

WITTLINGER NEWS

THERAPIEZENTRUM

Wittlinger Therapiezentrum . Alleestraße 30 . A-6344 Walchsee . Tel. +43 - 5374 - 5245-0 . E-Mail: office@wittlinger-therapiezentrum.com . www.wittlinger-therapiezentrum.com

CORONAVIRUS

Die Coronavirus-Krise hat unsere Einrichtung fest im Griff. Seit 19.03. sind das Wittlinger Therapiezentrum und die Dr. Vodder Akademie behördlich geschlossen.

Eine stationäre Rehabilitation für unsere „Lymph-Patienten“ ist aktuell nicht möglich. Angaben, wann wir wieder aufsperrten können, erhalten wir nur aus den Nachrichten. „Nichts Genaues erfährt man nicht!“, außer dass Beherbergungs-Betriebe Mitte Mai wieder öffnen können.

Im weitesten Sinne zählen wir uns auch zu den Beherbergungs-Betrieben und hoffen, dass wir am 17. Mai wieder aufsperrten können. Die Vorbereitungen dazu sind im vollen Gange. Abstands- und Hygieneregeln, wie sie nun schon bekannt sind, sind auch in unserer Einrichtung einzuhalten. Das Tragen einer Schutzmaske ist obligatorisch. Noch haben wir jedoch – für den Restart der stationären Rehabilitation – keine Informationen aus dem Gesundheitsministerium. Das könnte auch bedeuten, dass der im vorheri-

gen Absatz erwähnte 17. Mai nicht als 1. Aufnahme-Tag haltbar ist. Die für diesen Tag angemeldeten Patienten werden ganz kurzfristig ab 11. Mai verständigt, sollte keine Aufnahme möglich sein.

Verhaltensrichtlinien für Patienten und MitarbeiterInnen, speziell für Rehabilitationszentren sind seitens des Gesundheitsministeriums oder den Sozialversicherungen ebenfalls noch keine bekannt gegeben worden. Wir orientieren uns in der Erstellung zu den Verhaltensrichtlinien an den Vorgaben,

die für die allgemein öffentlichen Krankenhäuser gelten.

Patienten, deren Rehab-Aufenthalt in den letzten Wochen aufgrund der Schließung unseres Hauses abgesagt werden musste, sollten einen neuen Antrag für einen Rehabilitationsaufenthalt stellen. Nur bei sehr wenigen Sozialversicherungen sind die Rehab-Anträge nach der Absage noch so lange gültig, dass kein neuer Antrag notwendig ist.



EHRENZEICHEN DES LANDES TIROL AN FRAU PROF. HILDEGARD WITTLINGER VERLIEHEN

Am 20. Februar 2020 sind in Innsbruck die Ehrenzeichen des Landes Tirol verliehen worden. Unter den Geehrten war auch Frau Prof. Hildegard Wittlinger. Frau Wittlinger wurde für ihre Verdienste als Wegbereiterin in der Manuellen Lymphdrainage ausgezeichnet.

Die Verleihung nahmen Tirols Landeshauptmann Günther Platter (ÖVP) und sein Südtiroler Amtskollege Arno Kompatscher (SVP) im Riesensaal der Hofburg vor. „Diese höchste Auszeichnung des Landes ist jenen vorbehalten, die sich durch ihr hervorragendes Wirken ganz besondere Verdienste um Tirol erworben haben“, so Platter. „Die Geehrten geben als verdiente Persönlichkeiten uns und den folgenden Generationen ein Beispiel. Ihr Engagement für das Gemeinwohl, für die Kultur und Tradition sowie ihr stetiger Einsatz für unsere vereinigenden Werte und ihre aktive Hilfeleistung für die Schwächeren unserer Gesellschaft stiften Gemeinschaft und Zusammenhalt“, führte Kompatscher weiter aus.

Anlässlich der Verleihung des Ehrenzeichens und des 90. Geburtstages von Frau



Wittlinger am 2. Dezember 2019 möchten auch wir mit diesem kleinen Rückblick das bisherige Lebenswerk und damit die außergewöhnliche jahrzehntelange Leistung von Frau Wittlinger würdigen.

Seit nun über 50 Jahren vereint das Wittlin-

ger Therapiezentrum in Walchsee Therapie, Reha und Ausbildung unter einem Dach und bietet eine Vielzahl von Behandlungen aus dem Bereich Massagen und Physiotherapie an. Das erste Kapitel dieser Erfolgsgeschichte schrieb das Ehepaar Günther und Hildegard Wittlinger, das zusammen mit Dr.

Emil Vodder, dem Erfinder der Manuellen Lymphdrainage, diese Therapiemöglichkeit erstmalig nach Österreich brachte.

Im Jahr 1966 zog Familie Wittlinger mit ihren beiden Söhnen Dieter (heutige Geschäftsführung) und Hans-Georg nach Walchsee im Kaiserwinkl und erwarb in dem Tiroler Dorf das „Alpenbad“. Mit dem ersten Hallenbad im Bezirk Kufstein ausgestattet, war das Alpenbad bereits als kleiner Kurbetrieb dazu ausgerichtet, unterschiedliche Krankheiten zu behandeln.

Bei den vielen Begegnungen des Ehepaars Wittlinger lernten sie vor dem Umzug nach Walchsee Dr. Emil Vodder kennen, der ihnen die Manuelle Lymphdrainage näher brachte. Er hat ihnen viel gezeigt, gelehrt und vorgelebt. Familie Wittlinger hat sich dafür eingesetzt, dass die Manuelle Lymphdrainage nach Dr. Vodder in ihrer Originalität erhalten blieb.

Auch die ortsansässigen Ärzte konnten bald von der Wirksamkeit der Methode überzeugt werden. 1974 entstand schließlich die private Krankenanstalt „Wittlinger Therapiezentrum“ für Lymphödempatienten.

Durchwegs positive Forschungsergebnisse

Fortsetzung auf Seite 3

EDITORIAL

Liebe Gäste und Patienten!

Auch uns hat die Corona-Krise fest im Griff! Leider! Leider! Für unser Mitarbeiter-Team wurde Kurzarbeit angemeldet. Die stationäre Rehabilitation, die ambulanten Behandlungen und die Dr. Vodder Akademie wurden behördlich Mitte März geschlossen. Wir haben nun mit den ambulanten Behandlungen in unseren Filialen in Kössen, Niederndorf, Kufstein und Walchsee am 27.04. wieder gestartet. Die Nachfrage nach guter Physiotherapie ist – überraschender Weise – jetzt wieder groß.



Schutzbestimmungen, wie Abstand halten und Masken tragen, gelten in den Einzelbehandlungen.

Die Hauszeitung soll Sie jedoch nicht nur zum Corona-Alltag informieren. In den letzten Wochen sind auch andere – vor Corona – berichtenswerte Ereignisse passiert. Besonders hat es mich gefreut, dass meiner Mutter Frau Prof. Hildegard Wittlinger das Ehrenzeichen des Landes Tirol für ihre Verdienste um die Vermittlung der Manuellen Lymphdrainage verliehen wurde. Diese Veranstaltung fand im Riesensaal der Hofburg in Innsbruck Mitte Februar statt und ist die höchste Auszeichnung, die das Land Tirol vergeben kann.

Ärztliche Information zum Thema „Lipödem“ ergänzen die Hauszeitung, genauso wie ein Reisebericht einer Lymphödem-Patientin. Gerade das „Lipödem“ führt auf

wissenschaftlichen Kongressen zu diversen Auseinandersetzungen zwischen den Medizinern. Die einen sagen das „Lipödem“ ist kein Ödem und deshalb ist ein stationärer Aufenthalt nicht notwendig, sondern die „Liposuktion“ als chirurgischer Eingriff ist das Mittel der Wahl. Andere sagen, dass eine stationäre Behandlung sinnvoll ist, jedoch anders zu strukturieren wäre. Die Manuelle Lymphdrainage hat vor allem aufgrund der schmerzlin- dernden Wirkung ihre Berechtigung in der Behandlung des Lipödems.

Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihnen Ihr

Emil Vodder

MASSAGESCHÜLER SAMMELTEN 9.800 EURO FÜR DEN GUTEN ZWECK

Entspannen und dabei etwas Gutes tun - wie könnte Helfen schöner sein? Im Zuge einer Massageaktion erzielten Auszubildende der Dr. Vodder Akademie in Walchsee kürzlich 9.800 Euro für den guten Zweck. Die freiwilligen Spenden gingen zu 100 Prozent an die achtjährige Magdalena aus Erl.

Die Hardfacts im Überblick

- Massageschüler der Dr. Vodder Akademie sammelten im Rahmen einer Gratis-Massage-Aktion 9.800 Euro
- Interessierte konnten sich zwischen Mitte November und Mitte Dezember gegen eine freiwillige Spende massieren lassen
- Das gesammelte Geld ging zu 100 Prozent an die achtjährige Magdalena aus Erl

Durchschnittlich 50 Patienten pro Woche massierten Elias Lageder, Karin Gasteiger, Lukas Steiner und Corina Salzgeber von Mitte November bis Mitte Dezember, um am Ende die stolze Spendensumme von 9.800 Euro überreichen zu können. Sie absolvieren derzeit die 12-monatige Ausbildung zum Medizinischen Masseur an der Dr. Vodder Akademie in Walchsee, welche zu den führenden Aus-, Fort- und Weiterbildungseinrichtungen für Masseure, Physiotherapeuten und Ärzte in Österreich zählt. Für Übungszwecke der Schüler konnte man sich in den ambulanten Therapieeinrichtungen in Kufstein, Niedern-

dorf, Kössen und Walchsee gratis massieren lassen und dabei auch noch etwas Gutes tun. „Die alljährliche Massageaktion bildet eine Win-Win-Win-Situation: Unsere Praktikanten haben die Möglichkeit, wertvolle Praxiserfahrungen zu sammeln, die Patienten profitieren von kostenlosen Behandlungen und, am allerwichtigsten, können wir damit betroffene Familien aus der Region unterstützen“, so Organisator Andreas Wittlinger. Bei einem Besuch bei der kleinen Magdalena Resch in Erl übergab Andreas Wittlinger gemeinsam mit den vier Auszubildenden die stolze Summe.

Wertvolle Unterstützung für Magdalena aus Erl

Kurz nach ihrer Geburt begann die heute Achtjährige aus unerklärten Gründen zu krampfen. Seither ist Magdalena auf die Betreuung ihrer Eltern angewiesen. Sie kann sich nicht bewegen und muss mehrmals am Tag umgelagert werden. Auch regelmäßige Ergo-, Logo- und Physiotherapien gehören zur Normalität der Familie. Noch heute bestimmen Krampfanfälle den Alltag des Mädchens - vor allem in der Schlafphase oder wenn sie munter wird, hat Magdalena mit den Schüben zu kämpfen. Untertags besucht die tapfere Erlerin die Allgemeine Sonderschule in Kufstein. Um optimal auf Magdalenas individuelle Bedürfnisse eingehen und sie auch zu Hause behandeln zu können, sparen die El-



Vorne, v.l.n.r.: Lukas Steiner, Karin Gasteiger, Magdalena Resch, Corina Salzgeber, Andreas Wittlinger und hinten, v.l.n.r.: Martina Resch, Elias Lageder, Andreas Resch.

tern auf einen barrierefreien, ebenerdigen Therapieraum. „Wir sind schlichtweg überwältigt und können uns gar nicht genug bedanken. Neben den Kosten für die Umbauten können wir den großzügigen Betrag für benötigte Hilfsmittel, wie zum Beispiel eine Handschiene einsetzen“, freut sich die sichtlich gerührte Mutter Martina Resch.

„Es freut uns sehr, dass unsere Schüler auch dieses Mal wieder vollsten Einsatz für den gu-

ten Zweck zeigten. Zusammen mit Spenden der Anklöppler aus Rettenschöss und der Unterstützung einiger Unternehmen aus der Umgebung gingen insgesamt sogar mehr als 12.000 Euro an Magdalena“, resümiert Andreas Wittlinger. „Unser Dank gilt auch Georg Kitzbichler, Bürgermeister der Gemeinde Rettenschöss, sowie der Firma monitorwerbung aus Ebbs, die im Vorfeld kräftig die Werbetrommel für unsere Massageaktion gerührt haben“.

Unser ganz besonderer Dank geht an unsere Patientin Frau Brigitte Ott-Göbel aus Stuttgart und unsere Physiotherapeutin Eva Chan aus Hongkong für die Zusendung ihres Erfahrungsberichtes über das Reisen mit einem Beinlymphödem:

MIT LYMPHÖDEM UM DIE WELT REISEN

Ich habe ein Lymphödem am Bein. Und ich fliege um die Welt. Ein Widerspruch? Nicht unbedingt, wenn man international so gute Therapeutinnen findet wie ich. Aber der Reihe nach. Mitte 2016 wurde ein Lymphödem an meinem linken Bein diagnostiziert, die Folge einer Operation wegen eines Ovarialkarzinoms gut ein Jahr zuvor. Die Diagnose war zunächst ein kleiner Schock, da ich ansonsten die OP und Krebserkrankung gut überstanden hatte. Sofort beantragte ich - in Absprache mit meinem behandelnden Arzt - eine Reha in einer Lymphklinik in Norddeutschland. Und fing parallel mit den regelmäßigen Lymphdrainagen an, zweimal die Woche in einer großen Physiotherapie Praxis in meiner Nähe. In der Folge sollte ich sehr viel lernen über die Lymphe, auch und gerade von meinen Therapeutinnen. Im Jahr nach meiner Erkrankung - und kurz nach meinem ersten Aufenthalt in der Wittlinger Klinik - stand für mich die Frage an, ob ich meine Dozententätigkeit in China fortsetzen konnte und sollte. Klar war: ein Langstreckenflug ist nie optimal für ein Bein mit Ödem. Klar war aber auch für mich, dass ich meinen Lebensstil nicht zu sehr einschränken wollte. Das Unterrichten macht mir Spaß und es ist toll, die spannenden und schnellen Entwicklungen in China hautnah zu verfolgen. Ich beschloss also zu fliegen. Die Universität, an der ich unterrichtete, ist in Wuhan. Hier fand ich im Verzeichnis der Vodder Akademie keine Therapeutin, wohl aber die Empfehlung, ins Tongji Krankenhaus zu gehen. Das ist ein im Jahr 1900 von dem deutschen Arzt Erich Paulun gegründetes, sehr renommiertes Krankenhaus. Dort bekam ich zwar keine manuelle Behandlung, aber die Empfehlung eines älteren Arztes, es im Krankenhaus Nr. 6 in Wuhan zu versuchen. Dort wiederum erwartete mich in der Abteilung Rehabilitation eine junge, sehr forschende Ärztin, Frau Dr. Huang. Mithilfe der Übersetzung durch die mich begleitende Kol-



Wuhan Hospital No. 6, Abteilung Rehabilitation: Dr. Pang, Dr. Huang, Brigitte Ott-Göbel, Dr. Wu, Dr. Xu.

legin von der Universität stellte sie mir einige präzise Fragen und ihre junge Mitarbeiterin Dr. Wu vermaß mich sogleich. Anschließend bekam ich eine perfekte Lymphdrainage von Frau Dr. Wu. Im Laufe der weiteren Behandlung stellte sich heraus, dass sie ihre Lymphdrainage-Ausbildung in Deutschland gemacht hatte. Ich absolvierte insgesamt fünf Behandlungen, jeweils zwei in der Woche, genau wie zuhause. Beim letzten Behandlungstermin mussten wir natürlich unbedingt ein Foto machen und es mussten alle aus dem Team von Frau Dr. Huang aufs Foto.

Für meinen anschließenden Hongkong Aufenthalt hatte ich schon frühzeitig über die Vodder Akademie Website eine Therapeutin gesucht und zwei Termine vereinbart. Auch dies ein Glücksfall: Eva Chan erzählte mir gleich bei ihrer ersten Behandlung, dass sie Anfang 2019 beim Lymphologischen Kongress in Walchsee gewesen war. Ich war beeindruckt: eine Therapeutin, die nicht nur behandelte und weiteren Nachwuchs in Peking

ausbildete, sondern die auch noch absolut up to date war, was die Forschung betrifft: ich konnte mich glücklich schätzen!



Hongkong Sanatorium and Hospital, Physiotherapeutin Eva Chan.

Ich könnte nun noch erzählen von meinen wunderbaren Behandlungen in Taiwan bei meiner Reise in 2018. Sowohl in Taipeh als auch in Kaohsiung wurde ich von zwei sehr gut aus-

gebildeten Therapeutinnen behandelt, die junge Kollegin in Kaohsiung hatte gerade ihre Zertifizierung bei Frau Wittlinger senior in Kanada absolviert und hat viel Erfahrung in der Behandlung von Krebspatientinnen.

Stattdessen will ich noch gerne meine Therapeutin Eva Chan aus Hongkong zu Wort kommen lassen.

Eva Chan, Physiotherapeutin im Hongkong Sanatorium & Hospital, schreibt:

Ich bin so froh, dass ich Brigitte während ihrer langen Asienreise helfen konnte! Das Netzwerk der Therapeuten der Dr. Vodder School im Internet hilft Lymphödem-Patientinnen, die um die Welt reisen. Ich bekomme jedes Jahr Patienten aus der ganzen Welt, die nach Hongkong reisen oder dort arbeiten. Andererseits hilft mir als Lymphödemtherapeutin der Dr. Vodder School die Therapeutenliste im Internet, einen qualifizierten Therapeuten für meine Patienten zu finden. So wird die Kontinuität der Behandlung für meine Lymphödem-Patienten auf ihren Reisen durch die Welt gewährleistet.

Als Lehrerin für Level 1 des Kurses „Manuelle Lymphdrainage“ der Dr. Vodder School möchte ich diese Ausbildung in Asien voranbringen, insbesondere in China und Hongkong. Mit dem systematischen Trainingssystem organisiert die Dr. Vodder School kompetenzorientierte Trainingsprogramme, die dazu beitragen, die Qualität der Lymphödembehandlung in Asien zu verbessern und zu verstetigen. Daher können nicht nur Patientinnen in Asien von der qualitativ hochwertigen Lymphödembehandlung profitieren, sondern Lymphödem-Patientinnen aus der ganzen Welt können sicher sein, eine gute Behandlung zu bekommen, wenn sie in Asien sind!

KURZMELDUNGEN AUS DEM HAUS

Fortsetzung von Seite 1

aus dem Bereich der Lymphologie, an welchen Frau Wittlinger großen Anteil hatte, erweiterten die Behandlungspalette im Wittlinger Therapiezentrum. Für die optimale Behandlung von Lymphödemen jeglicher Genese wurden zusätzlich Bandagierungen, Bewegungstherapie und hautpflegende Maßnahmen kombiniert. In der Schulmedizin ist diese Behandlung von

Lymphödemem als „Kombinierte Physikalische Entstauungstherapie“ bekannt. Neben ihrem hervorragenden Fachwissen in Manueller Lymphdrainage zeichnet sich Frau Wittlinger durch ihr außergewöhnliches Sprachtalent aus: Ob Englisch oder Spanisch - Frau Wittlinger hält alljährlich Review-Lehrgänge in Manueller Lymphdrainage nach Dr. Vodder in den verschiedensten Fremdsprachen.

Eine kleine Fotostrecke von Frau Prof. Wittlinger



Im Namen des gesamten Teams gratulieren wir Frau Wittlinger herzlich zur Verleihung des Ehrenzeichens vom Land Tirol und bedanken uns dafür, dass sie ihr Wissen und ihre jahrelange Erfahrung an uns weitergibt.

LIPÖDEM - ÄRZTLICHER BERICHT

Frau Christine Heim-Gruteser und Dr. med. Attila Markus, ärztlicher Leiter



Hilfe, jetzt kenne ich mich überhaupt nicht mehr aus!
Kommt Ihnen das bekannt vor?

Viele Patienten erleben jetzt häufig, dass ihnen die Diagnose „Lipödem“ entweder neu gestellt wird oder aber nicht mehr gestellt wird. Drei Ärzte, ein Patient, fünf Diagnosen - wie kann das sein?

Das soziale Leben in den Industrieländern wird von Jahr zu Jahr immer schneller und durch die Digitalisierung hat sich hier nochmals ein Quantensprung ereignet. Das bringt sowohl Vorteile, aber auch Nachteile mit sich und macht in der Medizin nicht halt.

Besonders bei gesundheitlichen Störungen, die nicht mit einem einfachen Labor, oder einer Röntgenuntersuchung oder anderen harten Kriterien bewiesen werden und die dann auch noch nicht durch eine medikamentöse oder operative Therapie geheilt werden können, gibt es je nach Beschwerden, die der Patient hat, von unterschiedlichen Ärzten unterschiedliche Diagnosen. Dies ist auch für das Lipödem der Fall. Deswegen hier ein paar Dinge, um die Unsicherheit zu reduzieren. Gesundheit: ist der bestmögliche soziale psychische und körperliche Zustand, den ein Mensch zum jetzigen Zeitpunkt erreichen kann.

Diagnose: Für diese gibt es Behandlungsstandards, welche nachgewiesener Weise die zu Grunde liegende Störung bessern müssen und das ganze nach ökonomischen Gesichtspunkten, das bedeutet „nur so viel wie nötig“. Beim Lipödem gibt es bisher keinen bewiesenen Grund für diese Störung, entsprechend auch keinen einheitlichen Ansatz zur Befundbesserung und es ist eine chronische Störung.

Da aber gerade das Lipödem eine Summe aus mehreren Beeinträchtigungen der Körper-

funktionen darstellt und die Diagnostik aktuell sehr viel Erfahrung durch den Untersucher fordert, kommt es zu unterschiedlichen Diagnosen, denn auch der Arzt sieht oft nur das, wohin er sieht. Also der Chirurg das was zu operieren ist, der Internist, das Übergewicht oder den Diabetes, der Orthopäde den Schmerz etc. und wählt entsprechend seiner Kompetenz eine mögliche Therapie.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist, dass die Notwendigkeit gezeigt hat, die Diagnose „Lipödem“ auf bestimmte Fälle einzuschränken. So wird oft ein Lipödem von 2010 nicht mehr die heutigen Kriterien eines Lipödems erfüllen.

Weitere Zivilisationserkrankungen, wie zum Beispiel Übergewicht, hoher Blutdruck, chronischer Stress, verstärken bei vorhandenem Lipödem zusätzliche Beschwerden, welche denen des Lipödems ähnlich sind.

Wichtig ist es also, für jeden einzelnen Patienten herauszufinden, welcher von vielen Faktoren dafür verantwortlich ist, dass der Patient leidet, und ob wir medizinisch die Möglichkeit und die Ressourcen haben, dieses Leiden zu lindern.

Chronische Erkrankungen, wie das Lipödem können nur gemeinsam bewältigt werden. Zu den Beteiligten gehören nicht nur die Patientin und das Gesundheitspersonal, sondern auch die Familie, Freunde und die Gesellschaft, die mit den Folgen der Krankheit konfrontiert sind.

Wir bieten Ihnen während der Rehabilitation viele Ansätze an, und wir begleiten Sie ein paar Schritte auf diesem Weg. Sie können diese Etappe als Chance nutzen, den nächsten Schritt in die gezeigte Richtung zu machen.

Christine Heim-Gruteser,
Dr. med. Attila Markus

NEUE MITARBEITER

Wir heißen unsere neuen Mitarbeiterinnen herzlich willkommen in unserem Team und wünschen ihnen eine erfolgreiche Einarbeitung und viel Freude bei ihren neuen Tätigkeiten im Wittlinger Therapiezentrum. Wir freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit und tatkräftige Unterstützung!

Katharina Nindl

Katharina absolvierte ihre Ausbildung zum Medizinischen Masseur und Heilmasseur an der Dr. Vodder Akademie. Seit Oktober 2019 gehört Katharina nun zu unserem Therapeutenteam.



ihre Ausbildung zur Kosmetikerin in Innsbruck und erlangte 2017 die Meisterbefähigung als Fußpflegerin. Tina bringt somit reichlich Erfahrung mit, um Ihnen mit Rat und Tat in Sachen Kosmetik und Fußpflege zur Seite zu stehen.

Tina Baumann

Tina verstärkt seit November 2019 unser Team mit großem Engagement als Kosmetik- und Fußpflegekraft. 2015 absolvierte Tina



Michaela Sommer

Seit Februar 2020 ist Michaela Teil unseres Service Teams. Michaela war zuvor jahrelang in der Gastronomie tätig. Wir freuen uns sehr über die kompetente Verstärkung.



WIR GRATULIEREN

... zum Geburtstag

Frau Prof. Hildegard Wittlinger hat am 02. Dezember 2019 ihren 90. Geburtstag gefeiert. Wir wünschen alles Liebe und Gute sowie viel Gesundheit.

... zur Hochzeit



Wir gratulieren unserem Arzt Dr. Markus Killinger und unserer Physiotherapeutin Tanja Lenk (ab sofort Lenk-Killinger) ganz herzlich zur Eheschließung und wünschen alles Gute für den gemeinsamen Lebensweg.

... zur Geburt



Wir gratulieren unserer Physiotherapeutin Verena Tillian zur Geburt ihres Sohnes David und unserer Kosmetikerin Theresia Krahl zur Geburt ihres Sohnes Anton und wünschen ihren Familien eine schöne Zeit, viel Freude und Gesundheit. Über den Besuch von Verena und Theresa und ihrem Nachwuchs im Dezember haben wir uns sehr gefreut.



Unserer Marketingmitarbeiterin Nicole Achoner gratulieren wir ebenso zur Geburt ihrer Tochter Frieda im vergangenen Oktober. Wir wünschen alles Gute für den neuen Lebensabschnitt und viel Gesundheit.

GRUSS AUS DER KÜCHE

Auch in dieser Ausgabe hat unser Küchenchef Franz Tendl ein ausgezeichnetes Rezept für Sie zum Nachbacken zusammengestellt. Wir wünschen viel Spaß beim Nachbacken und guten Appetit!



TOPFENKUCHEN (MIT ODER OHNE FRÜCHTE)



Zutaten:

1 kg Magertopfen
3 Eier
5 EL Weizengrieß
2 EL Mehl griffig
1 Pkg Puddingpulver Vanille (44g)
100 g Birkenstaubzucker
1 Zitrone
(Saft und geriebene Schale „Zesten“)
ca. 250 g Pfirsiche oder Kirschen entkernt

Zubereitung:

Eine Form mit Mürbteig auslegen und im Rohr 15 min vorbacken, herausnehmen, auskühlen lassen.

Eier mit Birkenzucker über Dampf warm aufschlagen, vom Topf nehmen, mit Topfen wieder kalt rühren. Mehl, Grieß und Puddingpulver unter die Masse heben. Zitronenzesten (geriebene Zitronenschale) und Zitronensaft unter die Topfenmasse geben. Pfirsiche (Kirschen) in mundgerechte Stücke schneiden und untermengen.

Die Topfenmasse einfüllen. Glattstreichen und bei 160 °C im vorgeheizten Backofen 50-60 Minuten backen.

Lassen Sie den Kuchen am besten in der Form auskühlen, bevor Sie ihn portionieren.

Tipp: Wer mag, gibt einen Schuss Pfirsichlikör oder bei Kirschen Kirschwasser in die Topfenmasse.

Wer keine Früchte mag, kann sie problemlos weglassen.

Mürbteig:

Für Quiche, Frucht und Gemüsetorten
Zutaten für 1 Torte bzw. Kuchen
100 g glattes weißes Mehl
100 g Vollkornmehl fein, gesiebt
90 g Margarine in Stücke geschnitten
1 Dotter
2 EL Joghurt
Salz

Zubereitung:

Mehl sieben, mit restlichen Zutaten mit der Hand rasch zu einem glatten Teig kneten, (Margarinestücke dürfen nicht mehr sichtbar sein). Kugel oder Rolle formen, auf Teller geben, mit Klarsichtfolie abdecken und vor der Weiterverarbeitung 20 min. im Kühlschrank rasten lassen.

Hinweis:

Für den Früchtekuchen ist bei diesem Mürbteig absichtlich kein Zucker dabei, da der Belag, Fülle oder die Früchte genug Süßkraft haben. Nachgezuckert wird meist beim Anrichten.

Bei Rezepten aus herkömmlichen Kochbüchern:

Es empfiehlt sich allgemein bei Kuchen und Torten bloß 2/3 der angegebenen Zuckermenge zu verwenden.

Anstelle von weißem glatten Mehl und Vollkornmehl gelingt der Teig auch mit 200 g Dinkelmehl.

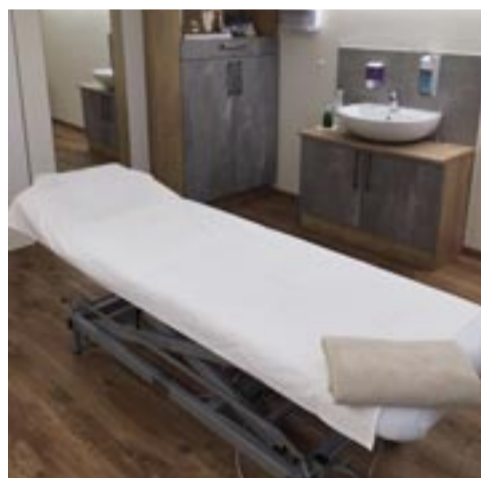
Bitte beachten, dass Backöfen je nach Marke leicht unterschiedlich bei Temperaturen und Umluft sind.

HERBSTFEST IN ROSENHEIM



„O' zapft is" auf dem Rosenheimer Herbstfest. Das traditionsreiche Fest begeisterte letztes Jahr zahlreiche Besucher und auch unser Therapeutenteam wollte sich die vielen Attraktionen nicht entgehen lassen!

NEUE FILIALE IN KÖSSEN



Vergangenen Herbst wurde unsere Arge Med Filiale in Kössen umgebaut. Wir freuen uns, künftig unsere Patienten in top ausgestatteten Praxisräumlichkeiten behandeln zu dürfen.

WITTLINGER-GEWINNSPIEL



Liebe Freunde unseres Hauses,

auch in dieser Ausgabe haben Sie wieder die Möglichkeit, an unserem Gewinnspiel teilzunehmen! Das Lösungswort setzt sich aus den Buchstaben in den gelb markierten Kästchen zusammen.

Wenn Sie das richtige Lösungswort gefunden haben, senden Sie dieses bitte bis 31. Juli 2020 an:

Wittlinger Therapiezentrum GmbH - GEWINNSPIEL -
Alleestraße 30, A-6344 Walchsee

oder per E-Mail an: office@wittlinger-therapiezentrum.com mit dem Betreff Gewinnspiel!

Zu gewinnen gibt es eine **60-minütige Akupunkturmassage**, einzulösen beim nächsten Aufenthalt im Wittlinger Therapiezentrum. Der Gewinner wird in der nächsten Ausgabe der Wittlinger News bekannt gegeben. Die Gewinnerin der **60-minütigen Klangschalenmassage** für den nächsten Aufenthalt im Wittlinger Therapiezentrum aus der Ausgabe September 2019 ist Frau Paula Mair aus St. Marienkirchen! Wir gratulieren Ihnen recht herzlich und danken allen für die zahlreiche Teilnahme!

Lösungswort Ausgabe September 2019: Kaiserwinkl

Ein Dankeschön an alle Teilnehmenden.

Waagrecht:

- 2 Nachname Ärztin Lipödem Bericht
- 4 Urlaub auf einem Schiff
- 9 Flugabfertigungshalle
- 11 Frau Wittlinger wurde geehrt in der Kaiserlichen
- 12 Name Therapeutin in Hongkong
- 14 Beispiel

Senkrecht:

- 1 Spendenaktion: Schüler Ausbildung zum ? Masseur
- 2 Vorname Seniorchefin
- 3 Rezept von unserem Küchenchef Franz Tendl
- 5 Vergleich zahlenmäßige Erfassung
- 6 italienisches Wirtshaus
- 7 früherer Adelstitel
- 8 neue Mitarbeiterin im Service
- 10 überproportionale Vermehrung von Fettgewebe
- 13 griechische Insel

