



Vielfältige Jugend, bunte Haltestellen

Seite 3

Die nächste öffentliche

Gemeinderatssitzung

findet am **Donnerstag, den 14. November um 19:00 Uhr**,
im Sitzungssaal des Gemeindeamtes statt.

Interessierte GemeindebürgerInnen sind herzlich dazu eingeladen!



AUS DEM INHALT:

Blumenschmuckausflug **Seite 7**

Ein gemütliches
Wochenende **Seite 9**

Verbesserungen
im ÖPNV mit VVT **Seite 10**

Handball: Absam gg. Tulln **Seite 18**



Ausgabe der Müllsäcke, Aufkleber sowie gelben Säcke für die Kunststoffsammlung 2020

Wir machen darauf aufmerksam, dass diese Termine auch für jene MitbürgerInnen gelten, die noch Müllsäcke haben, aber nicht das gesamte Jahr 2020 damit auskommen. An allen in Verwendung stehenden Müllgefäßen müssen Aufkleber für 2020 angebracht werden. Haushalten, die zur Ausgabe nicht erscheinen, wird es nicht mehr möglich sein, Säcke während des Jahres zu holen. Davon ausgenommen ist der Nachkauf. Der Jahreskalender „Müllentsorgung 2020“ wird ebenfalls verteilt.

Die Ausgabe der Müllsäcke und der Aufkleber für das Jahr 2020 erfolgt laut folgendem Plan:

Wir bitten alle Haushalte diese Tage und Termine einzuhalten und verlässlich ins Gemeindeamt zu kommen oder eine Vertretung zu schicken.

Montag, 18. November 2019

14.00 bis 18.00 Uhr

Am alten Schießstand, Ahornstraße, Amtsschmiedhöhe, Andreas-Hofer-Straße, Bachgasse, Bettelwurfsiedlung, Birkenstraße, Bgm.-Franz-Herzleier-Weg, Breitweg, Bruder-Willram-Straße, Buchenweg, Daniel-Swarovski-Straße, Schulstraße, Schützenweg, Sewerstraße, Sebastian-Ruef-Straße, Semmelweißstraße, Bgm.-Wechselberger-Weg

Dienstag, 19. November 2019

14.00 bis 19.00 Uhr

Dörferstraße, Eibenweg, Eichatstraße, Eichenweg, Eismeerstraße, Fanggasse, Feldweg, Fiegerstraße, Finkenbergl, Flurstraße, Föhrenwald, Föhrenweg,

Franz-Hairer-Straße, Frauental, Gaislöd, Gartenweg, Grillparzerstraße, Halltal

Mittwoch, 20. November 2019
14.00 bis 18.00 Uhr

Haspingerweg, Heideweg, Humboldtstraße, Im Moos, Im Tal, In der Wiesn, Ing.-Weber-Weg, Jägerstraße, Johannesweg, Karl-Wirtenberger-Weg, Kaplanstraße, Karl-Zanger-Straße, Kreuzstraße, Krippstraße, Krüseweg, Kurzer Weg, Lindenstraße, Lärchenstraße, Lenerweg, Lois-Welzenbacher-Straße

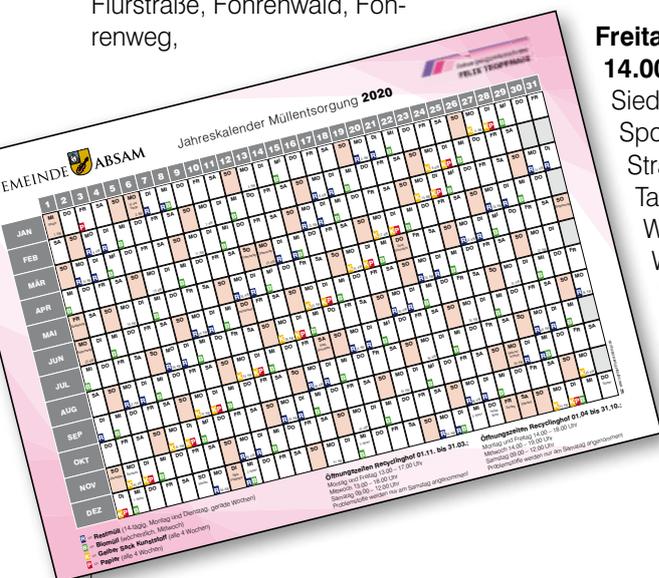
Donnerstag, 21. November 2019
14.00 bis 18.00 Uhr

Maderspergerstraße, Max-Weiler-Weg, Melans, Mitterhoferstraße, Monikweg, Mühlenweg, Negrellistraße, Nuelweg, Oswald-von-Wolkenstein-Straße, Rhomburgstraße, Poschweg, Riccabonastraße, Rudolfstraße, Samerweg, Schillerstraße, Salzbergstraße, Schloßweg, Schubertstraße

Freitag, 22. November 2019

14.00 bis 18.00 Uhr

Siedlerweg, Speckbacherstraße, Sportplatzweg, Stainerstraße, Strasserweg, St. Marienweg, Tannenweg, Villandererweg, W.-Schindl-Straße, Walderstraße, Walter-Senn-Straße, Wiesenweg, Weißenbachweg, Woditschkasstraße, Leerzeichen, Zueggstraße, Zunderkopfstraße



Volksbegehren

Bedingungsloses Grundeinkommen

Das Volksbegehren „Bedingungsloses Grundeinkommen“ kann von Montag, 18. November 2019 bis einschließlich Montag, 25. November 2019 im Gemeindeamt unterstützt werden.

Nähere Informationen erhalten Sie auf der Homepage www.absam.at oder im Gemeindeamt unter der Telefonnummer 05223/5 64 89-250.

EINTRAGUNGSZEITEN:

Montag, 18.11.2019, 07:30 - 16:00 Uhr
Dienstag, 19.11.2019, 07:30 - 20:00 Uhr
Mittwoch, 20.11.2019, 07:30 - 16:00 Uhr
Donnerstag, 21.11.2019, 07:30 - 20:00 Uhr
Freitag, 22.11.2019, 07:30 - 16:00 Uhr
Samstag, 23.11.2019, 08:00 - 12:00 Uhr
Sonntag, 24.11.2019, geschlossen
Montag, 25.11.2019, 07:30 - 16:00 Uhr

Online können Sie eine Eintragung bis zum letzten Tag des Eintragungszeitraumes (25. November 2019), 20:00 Uhr, durchführen.

Redaktionsschluss

Redaktionsschluss
der nächsten Absamer Zeitung:

18. November 2019

Impressum

Herausgeber und Medieninhaber: Gemeinde Absam, 6067 Absam, Jahrgang 21, www.absam.at

Redaktion: Mag. Walter Wurzer, Gemeindeamt Absam, Dörferstraße 32, 6067 Absam, amtsblatt@absam.at

Satz, Layout und Anzeigenverwaltung: Werbeagentur Ingenhaeff-Beerenkamp, 6067 Absam, werbeagentur@i-b.at, www.ingenhaeff-beerenkamp.com

Druck: PINXIT Druckerei GmbH, 6067 Absam, www.pinxit.at

Offenlegung nach § 25 Mediengesetz: Grundlegende Blattrichtung: Amtliche Mitteilungen und Berichte der Gemeindeverwaltung



Vielfältige Jugend, bunte Haltestellen

Das dritte Jahr von "jugend bewegt", und noch immer gehen den Jugendlichen und der Offenen Jugendarbeit die Ideen nicht aus! Das Motto diesmal: "unsere vielfalt".



Fotos: JAM

Die Zeit als Jugendliche/r ist eine, in der viel möglich ist und sein muss. Jung sein heißt, sich zu verändern und vielfältige Möglichkeiten auszukosten, da nur so Erfahrungen und damit Entwicklung möglich sind. Dem wurde im Rahmen von "jugend bewegt" Raum gegeben. Im Mittelpunkt steht, dass Jugendliche zusammen ihre Verschiedenheit leben und erleben können. Auch heuer wurde das Motto "unsere vielfalt" auf kreative und partizipative Weise umgesetzt.

Die Haltestelle "Eichat Heideweg" ziert eine Kurzgeschichte, die von Jugendlichen im gemeinsamen Austausch mit JAM – Jugendarbeit Mobil kreiert wurde. Die Geschichte liest sich außergewöhnlich. Jugendliche knüpften an bereits vorhandenem Text an und setzten

mit ihrem Beitrag die Geschichte fort. Die Vielfältigkeit der Jugend spiegelt sich im entstandenen Werk wieder, nach dem Motto – gemeinsam sprechen mit unterschiedlichen Stimmen.

Grafisch aufbereitet und in das durch die letzten Jahre schon bekannte Format gebracht wurden die Haltestellen von Szenografin Katerina Haller. Die Haltestelle "Breitweg" wird von zahlreichen bunten Handabdrücken geschmückt – jeder anders, jeder einzigartig. Sie wurden im Rahmen eines Aktionstages beim Maibaumkraxln der Absamer Matschgerer am 1. Mai gesammelt: Jugendliche BesucherInnen des Maifestes wurden eingeladen, sich mit ihrer bemalten Handfläche auf einem Stoffbanner zu verewigen. Erfreulicherweise waren unter den Teil-

nehmenden viele bekannte Gesichter, derzeitige sowie ehemalige BesucherInnen der Sunnseitn, die auch noch einmal einem Projekt ihren Stempel aufdrücken konnten.

Renate Neurauder von Herzlicht Fotografie (Absam) erklärte sich bereit, die Motive im Anschluss für die digitale Bearbeitung fotografisch festzuhalten. Im Oktober 2019 wurde das Projektjahr mit der Anbringung der Folien zu einem erfolgreichen Abschluss gebracht: Zwei weitere Absamer Bushaltestellen sind zum Sprachrohr der Jugend geworden und bereichern das Dorfbild!

Weitere Infos unter:
www.jugendbewegt.at



Ausflug nach Bozen und Schloss Runkelstein

Im September starteten fast sechzig Seniorinnen und Senioren zu einer Fahrt in den südlichen Tiroler Landesteil, um dort Bozen und Schloss Runkelstein zu besuchen.



Bei angenehmem Wetter und gemütlichen Plaudereien ging es über den Brenner Richtung Süden. Immer wieder schweifte der Blick auf die idyllischen Städte am Straßenrand, wie Sterzing, Brixen oder das Kloster Säben. Als erster Stopp wartete dann die Südtiroler Landeshauptstadt Bozen, wo natürlich ein Besuch des Domes Maria Himmelfahrt mit seinem charakteristischen Turm aus dem Jahre 1517 nicht fehlen durfte. Das Innere dieser ersten gotischen Hallenkirche der Architekturgeschichte mit dem barocken Hochaltar, der Gnadenkapelle mit der Madonna lactans (die stillende Muttergottes) aus dem 12. Jhd., die einzigartige Kanzel und die Pieta aus Gussstein sowie das Herz-Jesu-Bild überrascht immer wieder. Anschließend ging es über Waltherplatz in die Altstadt, wo der Obstmarkt und die Lauben besucht wurden.

Freskenzyklus

Nach einem stärkenden Mittagessen führte die Fahrt weiter zur Burg Runkelstein, die majestätisch auf dem Schlossberg am Eingang des Sarntales thront. Diese Bilderburg mit ihrem einmaligen Freskenschmuck beherbergt den größten profanen Freskenzyklus des Mittelalters und war keine Adelsburg. Die Burg wurde im 14. Jhd. von einer Bozner Kaufmannsfamilie erworben und prachtvoll ausgestaltet. Auch Kaiser Maximilian I. war hier zu Gast.

Nach einer flüssigen Stärkung ging es dann durch das schöne Sarntal auf das 2.221 hohe Penser Joch und anschließend die vielen Kehren hinunter nach Sterzing und über die Autobahn nach Hause.



Fotos: Seniorenbund Absam



Früh übt sich, wer die Bretter der Welt erobern will

Der neu gegründete Absamer Verein UNKRAUTproduktionen möchte Kinder ab fünf Jahren in spielerische Weise an das Theater heranführen. Zum Auftakt wurde mit den Kindern der VS Absam Dorf ein Malwettbewerb zu diesem Thema durchgeführt.

Hinter diesem Projekt stehen Nina Arch, Johanna Huter, Simona Schett und Wolfgang Viertl. „Die Idee ist aus dem Wunsch heraus entstanden, in Absam vor Ort und mit den vorhandenen Infrastrukturen, Theater für Kinder greifbarer zu machen“, erklären die InitiatorInnen. In Zukunft sollen die Kinder in Form von Workshops ganz nah am Entstehungsprozess eines Theaters dran sein. Zum Beispiel durch kleine Improvisationstheaterkurse. Der erste Workshop ist bereits im Frühjahr 2020 geplant.

Freunde

Unter dem Titel "Freunde" steht das erste Stück, das im Dezember aufgeführt wird. Das Plakat dazu wurde von Schülerinnen und Schülern der VS Absam-Dorf im Rahmen eines





ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ
Aus Liebe zum Menschen.



**BLUT SPENDEN
RETTET LEBEN**

www.blut.at
0800 190 190

Freitag, 22.11.2019

Absam, Neue Mittelschule

17:00-20:00 Uhr

Blutspenden können alle gesunden Frauen und Männer ab 18 Jahren.
Bitte bringen Sie einen amtlichen Lichtbildausweis mit!

Malwettbewerbs gekürt. Zum Stück: Franz von Hahn, Jonny Mauser und die Runde Wilma leben am Bauernhof. Und sie sind richtige Freunde. Richtige Freunde machen alles gemeinsam, egal wie unterschiedlich sie sind. Gemeinsam basteln sie eine Radiostation und erzählen den Kindern live von ihren Abenteuern: Ein lautstarker Weckruf am Hof, harte Arbeit am Feld, eine abenteuerliche Fahrradtour, ein Piratenschiff, eine ausgiebige Jause, Schattenspiele und Trümereien.

Die Schulaufführungen finden am 2., 3. und 4.12. am Vormittag in den Volksschulen Absam-Eichtat und Absam-Dorf statt. Am 7.12. finden um 15:00 Uhr und um 17:00 Uhr öffentliche Aufführungen in der VS Absam-Dorf statt. Reservierungen für die Öffentlichen Aufführungen unter 06764111996. Preis : 7 Euro für Groß und Klein.



Das Haus für Senioren ist eine moderne Wohn- u. Pflegeeinrichtung für 70 BewohnerInnen in allen Pflegestufen.



Zertifiziert nach ISO 9001:2015 und EN 15224:2016

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir eine(n) **Dipl. Gesundheits- u. KrankenpflegerIn (DGKP), PflegefachassistentIn (PFA) oder PflegeassistentIn (PA)**

Im Beschäftigungsausmaß von 50 - 100 %

Wir bieten Ihnen

- die Herausforderung, an der Weiterentwicklung und Organisation des Hauses aktiv mitzuwirken
- regelmäßige Fort- u. Weiterbildungen sowie eine EDV gestützte Pflegedokumentation
- klare und strukturierte Arbeitsabläufe
- familiäres und kompetentes Arbeitsumfeld und ein angenehmes Betriebsklima
- Anstellung und Entlohnung erfolgen nach dem Gemeinde-Vertragsbedienstetengesetz 2012 (G-VBG 2012). Das Mindestgehalt beträgt € 2.495,- (DGKP) und € 2.317,78 (PFA, PA) monatlich brutto bei 40 Wochenstunden. Es wird darauf hingewiesen, dass sich das angeführte Mindestentgelt aufgrund von gesetzlichen Vorschriften, gegebenenfalls durch anrechenbare Vordienstzeiten sowie sonstige, mit den Besonderheiten des Arbeitsplatzes verbundene Entgeltbestandteile, erhöht.

Unsere Erwartungen

- abgeschlossene Berufsausbildung als DGKP, PFA oder PA
- fachliche, persönliche und soziale Kompetenz
- Qualitätsbewusstsein
- Bereitschaft, unsere Pflegephilosophie IBP weiterzuentwickeln
- verantwortungsbewusste Persönlichkeit, die einen einfühlsamen Umgang mit BewohnerInnen und Angehörigen mitbringt, teamfähig, innovativ und belastbar ist

Bitte richten Sie Ihre Bewerbung an:

Haus für Senioren,
z. Hd. PDL Renate Kokseder,
Bgm.-Artur-Wechselberger-Weg 1, 6067 Absam
r.kokseder@humanocare.at

Wir freuen uns auf Sie!



(B)ack´s mit uns an!

Für unser Bäcker-Cafe in Absam suchen wir einen **Lehrling** in den Bereichen Systemgastronomie oder Einzelhandelskaufmann.

Außerdem suchen wir noch eine **Reinigungskraft** für 4 Tage in der Woche.

Wir bieten leistungsorientierte Bezahlung, nette Arbeitskleidung und MA-Rabatt.

Komm in ein erfolgreiches Team und bewirb dich!

Direkt in der Filiale bei Fr. Eva Hölzel oder telefonisch bei Fr. Stephanie Holzer 0650 9899385

Wir freuen uns auf dich!



ABSAMER ADVENTMARKT 2019

VON 15 BIS 20 UHR AM VORPLATZ DER VOLKSSCHULE ABSAM-DORF

DONNERSTAG,

05. DEZEMBER 2019

17 Uhr Nikolauszug von der Basilika bis zum Adventmarkt mit musikalischer Begleitung durch die Bläsergruppe der Bürgermusikkapelle Absam

SONNTAG, 08. DEZEMBER 2019

16 Uhr Kasperltheater mit der Puppenbühne „Zappelfetzen“ im Turnsaal der Volksschule
17 Uhr Jakob-Stainer-Chor

SONNTAG, 15. DEZEMBER 2019

15–18 Uhr Bastel- und Brettspielnachmittag für Kinder (theaterverein absam)
18 Uhr Ziehharmonika-Gruppe der Musikschule Absam

SONNTAG, 22. DEZEMBER 2019

ab 15 Uhr Gemütliche Einstimmung auf Weihnachten
17 Uhr Adventsingen in der Basilika Absam

STREICHELZOO: 8., 15. & 22. Dezember 2019



Tiroler Geschichte bei Traumwetter

Am 11. Oktober fand der alljährliche Blumenschmuckausflug statt. 71 ausgezeichnete Teilnehmerinnen nutzten die Gelegenheit in die Tiroler Geschichte einzutauchen.



Fotos: Gemeinde Absam

Bei strahlendem Sonnenschein präsentierte sich Schloss Ambras von seiner besten Seite. Ob bei einer informativen und interessanten Führung oder bei einem Spaziergang durch den traumhaften Park, es war für jeden

etwas dabei. Natürlich durften die Gemütlichkeit und der Genuss auch nicht zu kurz kommen. Dort wo Kunibert regelmäßig sein Leben lassen musste, im Bierstindl, wurden die Teilnehmerinnen bestens bedient. Bei einer zünftigen

Brettljause konnten sich alle ausführlich über die Pläne für das kommende Garten- und Blumenjahr austauschen. Die Gemeinde sagt DANKE für das Engagement und den Einsatz aller, die so viel für die Pflege des Ortsbildes tun.

www.bmk-absam.at

ADVENTLIEDER BLASEN

BÜRGERMUSIKKAPELLE
ABSAM

Als Dankeschön für Ihre Spenden und die Unterstützung im vergangenen Jahr sind am **20. und 21. Dezember 2019** Adventliederbläser unterwegs und sorgen für stimmungsvolle und besinnliche Augenblicke in der Adventszeit.

Einladung zur

CHRISTBAUM FEIER

Samstag, 14. Dezember 2019
20.00 Uhr · VZ KIWI

Frohe Weihnachten wünscht die BÜRGERMUSIKKAPELLE ABSAM

Adventszeit der Bürgermusikkapelle Absam

Am 11. Oktober fand der alljährliche Blumenschmuckausflug statt. 71 ausgezeichnete Teilnehmerinnen nutzten die Gelegenheit in die Tiroler Geschichte einzutauchen. Mit ausgewählten Stücken soll vorweihnachtliche Stimmung verbreitet werden. Der Erlös der Versteigerung kommt der gesamten Musik zugute, denn jedes Jahr müssen neue JungmusikantInnen mit Instrumenten und Trachten ausgestattet oder alte Instrumente repariert und Noten gekauft werden. Im Vorfeld der Versteigerung werden bereits Mitglieder der Bürgermusik im gesamten Ortsgebiet unterwegs sein, um „Bestln“ und Spenden dafür zu sammeln.

Als kleines Dankeschön für die Spenden und die Unterstützung im vergangenen Jahr sind am 20. und 21. Dezember 2019 Adventliederbläser unterwegs und sorgen für stimmungsvolle und besinnliche Augenblicke in der Adventszeit.



Besuch beim Kinderlandestrachtenfest Vorarlberg

Anfang September machte sich die Kinder- und Jugendgruppe des TV Almleben gemeinsam mit ihren BetreuerInnen auf über den Arlberg, um am Kinderlandestrachtenfest in der Messe Dornbirn/Vorarlberg teilzunehmen.



Foto: TV Almleben-Absam

Die Absamer Abordnung war die einzige Tiroler Vertretung und so hatte man die Möglichkeit, nähere Einblicke in das Vorarlberger Brauchtum rund um die verschiedenen Trachtenvereine zu erhalten. Gleichzeitig konnte man aber auch den Vorarlberger Kindern ein paar Tänze und Plattler aus der Heimat näherbringen.

Für die nötige Energie für den Auftritt gab es beste Versorgung und im An-

schluss blieb sogar noch genügend Zeit, um Schokofrüchte, Donuts und andere Süßigkeiten zu verkosten und den Nachmittag gemütlich ausklingen zu lassen, bevor es am Abend wieder heimwärts nach Absam ging.

Der Verein möchte sich an dieser Stelle herzlich bei der Vorarlberger Landesobfrau Ulrike Bitschnau für die Einladung und den tollen Tag bedan-

ken. Es war eine großartige Erfahrung, um das eigene Können auch über die Landesgrenzen hinaus zum Besten zu geben. Ein großes Dankeschön gilt auch allen Kindern, die sehr fleißig die Proben besuchen und ebenso zahlreich bei diversen Ausrückungen teilnehmen.


PLANUNG


FERTIGUNG


MONTAGE



NUR HOLZ IM KOPF!

TISCHLEREI GARZANER
ABSAM · WWW.GARZANER.AT

MÖBEL · KÜCHE · BAD · FENSTER · TÜREN

SAMINA

Ich schlafe Lebensenergie

josko

FENSTER & TÜREN

"Ein gemütliches Wochenende"

Die lustige Kriminalkomödie von Jean Stuart wird vom Theaterverein Absam im November 2019 auf die Bühne des VZ KiWi gebracht. Die zehn mitwirkenden Theaterspieler rund um Regisseur Hannes Ellmerer proben seit Ende August eifrig dieses unterhaltsame Stück.



Foto: Theaterverein Absam

Nicht im Bild: Hannes Ellmerer

Der verheiratete Lebemann und Schriftsteller Johannes Maria Spitz freut sich auf ein gemütliches Wochenende mit seiner Neuerwerbung Vivian. Unter dem Vorwand, bei der Schriftstellerei nicht gestört werden zu wollen, verbringt er das Wochenende auf seinem Landsitz – „alleine“. Der Plan wäre aus seiner Sicht gut gewesen, doch zu-

nächst macht ihm sein Freund Emil mit seinem Besuch einen Strich durch die Rechnung. Emil führt im Schlepptau noch seine Freundin sowie die Frau und die Schwiegermutter von Johannes Maria mit.

In der Folge verirren sich zwei Bankräuber auf der Flucht vor der Polizei in

die Wohnung und nehmen alle Anwesenden als Geiseln. Natürlich kommt auch noch ein Kriminalbeamter vorbei, der in die Irre geführt werden muss.

Es ist ein turbulentes Stück mit vielen Überraschungen, voller Leidenschaft, Liebe und ...



AUFFÜHRUNGSTERMINE:

Freitag, 15.11.2019 um 20:00 Uhr
 Samstag, 16.11.2019 um 20:00 Uhr
 Sonntag, 17.11.2019 um 18:00 Uhr
 Freitag, 22.11.2019 um 20:00 Uhr
 Samstag, 23.11.2019 um 20:00 Uhr
 Sonntag, 24.11.2019 um 18:00 Uhr

Kartenverkauf im Foyer des KiWi am:
 11.11., 13.11. und 18.11.2019
 jeweils von 18:00 bis 19:00 Uhr
 Preis Euro 10,-

Kartenreservierung ist auch per E-Mail möglich:
theater@absam.at

Auf Ihren Besuch freut sich der Theaterverein Absam.



Öffentlicher Nahverkehr massiv verbessert

Mit dem Fahrplanwechsel am 15. Dezember erfährt der Öffentliche Personennahverkehr in der Region eine massive Verbesserung. Herzstück dabei sind die Linien 6 und 7, die in jeweils entgegengesetzter Richtung zwischen Absam/Eichat, Mils und Hall Bahnhof verkehren.

„Es ist dies ein wirklicher Meilenstein für die Region,“ freut sich Bgm. Arno Guggenbichler über das Ergebnis. Dem vorangegangen waren intensive Gespräche zwischen den Gemeinden und dem VVT (Verkehrsbund Tirol). Damit können nicht nur die Taktlücken in der bisherigen Verbindung zwischen Absam-Eichat und Hall-Bahnhof geschlossen werden, sondern erstmals gibt es auch eine Verbindung nach Mils und retour. „Die beiden Linien fahren jetzt jeweils halbstündlich und um 15 Minuten versetzt“, freut sich der Absamer Bürgermeister. Damit erhalte man einen dichten Taktfahrplan. Zusätzlich wurden auch die Abstimmungen der Ankunftszeiten am Haller Bahnhof adaptiert und die Übergangszeiten von Bus/Bahn auf ca. 5 Minuten verlängert. „Damit ist sichergestellt, dass die Fahrgäste mehr Zeit für das Umsteigen auf die S-Bahn

haben“, sieht hier Guggenbichler eine weitere Verbesserung. Zudem gibt es in den umliegenden Gemeinden Hall, Mils und Gnadental ebenso weitreichende Verbesserungen und Vertaktungen, die die ÖPNV-Mobilität in der gesamten Region attraktiver machen.

Neuer Rundkurs

Mit dem Fahrplanwechsel wird ein neuer Rundkurs eingeführt. Es sind dies die Linien 6 und 7, die entgegengesetzt zwischen Eichat (Walderbrücke) und Hall verkehren und dabei über Mils fahren. Jeder Bus, der vom Haller Bahnhof nach Mils fährt, wird künftig am Rückweg über Absam-Eichat geführt. Analog fährt jeder Bus nach Eichat (mit seinen drei Berufsschulen und mehreren großen Firmen) über Mils zurück zum Haller Bahnhof. Die beiden Linien ver-

kehren also im 15-Minuten-Takt.

Finanzierung

Damit diese Neuerung auch wirklich in Kraft treten kann, haben die Gemeindeparlamente der vier betroffenen Gemeinden (Absam, Gnadental, Hall und Mils) der Finanzierung bereits zugestimmt. Rund 40 Prozent der Kosten entfallen auf die Kommunen. „Für Absam sind das rund 10.000 Euro mehr pro Jahr“, erklärt Bgm. Guggenbichler. Insgesamt beträgt nun der finanzielle Beitrag der Mariengemeinde 37.000 Euro im Jahr, der in den öffentlichen Nahverkehr (inklusive Nightliner) fließt. „Das ist mehr als gut investiertes Geld“, sieht Guggenbichler darin einen wichtigen Beitrag zur Mobilität in der Region. Die endgültigen Details wird dann der VVT Anfang Dezember bekannt geben.

Fotos: Familienverband Absam

Mobilität in der Planungsregion Hall und Umgebung:

Das Straßennetz



PLANOPTIMO
Büro Dr. Köll ZT-GmbH

/ROSINAK & PARTNER/
Ziviltechniker GmbH

**WERKSTATTBERICHT 21. November 2019,
19:00–21:30 Uhr, Kurhaus Hall**

Nach der Informationsveranstaltung am 9. April 2019 – mit vielen Vorschlägen der Bürgerinnen und Bürger – haben die Experten von Planoptimo und Rosinak & Partner das Verkehrsmodell erarbeitet und die Varianten konkretisiert. Dieses Verkehrsmodell, in dem die Verkehrsverlagerungen in den jeweiligen Varianten ermittelt werden, ist Grundlage für die Bearbeitung der Umweltkriterien (Lärm, Schadstoffe, Klima) und der raumstrukturellen Konsequenzen. Alle diese Bearbeitungen sollen nun in einem Werkstattbericht am 21. November 2019 präsentiert und zur Diskussion gestellt werden. Wie schon am 9. April 2019 sind die Bürgerinnen und Bürger nach dieser Präsentation am Wort. Danach werden die Experten die Variantenuntersuchung für das Straßennetz in der Planungsregion Hall und Umgebung fertigstellen.

Nikolaus in Absam



Die Anmeldung für Hausbesuche des Nikolaus am Dienstag, 5. Dezember in der Pfarre Eichat erfolgt über das Pfarrbüro. Anmeldungen unter Tel.: 05223/52153 oder 0650/9824022 (Julia). Die Anmeldung für Hausbesuche im Dorf erfolgt im Gemeindeamt unter Tel.: 05223/56489



Tirol Tanzt in Absam

Zum dritten Mal trafen sich Tanzbegeisterte aus Nah und Fern im KiWi zum jährlichen "Tirol Tanzt in Absam". „Frau Ellen Mayr-Vons und mit ihr die Lebenshilfe Sektion Absam zeigen, dass wir ein Ort sind, in dem das Miteinander funktioniert“, lobte Bürgermeister Arno Guggenbichler die Veranstaltung.



v.l. Landtagsvizepräsidentin Stephanie Jicha, Ellen Mayr-Vons, Bürgermeister Arno Guggenbichler



Beim Tanzfest der Lebenshilfe kam jeder auf seine Kosten.

Schon zu Beginn motivierten die Little Dix Band und Disk Jockey LUPO die eintreffenden Besucherinnen und Besucher sofort das Tanzbein zu schwingen. Ungefähr 150 begeisterte Besucher und Besucherinnen, ein buntgemischtes Publikum aus dem ganzen Land, füllten den Saal. Es herrschte im Nu eine ausgelassene Stimmung. Die Jugendplattlergruppe Almleben aus Ab-

sam und die Völser Plattler animierten die BesucherInnen zum Mitmachen. Durch das begeisternde bunte Programm war es möglich, dass Menschen, die sich vorher gar nicht kannten, miteinander kommunizierten, tanzten und so Barrieren überbrückten. Die bunte Vielfalt machten Jugendliche des Absamer Jugendtreff Sunnseitn mit 5 großen Wandbildern sichtbar. Auch

zeigten sie sich kreativ beim herbstlichen Schmücken der Tische. An der exklusiven Bar im Saal wurden von einem "inklusiven Team" der Lebenshilfe originelle färbige Getränke und leckere Kuchen angeboten. Am Abend begeisterte dann noch die Rockband Philadelphia und musste den begeisterten TänzerInnen zum Schluss noch viele Zugaben gewähren.

Absam ist auch „familienfreundliche Gemeinde“



Absam ist nicht nur Klimabündnis- und Naturparkgemeinde, sondern auch eine familienfreundliche Gemeinde. Als sichtbares Zeichen wurden zwei Schilder, die an den Ortstafeln angebracht werden, symbolisch von Bürgermeister Arno Guggenbichler und GR Gerd Jenewein an alle Absamer Generationen übergeben. Familienfreundlich in Absam heißt u.a., in den nächsten zwei Jahren folgende Projekte, die nach einem Bürgerbeteiligungsprozess vom Gemeinderat einstimmig beschlossen worden sind, umzusetzen:

Bessere Information über Gemeindeeinrichtungen, Radwegekonzept, Sportplatzareal erweitern, Kinderspielplatz im Dorf, Ältestenrat, Kinderspielplätze evaluieren, Beschattungsmöglichkeiten Vorplatz Volksschule-Dorf etc. Ein Großteil der Vorhaben wurde bereits realisiert, die Tafeln sollen aber auch daran erinnern, dass der Prozess, eine familienfreundliche Gemeinde zu sein, weiter geht.



Großes Waldfest „Mit Herz im Wald“

Am Samstag, den 28. September 2019 ging es im Wald bei der Sprungschanze Absam sehr herzlich zu. Viele kleine Waldwichtel und Waldfeen folgten dem Ruf des Familienverbandes Absam und kamen zum großen Waldfest.



Fotos: Familienverband Absam

Es wurde gemeinsam gebastelt, ge-upcycelt, gebaut, mit Picasso gemalt, beim Orientierungslauf mitgemacht und mit den allerliebsten Lamas

Freundschaft geschlossen. Es war wieder ein toller und spannender Tag im Wald! Danke an alle, die dabei waren und mitgeholfen haben! Ein besondere

Dankeschön für ihre Unterstützung geht an die Marien-Apotheke Absam, die Konditorei Mayr und die Bäckerei EZEB.

Fabriksverkauf
Mo - Fr, von 9 - 18 Uhr

ABSAMER NATUR BETTEN

ABSAMER Allergie BETTEN
100 ANNEE TEXTILER STÄNDIGKEIT

ABSAMER Wellness BETTEN
100 ANNEE TEXTILE PRODUKTION

Feines, Gesundes rund ums Bett

Die **Fabrik** für gesunden Schlafkomfort

6067 Absam · Rhombbergstraße 9
Tel. 05223/57758-21 · www.absamer-naturbetten.at

rainalter

Bad & Fliese
Sanitär
Alternative Energie
Heizung

WIR SUCHEN
LEHRLINGE UND
MONTEURE!

**Der Allround
Heizungsspezialist**

Seit 1966 ist Rainalter führender Anbieter in der Heizungstechnik. Nach umfassender Analyse bietet Rainalter perfekt abgestimmte Konzepte für den Neubau und die Sanierung bestehender Heizsysteme.

Wärmepumpe · Gasheizung · Holzvergaser · Hackschnitzel
Pelletsheizung · Kesseltausch · Kaminsanierung · Ölheizung

www.rainalter.at
Innstraße 19 · 6500 Landeck · T. 05442 /62258 · info@rainalter.at



LIRUM – LARUM – LÖFFELSTIEL brave Kinder essen viel ...



Fotos: VS Absam Dorf



Und wie gut schmeckt es, wenn das Essen sogar selbst gekocht und zubereitet wird.

In der neuen Schulküche der VS Absam-Dorf wird seit kurzem geschnipst, gebacken und gekocht.

Die Kinder sind mit Begeisterung dabei und freuen sich über dieses kulinarische Angebot.

Am Vormittag begleitet Martina Sagmeister die Kinder und legt dabei gro-

ßen Wert auf Regionalität der Lebensmittel und gesundes Essen.

Die Rezepte werden unserem Kochbuch „KLASSE REZEPTE“ entnommen und sorgen für viel Begeisterung. Am Nachmittag kommen die Kinder der Tagesbetreuung in den Genuss kleine Schmankerln selbst zuzubereiten.

GUTEN APPETIT!

1+1 gratis!

**Kochbuch
„Klasse Rezepte“**

Erhältlich in der VS Absam Dorf
und im Gemeindeamt.

20,- Euro

Sie erhalten zwei Bücher zum Preis von einem Buch!

4b der VS Absam Dorf bei der Rettung in Hall



Foto: VS Absam Dorf

Kurz nach Schulstart stattete die 4b der Rettung Hall einen Besuch ab, um aus erster Hand einen direkten Einblick in die Aufgaben und Tätigkeiten dieser so wichtigen Blaulichtorganisation zu erfahren.

Dort durften die Kinder nicht nur hinter die Kulissen schauen, sondern selbst Hand anlegen, beim Verbinden und Schienen und beim Versorgen verschiedener Verletzungen. Selbstverständlich wurde auch das Rettungsauto genau erkundet. Toll war's und die Kinder der 4b sagen DANKE für die..... spannenden und lehrreichen Einblicke.



54. Tiroler Schützenwallfahrt



Am Sonntag, 13. Oktober 2019, trafen sich bereits zum 54. Mal hunderte Schützen, Marketenderinnen, EhrenkranzträgerInnen, Angehörige und Freunde zur traditionellen Schützenwallfahrt in Absam – und das bei prächtigem Herbstwetter! Nach dem Bittgang durch das Dorf und dem Vorbeizug bei der Marien-Basilika zelebrierte Prälat Eduard Fischnaller vom Augustiner Chorherrenstift Neustift den Festgottesdienst.

Die Musikkapelle Matri-Mühlbachl-Pfons und die Speckbacher-Schützenkompanie Absam als Ehrenkompanie bereiteten am Gemeindehaus einen Landesüblichen Empfang – im Beisein von Landesrat Mag. Johannes Tratter und des Absamer Vize-Bürgermeisters Manfred Schafferer.

DIE WELLKÜREN - 9. November 2019, 20 Uhr, KiWi Absam



Die Wellküren feiern in ihrem Programm das freie Abendland und den Abend an sich. Mit bayerischem Dreigesang gegen stumpfe Einfalt, besonders geeignet für Menschen, die auch wenn's dunkel wird, den Humor nicht verlieren. Nach über 30 Jahren auf der Bühne sind die drei Schwestern darin wahre Expertinnen geworden.

Eintritt Euro 26.-

Karten sind in der Gemeinde Absam erhältlich!

Unser Kundenservice – unsere Bankstellen!

Liebe Mitglieder, liebe Kunden,

seit dem Neubau des Gemeindehauses im Jahr 2001 hat die Raiffeisenbank zwei Vollbankstellen in Absam unterhalten. Viele neue Bestimmungen im Bankwesen haben uns dazu bewogen, Beratung und Service neu auszurichten und wir haben im Februar dieses Jahres in der Bankstelle Absam-Eichat die Beratungskapazitäten gebündelt. Die Bankstelle in Absam-Dorf ist dadurch zu groß geworden. Mit ca. einem Viertel der bisherigen Fläche ist es gelungen, mit Sachverstand und viel Einsatz im Lokal der ehemaligen „Post“ eine feine und schmucke Bankstelle zu schaffen, die sowohl im Service als auch im SB-Bereich voll funktionsfähig ist.

**Raiffeisenbank
Absam**



**Die neue Bankstelle in Absam-Dorf
ist im Oktober eröffnet worden!**



Gesundheit hat im Gemeindeamt einen hohen Stellenwert

Die Gesundheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die bei der Gemeinde Absam beschäftigt sind, steht im Mittelpunkt der Initiative „fit2work“. Die Durchführung wurde von der Gemeinde beim beruflichen Bildungs- und Rehabilitationszentrum (BBRZ) angeregt.

„Wir möchten damit die Arbeitsfähigkeit und Gesundheit unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter fördern, lange erhalten und präventiv agieren“, erläutert Bgm. Arno Guggenbichler den Sinn dieser Aktion. Denn das Lebensgefühl von gesunden MitarbeiterInnen ist um vieles höher und sie können natürlich auch länger im Arbeitsprozess bleiben.

Mitarbeiterstand

Derzeit sind ca. 200 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Gemeinde beschäftigt, 73 % davon sind weiblich. Alleine im

Haus für Senioren arbeiten 65 Personen. „Es ist in unserer Verpflichtung, die Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer bei ihrer Gesundheit zu unterstützen und hierbei betriebliche Förderung zu leisten“, betont Guggenbichler. Fit2work ist ein Projekt, das von der Bundesregierung in Zusammenarbeit mit Wirtschafts-, Finanz- und Sozialministerium und weiteren Partnern wie z. B. Krankenkassen und AUVA ins Leben gerufen wurde.

Mitarbeiterbefragung, Präsentation und interaktiver Austausch

Die Kosten für diese Initiative sind für den Arbeitgeber „Gemeinde“ überschaubar. Zu einer Einmalgebühr in geringer Höhe kam noch ein gewisser interner Aufwand für Abstimmungen, Vorbereitungsarbei-

ten sowie große Besprechungsrunden mit allen Mitarbeitern, die natürlich als Arbeitszeit bewertet wurden. Um den Istzustand zu analysieren, wurden eigene Fragebögen für vier definierte Mitarbeiterbereiche erstellt, an die Belegschaft ausgeteilt und dann ausgewertet. Die Ergebnisse wurden den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der jeweiligen Bereiche vor kurzem präsentiert, um gemeinsam Maßnahmen zu erarbeiten, die positive Auswirkungen auf die allgemeine Gesundheit jedes Einzelnen haben. Nach dieser Vorbereitungsphase soll die Umsetzung schrittweise im nächsten Jahr erfolgen. „Die Gesundheit unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter verstehen wir selbstverständlich als unsere oberste Fürsorgepflicht“, so Bürgermeister Guggenbichler abschließend.

Von der Wetterstation bis zum Espresso ... Wildes Snowboarden in der Langen Nacht der Museen



Die technische Wetterlage – die zehn Jahre alte Playstation 2 des Gemeindemuseums hatte am Wettkampftag endgültig ihren Geist aufgegeben – bereitete dem Rennkomitee am 5. Oktober nur kurz Kopfzerbrechen. Schnell war ein Snowboard-Wettbewerb als Ersatz für das Nachtspringen auf der Großbildleinwand gefunden. Über 40 TeilnehmerInnen mit zahlreichen Serviceleuten im Hintergrund und am Buffet konnten eine Probefahrt am Snowboard absolvieren und pünktlich um 19 Uhr in den Wettkampf treten. Jedoch nicht die Bestzeit oder die größte Weite zählten an diesem Abend, sondern Technik und Eleganz, sodass auch Boarderinnen und Boarder, die sich in den elektronischen Wald verirr-

ten oder an niedrig aufgelösten Felsen streiften, punkten konnten. Dass es sich durchaus um einen „nachhaltigen“ Wettbewerb gehandelt hat, zeigt die Tatsache, dass die erwachsenen Champions mit für Wochen reichenden Espressobohnen-Vorräten und die jugendlichen Gewinner mit zahlreichen Wetterstationen die Wettkampfstätte verlassen haben.



Fotos: Gemeindemuseum Absam



Schachklub Absam startet in die Landesliga

Die neue Schachsaison 2019/20 hat bereits am 21. September 2019 begonnen. Der SK Absam spielt mit sechs Mannschaften von der Gebietsliga bis zur 2. Bundesliga.



Foto: Schachklub Absam

60 Spitzenspieler der Tiroler Landesliga spielen in Absam im Feuerwehrhaus.

Die Landesliga eröffnete die Saison in Absam im Feuerwehrsaal. Mit zwei Siegen gegen Völs und Reutte gelang den Absamer Schachspielern ein perfekter Auftakt, um auch heuer wieder ganz vorne dabei zu sein. Ebenfalls konnten

in der 2. Bundesliga drei Runden gegen Rochade, Kufstein und Jenbach gewonnen werden. Die Absamer Jugendspieler, besonders Philipp Hengl und Gabriel Reinalter, spielen ebenfalls in der Gebietsliga sehr erfolgreich mit.

Das Jugendtraining für Anfänger ist jeden Freitag von 16:00 bis 17:00 Uhr und für Fortgeschrittene von 17:00 bis 18:00 Uhr.

Klubabend ist jeden Dienstag ab 20:00 Uhr im Feuerwehrhaus.

A echtes Stück Tirol

TUNELHOF CHRISTBÄUME

VERKAUF

ABSAM: KIRCHE ST. JOSEF, ABSAM EICHAT
5.-7. DEZ. 2019, 9.00-16.30 UHR

HALL: SCHWIMMBAD, 6.-24. DEZ. 2019

CHRISTBAUM HOFTAG

AM TUNELHOF IN WEERBERG
SONNTAG, 8. DEZ. 2019 VON 10-17 UHR
CHRISTBÄUME FÜR JEDEN GESCHMACK
BAUERNMARKT, STREICHELTIERE,
BÄUERLICHE KÖSTLICHKEITEN
WEERBERGER WEIHNACHTSBLÄSER

WWW.CHRISTBAUM-TIROL.AT
FAMILIE SPONRING . AUSSERBERG 31
6133 WEERBERG . +43 664 73691977

Gesundheits- und Sozialsprengel

Hall i. T. · Absam · Gnadenwald · Thaur · Mijs

6060 Hall in Tirol · Erlenstraße 2 · Telefon (05223) 45604

Wir suchen dringend Verstärkung in der mobilen Pflege

Gesundheits- und KrankenpflegerIn (gehobener Dienst)
PflegeassistentIn

Sollten wir Ihr Interesse geweckt haben, entnehmen Sie Details zur Stellenausschreibung unserer Homepage www.sozialsprengel-hall.at bzw. unter Tel. Nr. 05223/45604.

Computer-Alois

- Computer-Soforthilfe / Reparatur / Installation / Wartung / Fehlersuche / Konfiguration
- Service für Ihre Computer, Laptops, Netzwerke, Router, Drucker, Smartphones und Tablets
- Softwareschulung und -Installation
- Webdesign und CMS-Systeme für Ihren Webauftritt
- Panoramafotografie

www.computer-alois.at
telefon: 0650 2218527

Tennisclub Absam zwischen Kontinuität und Veränderung

Die 30. Generalversammlung des ortsansässigen Tennisclubs läutete Mitte Oktober eine neue Ära ein. Nach einem Vierteljahrhundert als Kantineure des Clublokals gehen Annelies und Luis Mayr nun endgültig in den wohlverdienten Ruhestand.



Foto: Thomas Maier

Obmann Walter Schindl (li.) und Obmann-Stellvertreter Alexander Inghaef-Beerenkamp (re.) übergeben Anneliese und Luis Mayr (mitte) die Ehrenurkunde und ein Abschiedsgeschenk.

Obmann Walter Schindl bedankte sich für die langjährige Arbeit für den Verein und Stellvertreter Alexander Inghaef-Beerenkamp betonte: „Sie waren neben der kulinarischen Verköstigung

die Drehscheibe in unserem Verein, sie haben Spiele vermittelt und Neumitglieder integriert, zumal sie auch stets die ersten Ansprechpartner waren.“ Neben Luis, der als Gründungsmitglied

schon früher das TCA-Ehrenzeichen in Gold erhielt, bekam Annelies eine Urkunde mit „Dank und Anerkennung“ für ihre Leistungen. Wer den beiden nachfolgen wird, ist noch immer ungewiss.

Bei den Neuwahlen wurde Obmann Walter Schindl und seinem leicht veränderten Team das uneingeschränkte Vertrauen ausgesprochen. Michael Waldner füllt die Lücke, die der verstorbene Herbert Riedl hinterlassen hat, als Kassier-Stellvertreter. Der Kassier und der Vorstand wurden nach der alljährlichen Kassaprüfung von der Generalversammlung entlastet.

Sportlich blickten die Tennisfreunde ebenso auf ein erfolgreiches Jahr zurück, wobei der Titel der Herren 45 bei den Tiroler Mannschaftsmeisterschaften hervorstach.

Schiclub Hall-Absam stellt sich vor

Rechtzeitig mit dem Ausbau des Glungezer tritt der bisherige Schiclub Hall unter dem neuen Namen „Schiclub Hall-Absam“ auf und gibt somit auch Absamer Schibegeisterten die Möglichkeit, aktiv am Vereinsleben teilzunehmen.



Ursprünglich als Haller Schiverein gegründet, setzt man es sich seit Jahrzehnten zum Ziel, den Schinachwuchs der Region zu fördern. Wöchentliches Schitraining am Glungezer sowie vorbereitendes Training in der Halle zählen genauso wie der traditionelle Schiausflug, die Durchführung von tirolweiten Rennveranstaltungen und weiteren gemeinschaftlichen Aktivitäten zu den Angeboten des Vereins.

Interessierte sind herzlich zur heurigen Jahreshauptversammlung am Donnerstag, den 28. November, um 19:00 Uhr im Gasthof Bogner eingeladen.

Weitere Infos sind unter www.skiklub-hall.at bzw. unter info@skiklub-hall.at zu finden!



Foto: SC Hall – Absam

Die Mitglieder des neuen Schiclub Hall-Absam freuen sich schon auf den ersten Schnee.

UHC Absam Herren erstmals im ÖHB-Cup

Am 20. Oktober 2019 durften die 200 Zuschauer in der Absamer Sporthalle eine Premiere erleben. Die Herren des Unionhandballclubs trafen beim erstmaligen Antreten im ÖHB-Cup auf den UHC Tulln.



Foto: UHC Absam

Die Mannschaft aus Niederösterreich, die derzeit in Österreichs zweiter Liga spielt, blickt auf eine ruhmreiche Vergangenheit zurück, war man doch selbst bereits dreimal Cupsieger und somit auch Europacupteilnehmer.

Wer geglaubt hatte, der Gegner aus dem Osten würde die mit einem Altersdurchschnitt von 19 Jahren sehr jungen Absamer (4 Spieler über 20 Jahre, 4 Spieler 16 Jahre) unterschätzen, hatte sich freilich getäuscht. Verstärkt durch 3 Legionäre gaben die Tullner von der 1. bis zur 60. Minute ein extrem hohes Tempo vor, das die UHC-Truppe

zwar teilweise mitzugehen vermochte, der körperlichen Überlegenheit der Gäste letztendlich aber Tribut zollen musste. Trotzdem konnte man immer wieder tolle Akzente setzen und der ein oder andere Spieler sein Talent unter Beweis stellen.

Obmann Christian Staudinger: „Solche Spiele sind Highlights und Bonusspiele für unsere Sportler, wo man viel lernen und profitieren und sich für die Mühen des Trainings belohnen kann. Wir haben zwar gesehen, dass noch einiges an Weg vor uns steht, wir jedoch genau auf dieses Leistungsniveau kom-

men wollen. Ich sehe das Ganze als Auftakt, in Zukunft öfter solche Spiele und Mannschaften bei uns zu haben und auch unseren Nachwuchstalente in unseren zahlreichen Jugend- und Kindermannschaften eine Perspektive und Motivation für kommende Aufgaben bieten zu können.“

Am 16.11. geht's übrigens auch für die Damen des UHC Absam im ÖHB-Cup los. Um 17:00 Uhr treffen sie auf die Mannschaft der Sportunion St. Pölten aus der zweiten österreichischen Liga.

Gesundheitstipp



Was unsere Nase Tolles kann!

Wenn wir an gutes Essen denken, so denken wir zuerst an den Geschmack. Wir reden über Pizza und denken gleich daran, wie unsere Lieblingspizza schmeckt. „Mmmh, lecker, die Schinkenpizza beim Italiener um die Ecke!“ Viel seltener denken wir an den Geruch. Wenn wir in eine Pizzeria gehen, so heißt uns der gute Geruch bereits willkommen und der Appetit wird angeregt. Wenn jemand selbst Pizza zuhause zubereitet, duften schon die Zutaten selbst (Tomatensauce, Knoblauch, Schinken, ...), wenn wir die Pizza ins Rohr schieben, wird der bekannte Pizzageruch ganz stark. Das ganze Haus, die ganze Wohnung riecht nach gutem Essen.

Wie kommt es zum Riechen? Riechen ist eigentlich Chemie. Nur wenn der Stoff ausreichend flüchtig ist, also verdampft und seine Moleküle mit der Atemluft auch die Nase erreicht, können wir ihn riechen. In der Nasenhöhle befindet sich im oberen Teil die Nasenschleimhaut (Riechepithel) mit ihren 10 – 30 Millionen Riechzellen. Die Lebensdauer dieser Zellen beträgt nur vier bis ca. acht Wochen. Danach werden neue Zellen gebildet. Grob und einfach erklärt: Der Duftstoff gelangt zur Sinneszelle und wird dann über Nervenbahnen an das Gehirn weitergeleitet. Der Duft wird dann im limbischen System verarbeitet. Dort löst er Emotionen aus.

Wie gut oder wie schlecht wir riechen hängt von den Riechzellen ab. Der Hund hat im Vergleich zum Menschen mehr als das zehnfache an Riechzellen. Er riecht somit wesentlich besser als wir Menschen. Der Geruchssinn ist ein Nah- und Fernsinn. Informationen durch Düfte können kilometerweit übermittelt werden. Der Geruch warnt uns vor verdorbenen Speisen oder Bränden. Gute Düfte von schmackhaftem Essen lösen die Speichel- und Magensaftsekretion aus. Gerüche von Körper, Kleidung und Räumen liefern uns Hygieneinformationen. Außerdem können Düfte Erinnerungen an Orte, Begegnungen und Personen hervorrufen.

Da Düfte Emotionen in uns auslösen, können sie die Befindlichkeit eines Menschen beeinflussen. Um ein paar Beispiele zu nennen: Jasmin und Zitrone sind Düfte die munter machen. Lavendel- und Rosenduft wirken hingegen beruhigend. Apfelduft wirkt gegen Stress. Düfte können sogar unsere Kaufentscheidung beeinflussen und werden in Kaufhäusern zur Förderung der Kauflust versprüht. Haben wir einen Schnupfen, so sind unsere Riechzellen beeinträchtigt. Wir riechen weniger bis gar nichts. Wenn wir nichts riechen, ist der Appetit viel kleiner. Das Essen schmeckt lange nicht so gut. Der Geruchs- und der Geschmackssinn arbeiten also ganz eng zusammen.

Wir selbst können entscheiden, ob wir etwas mehr oder weniger genießen können. Wenn wir uns beim Essen Zeit lassen, mit der Nase tief einatmen, so löst das bereits im Gehirn positive Gefühle aus.

Das Essen schmeckt intensiver. Wenn wir nur schnell, schnell essen, nebenbei noch etwas anderes machen, so nehmen wir das Riechen gar nicht wahr, das Essen kann nicht mehr so intensiv schmecken. Sie können einen Versuch machen: Kochen Sie sich ihr Lieblingsgericht. Bevor Sie einen Bissen nehmen, riechen Sie daran und erst dann nehmen Sie den Bissen in den Mund und schmecken das Essen. Machen Sie eine kurze Pause, halten sich die Nase zu und nehmen den zweiten Bissen. Dieser schmeckt lange nicht so gut wie der erste.

Wir selbst entscheiden, ob wir das Gericht zu 100 % genießen können oder ob wir nur essen, um den Hunger zu stillen. Das Champignonrisotto schmeckt wunderbar nach Pilzen, wenn ich zuerst einmal tief Luft hole und den Geruch genieße und erst dann mit dem eigentlichen Essen beginne. Oder wir schlingen und stellen uns dann die Frage: Was war im Risotto? – Champignons? Erbsen? Zucchini?

Was möchte ich euch heute mitgeben: Achtsamkeit! Die Achtsamkeit beim Essen. Die beginnt nämlich über die Nase. Lasst euch Zeit, genießt zuerst den Duft, egal bei welchem Gericht.

Meine Kinder kommen nach der Schule nach Hause und bevor sie die Schuhe ausziehen, rufen sie laut in die Küche: „Mama, was gibt es heute zum Essen?“. Meine Antwort ist meistens dieselbe: „Nach was riecht es denn?“ – Meistens, wenn es bekannte Gerichte sind, erraten bzw. „erriechen“ sie das Gekochte. Das ist immer wieder spannend.

Ich wünsche Ihnen viele Riechzellen und Zeit und Achtsamkeit, damit Sie davon profitieren können. Bald beginnt die Zeit des Kekes Backens – da können Sie Ihre Riechzellen verwöhnen. Diese Zeit bzw. dieser Geruch löst immer Erinnerungen und gute Gefühle aus.

Liebe Grüße, Martina Sagmeister, B.Sc., Diätologin

Abschießend noch ein paar Sprüche zum Thema Duft:

- Manchmal kann die Vergangenheit mit den Sinnen festgehalten werden: die eine riecht nach wohlthuender Erinnerung, die andere stinkt zum Himmel. (Ernst R. Hauschka)
- Für Kritiker zu schreiben lohnt sich nicht, wie es sich nicht lohnt, denjenigen riechen zu lassen, der einen Schnupfen hat. (Anton Tschechow)
- Das riecht man drei Meilen gegen den Wind.
- Jemanden gut riechen können.



Apotheken Absam • Hall • Mils • Rum

- 1 KUR- UND STADTAPOTHEKE**
Oberer Stadtplatz, 6060 Hall, Tel. 05223 / 572 16
- 2 PARACELSUS APOTHEKE KG**
Kirchstraße 20d, 6068 Mils, Tel. 05223 / 442 66
- 3 MARIEN-APOTHEKE**
Dörferstraße 43, 6067 Absam, Tel. 05223 / 531 02
- 4 ST. MAGDALENA-APOTHEKE**
Unterer Stadtplatz, 6060 Hall, Tel. 05223 / 579 77
- 5 HALLER LEND APOTHEKE**
Brockenweg 2, 6060 Hall, Tel. 05223 / 217 75
- 6 APOTHEKE RUMER SPITZ**
EKZ Interspar, Serlesstr. 11, 6063 Rum, Tel. 0512 / 260 310
- 7 APOTHEKE ST. GEORG**
Dörferstraße 2, 6063 Rum, Tel. 0512 / 263 479

Apotheken Nachdienste Sonn- und Feiertagsdienste

OKTOBER			NOVEMBER		
15 FR	4	22 FR	5	29 FR	1
16 SA	5	23 SA	1	30 SA	2
17 SO	1	24 SO	7	01 SO	6
18 MO	2	25 MO	2	02 MO	3
19 DI	3	26 DI	3	03 DI	4
20 MI	4	27 MI	4	04 MI	7
21 DO	6	28 DO	5	05 DO	5
				06 FR	1
				07 SA	2
				08 SO	3
				09 MO	4
				10 DI	5
				11 MI	6
				12 DO	1
				13 FR	2
				14 SA	7

Änderungen sind möglich und können über den Apotheken-Ruf 1455 abgefragt werden.

Fundgegenstände

Einzelschlüssel, div. Bekleidungsgegenstände

Geburten

Leuprecht Damian	Jäsche Bernardi Ezra
Reiter Hannah	Weiler Maximilian
Pongruber Elias-Marcel	Weiler Julian
Djurin Dominik	

Unsere Verstorbenen

Wesely Maria
Kern Apollonia

Vinzenzgemeinschaft Sprechstunden

Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat, von 16:00 bis 17:00 Uhr im Haus für Senioren in Absam, Eingang Süd (Seniorenstube), Telefon: 0664/122 51 57 oder 0664/582 08 11. Wir helfen unbürokratisch und vertraulich Menschen in Not in unserem Dorf.

Ärzte in Absam

- DR. ULRICH JANOVSKY**
prakt. Arzt, Dörferstraße 43, Tel. 52165
Mo., Di., Do., Fr. 8.30 bis 11.30 Uhr / Mo., Mi., Do. 16 bis 18 Uhr
- DR. GÜNTHER WÜRTEMBERGER**
prakt. Arzt, Salzbergstraße 93, Tel. 53280
Mo. und Mi. 8.00 bis 11.00 und 16.00 bis 18.00 Uhr,
Di. und Do. 8.00 bis 11.30 und Fr. 8.00 bis 11.00 Uhr
- DR. GABRIELA KRAUS**
Zahnärztin, Bruder-Willram-Straße 1, Tel. 54166
Mo. und Fr. 8.00 bis 12.00 Uhr, Di. und Mi. 08.00 bis 16.00 Uhr
und Do. 12.00 bis 18.00 Uhr
- DR. DAVID UNTERHOLZNER**
Zahnarzt, Dörferstraße 43/1, Tel. 56300
Mo. bis Fr. 8.30 bis 11.30, Di. und Do. 16.30 bis 19.00
sowie nach Vereinbarung
- DR. DR. PARINAZ NASSERI**
Zahnärztin, Dörferstrasse 43/1, Tel. 56300
Termine nach Vereinbarung

Ärzte Wochenend und Feiertagsdienste

- 09.11. SAM** **DR. JANOVSKY ULRICH**
6067 Absam, Dörferstraße 43, Telefon 52165
Notordination: 9⁰⁰ - 10⁰⁰
- 10.11. SON** **DR. HAFFNER RUDOLF**
6060 Hall in Tirol, Rosengasse 5, Telefon 43200
Notordination: 9⁰⁰ - 10⁰⁰
- 16.11. SAM** **DR. MUSSHAUSER DORIS**
6060, Hall in Tirol, Recheisstraße 8a, Telefon: 57301
Notordination: 9⁰⁰ - 10⁰⁰
- 17.11. SON** **DR. REINALTER CHRISTIAN**
6068 Mils, Kirchstraße 14, Telefon: 57746
Notordination: 9⁰⁰ - 10⁰⁰
- 23.11. SAM** **DR. SAILER MICHAEL**
6060 Hall in Tirol, Erlenstraße 7, Telefon: 57906
Notordination: 9⁰⁰ - 10⁰⁰
- 24.11. SON** **DR. WEILER SABINE**
6060 Hall in Tirol, Stadtgraben 20, Telefon 53020
Notordination: 9⁰⁰ - 10⁰⁰

Bis Drucklegung waren keine weiteren Dienste bekannt.

Weitere Informationen:
Telefon 0512-52058-0 oder im Internet unter: www.aektirol.at

Tierärzte in Absam

TIERARZTPRAXIS DR. SANDRA ASTNER & DR. SIGRID VOGL
Weißbachweg 7, Tel.: 0680 145 6 145
Mo, Di, Do 9-12 und 16-18, Mi & Fr 12-15, Sa 9-10