

ECHO GRAZ NORD

GRAZER
VOLKSPARTEI **XII.**
BEZIRK **ANDRITZ**

**EXTRA
GOOD
NEWS**

Nr. 180/38. Jahrgang

MÄRZ 2015

Österreichische Post AG
Info.Mail Entgelt bezahlt

Erscheinungsort
Graz Andritz



Auferstehungskreuz 210x130
Franz Hackstock

JVP - Andritz

Ostereiersuche
Samstag, 4. April
16 Uhr
Obst- und Naschgarten

Seite 7

Andritzer Aktionstag

Frühjahrsputz
Samstag, 25. April
9 Uhr
Andritzer Hauptplatz

Seite 5

14. Maibaumaufstellen

Maibaumaufstellen
Donnerstag, 30. April
19 Uhr
Andritzer Hauptplatz

Seite 3

**FROHE OSTERN
wünschen**

GRAZER
VOLKSPARTEI **XII.**
BEZIRK **ANDRITZ**

ECHOGRAZNORD



Tierecke

Dr. Ursula Hoffmann



Zahnputzen beim Osterhasen

Gerade jetzt zu Ostern werden viele Kaninchen geschenkt. Damit es auch gesund bleibt, muss man sich um aber um die Zähne des Tieres kümmern.

Die Schneidezähne wachsen 2-3 mm pro Woche und müssen deshalb regelmäßig benützt und abgerieben werden. Das passiert am gründlichsten beim Fressen von Heu. Daher sollte Heu (und frische Gräser und Kräuter) die Hauptnahrung von Kaninchen sein. Trockenfutter sollte, wenn überhaupt, nur in ganz geringen Mengen gegeben werden.

Kaninchen werden in Gruppen gehalten. Es fällt deshalb oft nicht auf, wenn eines von ihnen weniger frisst. Deshalb ist es wichtig, regelmäßig das Gewicht der Tiere zu kontrollieren. Gewichtsabnahme kann ein Zeichen sein, dass das Tier krank ist. Oft sind es die Zähne, denn mit Zahnschmerzen frisst es weniger. Bei übermäßigem Angebot von Leckerlis und Trockenfutter kann es aber auch vorkommen, dass das Kaninchen zunimmt, aber die Zähne mangels Abrieb immer länger werden.

Als Tierbesitzer kann man nur die Schneidezähne kontrollieren: Sind die beide Schneidezähne gleich lang? Gibt es Verfärbungen des Zahnschmelzes? Nimmt das Tier vielleicht nur noch einseitig Gräser auf? Wenn die Wurzeln der Oberkiefer Richtung Knochen wachsen, kann sogar der im Knochen liegenden Tränen-Nasengang zugedrückt werden: Das kann man an Augenausfluss oder an fellfreien Stellen unter dem Auge erkennen.

Bei all diesen Symptomen ist es vernünftig, den Tierarzt auf zu vernünftig, den Tierarzt auf zu suchen, der dann auch die hinteren, für den Tierbesitzer nicht sichtbaren Mahlzähne beurteilen und eventuell Röntgenaufnahmen machen kann.



Dr. Ursula Hoffmann Fachtierärztin für Kleintiere
Ursprungweg 146, 8045 Graz

Ordination nach Vereinbarung

0316/890073, 0699/19258742, www.tierarzt-hoffmann.at

Brainspotting

Neuropsychotherapie hilft Traumata zu überwinden



Manchmal machen wir Erfahrungen, die von einer derartigen Intensität sind, dass unsere Bewältigungsmechanismen nicht mehr ausreichen diese zu verarbeiten. Gefühle von Ohnmacht und Angst können dazu führen, dass eine Traumatisierung entsteht, die uns in unserem Wohlbefinden und unserer Lebenskraft erheblich einschränkt.

Erinnerungen an dieses Erlebnis sind fortan meist sehr leidvoll und rufen erneut sehr starke Emotionen hervor. „Brainspotting“ ist ein neues, hochwirksames traumatherapeutisches Verfahren, welches dabei helfen kann derartige Erinnerungen zu verarbeiten und somit den Leidensdruck zu nehmen. Dabei vereinen sich Erkenntnisse aus der Psychotherapie und der Neuroforschung. Zunächst wird bei Betroffenen mittels Teleskopstab ein Punkt im Gesichtsfeld gesucht, an dem es zu einer möglichst hohen Aktivierung bestimmter Gehirnareale (Amygdala, Hippocampus und limbisches System) kommt. Dieser Punkt wird von den KlientInnen für einen längeren Zeitraum visuell fixiert (angestarrt). Dadurch können traumatische Erinnerungen und damit zusammenhängende Gefühle oder Körperempfindungen auftreten und gleichzeitig verarbeitet werden. Mittels abwechselnder Stimulation der rechten und linken Gehirnhälfte mittels Klängen wird die Entspannung und Verarbeitung im Gehirn zusätzlich gefördert.

Diese Technik geht weit über eine bloße verbale Auseinandersetzung mit belastenden Ereignissen hinaus. Sie kann eine intensive Verarbeitung von Traumata in nur wenigen Sitzungen fördern und somit das emotionale Gleichgewicht wiederherstellen. Durch die Integration von Brainspotting in mein gestalttherapeutisches Vorgehen werden neueste Erkenntnisse aus unterschiedlichen Bereichen der Wissenschaft und Forschung in ein langjährig erprobtes psychotherapeutisches Verfahren eingebettet.



**Psychotherapeutische Praxis
Mag^a. Anja Gutmann, MSc**

Psychotherapeutin (Integrative Gestalttherapie), Klinische- und Gesundheitspsychologin, Supervisorin, Staatlich anerkannte Familienberaterin
Am Ursprung 3, 8046 Stattegg und Ungerndorf 19, 8091 Jagerberg
0650 276 75 04 - anja.gutmann@inode.at - www.anjagutmann.com

DER NEUE PEUGEOT 108 DESIGN YOUR LIFE

www.peugeot.at

6 DESIGN-KITS FÜR DEINEN LOOK

Tattoo BARCODE SPORT
DIAMOND DRESSY KITT



PEUGEOT EMPFIEHLT TOTAL CO₂-Emission: 88-99 g/km, Gesamtverbrauch: 3,8-4,3 l/100 km. Symbolfotos.

DER NEUE PEUGEOT 108

MOTION & EMOTION

Autohaus

EDELSBRUNNER
PEUGEOT GRAZ-NORD

8010 Grabenstr. 221, 226
Tel.: 0316/673107-0

mail@edelsbrunner.at
www.edelsbrunner.at



PEUGEOT