemacht: Die konnten sich nicht damit abfinden, dass ihre Sprösslinge auf Chips und Hamburger verzichten sollten und warfen kurzerhand das „Lieblings-Fettessen“ über den Zaun der Schule. Armer Jamie, er hats nur gut gemeint!



## „Bewegte BESSER-ESSER“ - vorbildlich die VS PERG

Die Gesundheit – ohne sie ist alles nichts!

Beengte Räume, Fast-Food und Mangel an Spiel und Sport machen Kinder krank.

Laut WHO erfreuen sich längst nicht alle Kinder eines Wohlbefindens in körperlicher, emotionaler und sozialer Hinsicht.

Es ist uns ein Anliegen, Schule als LEBENSRAUM neu zu gestalten.

Schule ist nicht nur ein Ort des Erwachsenwerdens und der Bildung.

Ein tragender Teil unserer Schulkultur soll auch die Vermittlung eines GESUNDEN LEBENSSTILS sein.

Mit Beginn des neuen Schuljahres 2010/11 wollen wir – mit „FRISCHEM WIND“ – für gesunde Verhältnisse am Lern- und Lebensort Schule sorgen.

Das Projekt „Frischer Dienstag“ ist eine ideale Ergänzung zu unserem Schulprojekt „Bewegte BESSER-ESSER“.

„Gesunde Verhältnisse“ schaffen heißt, Kindern nachhaltig Angebote zu vermitteln:

Kinder brauchen...

- regelmäßige Bewegung,
- abwechslungsreiche Ernährung,
- soziale Anerkennung und Selbstvertrauen

**Bewegung gibt Leichtigkeit – Esskultur verschafft Genuss – Selbstwert gibt Lebensfreude!**

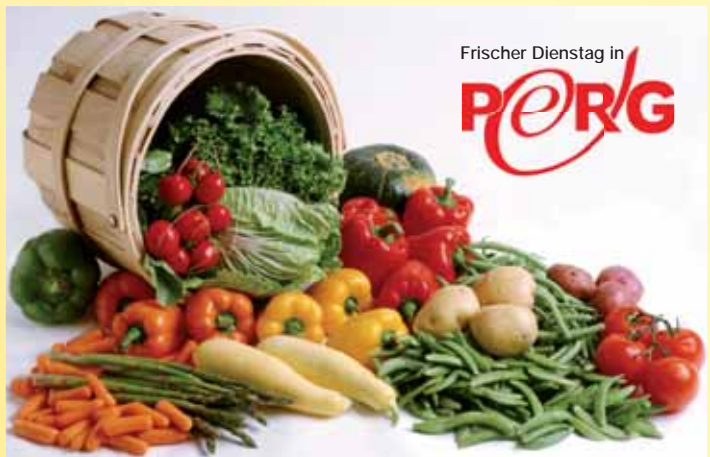
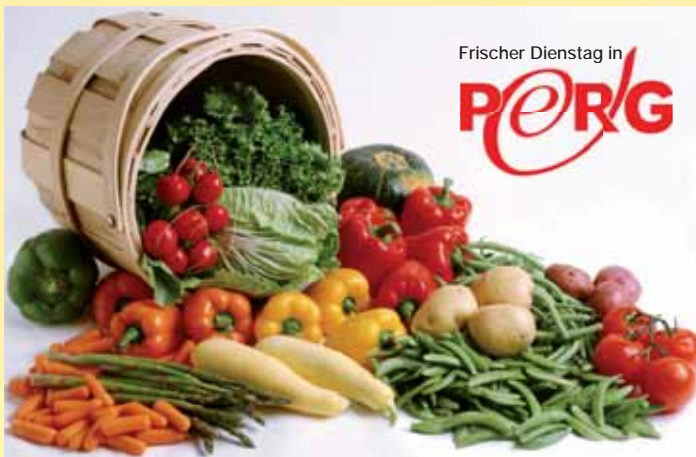
Elisabeth Löger



### Was sagt der Arzt zum „Frischen Dienstag“: Kinderarzt Dr. Edwin Schwarzinger

*Ich begrüße Ihre Idee einen fleischlosen Tag in Perg einzuführen. Ernährungswissenschaftlich gesehen sollte Fleisch ohnehin nur 2-4 mal pro Woche auf dem Speiseplan stehen. In der heutigen Kost ist das Verhältnis der Hauptnährstoffe - Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate - meist zu Ungunsten der Kohlenhydrate verschoben. Durch den überhöhten Fleisch- und Fettkonsum werden zu viel tierisches Eiweiß, tierisches Fett und Cholesterin zugeführt, aber zu wenig Kohlenhydrate in Form von Getreideprodukten, Obst und Gemüse. Ziel einer gesunden, ausgewogenen Essensphilosophie ist es weder, dem Kind sein Wienerschnitzel, noch dem Liebhaber von Hausmannskost seinen Schweinsbraten zu verbieten. Was uns aber klar sein muss ist, dass solche Schmankerl eben in Maßen genossen werden sollten. Auf die Menge, Auswahl und Kombination kommt es an.*

**TIPP: Schneiden Sie Ihr Brot dicker und tragen dafür den Belag oder Aufstrich dünner auf. Lassen Sie sich davon überzeugen, dass Vollkorngebäck auch trocken sehr gut schmeckt. Fleisch als „Beilage“ reichlich ergänzt durch Gemüse, Kartoffeln, Naturreis sind ideal.**



#### Ich/Wir machen mit!

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Personen im Haushalt

Meine/Unsere Meinung zum „Frischen Dienstag“:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Ich bin damit einverstanden, dass Sie meine Adresse und meine Meinung zum „Frischen Dienstag“ in Ihren Medien veröffentlichen.

Unterschrift \_\_\_\_\_

#### Ich/Wir machen mit!

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ Personen im Haushalt

Meine/Unsere Meinung zum „Frischen Dienstag“:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Ich bin damit einverstanden, dass Sie meine Adresse und meine Meinung zum „Frischen Dienstag“ in Ihren Medien veröffentlichen.

Unterschrift \_\_\_\_\_

## ■ Unsere Volksschule ist die Beste im Land

Vor drei Jahren wurde an der Volksschule Perg mit der integrierten Ganztagesbetreuung begonnen. In dieser Schulform ergänzen einander gegenstandsbezogener Unterricht, individuelle Lernzeit und Freizeitbereich (einschließlich Verpflegung) in Form eines pädagogischen Gesamtkonzeptes. Im Herbst 2010 startet die 5. EVA Klasse. „EVA“ steht für „EigenVerantwortliches Arbeiten“. Nach einer strengen Überprüfung mehrerer Schulen durfte sich die Volksschule Perg als „Best Practice“-Schule im Unterrichtsministerium präsentieren. Das Geheimnis dieses Erfolgs liegt in der Form des Unterrichts. In den EVA Klassen wird der Lehrstoff nicht in einem Vormittagsblock unterrichtet, sondern Lern- und Erholungsphasen lösen einander ab. Direktorin Elisabeth Löger legt besonderen Wert darauf, dass die Kinder nicht „betreut“, sondern begleitet werden. Zwischen den Unterrichtsstunden können sich die Kinder am Spielplatz austoben und dann voller Energie in den Unterricht gehen.

Natürlich werden die Hausaufgaben in der Schule erledigt und die verbleibende Freizeit kann stressfrei im Kreis der Familie verbracht werden. Diese Schulform wird mittlerweile auch von der Wirtschaftskammer Österreich als die beste besonders gelobt. Wir freuen uns, dass der Spielplatz, der von den Kindern gemeinsam mit einem Spielplatzpädagogen geplant wurde, in den Unterricht „miteingebaut“ wird, auch weil sich unsere damalige Stadträtin Erika Muhr besonders für den Bau eingesetzt hat.

Wir wissen, wie sehr sich Elisabeth Löger für dieses Projekt, das anfangs nicht überall positiv aufgenommen wurde, stark gemacht hat und wie sehr ihr „ihre“ Kinder am Herzen liegen. Natürlich wurde aus diesem Anlass auch eine entsprechende Tafel an der Schule enthüllt. Elisabeth Löger aber meint: „Es ist nicht ausschlaggebend, was auf der Schule draufsteht – wichtig ist, dass dieses pädagogische Konzept auch „gelebt“ wird“. Dafür garantieren ihre engagierten Mitarbeiterinnen

Lucia Haruksteiner, Angelika Herbst, Katharina Kastl, Ursula Puchberger, Andrea Starzer und Ulrike Voigt. Wir gratulieren Elisabeth Löger und ihrem Team zu dieser hohen Auszeichnung, danken für ihren großartigen Einsatz und wünschen den Lehrkräften und den Kindern weiterhin viel Erfolg und viel Freude am Lernen.



Elisabeth Löger, Ursula Puchberger mit Bundesministerin Claudia Schmied. Laura Brandl durfte ihre Schulfreundinnen und Schulfreunde in Wien vertreten.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage!  
[www.oevp.perg.at](http://www.oevp.perg.at)

Frischer Dienstag in  
**PERG**



Bitte das ausgefüllte Kärtchen in den **Bürgermeister-Briefkasten** vor dem Stadtamt werfen oder bei unseren **GemeinderätInnen** abgeben. DANKE!

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage!  
[www.oevp.perg.at](http://www.oevp.perg.at)

Frischer Dienstag in  
**PERG**



Bitte das ausgefüllte Kärtchen in den **Bürgermeister-Briefkasten** vor dem Stadtamt werfen oder bei unseren **GemeinderätInnen** abgeben. DANKE!