

## Beim Gräbergang an die Verstorbenen erinnert

**Phillipsreut.** Zahlreich besucht waren an Allerheiligen wieder die Friedhöfe, wo die Gläubigen in allen Pfarrgemeinden der Region traditionell beim Gräbergang ihrer Verstorbenen gedachten. Auch in Phillipsreut fand bei zwar windigem, aber ansonsten strahlendem Herbstwetter das traditionelle Allerheiligen-Totengedenken statt.

Das Messopfer zelebrierte Pfarrer Alois Kaiser in der Expositurkirche St. Karl Borromäus, assistiert von Diakon Alois Fuchs, Zeremoniar Walter Schwarz und Josef Weigerstofer an der Orgel. Für Pfarrer Kaiser steht das Fest Allerheiligen und damit der Glaube an die Auferstehung in enger Verbindung mit dem Fest der Heiligen Taufe. Deshalb wurden nicht nur die Gräber mit Weihwasser besprengt, sondern zu Beginn des Gottesdienstes auch die Gläubigen in der Kirche.

In der Predigt benutzte der Ortspfarrer das Bild vom Goldschürfer, der auf der unermüdlichen Suche nach kleinsten Goldstücken sei. Ein derartiges Goldstück habe der Herrgott im übertragenen Sinne in jedem Menschen hinterlegt, nämlich in Form der Fähigkeit und der Bereitschaft zur selbstlosen Liebe. Diejenigen, die von der Kirche als Heilige verehrt werden, hätten dieses winzige Goldstück in sich gefunden und durch ihr Leben zum Strahlen gebracht, so dass sie Vorbild im Glauben und damit in der uneingeschränkten Gottes- und Nächstenliebe seien.

Beim Totengedenken erinnerte Pfarrer Kaiser an die fünf Verstorbenen aus der Expositurgemeinde Phillipsreut seit dem letzten Allerheiligenfest: Karl Schrotten-



baum, Nicole Tekaat, Hedwig Peter, Oswald Schrottenbaum und Franz Peter. Für sie wurde auf dem Volkaltar je eine Kerze entzündet. In besonderer Form wurde – ohne konkreten Anlass – auch derjenigen ungeborenen Kinder gedacht, denen es nicht möglich war, das Licht der Welt zu erblicken. Nach dem anschließenden Gang auf den Friedhof segnete Diakon Alois Fuchs jedes einzelne Grab, während in Gebeten die Verstorbenen erinnert wurde.

Die Ursprünge des Festes Allerheiligen gehen auf das vierte Jahrhundert zurück, um das Jahr 610 ordnete Papst Bonifatius IV. eine Feier zum Gedenken an die Jungfrau Maria und die Märtyrer des

christlichen Glaubens an. Bereits seit dem 9. Jahrhundert ist dieses Fest in der Westkirche für den ersten Tag des Monats November gedacht. Das eigentliche Gedenken an die Verstorbenen war ursprünglich für den Folgetag, den Allerseelestag, vorgesehen. Damit erhält der Monat November entsprechend der spätherbstlichen Jahreszeit seine Note als Toten- und Trauermonat, in dem in Deutschland etwa auch der Volkstrauertag begangen wird. Liturgisch endet der November wiederum ganz hoffnungsvoll mit dem Christkönigsfest, das an die unbegrenzte und über den Tod hinaus reichende Königsherrschaft Gottes erinnert.

– chw/Foto: Weishäupl

## Wie giftig sind unsere Lebensmittel?

Start der Vortragsreihe: Ernährungsberaterin Rosemarie Schreiner referierte

Von Marianne Lechner

**Perlesreut.** Wie giftig sind unsere Lebensmittel – gefangen im Urwald der Zusatzstoffe. Was essen wir da eigentlich mit? Das war das erste Thema einer Vortragsreihe, zu der Diana Scheibelberger als Vorsitzende von Perlesreut gestalterin e.V. und Corinna Ullrich von der Ökomodellregion Ilzer Land die zertifizierte Ernährungsberaterin Rosemarie Schreiner aus Haus im Wald gewinnen konnten.

Schreiner ging der Frage nach, welche chemischen Substanzen wir mit der Nahrung zu uns nehmen und was das für Auswirkungen auf unseren Körper hat. Es ging um Rückstände der Pestizide, die in der Landwirtschaft eingesetzt werden, über die Zusatzstoffe, die von den Lebensmittelherstellern zugefügt werden, bis hin zu den Rückständen aus Verpackungsmaterialien.

Die Ernährungsberaterin ging auf die Ernährungsgewohnheiten und die Lebensweise in westlichen Ländern im Vergleich zu ländlichen Regionen in Indien und Afrika ein und führte weiter aus, dass wir heute viel zu viel Zucker zu uns nehmen würden. „Wir essen mit Vorliebe Auszugsmehle statt Vollkornprodukte. Die Erzeugung von Fleisch und Molkereiprodukten haben wir industrialisiert.“

### Chronische Entzündung als Risikofaktor

Neueste Studien beweisen der Referentin zufolge, dass folgende Krankheiten einen gemeinsamen Nenner haben: Parodontose, Alzheimer, Parkinson, Rheuma, Fibromyalgie, Arthrose, versch. Krebsarten, Arteriosklerose, Morbus Crohn, Morbus Behçetew, Diabetes. Dergemeinsame Nenner laute: chronische Entzündung.

Schreiner ging in diesem Zusammenhang sowohl auf die Omega-3, als auch Omega-6- Fettsäuren ein. Beide sind essentiell, d.h. der Körper kann sie nicht selbst herstellen, sondern muss sie über die Nahrung aufnehmen. Die Omega-6-Fettsäure wird umgewandelt in die Arachidonsäure und wirkt entzündungsfördernd. Sie kommt hauptsächlich vor in Fleisch, Wurst, Sonnenblumen und Maiskeimöl sowie Molkereiprodukten.

Die Omega-3-Fettsäure wird umgewandelt in die DHA (Docosahexaensäure) und wirkt entzündungshemmend. Sie kommt hauptsächlich vor in Fisch, Meeresfischen, Olivenöl und Rapsöl. Beide Fettsäuren wirken als Gegenspieler in unserem Körper und schaffen ein Gleichgewicht. D.h. ein ausgeglichenes Verhältnis zwischen Omega-3 und Omega-6 Fettsäuren ist äußerst wichtig.

Bei unseren Vorfahren war dieses Verhältnis 1:1. Unsere heutige



Zahlreiche Gästefragen beantwortete Rosemarie Schreiner (2. v.l.), hier mit Fragestellern sowie Corinna Ullrich, Diana Scheibelberger und Petra Friedl. – Fotos: Lechner

Ernährung weist das Verhältnis 1:25 von Omega-3 zu Omega-6 auf. Die Menge an entzündungsfördernden Fettsäuren ist damit viel zu hoch, die entzündungshemmenden Fettsäuren reichen nicht aus, um Entzündungen zu bekämpfen, das heißt: Entzündungen werden chronisch, so die Expertin.

Was die Liste von Zusatzstoffen und E-Nummern angeht, meinte Schreiner: „Die Dosis macht das Gift.“ Die gängigsten Zusatzstoffe wie Aspartam, Nitrit/Nitrate, Phosphate, Sulfite, Glutamat wurden von der Ernährungsberaterin aufgezeigt und anhand von mitgetragenen Lebensmitteln, die wir täglich verzehren, im Detail mit Folgeerkrankungen behandelt.

Außerdem ging Rosemarie Schreiner noch auf weitere Stoffe ein, die während des Herstellungsprozesses entstehen und die nicht in den Zutatenlisten genannt werden wie Transfettsäuren und Schwermetalle.

### Krankmacher aus der Verpackung

Ein weiterer Krankmacher der Nahrung ist die Verpackung. Zusätzlich zu den aktiv beigefügten Zusätzen nehmen wir unbeabsichtigt noch weitere chemische Substanzen mit der Nahrung auf, und zwar Stoffe, die aus der Verpackung auf die Lebensmittel übergehen. Es handelt sich dabei hauptsächlich um Bestandteile von Kunststoffen und hier vor allem die Weichmacher.

Fruchtsäuren und Fette der verpackten Lebensmittel lösen diese Stoffe aus den Verpackungen heraus. Als Beispiel nannte Schreiner den Stoff Bisphenol A (abgekürzt BPA). BPA ist ein synthetisch hergestelltes Hormon und entspricht im Aufbau dem weiblichen Sexual-

hormon Östrogen. Jährlich werden drei Millionen Tonnen BPA hergestellt und verbraucht. Es kommt als Antioxidationsmittel v.a. in Plastikverpackungen, Babyfläschchen, Plastikflaschen aber auch in der innwardigen Konservendosenbeschichtung vor.

### Gefahren durch den „Cocktail-Effekt“

Zum Schluss ging die Ernährungsberaterin noch auf den „Cocktail-Effekt“ ein, den das Zusammenspiel von verschiedenen Substanzen in Lebensmitteln auf die Verbraucher haben können. Ein Labor an der Universität Copenhagen forscht seit kurzem daran – jedoch nur in der Kombination von drei Substanzen: einem synthetischen Hormon, einem Fungizid und einer weiteren Chemikalie. Das Ergebnis der klinischen Studie sei äußerst besorgniserregend. Wie sich diese Wechselwirkungen zukünftig auswirken werden, wisse heute noch keiner genau, so Schreiner.

Als Lösung nannte sie, Fertigprodukte zu meiden, selbst und frisch zu kochen, unverpackte Lebensmittel zu kaufen, saisonal und regional zu kaufen, auf die Herkunft und die Verarbeitung der Produkte zu achten und die Zutatenlisten zu lesen.

Ein Vortrag, der offenbar genau den Nerv der Zuhörer traf und so wurde Rosemarie Schreiner im Anschluss noch von vielen Wissensdurstigen mit Fragen und bombardiert. Eine Kostprobe frischer Lebensmittel rundete die Veranstaltung ab.

## Von der Kuh über alte Fenster, bis zum Männerschwätzchen

Ausstellung von Gabriele Henrich zeigt „Wesentliches“

Von Margit Poxleitner

**Freyung.** Ihre Sicht auf die Dinge präsentiert Gabriele Henrich, Mitglied des Kunstvereins Wolfstein, derzeit in der Schalterhalle der Sparkasse Freyung. Bei der Verisage fungierte die stv. Landrätin, Helga Weinberger erstmals als Laudatorin. Und mit ihren französischen, spanischen und italienischen Walzern, Tangos und Musetten setzten die beiden Musikerinnen Sabine Jungwirth und Simone Gruber zu den Bildern perfekte musikalische Akzente.

Gabriele Henrich geht mit offenen Augen durch die Welt. Was ihr auffällt wird fotografisch, oder bildnerisch festgehalten. Bei der Ausstellung „Wesentliches“ kann man mit der Künstlerin einen besonderen Blick auf die Welt erleben.

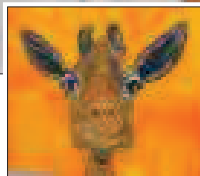
Marktbereichsleiter Peter Sammer begrüßte bei der Ausstellungseröffnung auch SPK-Vorstand Dietmar Attenbrunner, Stadträtin Renate Ruhland und den Vorsitzenden des Kunstvereins Wolfstein Lothar Blitz. Renate Ruhland brachte mit dem Satz von Wilhelm Busch „oft sieht man den, der Bilder malt, nur selten der sie bezahlt“ die Problematik mancher Künstler auf den Punkt. Lothar Blitz, Vorsitzender des KV Wolfstein betonte „Kunst ist Leidenschaft“ und zeigte sich erfreut, dass Kunstschaffende in diesem Rahmen außerhalb von Galerien und Museen Zugang zu einem breiten Publikum bekommen.

Auch die Künstlerin selbst richtete das Wort an ihre Gäste und beantwortete die Frage nach dem Titel der Ausstellung „Wesentliches“. „Für mich liegt der Reiz eines Motivs häufig in seiner Schlichtheit, seinem Charakter oder in seiner Vergänglichkeit.“ Wäscheleinen, alte Wecker und Stühle oder vergammelte Gartengeräte auf Wesentlichen reduziert, erzählen, so Henrich, eine Geschichte und erlauben so einen Einblick in das Leben ihrer Besitzer. Oft hält sie Motive zunächst im Foto fest, das oft die Basis für ein Gemälde bildet.

Laudatorin Helga Weinberger stellte die Künstlerin persönlich vor: Die Wiesbadenerin lebt seit drei Jahren in Freyung, wo sie sich



**Gerne nutzte Dietmar Attenbrunner** die Gelegenheit zum Gespräch mit der Künstlerin. Skepsis oder Grinsen – Beispiel für das künstlerische „Augenzwinkern“ vor allem bei den Tierportraits (kl. Bild). – Fotos: Poxleitner



ihren Lebenstraum verwirklicht, ein Leben mit der Kunst. Schon früh war ihr Werdegang durch die Kunst geprägt. Nach dem Abitur wollte sie eigentlich Kunst studieren, entschied sich aber zunächst für eine kaufmännische Ausbildung. 1980 erlernte sie im Rahmen von künstlerischen Seminaren verschiedene Maltechniken, z.B. die der Öl- und Aquarellmalerei sowie den Umgang mit den Werkstoffen Ton und Porzellan. Gemeinsam mit ihrer Lehrerin gab es erste Ausstellungen. Neben zahlreichen Gemälden und Zeichnungen entstanden in den darauf folgenden Jahren zahlreiche Kleinplastiken aus Keramik. Die heutigen zumeist großformatigen Gemälde entstehen überwiegend in Acryl- oder in Mischtechnik.

Gerne wählte sie neben Alltagsgegenständen auch Tiere als Motiv, wobei sie das Wesen der Tiere gerne mit einem Augenzwinkern ein-

fängt. Besonderen Gefallen fand die Laudatorin am rauchenden, aristokratischen Jagdhund, der sie sehr an einen bekannten deutschen Politiker erinnerte.

Weinberger verwies auch auf die Autorin Gabriele Henrich, die in jüngerer Vergangenheit drei ihrer Satire-Romane selbst illustriert hat. „Die fantastischen Zeichnungen stehen im krassen Gegensatz zur Realitätsbezogenheit ihrer Fotografien und Gemälde“, nach der Devise: je verrückter, grotesker und abwegiger, desto besser, wie die Laudatorin betonte.

Im Anschluss nutzten die Gäste die Gelegenheit, sich eingehend in den Werken der Künstlerin zu beschäftigen und zu vielen angelegten Gesprächen.

Die Ausstellung „Wesentliches“ in der Schalterhalle der Sparkasse ist noch bis zum 11. November zu den üblichen Schalterstunden zu besichtigen.

## Erfolgreich bei der Leistungsprüfung



**Herzogsreut.** Nachdem sich kürzlich der Nachwuchs erfolgreich weitergebildet hatte (PNP berichtete), waren bei der FFW Herzogsreut nun die Erwachsenen an der Reihe. 13 Wehrlor, darunter zwei Frauen, haben ihr Leistungsabzeichen abgelegt. Schiedsrichter waren Kreisbrandinspektor Albert Hilgart und der

2. Kommandant der FFW Phillipsreut Christian Kilger. Im Vorfeld übten die Herzogsreuter mit Ausbilder Willy Drexler, der schon seit langem Jahren die Wehr bei Fort- und Weiterbildungen unterstützt.

Verliehen wurden **Stufe 1 Bronze** an Dominik Herzig, Ben-

jamin Weigerstorfer und Ingo Huber. **Stufe 2 Silber** an Theresa Blöchl und Anna Blöchl. **Stufe 3 Gold** an Michael Trissl und Andreas Herzig. **Stufe 4 Gold-blau** ging an Christian Reichardt, Edi Schwarz und Florian Moritz. **Stufe 6 Gold-rot** erreichten Martin Lenz, Manfred Zellner und Christian Eller, – pnp/Foto: pnp