



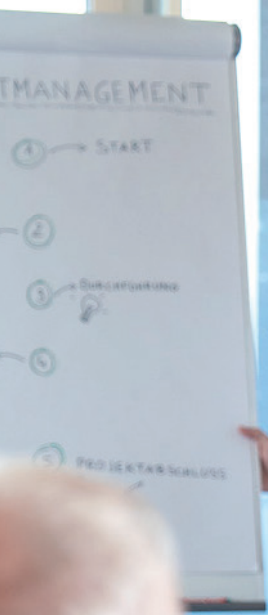
SCHUL.ZEIT

SCHULMAGAZIN DER BBS RÖHRBACH | NR. 76

Preis EUR 2,50 Schüler:innen/Student:innen EUR 2,00



bbs berufsbildende schulen rohrbach		
HAK	HLW	FSD



Innovativ denken

Nachhaltig wachsen

Werde Teil unseres Teams.

Mehr Infos zu unseren
offenen Stellen unter
biohort.com/karriere



Kollektivvertrag
Metallgewerbe



flexible
Arbeitszeiten



kostengünstiges frisch
gekochtes Mittagessen

Wir freuen uns auf deine Bewerbung!
Biohort GmbH, PürNSTEIN 43, 4120 Neufelden
an Mag. Norbert Schiffbänker
bewerbung@biohort.at

INHALT



schul.partner

- 04 Editorial
- 05 Direktion
- 06 Elternverein | SGA

schul.leben

- 08 - 11 BBS Insights
- 20 - 21 Neulehrer:innen
- 19 Besuch aus der Ferne

schul.info

- 12 Sprachreise
- 14 BBS aktiv
- 15 Schüler:innenvertretung
- 23 Ein Tag im Eis-Café Delphin

schul.zeit

- 23 - 25 Gruß aus der Küche
- 26 - 27 Pflanzliche Proteinquellen
- 28 - 29 Zwischen Trend und Gefahr - Nikotin
- 30 - 31 Kultur | Serien- und Filmtipps

schul.sport

- 16 HLW goes CityFit
- 17 Crosscountry-Meisterschaft | Sportturnier
- 18 Skilehrer:innenausbildung

schul.rätsel

- 07 Müllers Rätselspaß
- 13 BBS Brainpower



TITELBILD

Dieses Bild entstand bei den Wien-Tagen der 3FSD

IMPRESSUM

Eigentümer/Herausgeber/Verleger:
HLW/FSD/HAK Rohrbach, www.bbs-rohrbach.at

Redaktionsteam: Nicole Berger, Katharina Beyer, Magdalena Brunnbauer, Magdalena Dobesberger, Tibet Ersoy, Katharina Falkner, Sara Hofmann, Lisa Maria Höglinger, Lena Holzer, Emilie Mattle, Maja Resch, Sophia Steininger, Bettina Leitner, Johanna Kastner

Design & Layout: Magdalena Brunnbauer, Emilie Mattle, Hannah Sonnleitner, Selina Hinterberger, Lisa Höglinger, Julia Breitenfellner

Vertrieb: Dominik Blaschek
Erscheinungsort: 4150 Rohrbach-Berg

Grundlegende Richtung (Blattlinie): Informations- und Diskussionsmagazin der BBS Rohrbach über Aktivitäten und Entwicklungen im Schulbereich sowie in dessen Umfeld. Namentlich gezeichnete Beiträge müssen sich nicht mit der Meinung der Redaktion decken.

Druck: Druckerei Rohrbach

EDITORIAL



Werte Leserin, werter Leser!

Endlich halten Sie wieder eine neue Ausgabe der *schul.zeit* in Händen. In diesem Schuljahr bringt unser neues Redaktionsmitglied Lisa Stöbich als Texterin und Bloggerin frischen Wind und einen professionellen Touch ins Team. Wir bedanken uns bei allen, die an der Gestaltung dieser Ausgabe tatkräftig mitgewirkt haben und freuen uns über altbekannte und neue Gesichter in unserer Gruppe. Julia Breitenfellner ist seit dieser Ausgabe das kreative Mastermind des Layout-Teams. Für die reibungslose Zusammenarbeit von Anfang an möchten wir uns ganz herzlich bedanken.

In der Kategorie *BBS Insights* finden Sie in dieser Ausgabe Berichte zu einigen Projekten des Frei Days, zu Exkursionen sowie zum Dalton-Besuchertag.

Unsere Rubrik *BBS aktiv* informiert über aktuelle Ereignisse an der Schule und berichtet sowohl über die Ergebnisse der Buchhalterprüfung als auch über das Engagement der Schüler:innenvertretung. Darüber hinaus hat eine Diplomarbeitgruppe das diesjährige Schwerpunktthema *Psychische Gesundheit* aufgegriffen und Experten zu einer Podiumsdiskussion ins Centro eingeladen. Abgerundet wird diese Rubrik mit einem Bericht über die Veranstaltungsreihe *Schule trifft Wirtschaft*, in deren Rahmen Paul Lanzerstorfer dieses Semester spannende Einblicke in die Gründung seines Unternehmens *Pulpmedia* gegeben hat.

In der Reihe *Gruß aus der Küche* laden winterliche Schmankerlideen zum Ausprobieren ein. Eine besondere Kooperation hat die Ila HLW im Sommersemester 2025 gestartet. Einen Tag lang hat sie die Führung des *Eiscafé Delphin* in Rohrbach übernommen. Eindrücke dazu finden Sie auf Seite 23.

Kreative Köpfe unseres Teams empfehlen auf den Kulturseiten aktuelle Film- und Serientipps. Das bewährte *Müllers Rätsel* wird in der Winterausgabe der Schulzeit von einer neuen Rätselseite mit dem Titel *BBS Brainpower* ergänzt.

Dank der Unterstützung des Elternvereins haben Schüler:innen der IIIbcHLW die Möglichkeit bekommen, im Zuge eines Fitnessprojekts verschiedene Trainingsprogramme im *CityFit Rohr-*

bach auszuprobieren.

In Kooperation mit dem oberösterreichischen Ski- und Snowboardlehrerverband haben einige Schüler:innen erstmalig die Chance erhalten, die Ausbildung zur Skilehrerin bzw. zum Skilehrer zu absolvieren.

Einer Schülerin unserer Redaktion ist es ein Anliegen gewesen, über das Thema vegane Ernährung zu informieren und über vegane Proteinquellen zu recherchieren. Auf den diesjährigen Themenseiten hat sich ein Team außerdem mit dem Suchtmittel Nikotin auseinandergesetzt. Beleuchtet werden die Wirkung auf Körper und Geist sowie die gesundheitlichen Folgen des Konsums. Auf die zentralen Hürden beim Ausstieg aus dem Nikotinkonsum und die damit verbundenen Entzugserscheinungen wird im Text Bezug genommen. Außerdem wird der Frage nachgegangen, inwiefern der Nikotinkonsum einen aktuellen Trend darstellt.

Psychische Gesundheit kann im stressigen Schulalltag schnell einmal zu kurz kommen. Die Gefahr, in eine Sucht zu schlittern, ist daher allgegenwärtig. Aus diesem Grund appellieren wir, sich bewusst Zeit für mehr Selbstfürsorge und Achtsamkeit zu nehmen. In diesem Sinne möchten wir uns dieses Mal wieder mit einem dazu passenden Zitat verabschieden und wünschen allen ein erfolgreiches zweites Semester, in dem auch im Alltag genügend Energiequellen und Kraftplätze zur Verfügung stehen. Viel Freude beim Schmökern in der *schul.zeit*!

Bettina Leitner, Johanna Kastner & Lisa Stöbich



Der Weg aus der Sucht beginnt mit der Entscheidung, sich selbst wichtiger zu nehmen.

Unbekannt



Liebe *schul.zeit*-Leserinnen und -Leser!

Ich freue mich über Ihr Interesse an der neuesten Ausgabe unserer *schul.zeit*. Sie finden darin wieder eine Vielfalt an interessanten und informativen Beiträgen, die unsere Schüler:innen unter der Leitung von Mag. Bettina Leitner und Mag. Johanna Kastner für Sie verfasst haben. Im heurigen Schuljahr starteten über 180 Jugendliche ihre weiterführende Ausbildung an den BBS Rohrbach, worüber ich mich besonders freue. Dank der erneut angebotenen Sommerschule, der *digi.start-Week*, den Kennenlertagen und der Betreuung durch die Peers wurde ihnen der Einstieg an unserer Schule wieder wesentlich erleichtert.

Zwei ganz unterschiedliche, aber interessante und unterhaltsame Veranstaltungen haben im Oktober stattgefunden: Gedächtnistrainer Manuel Rothwald hat fast schon kabarettreife Auftritte bei Schüler:innen, Lehrkräften und bei Eltern und Gästen geliefert. Einen ganzen Tag lang hat er auf kurzweilige Art Tipps gegeben, wie man sein Gedächtnis aktivieren und trainieren kann. Und in unserer Reihe *Schule trifft Wirtschaft* haben wir mit Paul Lanzerstorfer einen Absolventen unserer Schule gewinnen können, der nun Geschäftsführer der Social-Media-Agentur *Pulpmedia* ist. Er hat unseren Schüler:innen einen spannenden Einblick in die Entstehungsgeschichte des Unternehmens und in die sich rasant verändernden Anforderungen durch neue Entwicklungen im Bereich Social Media gegeben.

Auch heuer haben nach einer intensiven Vorbereitung durch ein Lehrer:innenteam unserer Schule wieder acht Schüler:innen die schriftliche Buchhalterprüfung absolviert, drei davon sogar mit gutem Erfolg. Ich gratuliere herzlich zu diesem hervorragenden Ergebnis.

Bereits zum vierten Mal wird das innovative Konzept des Frei Day an unserer Schule umgesetzt, bei dem die Schüler:innen an selbstgewählten Projekten zu den 17 Nachhaltigkeitszielen der Vereinten Nationen arbeiten.

Im Rahmen eines DALTON-Besuchertages im Dezember haben sich zahlreiche interessierte Lehrkräfte aus acht unterschiedlichen Schulen über zukunftsorientierte Lernkonzepte informieren und sich mit erfahrenen Lehrkräften und Schüler:innen austauschen können.

Das EU-Programm *ERASMUS+* erfreut sich immer größerer Beliebtheit. Rund 13 Jahre lang betreute unsere Kollegin Mag. Isabella Übermayer mit großem Einsatz dieses Programm. Jetzt übergab sie die Verantwortung an Mag. Natascha Mitterlehner-Roth und an Mag. Melanie Neundlinger, die sich mit Feuereifer ans Werk machten und nun Schüler:innen und Lehrkräfte bei *ERASMUS+*-Aktivitäten tatkräftig unterstützen. Herzlichen Dank für dieses besondere Engagement.

Von Landeshauptmann Mag. Thomas Stelzer und von Bildungsdirektor Hofrat Dr. Alfred Klampfer wurde Mag. Maria Ofner-Rothschedl und Mag. Michaela Wundsam für ihr unermüdliches Engagement an unserer Schule der Berufstitel *Oberstudienrätin* verliehen. Ich gratuliere herzlich zu diesen verdienten Auszeichnungen.

Heuer haben rund 2.500 Gäste am 25. Oktober 2025 unter dem Motto *Casino Royale - nach fünf Jahren Glücksspiel endlich zum Jackpot* eine beeindruckende Ballnacht im Centro und im Schulgebäude erlebt. Mein besonderer Dank gebührt allen Schüler:innen der Abschlussklassen, insbesondere dem Ballkomitee, für die professionelle Organisation und dem Elternverein, unter der Leitung von Obfrau Alexandra Raml, für die tatkräftige Unterstützung.

Im Bildungsministerium wird derzeit intensiv an neuen Lehrplänen für die Handelsakademien und auch für die humanberuflichen Schulen gearbeitet. Diese bieten auch für unsere Schulen neue Möglichkeiten, um unsere Ausbildungsangebote zukunftsorientiert zu gestalten. Daher wird in den nächsten Monaten intensiv an den künftigen schulautonomen Schwerpunkten gearbeitet. Das Inkrafttreten der neuen Lehrpläne ist für die Handelsakademien im Schuljahr 2027/28 und im humanberuflichen Bereich für das Schuljahr 2028/29 geplant.

Ich wünsche Ihnen nun viel Freude beim Schmökern in der neuesten Ausgabe unserer *schul.zeit* und uns allen ein erfolgreiches Sommersemester 2026. ””

DIREKTION

ELTERNVEREIN



Geschätzte Eltern, liebe Schülerinnen und Schüler, sehr geehrte Professorinnen und Professoren!

Als Obfrau des Elternvereins möchte ich die Gelegenheit nutzen, um mich herzlich bei allen Familien für die Unterstützung zu bedanken. In diesem Schuljahr sind die Beiträge zu einem sehr großen Teil einbezahlt worden. Mit Ihrer Hilfe tragen Sie dazu bei, unsere Schule zu einem noch besseren Ort des Lernens und des Miteinanders zu machen. Gemeinsam mit Herrn Direktor Berlinger habe ich die Klassen, die am schnellsten einbezahlt haben, mit einem Gutschein im Wert von 85 € überraschen dürfen. Diese sind die IaHLW, IIbHAK, IIIaHLW, IVaHAK, IVaHLW und die VaHAK.

Die Unterstützung, die wir durch Ihre Spenden erhalten, ermöglicht es, zahlreiche Projekte zu realisieren, die den Schüler:innen zugutekommen. Ob es sich um die Finanzierung von Workshops, Ausflügen oder die Anschaffung von Materialien handelt – Jeder Beitrag zählt und macht einen Unterschied.

Die ersten Schulwochen sind geprägt gewesen von der Organisation des Maturaballs. Da Frau Vierlinger und Herr Hötzmanseder, die Vorsitzenden des Komitees, ihr Bestes gegeben haben, konnte, wie ich meine, ein toller

Ball auf die Beine gestellt werden. Der EV hat natürlich den Maturaball und somit die bewundernswerte Arbeit, die die Organisation eines Balles den jungen Leuten abverlangt, gerne finanziell unterstützt. Auf diesem Weg wünsche ich allen angehenden Maturant:innen alles Gute für die bevorstehende Matura.

Eine weitere Aufgabe des Elternvereins ist die Mitarbeit bei SGA-Sitzungen, die alle zwei bis drei Monate stattfinden. Dort werden aktuelle Themen besprochen und diskutiert, und wir können mitbestimmen. Diese Sitzungen sind sehr wichtig, weil man dadurch einen sehr guten Einblick ins Geschehen an der Schule bekommt. An dieser Stelle möchte ich erwähnen, dass ich die Offenheit und Ehrlichkeit aller Beteiligten sehr schätze, und ich freue mich auf die weitere gute Zusammenarbeit.

In diesem Sinne wünsche ich allen ein erfolgreiches Schuljahr. Lasst uns weiterhin zusammenarbeiten, um das Beste für unsere Kinder zu erreichen.

Ich wünsche allen ein gesundes, zufriedenes und erfolgreiches Jahr 2026!

Ihre Obfrau
Alexandra Raml



Schüler:innenvertreter:innen

HLW:

- Schulsprecherin: Lena Holzer, IVbHLW
1. Stellvertreterin: Katharina Steiniger, IVaHLW
2. Stellvertreter: Julian Kraml, IIIaHLW

HAK:

- Schulsprecher: Michael Schütz, IVaHAK
1. Stellvertreterin: Sara Hofmann, IIIbHAK

Elternvertreter:innen:

- Alexandra Raml
Silke Großfurtner
Daniela Meisinger

Lehrer:innenvertreter:innen

- Katharina Grünberger, Michael Schöngruber,
Anja Lindorfer, Karin Schietz, Lisa Stöbich

Antrag auf Änderung der Unterrichtszeit – Entfall der Pause zwischen 7. und 8. UE

Das neue Unterrichtsende ist 15:25 Uhr statt bisher 15:30 Uhr. Mittels einer Abstimmung ist einstimmig beschlossen worden, dass diese Regelung im aktuellen Schuljahr testweise eingeführt wird.

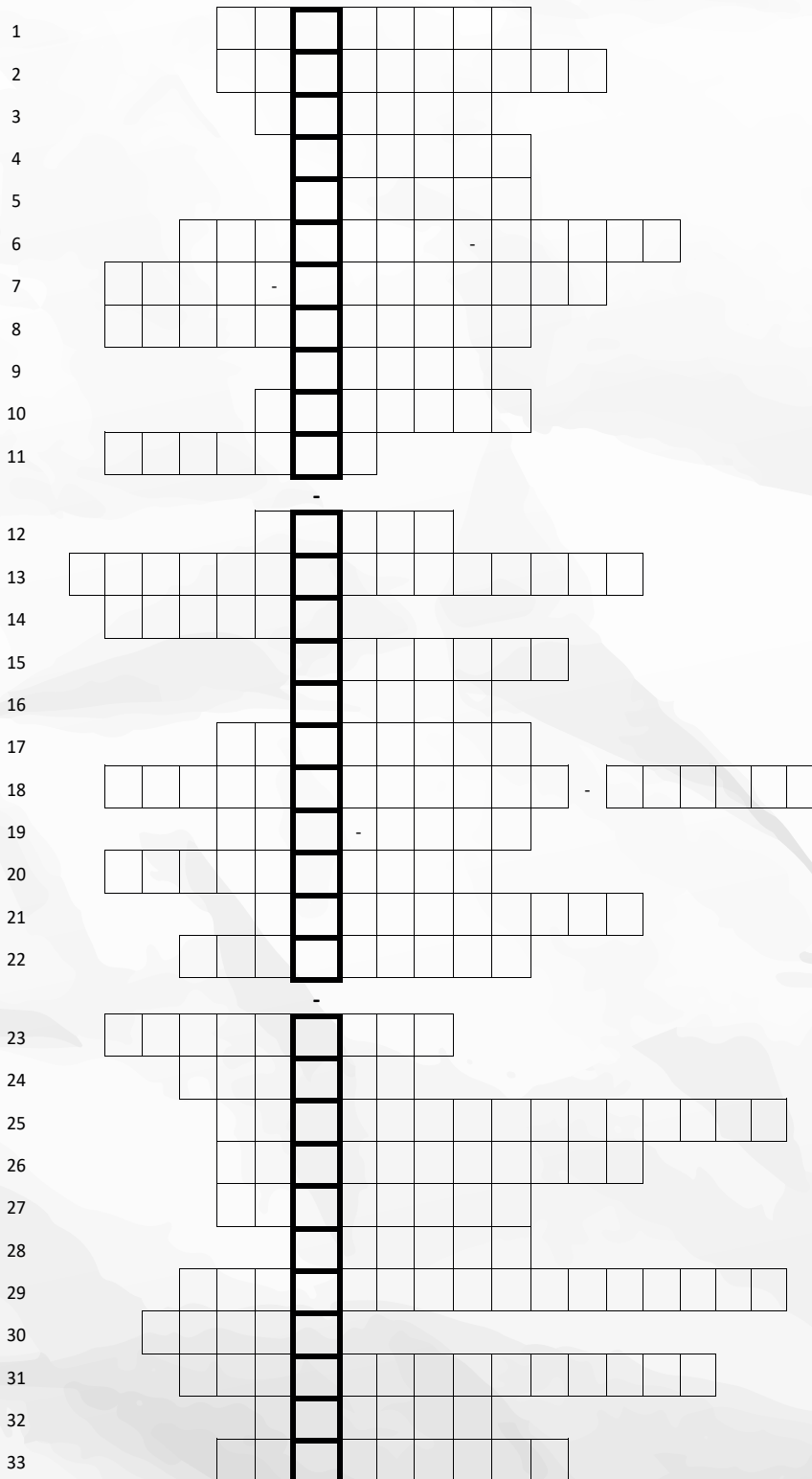
Aktive Lernräume und Raum der Stille

Die Räume sollen für Schüler:innen offen zugänglich sein. Es bestehen jedoch Bedenken bezüglich möglicher Verschmutzung der Möbel und Räumlichkeiten sowie dem Verschwinden von Gegenständen.

Tanzkurs

Gemeinsam mit Herrn Köchler-Hofer wird ein Tanzkurs organisiert. Dieser beginnt im Jänner 2026 und wird im Turnsaal 2 stattfinden.

MÜLLERS RÄTSEL



1. Meldungen, Postings oder Videos mit falschen Informationen, die meistens im Internet verbreitet werden
2. Algorithmus im maschinellen Lernen, der Objekte anhand von Ähnlichkeiten in Gruppen klassifiziert
3. Organ des zentralen Nervensystems des Menschen und vieler Tiere
4. Nervenzelle, die mit Hilfe von elektrischen Signalen Informationen aufnimmt, verarbeitet und weitergibt.
5. Hardware oder eine Software, die Dienste oder Daten für andere Rechner oder Programme bereitstellt
6. Gruppe von 17 chemischen Elementen mit ähnlichen Eigenschaften (2 Wörter)
7. Bereich des maschinellen Lernens, der künstliche neuronale Netze nutzt, um aus großen Datenmengen komplexe Muster zu lernen (2 Wörter)
8. vordefinierte Handlungsabfolgen, die zur Lösung eines Problems dienen
9. Online-Speicherplatz
10. KI-gestütztes Textgenerierungs-Tool
11. Automat, der ferngesteuert oder nach Sensorsignalen bestimmte mechanische Tätigkeiten verrichtet
12. häufiges Open Source-Betriebssystem
13. Prozessor, der die Gesetze der Quantenmechanik nutzt
14. Eingabeaufforderung oder Anweisung, die einer künstlichen Intelligenz gegeben wird
15. Verordnung der EU zu Künstlichen Intelligenz
16. Lehre von der Struktur, den Formen und Gesetzen des Denkens
17. Chemisches Element, das für Prozessoren benötigt wird
18. Teilbereich der KI - aus Daten lernen, Muster erkennen und Vorhersagen treffen (2 Wörter)
19. Technologien zur Verarbeitung und Auswertung riesiger Datenmengen (2 Wörter)
20. Stoff, der entweder als Leiter oder als Isolator für Elektrizität fungieren kann
21. Wissenschaft von der systematischen Verarbeitung von Informationen
22. zentraler Teil eines Computers, der das Rechenwerk und das Steuerwerk enthält
23. eisbedeckter Kontinent
24. hier fand die erste Klimakonferenz COP statt
25. marktwirtschaftliches Instrument zur Reduzierung von Treibhausgasemissionen
26. Lufthülle
27. Schwebewelt des Wassers
28. Zustand der Atmosphäre zu einem bestimmten Zeitpunkt
29. Wirtschaft, die CO₂-Emissionen reduziert oder vermeidet
30. extrem starker Sturm
31. Vielfalt des Lebens auf der Erde
32. Treibhausgas (25-mal so wirksam wie Kohlendioxid)
33. Meeresströmung im Atlantik

BBS IN



Schule trifft Wirtschaft: CEO Paul Lanzerstorfer zu Gast an den BBS Rohrbach

Am Mittwoch, dem 5. November 2025 haben die BBS Rohrbach im Rahmen der Reihe *Schule trifft Wirtschaft* den gebürtigen Rohrbacher Paul Lanzerstorfer, CEO und Mitgründer der Marketingagentur *PULP-MEDIA* (Linz/Wien), begrüßt. Der ehemalige BBS-Schüler, der im Jahr 2000 maturiert hat, hat in seinem Vortrag über seinen Karriereweg, die Gründung seiner Agentur sowie Chancen und Herausforderungen des Unternehmertums berichtet.

Mit authentischen Einblicken und einer motivierenden Botschaft über Leidenschaft, Kreativität und Mut hat er die Schüler:innen der Abschlussklassen begeistert. Für die musikalische Umrahmung haben die *BBS-Singers* unter der Leitung von Herrn Reinhaller gesorgt.

Beim anschließenden Gewinnspiel mit Verkostung des neuen Produkts *Gönnung* haben die Jugendlichen mit dem Unternehmer ins Gespräch kommen können. Unterstützt worden ist die Veranstaltung von der *Raiffeisenbank Rohrbach* und der *FH Oberösterreich*.

Besuch im Tierheim Freistadt und Spendenübergabe

Schüler:innen der IlcHAK haben sich für ihr Frei Day-Projekt auf das Tierheim Freistadt fokussiert. Zuerst haben sie einige Zeit dort verbracht, sich um die Ställe gekümmert, Hunde ausgeführt und mit den Kätzchen gespielt. Später haben sie noch Interessantes über den Alltag erfahren und darüber, wie wichtig Hilfe von außen ist. Der Besuch hat ermöglicht, aktiv mitzuhelfen, viel Neues kennenzulernen und zu sehen, wie viel Einsatz und Engagement in der Arbeit mit Tieren steckt. Daraufhin sind die Schüler:innen und Lehrer:innen an den BBS Rohrbach aufgerufen gewesen, Sach- oder Geldspenden zu sammeln. Erfolgreich konnten diese Spenden im Wert von 450 Euro sowie zahlreiches Zubehör für Tiere im Dezember 2025 an eine der Leiterinnen des Tierheims übergeben werden.



Mia hom uns voi gfreit!



Im November 2025 haben vier Schülerinnen der IlcHLW Behälter zum Sammeln von Pfandflaschen aufgestellt und auf diese Art Spenden gesammelt. Somit hat die Gruppe rund 45 € erzielt. Daraufhin haben sie im Rahmen ihres Frei Day-Projektes *Hilfe für Obdachlose* in Linz Mahlzeiten gekocht. Guten Appetit!

SIGHTS



Besuch im Betreuten Wohnen Julbach



Winterfreude ist der Titel des Frei Day-Projekts dreier Schülerinnen der 3FSD. Am 6. November haben sie erstmalig das Betreute Wohnen in Julbach besucht. Dort haben sie gemeinsam mit den Bewohner:innen Spiele gespielt und sich kennengelernt. Am 11. Dezember hat der zweite Besuch stattgefunden, bei dem Stofftaschen bemalt, Kekse gegessen und selbstgebastelte Weihnachtskarten verschenkt worden sind. Insgesamt hat die gemeinsame Zeit alle Beteiligten bereichert und für viel Freude gesorgt.



Besuch im Lentos



Die IlcHAK hat am 26.11.2025 die Ausstellung *Mädchen* sein!?* im Kunstmuseum *Lentos* in Linz besucht. Die Ausstellung thematisiert, was Mädchen* heute bewegt und wie Rollenbilder aus der Vergangenheit bis in die Gegenwart wirken. In mehreren Themenbereichen ist eindrucksvoll sichtbar geworden, wie Mädchen* in der Kunst dargestellt werden und wie sie heute selbstbewusst ihre Sicht auf die Welt einbringen.

Exkursion zur voestalpine Steel Division – Eventmanagement aus der Praxis

Die Klasse IIIbHAK Sprachen hat im Rahmen einer Exkursion die Möglichkeit gehabt, die *voestalpine* und insbesondere deren Abteilung Eventmanagement näher kennenzulernen. Abteilungsleiter Herr Hannes Gottwald sowie Frau Doris Sabo haben sich den gesamten Vormittag Zeit genommen, um den Schüler:innen einen umfassenden und praxisnahen Einblick in ihre Arbeit zu geben.

Zu Beginn haben die Jugendlichen allgemeine Informationen über den *voestalpine*-Konzern, seine internationale Bedeutung sowie die vielfältigen Tätigkeitsfelder erhalten. Anschließend sind die Aufgaben der Abteilung Eventmanagement vorgestellt worden. Anhand eines konkreten Beispiels – eines dreitägigen Kundenevents in Spielberg – ist Schritt für Schritt erklärt worden, wie ein professionelles Event geplant, organisiert und umgesetzt wird. Dabei ist besonders die zentrale Rolle des Projektmanagements hervorgehoben worden. Wichtige Instrumente wie der Projektstrukturplan (PSP), Zeit- und Ressourcenplanung sowie Koordination unterschiedlicher Beteiligter sind anschaulich erläutert worden. Informativ Filme, die einen lebendigen Eindruck von der Eventpraxis vermittelt haben, haben den Vortrag unterstützt.

Die Exkursion hat wertvolle Einblicke in die Praxis des Eventmanagements geboten und eine gelungene Verbindung zwischen schulischem Unterricht im Gegenstand *Kultur- und Eventmanagement* und der realen Berufswelt dargestellt.





BBS IN

Wien-Tage 3FSD

Vom 17.-19.12.2025 hat die 3FSD gemeinsam mit Frau Hofmann und Herrn Hartmann drei wunderschöne Tage in der Bundeshauptstadt verbracht. Eine Führung durchs Parlament sowie ein Besuch im Bundeskanzleramt sind auf dem Programm gestanden. Auch das Naturhistorische Museum und das Wachsfigurenkabinett *Madame Tussauds* haben die Schüler:innen beeindruckt. Ein Spaziergang durch den Tiergarten Schönbrunn hat die Reise abgerundet.



Dalton-Besuchertag an den BBS Rohrbach



Am Dalton-Besuchertag an den BBS Rohrbach am 11. Dezember 2025 haben interessierte Lehrkräfte und Student:innen die Möglichkeit gehabt, nicht nur einen Einblick in unseren Unterricht zu gewinnen, sondern auch in direkten Austausch mit unseren Lehrkräften und Schüler:innen zu treten. Insgesamt haben wir acht unterschiedliche Schulen bei uns begrüßt, was den Tag besonders bereichert hat. Wir haben diesen Austausch sehr geschätzt, da er uns die Gelegenheit gegeben hat, voneinander zu lernen, Perspektiven zu erweitern und gemeinsam neue Impulse für die schulische Arbeit zu gewinnen.

Demokratie zum Anfassen

Die Schüler:innen der VaHLW haben am 14. November 2025 am Aktionstag *Demokratie zum Anfassen* teilgenommen. Diese Initiative ist vom Verein *Frei Day Österreich*, der *Bildungsdirektion Oberösterreich* und den pädagogischen Hochschulen möglich gemacht worden. Während des vierstündigen Workshops haben sich die Schüler:innen mit acht Leitfragen zum Thema Demokratie beschäftigt. Visualisiert haben die Teilnehmer:innen ihre Denkanstöße mit Hilfe der *LEGO Serious Play-Methode*, wobei sie kreative Modelle erschaffen und diskutiert haben. Das gemeinsame Bauen, Erklären und Reflektieren hat es ermöglicht, Demokratie nicht nur theoretisch zu besprechen, sondern auch auf spielerische Weise zu erfahren.



SIGHTS



Diplomarbeitsprojekt „Fühl I – Psychische Gesundheit im Gespräch“

Am 1. Oktober 2025 ist das Centro zur Bühne eines besonderen Projekts geworden. Unter dem Titel *Fühl I – Psychische Gesundheit im Gespräch* haben vier Schülerinnen der VbHLW ihr Diplomarbeitsprojekt rund um das Thema psychische Gesundheit präsentiert.

Zu Beginn haben berührende, fiktive Geschichten einen Einblick in die Welt von Menschen gegeben, die mit einer Borderline-Persönlichkeits-Störung, Essstörungen, posttraumatischen Belastungsstörungen oder Depressionen leben. Diese emotionalen Einblicke haben den Zuhörer:innen ein Gefühl dafür gegeben, wie komplex und individuell psychische Erkrankungen sein können.

Im Anschluss hat sich eine spannende Podiumsdiskussion mit dem Psychotherapeuten Helmut Außerwöger, dem Klinischen und Gesundheitspsychologen Dominik Kaiser und unserem Schulpsychologen Dominik Wittinghofer entfaltet. Gemeinsam haben sie Fragen beantwortet wie zum Beispiel: *Wie läuft ein psychotherapeutisches Gespräch ab?* oder *Wie kann man jemanden unterstützen, dem es psychisch nicht gut geht?*

Für einen interaktiven Ausklang hat ein unterhaltsames Kahoot-Quiz gesorgt. Dabei haben die Schüler:innen ihr neu gewonnenes Wissen testen und tolle Preise gewinnen können.

Im Mittelpunkt des gesamten Projekts sind Aufklärung, Empathie und Prävention gestanden. Das Projekt ist ein starkes Zeichen dafür, wie wichtig es ist, offen über psychische Gesundheit zu sprechen.



Vergessen war gestern – Gedächtnistraining mit Manuel Rothwald

Gedächtnistrainer Manuel Rothwald hat unsere Schule am 9. Oktober 2025 mit seinen spannenden Vorträgen begeistert. Vormittags hat er mit unseren Schüler:innen, nachmittags mit den Lehrkräften und ab 18:30 Uhr mit allen Eltern und weiteren Interessent:innen gemeinsam am Gedächtnistraining gearbeitet. Mit seinen interessanten Tipps und Tricks rund ums Gedächtnis hat uns Herr Rothwald somit einen unvergesslichen Tag bereitet.



Kuchenverkauf für Tierheim Linz



Am 30. November 2025 haben sich fünf Schüler:innen der 3FSD entschieden, einen Kuchenverkauf für ihr Frei Day-Projekt zu organisieren. Dieser hat vor der Kirche in Rohrbach stattgefunden und die Erlöse sind dem Tierheim Linz zugute gekommen. Zahlreiche selbstgebackene Mehlspeisen sowie gesponserte Linzer Schnitten der Bäckerei *Oberngruber* haben den Besucher:innen diesen Vormittag versüßt.

SPRACHREISE

Unsere Irland-Kulturreise – IVaHAK und IVDIBI unterwegs auf der Grünen Insel



Vom 20. bis 26. September 2025 haben wir, die IVaHAK und die IVDIBI, gemeinsam mit Herrn Zeinhofer und Frau Neundlinger eine unvergessliche Kulturreise nach Irland unternommen.

Nach der Ankunft am Flughafen Dublin sind wir direkt nach Galway weitergefahren, wo wir zwei Nächte verbracht haben. Von dort aus haben wir die beeindruckenden Cliffs of Moher erkundet und einen Ausflug auf die faszinierenden Aran Islands unternommen, die ein echtes Highlight der Reise gewesen sind.

Anschließend haben wir einen Zwischenstopp in Cork eingelegt und dort einmal genächtigt, bevor es zurück nach Dublin gegangen ist. Dort haben wir drei Nächte bei Gastfamilien verbracht und ha-

ben dadurch einen authentischen Einblick in den irischen Alltag erhalten.

In Dublin hat uns ein abwechslungsreiches Programm erwartet: Wir haben unter anderem das *EPIC Museum* besucht, an einer Stadtführung teilgenommen und einen spannenden *Treasure Hunt* durch die Innenstadt erlebt. Ein besonderes Highlight ist außerdem der Besuch des *Google Headquarters* gewesen, bei dem wir einen Einblick in die Arbeitswelt eines der weltweit führenden Tech-Unternehmen erhalten haben.

Die Reise ist eine perfekte Mischung aus Kultur, Natur, Sprache und neuen Erfahrungen gewesen und wird uns allen noch lange in Erinnerung bleiben.

BBS BRAINPOWER



„KI ist wahrscheinlich das Beste oder das Schlimmste, was der Menschheit passieren kann.“
- Stephen Hawking, Physiker (1942 – 2018)

4		6					7
	7	2		5	9		4
				4	8		
						5	1
	1		2				6 7
	9		5				2
6		3					
				8	7		
9				1		3	5

6	3	8						1
					4			9
2					1			
				7		8		
						3		
4	9	1				2		
7		2	1					
9			3				8	6
			5	6				



„Wir sind die erste Generation, die den Klimawandel direkt zu spüren bekommt, und die letzte, die die Folgen abwenden kann.“
- Barack Obama (US-Präsident 2009 – 2017)



BBS AKTIV

Erfolgreiche Buchhalterprüfung an den BBS Rohrbach



Acht Schüler:innen der fünften Jahrgänge der HAK und HLW Rohrbach haben Anfang November erfolgreich die schriftliche Buchhalterprüfung der unabhängigen Betriebswirtschaftlichen Gesellschaft *BEWIG* abgelegt – drei davon sogar mit gutem Erfolg.

Die freiwillige, vierstündige Fachprüfung verlangt umfassendes Wissen zu Umsatzsteuer, Einnahmen-Ausgabenrechnung und Steuerrecht. Dank intensiver Vorbereitung in den Sommerferien haben die Teilnehmenden diese Herausforderung mit Bravour gemeistert.

Mit dem Zertifikat erwerben die Absolvent:innen einen wertvollen Nachweis betriebswirtschaftlicher Kompetenz, was ein klarer Vorteil für den Einstieg in die Wirtschaft ist. Die BBS Rohrbach gratulieren herzlich und Direktor Berlinger ist sichtlich stolz auf die ausgezeichneten Leistungen.

Neue Schachbretter in der Schulbibliothek



In der Schulbibliothek der BBS Rohrbach sind vor kurzem zwei neue Schachbretter aufgestellt worden. Dieses Projekt hat Frau Maldonado, im Rahmen ihrer Ausbildung zur Schulbibliothekarin, initiiert und umgesetzt. Die Idee dazu hat sie bereits im vergangenen Schuljahr entwickelt, als sie mit der damaligen IaHLW einen Projekttag zum Thema Gesellschaftsspiele durchgeführt hat.

Eine Umfrage hat gezeigt, dass viele Schüler:innen zu Hause gerne öfter spielen würden, aber selten Mitspieler:innen gefunden haben, entweder, weil niemand in der Familie Interesse hat oder einfach die Zeit fehlt. Diese Ergebnisse haben Frau Maldonado dazu motiviert, in der Schule selbst einen Ort für gemeinsames Spielen zu schaffen.

Während der Bibliotheksöffnungszeiten stehen jetzt zwei Schachbretter zu Verfügung. Es handelt sich dabei um ein Geschenk von Herrn Professor Hofer. Danke dafür! Die Schachbretter bereichern nicht nur die Pausen und Freistunden, sondern stellen auch eine abwechslungsreiche Aktivität dar.

Darüber hinaus hat Frau Maldonado gemeinsam mit der Schüler:innenvertretung geplant, zusätzliche Brett- und Kartenspiele zu organisieren, um noch mehr Möglichkeiten für diese gemeinsame Aktivität zu schaffen.

Die Schulbibliothek ist somit ein Raum für Begegnung, Kommunikation und Gemeinschaft geworden.

Text: Magdalena Brunnbauer, Emilie Mattle



Schüler:innenvertretung der BBS Rohrbach – Engagement, das die Schule bewegt

ein Beitrag der Schüler:innenvertretung

Die Schulsprecher:innen werden jährlich neu gewählt. Aktuell sind Michael Schütz, Lena Holzer, Sara Hofmann, Katharina Steininger und Julian Kraml als aktive Mitglieder tätig. Die passiven Mitglieder Tibet Ersoy, Daniel Weller und Leonie Breitenfellner unterstützen die aktiven Schulsprecher:innen.

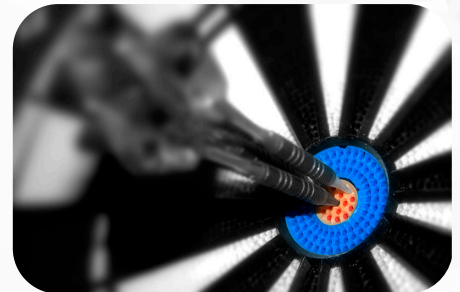


Die Schüler:innenvertretung hat einen eigenen Instagram-Account (siehe QR-Code) und darf bei den SGA-Sitzungen dabei sein.

Auch in diesem Schuljahr zeigt sich wieder eindrucksvoll, wie viel man mit Einsatz, Kreativität und Teamarbeit bewegen kann. Mit zahlreichen Projekten setzt sich die Schüler:innenvertretung aktiv für eine lebendige, moderne und schüler:innenfreundliche Schule ein.

Für mehr Abwechslung sorgt außerdem eine neue Dartscheibe, die sich schnell zu einer beliebten Pausenaktivität entwickelt hat.

Auch kulinarisch gibt es gute Nachrichten: In enger Zusammenarbeit mit der Direktion sowie in Kooperation mit der Bäckerei *Bindl* ist das Angebot im Schulbuffet erweitert worden. Besonders die Leberkäsesemmeln erfreuen sich großer Beliebtheit und zeigen, wie erfolgreiche Zusammenarbeit funktionieren kann.



Sportlich und gemeinschaftlich wird es beim *Life-Radio-Skitag*, den die Schüler:innenvertretung für die 4. Klassen organisiert hat – ein unvergesslicher Tag voller Action, Spaß und Gemeinschaft. Ebenso ist gemeinsam mit Herrn Köchler-Hofer ein Tanzkurs für interessierte Schüler:innen auf die Beine gestellt worden, der zu einem besonders günstigen Preis angeboten wird und großen Anklang findet.

Ein weiterer Fokus liegt auf der Bücherei: Zeitnah werden neue Spiele angekauft, außerdem werden bereits privat verwendete Spiele einem neuen Zweck zugeführt und allen Schüler:innen zur Verfügung gestellt. So entsteht ein noch attraktiverer Raum zum Lernen und Abschalten.



Natürlich darf auch der soziale und gemeinschaftliche Gedanke nicht fehlen: Beim Punschverkauf sowie beim Popcornverkauf am Tag der offenen Tür sind Einnahmen erzielt worden, die vollständig in weitere schulische Projekte investiert werden – ganz nach dem Motto: *von Schüler:innen für Schüler:innen.*

Und das ist längst noch nicht alles: Schon bald dürfen wir mit Stolz das neue Schulmerch präsentieren! Viele weitere spannende Ideen und Projekte sind bereits in Planung und werden im zweiten Semester umgesetzt.



In diesem Sinne danken wir allen Helferinnen und Helfern für die bisherige erfolgreiche Zusammenarbeit bei unseren Projekten und freuen uns auf viele weitere gemeinsame Erfolge.



BBS IN BEWEGUNG



HLW goes CityFit



Zur Abrundung des Projekts ist ihnen angeboten worden, eine *InBody-Analyse* durchzuführen. Die Ergebnisse sind individuell ausgewertet und mit Empfehlungen für gesundheitsbewusstes Verhalten und zukünftiges Training ergänzt worden.

Das Projekt *HLW goes CityFit* hat den Schülerinnen ermöglicht, zwischen den theoretischen, in der Schule gelernten Grundlagen und den praktischen Erfahrungen Brücken zu bauen.

Der Elternverein hat das Projekt mit 160 € unterstützt, wofür wir uns an dieser Stelle recht herzlich bedanken möchten.

Die Schülerinnen der IIIb und IIIcHLW haben im Rahmen des AGM-Unterrichtes ein achtwöchiges Fitnessprojekt im *City Fit Rohrbach* organisiert und durchgeführt.

Durch den Besuch im Fitnessstudio haben die Schülerinnen einen praxisnahen Trainingsablauf miterleben dürfen. Abgesehen davon haben sie mithilfe dieses Projektes wichtige grundlegende Kenntnisse zum Thema gesundheitsorientiertes Kraft- und Ausdauertraining gewonnen.

Während der wöchentlichen Einheiten haben die Schülerinnen nicht nur jedes Fitnessgerät kennengelernt, sondern auch die richtige, sichere und zielführende Weise, diese zu verwenden.

Zusätzlich dazu haben die Teilnehmerinnen die Möglichkeit gehabt, an Gruppenfitnessstunden mit den Schwerpunkten Ausdauer- und Krafttraining oder koordinativen Übungen teilzunehmen.

Dadurch haben sie verschiedene Trainingsformen ausprobieren und ihre persönlichen Vorlieben entdecken können.



Erfolg bei der Cross Country-Meisterschaft

Die Schüler:innen der BBS Rohrbach haben sich bei den Cross Country-Bezirksmeisterschaften sowie den Landesmeisterschaften von ihrer besten Seite gezeigt. Bei den Bezirksmeisterschaften am 7. Oktober 2025 in St. Martin haben die Teilnehmer:innen drei 1. Plätze sowie einen 2. Platz erzielt und sich für die Landesmeisterschaften qualifiziert. Durch einen großartigen Einsatz sind am 21. Oktober 2025 in Schwanenstadt einige hervorragende Leistungen erreicht worden.



Die Teilnehmer:innen unserer Schule haben folgende Ränge erreicht:

- in der Kategorie Oberstufe 1 weiblich den **6. Rang**
- in der Kategorie Oberstufe 1 männlich den **11. Rang**
- in der Kategorie Oberstufe 2 weiblich den **5. Rang**

Besonders erwähnenswert ist auch der herausragende 3. Gesamtrang, welchen Miriam Lauß aus der IIIbHLW erzielt hat.



Wir gratulieren allen Schüler:innen, die an der Bezirksmeisterschaft oder der Landesmeisterschaft teilgenommen und unsere Schule bestens vertreten haben.



Sportturnier zur Weihnachtszeit

Am Montag, den 22. Dezember 2025 hat in der Bezirkssporthalle Rohrbach das alljährliche Weihnachtsturnier der höheren Schulen des Bezirks stattgefunden.

Mit dabei gewesen sind die BBS Rohrbach, das BG/BRG Rohrbach sowie die HTL Neufelden. Am Vormittag des 22. Dezembers haben die Schüler:innen die Möglichkeit gehabt, am Volleyballturnier teilzunehmen, während am Nachmittag das Fußballturnier stattgefunden hat. Die Schüler:innen haben in beiden Disziplinen für sportliche Höchstleistungen und großartige Stimmung gesorgt.

Die Teams der BBS Rohrbach haben dabei besonders überzeugen können:

- **Volleyball Damen: 2. und 4. Platz**
- **Volleyball Herren: 1. Platz**
- **Fußball Damen: 1. Platz**
- **Fußball Herren 9./10. Schulstufe: 1. Platz**
- **Fußball Herren 11./12. Schulstufe: 2. Platz**

Die Ergebnisse spiegeln den starken Einsatz, die gute Vorbereitung und den beeindruckenden Teamgeist unserer Schüler:innen wider.

Das Weihnachtsturnier 2025 ist damit erneut ein sportlicher Höhepunkt zum Jahresende und ein gelungenes Miteinander der Schulen des Bezirks gewesen.

Erfolgreiche Skilehrer:innen- ausbildung an den BBS Rohrbach

Im Dezember 2025 haben die BBS Rohrbach in Zusammenarbeit mit dem *Oberösterreichischen Ski- und Snowboardlehrerverband* erstmalig eine Ausbildung zum Skilehrer bzw. zur Skilehrerin angeboten.

Dieses Angebot ist von 15 Personen genutzt worden und alle Teilnehmer:innen haben ohne weiteres die Prüfung bestanden.

Die Ausbildung hat aus sechs Theorieabenden zu je vier Stunden bestanden, die wie die theoretische Prüfung an der Schule abgehalten worden sind.



Der praktische Teil, der Ausbildung und Prüfung inkludiert hat, hat im Skigebiet Hochficht stattgefunden.

Durch diesen Kurs hat sich für die Teilnehmenden eine einmalige Chance ergeben, bereits im jungen Alter eine weitere, wertvolle berufliche Qualifikation zu erwerben. Selbstredend ist die Ausbildung teilweise schon in den Weihnachtsferien genutzt worden.

Die Schüler:innen haben durch großen Einsatz und hohes Engagement überzeugt. Ein besonderer Dank gilt dem Elternverein für die finanzielle Unterstützung, Herrn Direktor Roland Berlinger für die Gewährung eines schulfreien Tages sowie allen weiteren Lehrer:innen für die gute Zusammenarbeit rund um Schularbeiten.



BESUCH AUS DER FERNE

Eli Bamberger

Sprachassistent Englisch

Why did you decide to come to our school?

It wasn't really up to me honestly. It could have been anywhere in Austria. I studied German at university and am obsessed with the German language and literature, so it wasn't really hard for me to choose.

Do you have a subject you hate?

I didn't like Economics.

What are your hobbies?

I love music and reading. Since I'm in Austria, it's also quite interesting to explore the country.

Which place or spot at our school is your favourite?

I haven't really seen that much yet, but maybe the library, the restaurant or the teacher's entrance.

Who is your favourite musician?

I think maybe The Beatles.

If you could immediately travel to any country in the world, which one would it be?

That's a hard question, but probably Japan.

What are the differences between Austrian and American students?

Austrian students are more willing to act like adults with each other and they're better behaved. They are braver and respect each other but can also swear. In America the teachers treat their students like kids.



Natalia Bustos Mena

Sprachassistentin Spanisch

Si pudieras viajar a un país del mundo, ¿cuál elegirías?

Me gustaría viajar a Grecia por la comida y el clima.

¿Cuál es tu lugar favorito en nuestra escuela?

No sé, quizás donde está la máquina de café.

¿Quién es tu músic@ favorit@?

Taylor Swift.

¿Por qué has elegido Austria?

Porque mi novio vive aquí.

¿Cuál era tu asignatura favorita en la escuela?

Mis asignaturas favoritas eran inglés y francés.

¿Tienes algún talento especial?

Sí, puedo tocar el piano con mis pies.

¿Tenías alguna asignatura que odiabas?

Odiaba matemáticas.

¿Cuáles son tus aficiones?

Me encanta leer, escuchar música y salir con amigos.

¿Cuáles son las diferencias entre los estudiantes de España y Austria?

En España los estudiantes son muy maleducados. Pero en Austria los estudiantes son más respetuosos.



NEULEHRER:INNEN

Im Schuljahr 2025/26 haben wir an den BBS Rohrbach neue **Lehrer:innen** und zwei neue Sprach-Assistent:innen begrüßen dürfen. Wir haben sie interviewt, damit ihr sie besser kennenlernen könnt. Auf den nächsten Seiten das vollständige Interview zum Nachlesen.

Lieblingsfach: Informatik



Julia Huemer

Lieblingsfach: KRM



Lisa Habringer



Angelika Schweighofer



Philipp Zachhuber

Lieblingsfach: Sport



Lisa Habringer

Küchen- und Restaurantmanagement

Warum haben Sie sich für unsere Schule entschieden?

Ich bin selbst in den BBS zur Schule gegangen. Die Schule hat einen guten Ruf und ich habe wieder zurück zu den Wurzeln kehren wollen.

Wenn Sie sofort in ein beliebiges Land reisen könnten, welches würden Sie wählen?

Südostasien, insbesondere Thailand.

Welcher Ort an unserer Schule ist Ihr Lieblingsort?

Das Konferenzzimmer.

Wer ist Ihr Lieblingsmusiker oder Ihre Lieblingsmusikerin?

Ich habe keine:n Lieblingsmusiker:in, meistens höre ich einfach das, was im Radio läuft.

Haben Sie ein Hassfach?

Ich habe kein Fach wirklich gehasst, jedoch habe ich Sprachen nicht so gemocht.

Was sind Ihre Hobbys?

Wandern, Rad fahren, Yoga und Reisen und generell bin ich gerne in der Natur.

Julia Huemer

Angewante Informatik und Officemanagement

Warum haben Sie sich für unsere Schule entschieden?

Ich bin schon selbst in diese Schule gegangen und mir hat es schon immer sehr gut hier gefallen.

Wenn Sie sofort in ein beliebiges Land reisen könnten, welches würden Sie wählen?

Island! Da würde ich sofort wieder hinreisen.

Welcher Ort an unserer Schule ist Ihr Lieblingsort?

Das ist sehr schwierig zu sagen, aber wahrscheinlich der DV6.

Wer ist Ihr Lieblingsmusiker oder Ihre Lieblingsmusikerin?

Ich habe nicht wirklich eine:n Lieblingsmusiker:in und höre eigentlich alles. Also sehr viel Radio.

Haben Sie ein Hassfach?

Eigentlich Zeichnen.

Was sind Ihre Hobbys?

Ich fahre gerne Ski, koche und backe gerne.

Angelika Schweighofer

Küchen- und Restaurantmanagement

Warum haben Sie sich für unsere Schule entschieden?

Ich habe ein Schulpraktikum hier gemacht, und mich hat die Begeisterung der Leute und die gute Zusammenarbeit im Team überzeugt.

Wenn Sie sofort in ein beliebiges Land reisen könnten, welches würden Sie wählen?

Italien, weil ich das Essen sehr gut finde und ich außerdem noch nie da gewesen bin.

Welcher Ort an unserer Schule ist Ihr Lieblingsort?

Die Lehrküche 1 und generell alles in der Gastro bei uns an der Schule.

Wer ist Ihr Lieblingsmusiker oder Ihre Lieblingsmusikerin?

Taylor Swift.

Haben Sie ein Hassfach?

Bildnerisches Gestalten.

Was sind Ihre Hobbys?

Gitarre spielen, singen und lesen.



Lieblingsfach: Musik

Philipp Zachhuber

Deutsch und Geschichte

Warum haben Sie sich für unsere Schule entschieden?

Ich habe letztes Jahr schon mein Praktikum an den BBS absolviert. Direktor Berlinger hat mich dann angesprochen und gefragt, ob ich als Deutschlehrer an dieser Schule arbeiten möchte.

Was ist früher Ihr Lieblingsfach in der Schule gewesen?

Sport, Deutsch und Geschichte.

Wenn Sie sofort in ein beliebiges Land reisen könnten, welches würden Sie wählen?

Ich mache eigentlich sehr gerne Urlaub in Österreich, alternativ würde ich aber nach Japan reisen.

Welcher Ort an unserer Schule ist Ihr Lieblingsort?

Das Buffet.

Wer ist Ihr Lieblingsmusiker oder Ihre Lieblingsmusikerin?

Maribou State.

Haben Sie ein Hassfach?

Nein, ich habe kein Fach wirklich gehasst.

Was sind Ihre Hobbys?

Klavier spielen, laufen gehen, lesen, GeoGuesser spielen.

GRUSS AUS DER KÜCHE

Ein Tag voller Eis, Ideen und echter Verantwortung

Ein Beitrag der IlaHLW

Am 17. Juni 2025 hat es für uns, die IlaHLW Rohrbach, geheißen: Schürzen an, Eisportionierer bereit – wir übernehmen das *Eiscafé Delphin*! Einen ganzen Tag lang haben wir zeigen dürfen, was in uns steckt – und das nicht nur hinter der Theke, sondern auch in der Planung, Organisation und im Umgang mit echten Gästen.

Unser Ziel ist gewesen, einen unvergesslichen Tag zu gestalten – mit viel Geschmack, Kreativität und Teamgeist. Und das ist uns gelungen! Neben dem klassischen Sortiment des Eiscafé haben wir zwei ganz besondere Highlights auf die Karte gebracht: unser selbst entwickeltes *HLW-Cheesecake-Eis* und den dazu passenden *HLW Cheesecake-Erdbeerbecher*. Beide haben die Gäste begeistert – nicht nur durch ihren Geschmack, sondern auch durch die originelle und stilvolle Präsentation.



Schon im Vorfeld haben wir eigene Kreationen wie HLW-Dekorationen, Sirup und Erdbeersaucen produziert, um den Gästen ein einzigartiges Erlebnis zu bieten. Dazu hat es eine erfrischende Überraschung im Glas gegeben: unsere hausgemachte Limonade mit Kräutersirup und frischen Kräutern.

Doch hinter dem süßen Genuss hat jede Menge Arbeit gesteckt: Wir haben Dienstpläne erstellt, Bestellungen organisiert, Werbung gemacht und natürlich auch selbst serviert. Dabei haben wir erlebt, wie viel Verantwortung und Teamarbeit in einem Gastronomiebetrieb stecken – und was es bedeutet, das theoretisch Gelernte endlich in die Praxis umzusetzen.

Ein großes Dankeschön geht an die Familie Leitenmüller, die uns diese tolle Erfahrung ermöglicht hat. Und natürlich auch an alle Gäste, die uns besucht, unterstützt und gelobt haben – das hat uns riesig gefreut!



Fazit: Ein Tag voller neuer Erfahrungen, kreativer Ideen und Teamwork. Wir haben gezeigt, dass wir nicht nur die Theorie beherrschen, sondern sie auch erfolgreich in die Praxis umsetzen können.





Apfelcupcakes



10 Portionen



60 Minuten

Zubereitung

Zutaten

Backpulverteig:

- 100 g Butter
- 100 ml Milch
- 1 TL Zimt
- 2 Eier
- 2 Äpfel
- 200 g Mehl
- 1 TL Backpulver
- Prise Salz

Creme:

- 250 g Mascarpone
- 1 TL Zimt
- 100 g Staubzucker
- 100 g Apfelmus

1. Butter, Staubzucker und Geschmackszutaten mit einem Handmixer schaumig rühren.
2. Eier trennen und Eiweiß mit einer Prise Salz zu Schnee schlagen.
3. Nach und nach Dotter einrühren.
4. Mehl und Backpulver vermischen.
5. Äpfel schälen und reiben.
6. Mehl-Backpulver-Mischung mit Schnee, geriebenen Äpfeln und Milch abwechselnd unterheben.
7. Muffinförmchen mit Teig befüllen.
8. Die Muffins im vorgeheizten Backofen bei 180°C Ober-/Unterhitze ca. 25 Minuten backen.
9. Muffins anschließend auskühlen lassen.
10. Mascarpone mit dem Handmixer glatt rühren, Staubzucker, Apfelmus und Zimt unterheben.
11. Creme in einen Spritzbeutel mit Tülle füllen und auf die Muffins dressieren.
12. Nach Belieben garnieren.



Zutaten

Kürbis-Hummus

- 220 g Hokkaido-Kürbis
- 1 Dose Kichererbsen
- 4 EL Tahin (Sesammus)
- 2 EL Zitronensaft
- 2 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer, Kurkuma, Kreuzkümmel

Rote Rüben-Hummus

- 1 Dose Kichererbsen
- 4 Rote Rüben Knollen (gekocht)
- 20 g Sonnenblumenkerne
- Rosmarin, Thymian
- 1 Knoblauchzehe
- 3 EL Tahin (Sesammus)
- 2 EL Zitronensaft
- Salz, Pfeffer

Linsenaufstrich

- 150 g gelbe Linsen
- 500 ml Gemüsebrühe
- 1 TL Currypulver
- 1 EL Butter
- 1 Zwiebel
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Dreierlei Aufstriche

Zubereitung

Kürbis-Hummus

1. Kürbis waschen, entkernen und in Würfel schneiden.
2. Kürbiswürfel in Wasser weich kochen.
3. Kichererbsen abgießen und gut abspülen.
4. Kürbis, Kichererbsen, Tahin, Zitronensaft, Olivenöl und Gewürze miteinander pürieren.
5. Abschmecken.
6. Je nach Belieben in eine Schale füllen und mit Kräutern, Kürbiskernen, usw. garnieren.

Rote Rüben-Hummus

1. Kichererbsen abgießen und gut abspülen.
2. Die vorgekochten Roten Rüben in Stücke schneiden.
3. Sonnenblumenkerne ohne Fett anbraten.
4. Knoblauch schälen und alle Zutaten zusammen zur gewünschten Konsistenz pürieren.
5. Abschmecken.
6. Je nach Belieben in eine Schale füllen und garnieren.

Linsenaufstrich

1. Linsen mit Gemüsebrühe weichkochen und anschließend pürieren.
2. Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden und in Butter anschwitzen. Curry hinzugeben und 2 Minuten mit anrösten.
3. Die Zwiebel-Curry-Mischung unter die Linsen mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Je nach Belieben in eine Schale füllen und garnieren.

PFLANZLICHE PROTEINQUELLEN

Ein Beitrag von Lena Holzer

2026 ist pflanzliche Ernährung so präsent wie nie zuvor. Immer mehr Menschen verzichten auf tierische Produkte, und haben Sorge, dadurch nicht ausreichend Protein aufzunehmen – besonders im Sport. Diese Angst ist unbegründet: Mit einer gut geplanten pflanzlichen Ernährung lassen sich alle essenziellen Aminosäuren abdecken. Erfolgreiche Beispiele für vegane Sportler sind u. a. Patrik Baboumian und Lewis Hamilton.

Empfohlene Proteinaufnahme (BMI < 30)

- **Wenig aktiv/Alltagsbewegung:** ca. 1,2–1,6 g Protein pro kg Körpergewicht
- **Sportlich aktiv/intensiver Kraftsport:** ca. 1,6–2,0 g Protein pro kg Körpergewicht

Pflanzliche Proteine werden teilweise etwas schlechter verdaut und aufgenommen als tierische. Gründe dafür sind u. a. Pflanzenzellstrukturen und eine geringere Verfügbarkeit einzelner Aminosäuren. Sie sind jedoch nicht minderwertig – Pflanzlich lebende Menschen sollten lediglich etwas mehr Protein aufnehmen. Besonders bei Sport, im Kaloriendefizit oder bei häufigem Training ist die obige Empfehlung sinnvoll.

Einfache pflanzliche Proteinquellen zum Kochen

Sojagranulat (Texturiertes Sojaprotein)

- < 5 g Fett, > 60 g Protein/100 g (trocken)
- herzhaft: in Sojasauce oder Gemüsebrühe einweichen, ausdrücken, kurz anbraten und z. B. in Tomatensauce oder pflanzliche Kochcreme mischen.
- süß: als Soja-Crispies oder Frühstücksfakes für Müsli und Porridge geeignet.

Tempeh

- ca. 19 g Protein, 11 g Fett/100 g

Aus fermentierten Sojabohnen, oft bereits mariniert und verzehrfertig.

Verwendung: roh aufs Brot, im Ofen backen oder in Pfannen- und Gemüsegerichten.

Protein-Nudeln

- 25 g Protein, < 5 g Fett/100 g (trocken)

Oft teuer. Sinnvoll: 50 : 50 mit normalen Nudeln mischen oder stattdessen Hülsenfrüchte bzw. andere Proteinquellen kombinieren.



Tofu

- Natur-/Räuchertofu: ca. 14 g Protein, 7 g Fett/100 g
- Seidentofu: ca. 5 g Protein, 2,5 g Fett/100 g

Tofu wird aus geronnener Sojamilch hergestellt, ist mild und sehr vielseitig.

Verwendung: roh aufs Brot, in Saucen, Seidentofu auch süß oder herzhaft als Ei-Ersatz (z. B. Rührei, Spätzle). Seidentofu ist im Asiamarkt günstiger.



Seitan (Weizenprotein/Gluten)

- ca. 75 g Protein, 2 g Fett/100 g (trocken)

Nicht für Menschen mit Zöliakie geeignet. Allein kein vollständiges Aminosäureprofil, kombiniert z. B. mit Reis jedoch vollwertig.

Verwendung: selbst zubereiten (Burger, Rouladen) oder fertig angebraten und in Saucen mischen.

Proteinshakes

- ca. 20 g Protein pro Portion

Praktisch zur schnellen Proteinaufnahme. Sojaprotein ist unbedenklich und besonders hochwertig (vollständiges Aminosäureprofil).

Für einen zusätzlichen Proteinboost



proteinreiche Gemüsesorten

- Brokkoli: 2,8g/100g
- Spinat: 3g/100g
- Austernpilze: 3,3g/100g
- Rosenkohl: 3,4g/100g
- Grünkohl: 4,3g/100g

Gut als Ergänzung, aber keine Hauptproteinquelle.

Pflanzlicher Käse

(ca. 20 g Fett, < 1g Protein)

- viel Fett, kaum Protein

Keine sinnvolle Proteinquelle. Als Ausnahme okay.

Einfache Rezepte zum Selbermachen können wie folgt lauten:

- **Pizza-Käse:** Cashewmus + Hefeflocken + Knoblauchsatz
- **Parmesan:** Hefeflocken + Knoblauchsatz + gemahlene Walnüsse/Cashews
- **Frischkäse:** Sojajoghurt zuckerfrei über Nacht im Kühlschrank durch ein Seih-Tuch (Käsetuch) abtropfen lassen und am nächsten Tag die übrige Masse mit Kräutersatz und Schnittlauch würzen, oder für eine süße Variante mit Agavendicksaft, Dattelsirup oder Beeren vermengen

Hülsenfrüchte

- z. B. Kidneybohnen: 8,7 g Protein/100 g gekocht
- Gesund, aber Protein wird schlechter aufgenommen als aus Tofu
- Seitan etc. eher als Ergänzung, nicht Hauptquelle. Anfangs kann es evtl. zu Verdauungsbeschwerden kommen.



Protein-Einkauf – Kurzüberblick

- Soja: Tofu, Tempeh, Sojagranulat, Sojajoghurt/-milch
- Weizenprotein: Seitan (Pulver oder fertig)
- Fleischalternativen: z. B. *Like Meat*, *planted*, *Beyond Meat*
- Hülsenfrüchte und Protein-Nudeln
- Protein-Brot und Wraps
- Sonstiges: Sonnenblumenhack, Jackfruit

Essen gehen – Tipps

- um weniger Öl bitten
- fettreiche Currys und Pflanzensahnesaucen meiden
- Asiatische Küche: meist fettarm und proteinreich
- Italienische Küche: oft proteinarm und fetthaltig
- verschiedene Apps, die Restaurants auflisten. z. B. App *Happy Cow*: gute Hilfe für pflanzliche Angebote

Protein-Einkaufsguide

Zu finden sind diese Produkte in fast allen Supermärkten, Reformhäusern, Biomärkten, Drogeriemärkten, Asiamärkten. Sie sind meistens klar gekennzeichnet.

Rezepte gibt es mittlerweile unzählige im Internet, jedoch auch in jeder Buchhandlung sind Kochbücher zu finden.

Einige tolle Webseiten sind beispielsweise:

<https://www.zuckerjagdwurst.com> (Hausmannskost, Nostalgische Gerichte)

<https://veggie-einhorn.de> (Hauptspeisen, einfaches Backen)

ZWISCHEN TREI

Nikotin als Trend?

Nikotin ist heute ein wachsender Trend, beispielsweise E-Zigaretten, Vapes und Nikotinbeutel sind besonders unter jungen Menschen und Jugendlichen beliebt. Weltweit nutzen über 100 Millionen Menschen E-Zigaretten.

Zudem wird Nikotin immer wieder als *harmlos* oder *cool* dargestellt, oft mit süßen Aromen versehen und mit Marketing beworben, das sich an Jugendliche richtet. Das kann unter anderem dazu führen, dass junge Menschen überhaupt erst mit dem Konsum beginnen, obwohl Nikotin für die Gesundheit viel bedrohlicher ist als meist angenommen.

In letzter Zeit fällt immer öfter auf, dass Schüler:innen in der Schule Nikotin konsumieren – besonders E-Zigaretten oder Vapes. Dies ist am gesamten Schulgelände nicht nur verboten, sondern viele unterschätzen dabei, wie schnell eine Abhängigkeit entsteht und welche gesundheitlichen Folgen der Konsum haben kann.

Ziel ist es, dass die Schule ein sicherer Ort bleibt – ohne dass jemand durch Nikotin gefährdet wird.

Warum macht Nikotin süchtig?

Das Gehirn produziert mehr Rezeptoren und passt seinen *Naturzustand* an, sodass ohne Nikotin ein Dopaminmangel auftritt, der Reizbarkeit, Unruhe und Verlangen hervorruft.

Schnelle Wirkung (innerhalb von Sekunden) verstärkt den Effekt; tägliches Rauchen *trainiert* das Gehirn darauf.

Toleranz baut sich auf: Mehr Nikotin wird für dieselbe Wirkung benötigt.

Aufhören - Geht das?

Um mit Nikotin aufzuhören, hilft es zunächst, das eigene Konsumverhalten zu beobachten und typische Auslöser wie Stress oder Gewohnheiten zu erkennen. Danach ist es sinnvoll, sich ein klares Stopp-Datum festzulegen, damit man einen eindeutigen Endpunkt hat. In den ersten Tagen können Entzugssymptome wie Unruhe oder Konzentrationsprobleme auftreten, die jedoch meist schnell nachlassen. Regelmäßiges Trinken, Bewegung und Ablenkung können diese Phase erleichtern. Es ist sinnvoll, typische Rauchsituationen zu vermeiden und durch neue Routinen zu ersetzen, etwa Kaugummi kauen oder kurze Pausen ohne Nikotin einzulegen. Unterstützung durch Freunde, Familie, Beratungsstellen oder Apps kann zusätzlich motivieren. Falls die Entzugserscheinungen sehr stark sind, helfen Nikotinersatzprodukte oder medizinische Beratung.

Wie wirkt Nikotin im Körper?

Nikotin wirkt schnell und stark im Körper, indem es an speziellen Rezeptoren im Nervensystem andockt. Es erreicht das Gehirn innerhalb von 7-10 Sekunden und setzt dort Botenstoffe wie Dopamin frei, was Glücksgefühle und Entspannung erzeugt.

Das Nervengift gelangt über Lunge oder Zahnfleisch blitzschnell ins Blut und überschreitet die Blut-Hirn-Schranke. Dort bindet es an nikotinische Acetylcholin-Rezeptoren, was die Freisetzung von Adrenalin, Noradrenalin und Dopamin anregt.

20 Minuten

- Puls normalisiert sich
- Blutdruck sinkt
- Herz wird entlastet

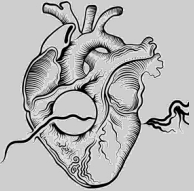
8 – 12 Stunden

- Kohlenmonoxid im Blut sinkt
- Sauerstoffversorgung verbessert sich

ND UND GEFÄHR

Langfristige Risiken

Herz und Gefäße



Herzinfarkt oder Schlaganfall können nach Jahren durch dauerhaft erhöhten Blutdruck und Gefäßverengung auftreten. Erste Anzeichen wie das Raucherbein können bereits nach fünf Jahren entstehen.

Lunge und Atmung



Chronische Bronchitis, COPD oder Lungenemphysem können sich nach fünf bis zehn Jahren bilden und das Lungenkrebsrisiko steigt signifikant nach mehr als zehn Jahren starken Rauchens.

- **Stoffwechsel:** Diabetes Typ 2 (doppeltes Risiko durch Insulinresistenz).
- **Immunsystem:** Schwächung, Wundheilungsstörungen, Parodontitis.
- **Gehirn:** Kognitive Defizite, Demenzrisiko, emotionale Störungen (Besonders bei Start im Jugendalter)
- **Haut/Zähne/Knochen:** Frühe Alterung, faltenreiche Haut, Zahnverlust.
- **Fortpflanzung:** Unfruchtbarkeit, Erektionsstörungen.

Psychische Auswirkungen

Nikotin steigert kurzfristig die Konzentration, Aufmerksamkeit und Leistungsfähigkeit, während es Stress, Angst und Müdigkeit mindert. Gleichzeitig erzeugt es eine psychische Abhängigkeit.

Körperliche Auswirkungen

Das Herz schlägt schneller, der Blutdruck steigt und Gefäße ziehen sich zusammen. Das Herz-Kreislauf-System wird sofort belastet und sorgt für eine verminderte körperliche Leistungsfähigkeit. Atemfrequenz und Darmtätigkeit erhöhen sich und die Hauttemperatur sinkt. Der Appetit wird gedämpft und die Magensäureproduktion gesteigert. Geschmacks- und Geruchsmin-derung, Zahnverfärbung und schlechter Atem sind ebenfalls Auswirkungen des Nikotinkonsums. Bei höheren Dosen oder neuen Konsument:innen werden folgende Nebenwirkungen angeführt: Übelkeit, Schwindel, Kopfschmerzen, Schweißausbrüche oder Zittern.

Nach der letzten Zigarette

1 – 2 Tage

- Geruchs- & Geschmackssinn stärker
- Nerven regenerieren sich
- Entzugssymptome möglich (Reizbarkeit, Unruhe, Verlangen)

Nach einigen Wochen

- Lungenfunktion verbessert sich
- Weniger Husten und Atemnot
- Flimmerhärchen erholen sich
- Kondition steigt

Nach 1 Jahr oder mehr

- Geringeres Risiko für Herzinfarkt
- Weniger Schlaganfallrisiko
- Reduziertes Krebsrisiko

KULTUR



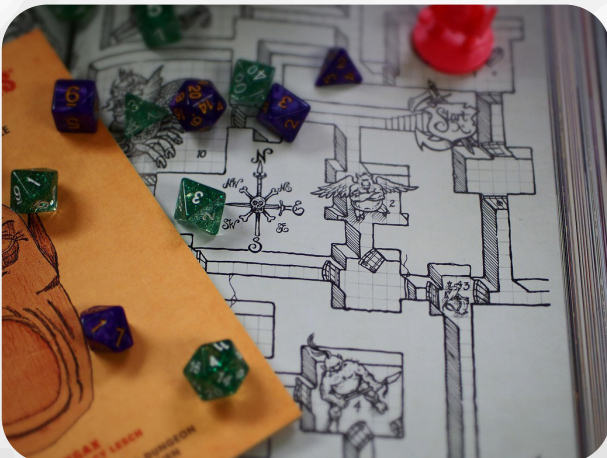
Film- & Serientipps

Stranger Things – das berühmte Franchise ist nach fast einem Jahrzehnt nun zu einem Ende gekommen – oder doch nicht?

Seit die Serie *Stranger Things* 2016 ins Leben gerufen worden ist, hat sie immer mehr an Aufmerksamkeit und Beliebtheit gewonnen. Die Serie spielt in den 80er Jahren und beinhaltet eine große Bandbreite von Genres, hauptsächlich Science-Fiction, Horror, Mystery und Drama.

Am 1. Januar 2026 ist die achte, und somit die letzte Folge der aktuellen Staffel von *Stranger Things* veröffentlicht worden. Die Kleinstadt *Hawkins* ist nun endlich vom Bösen befreit und die Kinderhelden sind längst erwachsen. Doch viele Fans lassen sich mit dem zweistündigen Finale nicht zufrieden stellen. Daher macht im Internet gerade die *Conformity-Gate-Theorie* ihre Runden. Die Kernaussage dieser Verschwörung(sfan)theorie: Das Finale ist gar nicht echt und das wahre Ende kommt erst noch! Und ohne zu viel zu spoilern, es gibt wirklich mehrere auffällige Anzeichen, die diese Theorie bestärken.

Ob nun aber wirklich noch eine weitere Folge kommen wird? Wir wissen es nicht, wir können nur hoffen.



Avatar 3: Fire and Ash



Laufzeit: 197 Minuten

Genre: Science Fiction/Fantasy

FSK: 12

Regie: James Cameron

Drehbuch: James Cameron, Rick Raffa, Amanda Silver

Die Na'vi-Familie Sully verbringt, trotz des Verlustes ihres Sohnes Neteyam, ein paar schöne Tage in ihrer Heimat am Meer. Doch das Glück wird schnell getrübt: Spider, das menschliche Adoptivkind der Familie, braucht zum Atmen eine spezielle Flasche für seine Maske, diese geht jedoch langsam zu Ende.

Um an Nachschub zu gelangen, überredet Jake die Familie, eine lange Reise anzutreten. Die Reise mit einer Handelskarawane verläuft nicht lange friedlich: Aus dem Nichts wird Familie Sully vom sogenannten *Asche-Volk* überfallen, einer Gruppe von Na'vi, die das Feuer anbeten und es als Waffe nutzen.

Darüber hinaus hat sich Colonel Miles Quaritch die Aufgabe gestellt, Jake zu töten, um dessen Verrat an der Menschheit zu rächen. Er findet in der Anführerin des *Asche-Volkes* Varang eine wertvolle Gefährtin. Angesichts dieses Bündnisses müssen Jake und seine Frau Neytiri Entscheidungen treffen und alles Erdenkliche tun, um ihre Familie zu beschützen.

Netflix Top 5 Serien

1. Suche mich nicht

Genre: Thriller

Staffeln: 1

FSK: 16

Simons Tochter Paige verschwindet plötzlich. Sie hinterlässt eine Botschaft, in der sie klar macht, dass sie nicht gefunden werden will. Ihr Vater begibt sich dennoch auf die Suche nach ihr und als er Paige im Central Park tatsächlich entdeckt, erkennt er seine eigene Tochter nicht wieder. Als sie vor ihm flieht, sieht Simon nur eine Chance, wie er sie retten kann: Er muss ihr in die dunkle und gefährliche Welt folgen, in deren Sog sie verloren gegangen ist...



2. Stranger Things

Genre: Science-Fiction, Horror, Mystery, Drama

Staffeln: 5

FSK: 16

Die Kleinstadt *Hawkins* in Indiana, 1983: Nach dem mysteriösen Verschwinden von Will Byers steht *Hawkins* Kopf. Seine Freunde und Familie wollen ihn aufspüren, und gelangen dadurch in einen Sog seltsamer und gefährlicher Ereignisse. Dabei machen sie die Bekanntschaft mit dem mysteriösen Mädchen Eleven, das scheinbar aus einem Versuchslabor geflohen ist und irgendetwas mit den seltsamen Ereignissen in *Hawkins* zu tun hat...



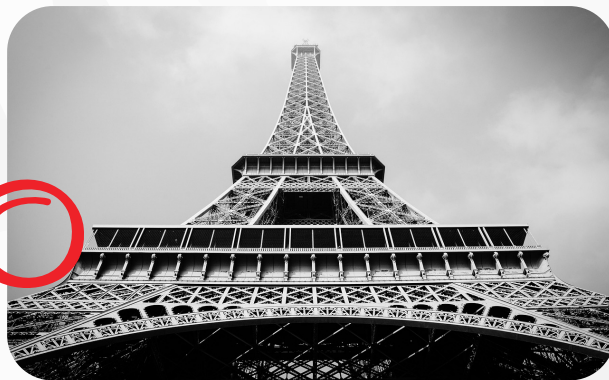
3. Land der Sünde

Genre: Thriller

Staffeln: 1

FSK: 16

Ein Junge verschwindet und die leitende Ermittlerin ist persönlich involviert. Die Untersuchungen bringen erbitterte Loyalitäten und alte Familienfehden ans Licht...



5. Emily in Paris

Genre: Drama, Comedy

Staffeln: 5

FSK: 16

Emily Cooper stammt aus dem Mittleren Westen der USA. Sie erhält die Möglichkeit, für eine französische Marketingfirma zu arbeiten – und dafür nach Paris zu ziehen. Dabei wird sie mit kulturellen Herausforderungen und romantischen Verwicklungen konfrontiert...

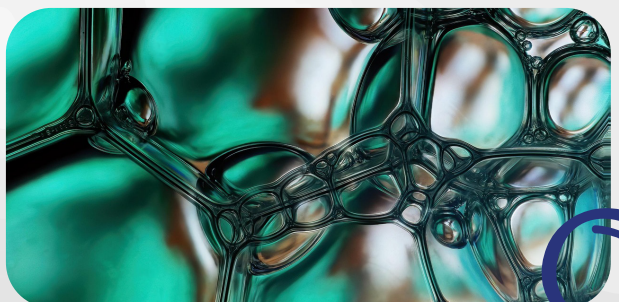
4. Rick and Morty

Genre: Science Fiction

Staffeln: 8

FSK: 16

Im Mittelpunkt der Zeichentrickserie stehen der Teenager Morty und seine Familie. Morty wird von den üblichen Highschool-Problemen geplagt. Sein Großvater Rick ist ein genialer Wissenschaftler mit Alkoholproblem, der ihn immer wieder zu riskanten Abenteuern anstiftet, bei denen es auch schon mal zum Kontakt mit Aliens kommt. Vater Jeff sieht Rick als negativen Einfluss für seinen Sohn...



LERNPAUSE? DANN BEIM JAUKER



jauker.at



JAUKER
Café
**Haus-
frühstück**



statt Euro 12,60
im Aktionszeitraum

€ 9,90

AKTION GÜLTIG
IM CAFÉ JAUKER
BIS 30.04.2026
NUR MIT DIESEM ABSCHNITT!!

JAUKER
Café
**Avocado-
frühstück**



statt Euro 15,90
im Aktionszeitraum

€ 13,20

AKTION GÜLTIG
IM CAFÉ JAUKER
BIS 30.04.2026
NUR MIT DIESEM ABSCHNITT!!