

# Zeitung des Absolventenvereines

57. Ausgabe | Februar 2023



Fachschule für Land-  
& Ernährungswirtschaft

# Vorau

## Dem Erbe verbunden, dem Wandel verpflichtet, der Zukunft entgegen.



Das Land  
Steiermark

→ Lebensressort

## Genusskirtag beim Joglland-Schulfest

Sonntag, 04.06.2023 von 10:00 - 16:00 Uhr

Fachschule Voralu - St. Martin  
Tag der offenen Schule



## FS Voralu: Schulführung nach Vereinbarung

Anmeldung unter:  
03337/2319

[www.fs-voralu.at](http://www.fs-voralu.at)



### Impressum:

Medieninhaber und Herausgeber: AbsolventInnenverein der FS-Voralu, 8250 Voralu, Stift 2 av. [fs-voralu@gmx.at](mailto:fs-voralu@gmx.at) • Für den Inhalt verantwortlich: FS-Voralu, Absolventenverein, Beitragsverfasser • Fotos, wenn nicht namentlich genannt: FS-Voralu, AbsolventInnenverein, Privat, Internet • Gestaltung und Layout: Christine Sobl • Druck: kaindorfdruck



Follow us on  
**Instagram**  
#fsvorau





Liebe Absolventinnen, liebe Absolventen,

nach einem intensiven Sommer mit Umbauarbeiten durften wir wieder in ein schönes Schuljahr starten. Das freut uns sehr. Wir sind stolz auf unsere SchülerInnen, die das Schulgeschehen mit all ihren Talenten und Eigenschaften mitgestalten.

Die Baustelle im Erdgeschoß der Schule und die neuen Räume durften wir zu Schulbeginn in Betrieb nehmen. Das war für uns alle ein herrliches Gefühl.

Es ist uns ein Anliegen, an dieser Stelle unseren Dank an das Land Steiermark mit LR Johann Seitingner und an das Stift Vorau mit Propst Bernhard Mayrhofer für die Unterstützung und die gute Kooperation auszudrücken. Ein Dank gilt auch den Verantwortlichen der Schulabteilung unter Abteilungsleiter Mag. Franz Grießer und Referatsleiter Johann Rumpf.

### **Wer in die Bildung investiert, setzt sich für die Zukunft junger Menschen und die Gesellschaft ein.**

Somit ist die Fachschule Vorau immer in Bewegung. Vieles wurde auch außerhalb des Unterrichtes veranstaltet und organisiert. Das bewegt vor allem die Jugendlichen zum Mittun, sie bringen ihre Ideen ein und somit kann gemeinsam Vieles gelingen.

Ab dem heurigen Schuljahr bieten wir als neue Zusatzausbildung das MAB Modul an. Die SchülerInnen können die Basisausbildung zur Medizinischen Fachassistenz absolvieren. Viele machen von diesem Angebot Gebrauch.

Im Lehrerteam werden wir seit Schulbeginn von Frau Julia Freidorfer als Pädagogin sehr kompetent und tatkräftig unterstützt.

Nachdem Frau Ing. Luise Holzer mit Anfang Dezember ihren wohlverdienten Ruhestand angetreten hat, bedanken wir uns sehr, dass wir mit ihr als Kollegin und Pädagogin durch dick und dünn gehen durften und somit gemeinsam viel geschafft und erlebt haben. Im Bedienstetenbereich verabschiedeten wir Frau Martha Gangel, wir wünschen ihr für ihre neue berufliche Aufgabe alles Gute und viel Glück und bedanken uns für ihren Einsatz. Frau Maria Wagner und Frau Heidi Kerschenbauer unterstützen uns bereits seit Schulbeginn, bzw. seit Jänner tatkräftig im Reinigungsbereich, wir wünschen ihnen viel Freude und alles Gute.

Am 9.3. um 18:00 Uhr gibt es wieder den Infoabend für die Berufsreifeprüfung, somit stehen unseren AbsolventInnen und allen, die sich für die Matura entscheiden, viele berufliche Wege offen.

**„Die Zukunft liegt in den Händen jener, die der kommenden Generation triftige Gründe geben können, zu leben und zu hoffen.“**

**(Pierre Teilhard de Chardin)**

Für die hervorragende Arbeit bedanke ich mich besonders bei meinem KollegInnenteam, auch für den Teamgeist, denn nur gemeinsam ist es möglich im Sinne der jungen Menschen Bildung am Puls der Zeit anzubieten und darüber hinaus für alle Anliegen rund um die Uhr für sie da zu sein.

Auch bei unseren Schülerinnen bedanke ich mich für ihr Dasein und das gute Miteinander. Ich möchte ein Zitat der SchülerInnen eines Abschlussjahrganges an dieser Stelle erwähnen, welches uns sehr beeindruckt hat, vor allem auch deshalb, weil es einzig und allein von den Jugendlichen gekommen ist: „Niemand kann dir sagen, was die Zukunft bringt, doch eins steht fest, dass wir die Zukunft sind.“

In diesem Sinne wünsche ich unseren SchülerInnen einen weiteren guten Verlauf dieses Schuljahres, viel Spaß am Lernen und euch lieben AbsolventInnen sowie Ihnen liebe LeserInnen vor allem Freude am Tun und Zeit für das was für jeden Einzelnen wichtig und wertvoll ist.

In Verbundenheit  
FSDir. Monika Koller

## Gastkommentar



Die Fachschule Voral ist seit vielen Jahrzehnten eine unentbehrliche Bildungseinrichtung, die unsere jungen Menschen in der Region mit ihren Potenzialen, Bedürfnissen und Berufswünschen in den Mittelpunkt stellt. Waren es früher fast ausschließlich Mädchen, die beginnend ab dem 9. Schuljahr ein- oder mehrjährig die „Hauswirtschaftsschule“ besuchten, so sind es heute hin und wieder doch auch junge Burschen, die sich für das vielfältige Ausbildungsspektrum begeistern. Gerade hier haben wir in puncto Gleichstellung wohl noch enormen Aufholbedarf, denn Fragen der Ernährung, der Haushaltsführung, der Pflege, der Kinderbetreuung usw. sind Themen, die nicht nur das weibliche Geschlecht betreffen bzw. interessieren sollten!

Ganz abgesehen davon werden an der Fachschule Voral viele Talente gefördert und Fähigkeiten entwickelt, die für das spätere Leben und die Bewältigung des Alltags generell hilfreich sind – ganz egal, ob man nun von seiner Herkunft her einen Bezug zur Landwirtschaft hat oder nicht. Ich sehe die FS Voral als echte „Lebensschule“, denn sie bietet eine fundierte Ausbildung in unterschiedlichen Fachrichtungen und vermittelt

Kompetenzen, die von der Wirtschaft händelnd gesucht werden. Im Bereich der Pflege ist durch die verbesserte Durchlässigkeit des Ausbildungssystems ein späterer Aufstieg sogar bis zum FH-Diplom möglich, Kinderbetreuerinnen werden durch die Verkleinerung der Gruppen und die Verbesserung des Personalschlüssels in den Kinderbetreuungseinrichtungen mehr denn je gefragt sein. Unsere Tourismusbetriebe wissen ohnehin, was sie an Absolventinnen und Absolventen der FS Voral haben und empfangen sie stets mit offenen Armen.

Als Arbeitgeberin habe ich mit der Fachschule Voral nur die allerbesten Erfahrungen gemacht, da auch eine gute Basisausbildung für die Arbeit im Büro geboten wird. Wir haben einer Absolventin die Chance gegeben, eine Lehre zur Verwaltungsassistentin zu absolvieren und die junge Dame nach höchst erfolgreichem Abschluss nunmehr in den Gemeindedienst übernommen. Mit der Berufsreifeprüfung hat unsere junge, engagierte Mitarbeiterin umfassende Kenntnisse in Betriebswirtschaft und Rechnungswesen erworben, die sie in ihrer täglichen Arbeit gezielt einsetzen kann – und mit der Verwaltungsdienstprüfung ist wohl ein weiterer Aufstieg auf der Karriereleiter vorprogrammiert!

Als Vorsitzende der Regionalentwicklung Oststeiermark und regionale Abgeordnete zum Landtag Steiermark ist mir die Stärkung des ländlichen Raums ein wirkliches Herzensanliegen. Die Fachschule für Land- und Ernährungswirtschaft in Voral leistet dazu einen gewaltigen Beitrag und befähigt junge Menschen, ihre Talente zum Wohle unserer Gesellschaft einzusetzen. Ich wünsche allen Schülerinnen und Schülern viel Freude und Erfolg bei ihrer Ausbildung, den Lehrkräften weiterhin so viel Herzblut und Engagement im Umgang mit den ihnen anvertrauten Jugendlichen und den Eltern das gute Gefühl, die richtige Entscheidung in Sachen Berufs- und Bildungsorientierung getroffen zu haben und ihre Kinder in den besten Händen zu wissen!

*Herzlichst, LAbg. Bgm. Silvia Karelly*

## Herbstkränzchen 2022

Unter der Leitung von Organisatorin und Klassenvorstand **Karoline Kolb** veranstaltete der 3. Jahrgang sein Abschlusskränzchen beim Brennerwirt in Vorau. Eine gekonnt einstudierte Polonaise und eine ge-  
niale Mitternachtseinlage umrahmten das Abschlusskränzchen, welches unter dem Motto „Dirndl'n der  
Nocht“ stand. Unter den Ehrengästen durfte **Direktorin Monika Koller** mit den Schülerinnen **LAbg.  
Hubert Lang** sowie **Bgm. Patriz Rechberger**, **Bürgermeisterin Silvia Karely** und **FSDir. Wolfgang  
Fank** begrüßen. Für beschwingte Klänge sorgten „Die Hafendorfer“. Der 3. Jahrgang darf auf eine gelun-  
gene Veranstaltung zurückblicken.



## Naturheilkunde - Oxymel

Naturheilkunde mit Wildkräutern ist eine traditionelle Arznei-Methode, die auf die Verwendung von Kräutern, Früchten, etc. basiert und die sich über die Jahre hinweg als wirksam erwiesen hat. Wildkräuter können als Tee, Tinktur, Öl, Oxymel, Salbe verwendet werden, aber es gibt auch viele alte eher unbekanntere Anwendungen wie zum Beispiel mit einer Sohle, mit Defrutum oder mit Asche. Die Naturheilkunde mit Wildkräutern wird gerne als sanfte und natürliche Alternative zur Schulmedizin angesehen. Ziel der Naturheilkunde ist es die Selbstheilkräfte des Körpers zu stärken und zu aktivieren.

Eines der ältesten Naturarzneimitteln, welches schon von Pythagoras (570 vor Chr.) erwähnt wurde, ist das Oxymel.

**„Oxymel ist eine wohlschmeckende und gut verträgliche Naturarznei für Kinder und Erwachsene.“**



Oxymel ist eine alte Arzneiform, die aus einer Mischung von Honig und Apfelessig besteht. Die Wirkungsweise von Oxymel beruht auf den enthaltenen Inhaltsstoffen von Honig und Apfelessig.

In Oxymel konzentrieren sich über 100 natürliche Inhaltsstoffe mit positiven Eigenschaften für die Gesundheit, darunter Antioxidantien, Aminosäuren, Mineralstoffen, Vitamine und noch viele weitere.



Honig ist ein natürlicher Konservierungsstoff und enthält antibakterielle Eigenschaften, die dazu beitragen, die Darmflora im Gleichgewicht zu halten und Infektionen vorzubeugen. Apfelessig hingegen ist ein säurehaltiges Naturprodukt, welches kühlend, zusammenziehend und fiebersenkend wirkt und es regt auch die Aktivität der Verdauungsorgane an.

Das Wirkungsspektrum von Oxymel ist breit gefächert. Es wirkt antibakteriell, antiseptisch, entgiftend, immunstärkend, ausleitend, regenerierend, stoffwechselregulierend, mineralisierend, entzündungshemmend, verdauungsfördernd, reizlindernd und isotonisch.

Zusammen bieten Honig und Apfelessig eine breite Palette an gesundheitlichen Vorteilen, darunter die Unterstützung des Immunsystems, Verbesserung der Verdauung, Senkung des Blutzuckerspiegels und es werden zahlreiche Erkrankungen und Beschwerden behandelt, wie Fieber, Husten, Vergiftungen, Altersbeschwerden, Durchfall, Entzündungen, Erbrechen, Leber-Galle-Beschwerden, Herzschwäche, Entzündungen oder Wunden.



## Rezept

### Angaben in Volumen:

3 Teile Honig	300g
1 Teil Essig	100g
1 Teil Pflanzenteile (frisch)	50 - 100g oder
getrocknete Pflanze	ca. 25g - 50g

Alle Zutaten mixen und in ein Glas füllen. 3 Tage ziehen lassen, anschließend filtrieren. Kann, muss nicht filtriert werden. Oxymel dunkel und kühl lagern. Haltbarkeit ca. 1 Jahr.

### Einnahme

3 - 5 EL (ca. 30 - 50ml) täglich mit Wasser, Mineralwasser oder Tee über den Tag verteilt einnehmen. Einnahme erfolgt über 3 Wochen mit 1 Woche Abstand.

Es gibt die unterschiedlichsten Oxymel-Arten, entweder das klassische Oxymel (nur mit Honig und Essig) oder die vielen verschiedenen Kombinationen mit Pflanzen und Gewürzen. Von einem Brennessel-Oxymel bis hin zu einem Frauen-Oxymel, Diabetiker-Oxymel oder einem Heuschnupfen-Oxymel, hier kann man auch viel Neues ausprobieren.

## Fichtennadel-Oxymel

Fichtennadel werden am besten schön klein vermahlen und zum Oxymel hinzugefügt. Kleiner Tipp: schmeckt sehr gut als Aperitif mit Sekt aufgespritzt.

Wirkung: immunstärkend, aufbauend, knochenstärkend, schleimlösend, bei Atemwegserkrankungen, Schmerzen des Bewegungsapparats, Schlaflosigkeit, Durchblutungsstörungen.



Viel Spaß beim Ausprobieren und Verkosten!

DI Julia Freidorfer

## Maturaklasse 2022/2023

Bereits zum 7. Mal startete eine Maturaklasse in der Fachschule Voralpe. Der Lehrgang hat durchwegs um die 25 bis 30 TeilnehmerInnen, Sie absolvieren in ein- bis zwei Jahren die Fächer, Mathematik, Deutsch, Betriebswirtschaft und Englisch und legen dann die Zentralmatura ab. Die Erfolgsquote der MaturantInnen der FS Voralpe ist sehr hoch und liegt durchwegs bei 96 %. Ob dafür Bildungskarenz in Anspruch genommen, ein Teilzeitjob oder direkt nach der Fachschule die Berufsreifeprüfung angeschlossen wird ist unterschiedlich. Ein Teil der AbsolventInnen der Fachschulen schließen an eine fundierte praktische, fachliche und allgemeine Ausbildung die Matura an, somit stehen ihnen sämtliche berufliche Möglichkeiten offen.



**Benko**  
BUSINESS SCHOOL

# Mit uns kommst du weiter!

**Berufsreifeprüfung  
(Matura) in Voralpe**

Mit der Berufsreifeprüfung (Vollmatura) öffnen sich die Türen zu den hochkarätigsten Bildungswegen in Österreich und im ganzen EU-Raum.

**GEMEINSAME  
VERANSTALTUNG**  
mit der FS Voralpe

**Jetzt kostenlos anmelden  
zur Info-Veranstaltung!**

**2. März 2023, 18 Uhr: Online**  
**9. März 2023, 18 Uhr: FS Voralpe**

Freiheitsplatz 1/1, 8010 Graz, Tel.: 0316 / 82 21 72, office@benko.net, www.benko.net

# Fachschule Voralpe feierte Umbau und Erweiterung

*Berufsorientierung und Wohlfühlen haben in dieser Lebensschule, die sich am Puls der Zeit ausrichtet, einen hohen Stellenwert.*

„Dem Erbe verbunden, dem Wandel verpflichtet - wobei der Fokus immer auf dem Wandel gerichtet sein muss. Denn nur so kann Schule fit für die Zukunft sein und Jugendliche fürs Leben ausbilden.“ Mit diesen Worten richtete sich Direktorin Monika Koller an die zahlreichen Ehrengäste, die der Einladung zur feierlichen Übergabe der neuen bzw. sanierten Räumlichkeiten in die Fachschule Voralpe gefolgt waren.



Nach knapp einem Jahr Planungs- und Umbauphase wurden die 240 m<sup>2</sup> große Lehr- und Betriebsküche sowie die Räume für die Direktvermarktung, der Office-Bereich mit Speisesaal und die neu errichtete Lehrbar modernst und nach höchsten Qualitätsstandards saniert. Weiters durfte die Fachschule zusätzliche 566 m<sup>2</sup> an Räumlichkeiten vom Stift Voralpe anmieten, die zu Klassen- und Praxisräumen umgestaltet wurden.

In Kooperation mit dem Stift Voralpe und dem Denkmalschutz entschloss sich das Land Steiermark für diese Umbau- und Erweiterungsvariante, in der die bestehenden Ressourcen optimal genutzt werden konnten. Direktorin Monika Koller: „Mit der Sanierung und Schulerweiterung ist in die Bildung Jugendlicher investiert und somit ein wichtiger Schritt in die Zukunft gesetzt worden. Ein großer Dank gilt dem Land Steiermark mit dem zuständigen Landesrat Johann Seitinger, dem Stift Voralpe mit Propst Bernhard Mayrhofer, der Schulabteilung unter Abteilungsleiter Franz Grießer und Referatsleiter Hans Rumpf und vor allem Architekt Anton Handler, Projektleiter Baumeister Hermann Jernej von der Landesimmobiliengesellschaft sowie allen Firmen, die in der Planung und Ausführung beste Arbeit geleistet haben.“



## Bauliche Herausforderungen gemeinschaftlich gemeistert

*In der Fachschule Voralpe entstand eine 240 m<sup>2</sup> große, exklusive Lehr- und Betriebsküche und auch die Unterrichtsräume wurden um 566 m<sup>2</sup> erweitert. Und das alles in nur zweieinhalb Monaten Bauzeit!*

Nach den Planungsarbeiten der AGH Ziviltechniker GmbH blieb nach dem Baustart Mitte Juni 2022 in großen Teilen des Erdgeschosses der Fachschule Voralpe kein Stein auf dem anderen. Die beauftragten Baufirmen arbeiteten die gesamten Sommerferien hindurch und so konnten die Schüler\*innen nach nur zweieinhalb Monaten Bauzeit - und rechtzeitig zu Schulbeginn - die revitalisierten bzw. neuen Räumlichkeiten im Stift Voralpe beziehen. Vor allem die Baustelle für die 240 m<sup>2</sup> große



Lehr- und Betriebsküche stellte die Planer des Ingenieurbüros Forsthuber genauso wie die beauftragten Baufirmen vor eine große Herausforderung, die sie aber gemeinschaftlich bravurös meisterten. Die Firma Kager Massivbau führte unter anderem alle Abbrucharbeiten und Kernbohrungen durch, errichtete neue Kanalleitungen sowie den Unterbeton, ergänzte das bestehende Ziegelmauerwerk, erledigte sämtliche Grob- und Feinputzarbeiten und stellte den Estrich her. Die Kerschhofer Trockenbau GmbH war für alle Trockenbauarbeiten zuständig und die Firma Pona Rolläden lieferte die Rolläden.



„Die Küche stammte aus den 1980er-Jahren. Eine Erneuerung war schon aufgrund der aktuellen Hygiene-Bestimmungen notwendig. Nach dem Umbau ist die Küche nun das Herzstück unserer Schule. Sie ist exklusiv und modernst ausgestattet und ermöglicht sowohl den Schüler\*innen als auch den Mitarbeiterinnen unserer Betriebsküche - die täglich rund 120 Personen bekochen - ein angenehmes Arbeiten. Die Lehr- und Betriebsküche ist das neue Aushängeschild



unserer Schule“, schwärmt Direktorin Monika Koller. Zum Küchenbereich gehören auch die neue Lehrbar sowie der Wirtschaftsraum mit Käsewanne und Backofen, wo für die Direktvermarktung produziert wird. Durch den 100 m<sup>2</sup> großen Speisesaal mit Buffetbereich führt der Weg in die neuen Klassen- und Praxisräume. Insgesamt 566 m<sup>2</sup> wurden zusätzlich vom Stift Voralpe angemietet. Wo zuvor

Wohnräume sowie die Büros von Propst und Prälat untergebracht waren, befinden sich heute lichtdurchflutete, mit digitalen Tafeln und WLAN ausgestattete Klassen-, Gemeinschafts-, Musik- und Kreativräume mit Ausblick in den Innenhof des wunderschönen Stiftes. Die neuen Sanitäranlagen wurden von der Firma Franz Pichler errichtet, die auch für die Heizungsinstallation zuständig war. Die Innen- und Brandschutztüren lieferte die Putz Möbel GmbH ebenso wie die

Möbel für den Kreativraum und die Holzverkleidungen der Buffetmöbel. Alle am Bau beteiligten Firmen, die Großteils aus der Region stammen, leisteten in dieser kurzen Bauzeit hervorragende Arbeit. Nicht unwesentlich am Gelingen des Umbaus beteiligt war auch Herbert Kroisleitner, Hausmeister und gute Seele des Stiftes Vorau. Direktorin Monika Koller: „Keiner kennt das Haus, kennt jeden Winkel so wie er. Mit seinem Wissen war er bei den Umbauarbeiten eine große Hilfe.“



## Vorher Nachher Bilder

### Vor dem Umbau



### Nach dem Umbau



## Vor dem Umbau



## Nach dem Umbau



**Kreativraum**



**Gemeinschaftsraum**



**Klasse**

# Neu im Team der Fachschule Voral

## DI Julia Freidorfer MA



Mein Name ist Julia Freidorfer und ich bin seit diesem Schuljahr 2022/23 Lehrerin an der Fachschule Voral.

Aufgewachsen bin ich auf dem elterlichen land- und forstwirtschaftlichen Milchviehbetrieb in Dechantskirchen, wo ich schon als kleines Kind erfahren habe, wie wichtig es ist, sich mit unserer Natur auseinanderzusetzen. Durch meine Kindheit, dem Besuch der Höheren Lehranstalt

für Land- und Ernährungswirtschaft, die Mitarbeit an einem Umweltprojekt in Portugal, den Abschluss der Universität für Bodenkultur, die Ausbildung zur Kräuterpädagogin sowie meine aktuelle Ausbildung an der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik konnte ich meinen Berufswunsch nämlich Lehrerin zu werden stetig verfolgen.

Privat halten mich meine zwei kleinen Kinder, Emma und Xaver, ganz schön auf Trapp, so wird mir eigentlich auch nie langweilig. In meiner Freizeit verbringe ich meine Zeit am liebsten draußen, irgendwo in der Natur, sei es zum Kräuter sammeln in den Wäldern und Wiesen oder eine Wanderung auf den Hochwechsel.

Ich habe mich auf meine neue Tätigkeit, als Lehrerin sehr gefreut und bin begeistert, hier in der Fachschule Voral und Teil dieses Lehrerteams zu sein. Ich bin davon überzeugt, dass ich in meiner neuen Rolle als Lehrerin wachsen und gedeihen werde. Auf die vielen neuen Herausforderungen und Möglichkeiten, die die Zukunft bringt, freue mich besonders und bin dankbar für die Chance, einen positiven Einfluss auf das Leben der Schülerinnen haben zu dürfen.

## Maria Wagner



Mein Name ist Maria Wagner und seit September 2022 bin ich ein Teil des Reinigungsteams in der Fachschule Voral.

Geboren und aufgewachsen in Voral wohne ich seit meiner Verhehlung mit meinem Mann und meinem zweijährigen Sohn Jakob in St. Jakob im Walde. Mit meiner Familie bewirtschaftete ich einen biologisch geführten Mutterkuhbetrieb.

Nach meiner Fachschulzeit absolvierte ich eine Lehre zur Köchin in der Fachschule Kirchberg. Nun, nach Ende meiner Karenzzeit führte mich der Weg wieder zurück an die Fachschule Voral, wo ich vom gesamten Team sehr wohlwollend aufgenommen wurde.

## Heidi Kerschenbauer



Ich heiße Heidi Kerschenbauer und wohne mit meinem Mann und meiner Tochter Stefanie in Vornholz. Ich freue mich, seit Jänner 2023 als Reinigungskraft im Team der Fachschule Vornholz mitzuwirken. Da ich durch meine Tochter die Fachschule schon kannte, bewarb ich mich sofort als die Stelle ausgeschrieben wurde.

In meiner Freizeit kümmere ich mich gerne um mein Haus und meine Familie. Ich genieße die Arbeit mit den netten Kolleginnen, Lehrerinnen und Schülerinnen sehr und hoffe, dass auch ich positiv zur Schulgemeinschaft beitragen kann.

## MAB-Basismodul in Kooperation mit der Gesundheits- und Krankenpflegeschule Bad Radkersburg



**Das MAB-Basismodul** ist die Basisausbildung für Ordinationsassistenten, Röntgenassistenten, Laborassistenten, Gipsassistenten, Desinfektionsassistenten, Operationsassistenten, Obduktionsassistenten. **Die Ausbildung umfasst** 2 Wochen überregionalen Unterricht an einer der Fachschulen und 36 Std. an der jeweiligen Fachschule (16 Std. Erste Hilfe und 20 Std. Kommunikation und Teamarbeit). In Summe sind 120 Unterrichtsstunden zu absolvieren und anschließend ist eine Prüfung abzulegen.

**Es gibt keine Altersbegrenzungen für die Teilnahme am MAB-Basismodul – wie besprochen werden vorrangig Schüler der 2. Klasse diese Ausbildung absolvieren.**

Um oben aufgezählte Assistenzberufe abzuschließen, muss nach positiver Absolvierung des MAB-Basismoduls und Vollendung des 17. Lebensjahres eine Schule für medizinische Assistenzberufe im Anschluss an die Fachschule besucht werden. Sofern nur ein Assistenzberuf angestrebt wird (z. B. Ordinationsassistenten), ist die anschließende Ausbildung kostenpflichtig. Wird die Ausbildung zur Diplomierten medizinischen Fachassistentin angestrebt, ist die anschließende Ausbildung kostenfrei und dauert mindestens 2 Jahre - für diese Ausbildung werden mindestens 3 MAB-Aufbaumodule (z.B. Ordinationsassistenten, Laborassistenten, Gipsassistenten) absolviert und der berufliche Einsatz ist dementsprechend viel größer).

# Zitronenmelisse (*Melissa officinalis*)

von Kräuterpädagogin Ing. Doris Feldhofer



<b>Blütezeit</b>	Juni bis August
<b>Sammelzeit</b>	Blätter vor der Blüte oder die Blüten
<b>Inhaltsstoffe</b>	Citral, Citronellal, Linalool, Geraniol, Gerbstoffe, Bitterstoffe, Harz, Schleim, Vitamine, Mineralstoffe, Kalium
<b>Eigenschaften</b>	Belebend, krampflösend, beruhigend, nervenstärkend, schlaffördernd, magenstärkend, schweißtreibend, leberanregend, gallenanregend, kräftigend

## Melissengeist

### Zutaten:

- 500 g getrocknete Melissenblätter
- 1 unbehandelte Zitrone, die abgeriebene Schale
- 1 Teelöffel geriebene Engelwurz Wurzel
- einige Gewürznelken
- Wodka

Alles in ein Glasgefäß geben und 14 Tage an einem sonnigen Platz stehen lassen. Anschließend filtern und abfüllen. Min. 2 Monate ruhen lassen.

**Tipp:** Bei Rheuma und Gelenkschmerzen einreiben, bei Kopfschmerzen, auf Nacken, Schläfen und Stirn einreiben. Ins Vollbad geben, dann wirkt es bei Schlafstörungen oder in den Tee hineingeben – schmeckt köstlich.

Die Zitronenmelisse ist eine der ältesten Heilpflanzen. Ihr Name leitet sich aus dem griechischen „Melissa“ ab, das Honigbiene bedeutet. Für die Bienen ist sie eine wichtige und begehrte Futterpflanze. Charakteristisch ist ihr zitronenartiger Geruch, wenn man sie zwischen den Fingern zerreibt. Sie ist eine der ältesten Heilpflanzen, stammt aus dem östlichen Mittelmeerraum, soll sonnig stehen und ist bei uns absolut winterhart.

Die Melisse ist eine Vitamin C Bombe, sie ist 5 x so stark wie eine Zitrone!

Zitronenmelisse wirkt bei nervösen Einschlafstörungen, bei Magen-Darmbeschwerden, Erkältungskrankheiten, Kopfschmerzen, Unruhe, Reizbarkeit, nervöse Herzbeschwerden und bei Fieberblasen. Der Duft soll auch Gelsen vertreiben.

Achtung: Melissenprodukte können schläfrigg machen, das ist beim Autofahren zu berücksichtigen.

Wer am Morgen 2 Melissenstängel in kaltes Wasser legt, hat Mittags mit einem Schuss Orangensaft und etwas Zucker, Honig, Süßstoff einen Eistee

## Traumfängersalbe von Doris Gruber Weissensteiner



### Zutaten:

- 2 El getrocknete Kamille
- 2 El getrockneter Lavendel
- 2 El getrocknete Melisse
- 2 El getrockneter Majoran
- 150 ml Sonnenblumenöl
- 15 g Bienenwachs

Kräuter in ein Glasgefäß geben, Öl darüberleeren, im Wasserbad langsam erhitzen, bis es kocht. Dann einige Tage ziehen lassen. Abseihen, mit Bienenwachs noch einmal erwärmen bis es schmilzt, sofort in Döschen abfüllen und wenn es ausgekühlt ist, verschließen.

**Tipp:** Als Einschlafhilfe bei Kindern am Abend im Bett auf der Brust einreiben.

## Rezept aus der Schulküche

### Ei auf Kräuterdip mit Baguette und selbstgemachtem Wildkräuterpesto

#### Kräuterdip:

- 3 Stk. hart gekochte Eier
- Petersilie (1 Bund)
- 125 g Sauerrahm
- 1 Becher Creme fraîche
- 6 Blatt Rohschinken
- Salz, Pfeffer, Knoblauch

#### Zubereitung:

Eier hart kochen – kalt abschrecken und schälen.

Petersilie waschen und fein hacken.

Sauerrahm, Creme fraîche mit den Kräutern verrühren, würzen

In kleinen Gläsern den Kräuterdip portionieren, ein halbes Ei hineinsetzen und mit Rohschinken und Kresse dekorieren.



#### Wildkräuterpesto:

- 3 Handvoll Wildkräuter (Gundelrebe, Giersch, Brennessel, Vogelmiere, Bärlauch...)
  - Ca. 1/8 l Rapsöl
  - 2 Handvoll Sonnenblumenkerne
  - 1 TL Salz
  - 1 Zehe Knoblauch
  - Evtl. 50 g Bergkäse
- Deko: roter Paprika gewürfelt, Kresse

#### Zubereitung:

Wildkräuter, Rapsöl, Sonnenblumenkerne, Knoblauch und Salz mit einer Küchenmaschine fein zerkleinern. In ein Glas füllen und mit Öl abdecken oder auf ein Baguette dressieren und mit rotem Paprika und Kresse dekorieren.

Gutes Gelingen wünschen

Dipl. Ing. Julia Freidorfer und Gabriele Trummer-Faist, BEd.

## Orientierung in der Zukunftswerkstatt

Beim Tag der offenen Schule durften sehr viele Besucher begrüßt werden. Die Schülerinnen führten gekonnt durch die Schule und das „Jugendhotel“. Von vielen Erlebnisstationen, einem Cafe, einer Bar mit Cocktails sowie einem bunten Programm bekamen die BesucherInnen im erweiterten und neu sanierten

Schulhaus Einblick in den Alltag der Fachschule. Am Direktvermarktungsstand wurden unterschiedliche Produkte zum Verkauf angeboten. Eine Ausbildungsstraße gab Übersicht über die große Palette an Ausbildungen und Möglichkeiten nach der Fachschule. Somit können alle auf einen erlebnisreichen und gelungenen Tag zurückblicken. Schnuppertage sind in der Fachschule, wo Schule zum Erlebnis wird, gegen tel. Voranmeldung gerne möglich.



# Schülerinnenportrait - Pausackerl Marlene



Erlebnisse aus dem Praktischen Unterricht. Derzeit absolviere ich zusätzlich die Ausbildung zur Kinderbetreuerin, Heimhelferin und zur Bürofachkraft im medizinischen Bereich. Mich fasziniert, dass man nicht nur Theorie, sondern auch viel praktischen Unterricht hat. Die unterschiedlichen Zusatzausbildungen sind für mich sehr wertvoll, da ich für meine Zukunft lerne und dann in ihr auch flexibel und gut ausgebildet agieren kann. Besonders ist auch, dass man lernt, seinen eigenen Weg zu gehen, gut gerüstet zu sein und sein Leben so zu gestalten, dass es auch Freude macht.

## Was finde ich an der Fachschule Vorau besonders cool?

Besonders cool an dieser Schule finde ich, dass man in die verschiedensten Berufssparten Einsicht bekommt und man einige Ausbildungen für sein Leben mitnehmen kann. Auch, dass nach oben hin keine Grenzen gesetzt sind, denn ob ich dann noch ein 4. Jahr und die Lehrabschlussprüfung ablege oder die Matura anschließe und dann einen weiteren Weg überlege, es ist alles möglich. Und desto besser ich ausgebildet bin umso mehr Möglichkeiten habe ich dann auch auf und mit meinem Betrieb. Zusammenfassend finde ich toll, dass wir sehr viel über den Stellenwert der Landwirtschaft in der Zukunft lernen und wie wichtig es ist regional, saisonal und nachhaltig zu handeln. Das Leben in der Gemeinschaft und im Jugendhotel ist einfach spitze. Ich merke jetzt schon, obwohl ich noch mitten im 3. Ausbildungsjahr bin, dass ich mit Abschluss dieser Schule viele Möglichkeiten habe und meinen ganz persönlichen Weg gehen werde.

*Marlene Pausackerl, Schülerin des 3. Jahrganges*

## Warum besuche ich die Fachschule Vorau?

Einer der Hauptgründe, dass ich diese Schule besuche war, dass ich den Facharbeiter für ländliches Betriebs- und Haushaltsmanagement bekomme. Da meine Eltern einen landwirtschaftlichen Betrieb besitzen, möchte ich diesen gerne einmal übernehmen. Hierfür braucht man jedoch ein vielfältiges Basiswissen sowie auch den Facharbeiter. Aus diesem Grund habe ich mich für diese Schule entschieden. Noch dazu kann man verschiedenste Ausbildungen absolvieren, was mich sehr begeistert und überzeugt hat.

## Was habe ich an dieser/meiner Schule für meinen Betrieb, mein Leben bereits gelernt?

Ich habe bereits einen guten Einblick in die unterschiedlichen Formen der Landwirtschaft bekommen und auch Green-Care Betriebe kennengelernt. Weiters habe ich im Bereich der Direktvermarktung Vieles gelernt und versuche gemeinsam mit meinen Eltern bereits dieses oder jenes umzusetzen. Für mein Leben habe ich schon einiges mitnehmen können. Dazu gehört unter anderem die Ausbildung zur Office Assistentin und zum Käsekenner sowie auch die lustigen

## Verabschiedungen und Geburtstage

### 60. Geburtstag und Verabschiedung - Holzer Aloisia



Frau Ing. Luise Holzer hat die Fachschule Vörsch 39 Jahre mit viel Engagement, Herz und Empathie maßgeblich mitgestaltet. Die Bereiche Informatik über Haushaltsmanagement und die Ausbildung zur Betriebsdienstleisterin lagen ihr sehr am Herzen – um nur einige zu nennen. Sie hat die Abschlussklassen immer bestens auf die Lehrabschlussprüfung zur/zum Betriebsdienstleistungs-kauffrau/mann vorbereitet. Auch kompetent durchgeführte Abschlussprüfungen hat Frau Holzer jahrelang begleitet. Sie hat den Schülerinnen vor allem auch soziale und persönliche

Kompetenzen gut vermitteln und sie dafür sensibel machen können. Durch ihren wertschätzenden Umgang und ihr offenes Ohr hat sie wohl viele Jugendliche im Unterricht und im Internat bestens begleitet und sie sehr gut für die Zukunft vorbereitet. Als Personalvertreterin im Lehrerteam war es für sie selbstverständlich, sich für alle Anliegen des Teams einzusetzen. Als Kollegin konnten wir mit Luise durch dick und dünn gehen und gemeinsam Vieles erreichen. An ihre herzliche und humorvolle werden sich alle immer gerne erinnern. Wir danken für all das und noch viel mehr und wünschen ihr für die Zukunft alles erdenklich Gute und eine schöne Zeit.

### Verabschiedung - Gangel Martha



Frau Martha Gangel hat uns im Reinigungs- und Küchenbereich 10 Jahre tatkräftig unterstützt. Sie hat für alle im Hause immer ein offenes Ohr gehabt und ist jedem sehr höflich und herzlich begegnet. Wir danken ihr für ihre gute Arbeit und ihren positiven Geist sowie für alles was sowieso und immer selbstverständlich war. Durch ihre genaue Arbeit hat sie immer für ein sauberes Haus gesorgt. Danke sagen wir auch für die Arbeit als Personalvertreterin im Bedienstetenbereich und für ihre aufgeschlossene Art. Wir wünschen Martha für ihren neuen beruflichen Aufgabenbereich alles Gute und viel Freude.

### 60. Geburtstag - FSDir. Monika Koller



**Sie mag Köpfe die mitdenken können,  
einen Mund der argumentieren, lachen und  
quatschen kann.**

**Sie mag Ohren die einfach zuhören können  
und auch Zwischentöne registrieren.**

**Sie mag Augen die mehr sehen als den  
ersten Eindruck.**

Diese zusammengefassten Gedanken spiegeln einen kleinen Querschnitt ihrer Leiterqualitäten in unserem Schulteam. Ihren 60igsten Geburtstag wollte Sie eigentlich nicht öffentlich machen. Schülerinnen, Bedienstete und Kolleginnen war es ein Herzenswunsch unserer Frau Direktor nachträglich zum 60igsten Geburtstag zu gratulieren.

Dank Ihres unermüdlichen Einsatzes auch während der Sommermonate war der Schulumbau so durchgeplant, sodass wir zu Schulbeginn gut starten konnten.

Für deine umsichtige Arbeit, zum wohl ALLER im Haus, sagen wir ein herzliches DANKESCHÖN.

## Fachschule Vorau produzierte Bibel-Kekse



Die SchülerInnen der Fachschule Vorau beteiligten sich an einem vom Fachbereich Pastoral & Theologie der Diözese Graz-Seckau initiiertem Projekt in Kooperation mit den Fachschulen.

Im Religionsunterricht beschäftigten sich die Jugendlichen mit der Bergpredigt und erarbeiteten die persönliche Essenz dieser unter dem Motto: „hören.lesen.leben“. Gerade in Zeiten, wo gesellschaftliche Spaltungen und entsetzliche Kriege die Welt erschüttern, gewinnt die biblische Botschaft brisante Aktualität. Davon konnten sich die SchülerInnen überzeugen. Sie sind es, die die Zukunft durch ihre Sichtweisen in wesentlichem Ausmaß mitgestalten. Viele Bibelkekse mit innenliegenden Sprüchen wurden als Gedankenanstoß gebacken und in den Pfarren verteilt.



Fachschullehrerin **Eva-Maria Zisser** und **Alexander Zisser** haben sich am 22.7.2022 in Graz da JA Wort gegeben.

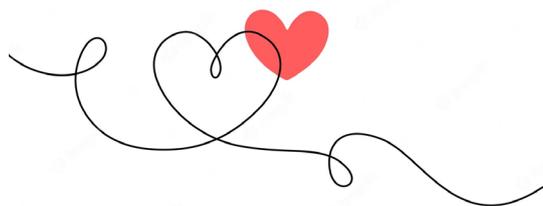


### Herzlichen Glückwunsch zur Hochzeit!

Um den vollen Wert des Glücks zu erfahren,  
brauchen wir jemand, um es mit ihm zu teilen.  
(Mark Twain)



**Wolfgang Hofer & Isabella Hofer** wurden am 21.05.2022 in der Stiftskirche in Vorau getaut.



Wir freuen uns über immer wieder über Fotos von Babys, Hochzeiten und anderen schönen Lebensereignissen unserer Absolventen. Kontakt: [av. fs-vorau@gmx.at](mailto:av.fs-vorau@gmx.at)

## Beitrittserklärung zum AbsolventInnenverein

### Ich besuchte ...

... die 1. Klasse im Schuljahr: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

... die 2. Klasse im Schuljahr: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

... die 3. Klasse im Schuljahr: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

... die einj. ländl. HHS im Schuljahr: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

... Berufsschule, Fachschule, etc. im Schuljahr: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

### Persönliche Daten:

Name (ledig):

Name (verheiratet):

Wohnadresse:

Telefon:

Email:

### Unterschrift:

## Achtung!!

**Wir ersuchen euch bei der Überweisung des Mitgliedsbeitrages beim „Verwendungszweck“ unbedingt Vor- und Zuname, sowie die vollständige Wohnadresse einzutragen. Insbesondere wenn die Überweisung von jemand anderem z.B. Partner in Auftrag gegeben wird. Somit ist eine rasche und genaue Zuordnung der Einzahlung unsererseits möglich. Wir bedanken uns für eure Unterstützung!**

## In eigener Sache!

Das Team des AbsolventInnenvereins ist stets bemüht, euch liebe LeserInnen der Absolventenzeitung, über aktuelle Geschehnisse aus dem Schulalltag als auch über Ereignisse von den AbsolventInnen durch diese Zeitung zu informieren. Wir sind immer wieder sehr dankbar für die Unterstützung und Übermittlung der Artikel für die Absolventenportraits als auch der Fotos von Hochzeiten, Geburten oder anderen Ereignissen. Es ist für uns alle sehr interessant, wie sich das Leben der AbsolventInnen nach der FS-Vorau entwickelt hat, welche Meilensteine zu bewältigen waren beziehungsweise welche freudigen Ereignisse sich in den Lebensweg eingefügt haben und wie die Zeit in der FS-Vorau jeden einzelnen geprägt hat.

Wir freuen uns jederzeit über Rückmeldungen, seien es Wünsche, Beschwerden oder Anregungen, bezüglich der Absolventenzeitung, Vorschläge für den Absolventenausflug oder das bereits traditionelle Schätzspiel beim Schulfest. Jeder, der uns etwas mitteilen will, kann dies unter 0664 / 501 66 05 (Maria Krausler) oder auch unter **av.fs-vorau@gmx.at** machen.



Ein großes Dankeschön an alle Beitragsverfasser und die im Hintergrund Mitwirkenden, die sich die Zeit genommen haben, uns zu unterstützen beziehungsweise es uns ermöglicht haben diese Zeitung mit interessanten Beiträgen zu füllen und zu gestalten.

### Datenschutz:

„Als Mitglied vom Verein verwalten wir deinen Namen, deine Adresse und deine Mail-Adresse. Damit erhältst du unsere Absolventenzeitung und diverse Einladungen bzw. Aussendungen. Wir verwenden deine Daten ausschließlich für diese Informationssendungen und geben Sie keinesfalls an Dritte weiter. Selbstverständlich kannst du die Zustimmung zu diesen Informationssendungen jederzeit widerrufen.“



# *Zukunftswerkstatt*

## *Fachschule Vorau*

### Schulinformation

gegen tel. Vereinbarung:

Tel.: 03337/2319 und unter

[www.fs-vorau.at](http://www.fs-vorau.at)

**Neugierig auf unsere Schule?**

Informiere dich über unser vielseitiges  
Bildungsangebot!

*Wo Schule zum Erlebnis wird!*



WIR SIND AUCH BEI  
FACEBOOK & INSTAGRAM

