

Gartenarbeit schon erledigt? Der Zwetschgenbaum geschüttelt?

Mit blühender Fantasie in den Herbst!

Alles steht auf Entspannung, auf Entschleunigung, und der Blick geht in Richtung Saisonende. Diesen Eindruck könnte man fast gewinnen, wenn man da und dort beobachtet, wie Balkonblumen in den Keller gebracht, die Bäume und Sträucher zurückgeschnitten und die „Holzlehn“ zur Zierde werden. Wir können´s dann kaum erwarten, den Ofen zum ersten Mal wieder anzufeuern. Und sagen wir nicht schon seit ein, zwei Wochen: „Na, wie´s grät schu herbstlt ...“

Um diese Jahreszeit kann man der Müdigkeit oder der angenehmen Faulheit etwas mehr Raum lassen, denn zum Faulenzen wird der Tag kürzer. Das heißt, die Natur macht

uns aufmerksam, dass man sich dann und wann zurückziehen und sich mehr längere Pausen gönnen sollte. Energieschübe werden seltener. Dafür lockt ein heißes Bad mit guten Düften, wie zum Beispiel eine Lavendelseife oder, wer´s extravagant mag, mal was mit Cocos, auch eine Schale heißer Kakao im gemütlichen Freundeskreis ist durchaus möglich. Neue kreative Deko-Ideen und Rezepte für ein typisch herbstliches Gebäck schaffen mehr Wohlbefinden für lange Kaffeepausen und Herbstabende.

Schön ist außerdem immer, wenn man sich die ersten herbstlichen Blumen ins Haus holt. In unserem Fall waren es Tagetes. Tomaten möchten

noch geerntet werden, und auf den Bäumen locken jetzt tiefblaue, violette Früchte. In eine richtig reife, saftige Zwetschge zu beißen, ist was Fantastisches. Früchte vom Garten und die Farben der Blumen tun der Seele gut.

Wenn der Tag, wie schon angemerkt, sich zurückzieht und kürzertritt, hätten wir auch einen passenden Ratsschlag: Wie wär´s denn mal mit einem alten Film? Zum Beispiel wurde im Jahr 1974 in Ried ein Film gedreht. Auch in Mayrhofen wurden interessante unterhaltsame Streifen gedreht und vorgeführt. Wie der Film „Die Gräfin Mariza“, der damals im Kino in Mayrhofen lief und für lustige Kritiken sorgte.

Echt nett ... Die Filmesammlung findest du auf unserer Anno-Dazumal-Seite.

Mit diesen Tipps und mehr im Innenteil dieser Zeitung kann sich dann Entspannung so richtig breit machen. Das bedeutet, alles bereitstellen, was Körper und Geist gut tut und zum Seelenfrieden beiträgt. Unterstützen kann dich dabei die aktuelle Ausgabe der Zillertaler Heimatstimme, die du gerade in den Händen hältst.

Schaff dir Zeit, in der du nicht erreichbar bist, hab die „Schneid“, das Handy auszuschalten, bewusst und regelmäßig! Wir in der Redaktion probieren das aus, liebe Grüße in alle Zillertaler Stuben!



tiroler volkspartei

Die Zeiten sind so unberechenbar wie lange nicht mehr. Deshalb ist Anton Mattle jetzt genau der Richtige für Tirol.

Wetterfest.

bez. ANZ