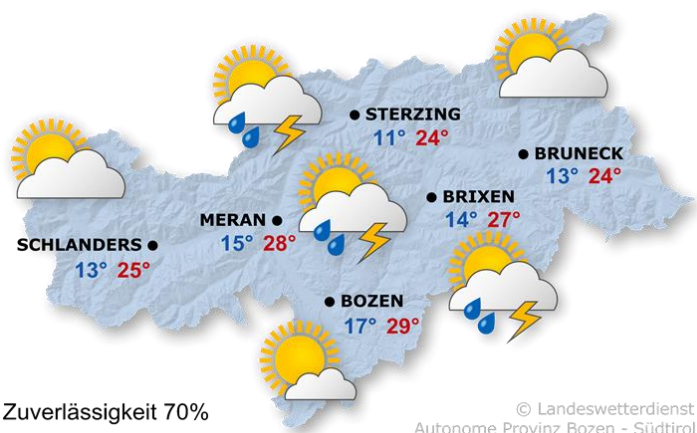


Wieslhofs Morgenpost 2. Juni 2018

Guten Morgen, liebe Gäste, wünschen Ihnen einen schönen Feiertag! Achtung: Ziemlich alle Geschäfte haben heute geschlossen



Schwacher Hochdruckeinfluss bestimmt das Südtiroler Wetter, allerdings bleibt die Luftmasse labil geschichtet.

Nach Auflösung von Hochnebfeldern und Restwolken scheint verbreitet die Sonne. Am Nachmittag und Abend nimmt die Wahrscheinlichkeit für Regenschauer und Gewitter wieder zu. Die Höchstwerte liegen zwischen 21° und 29°.

Samstag	Sonntag	Montag	Dienstag

Am Sonntag und auch zu Beginn der nächsten Woche geht es unverändert weiter. Jeweils am Vormittag gibt es längeren Sonnenschein, in der zweiten Tageshälfte bilden sich ein paar Regenschauer und Gewitter. Die Temperaturen bleiben auf sommerlichem Niveau.

Der Mondkalender



Abnehmender Mond im STEINBOCK (Kälte- und Wurzeltag, Qualität: Salz): Sie können Hand- und Fußnägel behandeln; unerwünschte Körperhaare entfernen; kurz nach Vollmond an einem Wurzeltag gepflanzte Erdäpfel werden besonders groß und gesund; achten Sie auf Ihren Salzkonsum: Sellerie ist sehr reich an Salzen und für eine Entgiftungskur unentbehrlich; Obst, heute geerntet, ist lagerfähig; bedenken Sie beim Einkellern: Nebeneinander gelagerte Äpfel und Erdäpfel beginnen rasch zu faulen; Sie können schwache Wurzeln düngen; Wurzelgemüse setzen, ernten oder essen; Brennnesseltee gegen Gicht trinken; Sportler müssen auf die Knie achten! Knochenbrüche könnten kompliziert ausfallen. Ansonsten gilt alles wie gestern.

Heute in Tiers die Berglerharras am Wuhleger!

Mitbringsel für Zuhause: Speck vom Nachbarn Vigil und Käse vom Ebenhof in Steinegg (erhältlich am Käsestand in Steinegg)

Unser Buchtipp der Woche (erhältlich an der Reception)

Jeder Mensch kann glücklich sein! Die Autorin zeigt in ihrem 30-Tage-Training auf, wie man Schritt für Schritt negative Einstellungen und Verhaltensweisen durch positive ersetzen, den inneren Kritiker zum Schweigen bringen und mit Hilfe praktischer Übungen den eigenen Fokus und damit das eigene Leben verändern kann. Der Leser lernt, unabhängig von den äußeren Umständen, einfach glücklich zu sein, denn das Glück wohnt im Kopf. Meine Rezension dazu, nachdem ich als Schwägerin von Christine Wunsch fast zwangsverpflichtet war: Es hat mich begeistert, dass mein Glücklich bzw. Unglücklichsein „hausgemacht bzw. kopfgemacht“ ist und ich fange durch dieses Buch an meine Denkweise zu ändern, da es wirklich stimmt... Nur ich bin für mich verantwortlich nicht „man“ oder ich ärgere mich über bzw. ich mache mir Sorgen, „ich“ mach das, oder ich hege einen Groll oder Hass gegenüber jemanden. „Ich“ steure meine Gedanken, an mir liegt es alles negativ zu sehen oder auch dieses zu hinterfragen. Ich lebe im Jetzt und hier nicht in der Vergangenheit, die ich nicht mehr ändern kann und auch ist es unnötig sich Sorgen zu machen, ich zitiere aus dem Buch einen Satz von Mark Twain: Ich habe mir viele Unglücke ausgemalt und einige sind tatsächlich eingetroffen. Auch haben mich die zitierten Sätze von Charly Chaplin und das Gelassenheitsgebet fasziniert, wie die Autorin sagt, das Buch war für mich



ein „Flow“. Ich möchte, könnte so viele Sätze aus diesem Buch zitieren, die mir im Kopf aber auch im Herzen geblieben sind. Ja ich habe angefangen anders zu denken, zu verzeihen, mir gegenüber achtsamer zu sein. Ich bin begeistert von diesem Buch und kann es nur weiterempfehlen. Ich habe es mittlerweile nicht nur einmal gelesen, immer wieder schaue ich nach, habe mir Textpassagen angemalt und denke darüber nach.

Heute Abend ab 18.30 Uhr (bitte ankreuzen)

Salat vom Büffet

Tomatencremesuppe



Kräuterrisotto mit Garnelen

Hühnerbrüstchen in Currysauce, Petersilienkartoffel und Gemüse oder



Schwarzbrot Pressknödel mit Ratatouillegemüse

Griesschaumcreme

Weinempfehlung: Merlot Rose, Kellerei St. Pauls, 21,00 Euro

Das Felsenlabyrinth am Latemar

Wir folgen am Karerpass beim Hotel Antermont rechts den Wegweisern Nr. 21 und 17 unter dem Latemar. Zuerst auf einem breiten Forstweg, dann, der Nr. 13 folgend, am Steig durch den Wald, erreichen wir die ersten Wegweiser zum "Labyrinth" (Nr. 20). Der Wald endet abrupt, und direkt unter den mächtigen Wänden des Latemar liegt es vor uns. Das Labyrinth ist eine Mondlandschaft, die aus Geröll und Felsbrocken besteht, die wohl im Laufe der Zeit vom Latemar herunter gefallen sein müssen. Und wo soll hier ein Steig durchführen? Wer gut auf rot-weißen die Markierungen achtet, der wird ihn leicht finden. Richtig klettern muss man hier zwar nicht, aber es geht durch Felstunnels und über in den Fels gehauene Stufen. Am Ende des Labyrinths geht es durch den Wald weiter bis zum Mitterleger, einer Almhütte. Von dort aus folgen wir der Markierung 21 (Perlenweg) in Richtung Karerpass, die durch die schönen Fichtenwälder führt. Ein leichter Weg, weniger spannend als das Labyrinth vielleicht, aber wer die Augen offen hält und sich auf die Flora und Fauna des Waldes besinnt, kann hier noch allerhand entdecken!**Ausgangspunkt:** Karerpass (Passhöhe) Hotel Antermont **Weglänge:** 9 km **Markierungen:** 21, 17, 13, 13A, Labyrinth, 20, Perlenweg, 21 **Höhenunterschied:** 430 Höhenmeter **Höhenlage:** 1755 bis 1910 m ü.d.M. **Gehzeit:** 2,5 Std.

Der Witz des Tages

EX-US-Präsident Barack Obama, Berlusconi, der Papst und ein Assistent des Kirchenführers sitzen in einem Flugzeug. Die Maschine gerät in Schwierigkeiten. Doch es gibt einen Fallschirm zu wenig an Bord. Obama ergreift daraufhin den ersten Fallschirm. Er sagt: «Ich bin der Wichtigste» - und springt. Berlusconi erklärt: «Ich bin der intelligenteste Mann Europas», nimmt den zweiten Fallschirm und springt ebenfalls. Der Papst sagt daraufhin zu seinem Assistenten: «Ich bin alt. Du bist jung. Nimm du den Fallschirm.» Aber der Assistent antwortet: «Das ist gar nicht nötig. Wir haben noch zwei Fallschirme. Der intelligenteste Mann Europas hat statt des Fallschirms meinen Rucksack genommen.»