

# Acht Minuten Kurzurlaub



Wie schön wäre bei diesem bescheidenen Mai-Wetter ein Trip in den warmen Süden? Es ist „Tag der Sonne“, aber sie zeigt sich nicht so recht. Solarium ist da auch keine Alternative, immerhin bekommt man davon Hautkrebs – so die gängige Meinung.

Ist das wirklich so? Über den gesundheitlichen Nutzen, wichtige Richtlinien und wie man im Solarium sogar noch abnehmen kann – für unser heutiges „Wer? Wie? Wasserburg!“ hat Magdalena mal ins Wasserburger „City Sun“ geschaut.

---

**Tradition und Inklusion  
vereint**



Ein

paar Tage nur noch, dann thronen in vielen umliegenden Gemeinden wieder neue Maibäume in den Ortszentren. So auch in Attel. Die „Maibaumfreunde Albaching-Utzenbichl e.V.“ haben ihn heuer gestohlen und dabei eine ganz besondere Beziehung zu den Attlern entwickelt. Über ihre goldenen Regeln im Maibaum-Business hat Vorstand Martin Edlbergmeier auch einiges verraten – unser heutiges „Wer? Wie? Wasserburg!“

---

**„Mein Selbstbewusstsein hat sich verändert“**



Einkaufen, zum Arzt fahren, Rasenmähen. Für die meisten das Normalste der Welt. Wenn man aber nicht mehr so fit auf den Beinen ist, sich nicht mehr fahren traut und die engsten Verwandten auch nicht immer Zeit haben, kommt das Wasserburger

Sozialmobil zum Einsatz. Die 19-jährige Lara macht gerade ihr Freiwilliges Soziales Jahr beim Fahrdienst der Stadt. Was ihr das FSJ für ihre Persönlichkeit bringt und wie wichtig der Dienst für die Senioren ist: Heute im „Wer? Wie? Wasserburg!“

---

## Die Traumfigur beginnt im Kopf!



Der Sommer steht vor der Tür, langsam sehnt man sich schon nach Nachmittagen am Badesees. Zeit wird's für die Mission „Strandfigur“. Wenn da nicht dieser zähe innere Schweinehund wäre, der Chips und Couch für eine viel bessere Idee hält als Sport und gesunde Ernährung.

Pamina Andersen aus Edling ist Mentaltrainerin und hilft genau dabei: Die inneren Einstellungen so zu verändern, dass es uns leichter fällt, unsere Ziele zu erreichen ...

Mehr dazu:

[„Unser Kopf bestimmt alles“](#)

---

## Hinten raus a saubane Sach!



W  
i  
e  
d  
a  
s  
W  
a  
s  
s  
e  
r  
a  
n  
W  
a  
s  
s  
e

rburgs Wasserhähne gelangt, darüber ging's letzte Woche in unserem Podcast. Heute erklärt Alexander Huber (rechts) vom

Umweltamt zusammen mit Kläranlagenmeister Günter Grasberger (links) den Weg des Abwassers über die Kläranlage in den Inn. Wie funktioniert die Reinigung? Und was war das Kurioseste, das jemals in der Kläranlage gefunden wurde? Es hat noch gelebt, so viel sei verraten ...

---

## Wasserburg und das Wasser



Heute ist „Weltwassertag“ und passend dazu geht's heute in unserem „Wer? Wie? Wasserburg!“-Audiobeitrag um das Lebenselixier schlechthin. Woher kommt das Wasser, das so selbstverständlich aus unseren Leitungen läuft? Wie wird es transportiert? Warum ist die

Qualität so gut? Wassermeister Josef Mayer von den Stadtwerken klärt auf ...

Nächste Woche geht's dann um den Weg, den das Wasser von den Häusern bis in den Inn nimmt ...

---

# Wenn Schnarchen Lebensbedrohlich wird ...



Heute ist „Weltschlaftag“ und passend dazu geht's heute in unserem „Wer? Wie? Wasserburg!“-Audiobeitrag ums Schlafen. Dr. Cristina Bartos leitet das Schlaflabor in Haag und erklärt, wie so eine Nacht an Kabeln und Monitoren aussieht, wann Schnarchen gefährlich wird und was

Eulen und Lerchen mit Schlaf zu tun haben ...

---

**„Ich will keine  
Sonderbehandlung!“**



zum Weltfrauentag, wie sie mit den Frauenklischees im Sport umgeht ...

„Ich hab dich gewinnen lassen!“, „Du siehst ja aus wie ein Junge!“, „Mit dir red’ ich nicht mehr!“. Sprüche, die die 17-jährige Speedwayfahrerin Celina Liebmann aus Albaching immer wieder hört. Sie ist derzeit die einzige Frau in der ersten Bundesliga und verrät uns heute

---

## „Sogt da Maxl zu der Lehrerin“ ...“ ...“



den Lieblingswitzen unserer Leser. Hört rein ...

Der UDO ist ums Eck, aber der große Faschingsumzug am Sonntag in Edling, der Rosenmontag und Faschingsdienstag in der Stadt und den Gemeinden stehen noch bevor. Passend dazu gibt's heute zur Einstimmung ins närrische Treiben eine Audio-Collage mit

---

# „A guade Weißwurscht braucht koan Senf“



Heute ist der Tag der Weißwurst und passend dazu geht's in unserem Audio der Woche um die beliebteste Wurst Bayerns. Magdalena hat die Metzgerei Mittermaier in Soyen besucht, selber Weißwürste gedreht und mit Metzgermeister Sepp junior



über seinen Beruf geredet. Zuzeln, Schneiden oder Rausdrehen? Was kommt rein in die Traditionswurst? Wie war das erste Mal Schlachten für dich? Könntest du mit einer Vegetarierin zusammen sein? Hört rein ...

---

## Von der Chemo zum kleinen „Pieksi“



Alle zwei Monate muss Valentin nach München in die Krebsklinik: Herzultraschall und ein kleines „Pieksi“ zum Blutabnehmen, um sicherzugehen, dass er keinen Rückfall hat. Mittlerweile Routine für den kleinen, vierjährigen Soyener. Vor zwei Jahren hatte er Lymphknoten- und Blutkrebs. Zum heutigen „Kinderkrebstag“ erzählen er und seine Mama in unserem „Wer? Wie?

Wasserburg!“ von ihrem schweren Weg raus aus dem Krankenhaus – zurück ins Leben.

Um den Kindern die schwere Zeit im Krankenhaus so angenehm wie möglich zu machen, ist die Onkologie – wie viele andere Stationen auch – auf Spenden angewiesen. Auch die „Pieksi-Belohnungskiste“ füllen die Pfleger und Pflegerinnen oft aus eigener Tasche mit Spielzeug auf, weil die finanziellen Mittel nicht reichen. Wer die Onkologie der Münchener Uniklinik unterstützen möchte, der kann das [hier](#) tun.

---

## Knöllchen, Kälte, Kondition



Warten Sie manchmal extra ein paar Minuten, bis der Parkschein abgelaufen ist? Ist schon mal jemand handgreiflich geworden? Warum haben Sie sich für diesen eher „unbeliebten“ Job entschieden? Magdalena hat mit Gabriele Stephan von der Verkehrsüberwachung – wie es statt „Politesse“ richtig heißen sollte – eine Runde durch die Wasserburger Parklandschaft

gedreht und gemerkt, dass dumme Sprüche im Winter das geringste Problem sind ...

---

# „Wer will mich denn schon hacken?“



Jeder weiß, dass sie wichtig sind, aber nur die wenigsten haben sie: Sichere Kennwörter – am besten für jeden Account ein eigenes. „Wer will mich denn schon hacken? Ich bin ja viel zu uninteressant“. Warum diese Einstellung falsch und gefährlich zugleich ist, warum man nicht „Blume37!“ verwenden sollte, wie man auf gute Passwörter kommt und wie man

sich dann so viele verschiedene merken kann – IT-Experte Alex Rieger erklärt's in unserem Podcast, passend zum Tag der IT-Sicherheit.

Zu hören gibt's den Beitrag (und auch die der letzten Wochen) auf [Soundcloud](#) und [YouTube](#).

Weitere Audio-Reportagen:

