GEMEINDE ABSAM

Amtliche Mitteilungen der Gemeinde Absam

Ausgabe Juli 2021

Sportlerehrung für Rebecca Köck

Seite 3

Foto: Gemeinde Absam

AUS DEM INHALT:

Neue Mobilitäts- und Radbeauftragte für Tirol **Seite 4**

Taxi und Shuttlebus ins Halltal **Seite 13**

World Cleaning Day in Absam **Seite 15**

An einen Haushalt · „Zugestellt durch Post.at“ · Erscheinungsort Absam · Verlagspostamt 6067 Absam

KONTAKTDATEN
DER GEMEINDE ABSAM

Gemeinde Absam
Dörferstraße 32
6067 Absam

Telefon: +43 5223 56489
Fax: +43 5223 56489-1211
Mail: sekretariat@absam.at

ÖFFNUNGSZEITEN:

Montag - Freitag:	07:30 Uhr bis 12:30 Uhr
Dienstag:	16:00 Uhr bis 19:00 Uhr
Donnerstag:	16:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Heizkostenzuschuss 2021/2022

Das Land Tirol gewährt für die Heizperiode 2021/2022 wieder einen einmaligen Zuschuss zu den Heizkosten. Antrags- bzw. zuschussberechtigt sind alle Personen mit aufrechtem Hauptwohnsitz im Bundesland Tirol gem. § 3 TMSG.

Nicht antrags- bzw. zuschussberechtigt sind:

- Personen, die zum Zeitpunkt der Antragstellung eine laufende Mindestsicherungs/Grundversorgungsleistung beziehen
- BewohnerInnen von Wohn- und Pflegeheimen, Behindertenheimen, Schüler- und Studentenheimen

Für PensionistInnen mit Bezug der Ausgleichszulage, wohnhaft außerhalb der Stadtgemeinde Innsbruck, denen im vergangenen Jahr der Antrag auf Heizkostenzuschuss des Landes bewilligt wurde, ist eine gesonderte Antragstellung **nicht erforderlich.**

Anträge können im Zeitraum vom 1. Juli bis 30. November 2021 über das Gemeindeamt (Sozialamt) während der Amtszeiten gestellt werden.

Die Formulare liegen beim Amt der Tiroler Landesregierung, Abteilung Soziales, und im Gemeindeamt Absam auf und sind im Internet unter: https://www.tirol.gv.at/gesellschaft-soziales/soziales/beihilfen/hilfswerk/formulare/ abrufbar.

Impressum

Herausgeber und Medieninhaber: Gemeinde Absam, 6067 Absam, Jahrgang 24, 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

Redaktionsschluss

Redaktionsschluss
der nächsten Absamer Zeitung:
16. Juli 2021

EM-Silber für Absamer Sportschützin

Mit einer nicht erwarteten Silbermedaille ist Rebecca Köck, Mitglied der Absamer Schützengilde, von den Europameisterschaften im kroatischen Osjek zurückgekehrt.

Leider reicht dieser Erfolg für die junge Sportlerin nicht aus, um bei den olympischen Spielen in Tokio an den Start zu gehen. Zwar konnte Rebecca beim 50-m-KK-Liegend-Bewerb mit der Silbernen die erste EM-Medaille für Österreich bei diesen Meisterschaften holen, doch leider zählt diese Disziplin nicht mehr zu den olympischen. Die 21-Jährige aus Absam musste im erstmals gemeinsam mit den Männern ausgetragenen Bewerb mit 626,4 Ringen nur Henrik Larsen (NOR/628,8) den Vortritt lassen. „Ich habe mich beim Schießen extrem gut gefühlt. Für mich ist es noch nicht ganz real“, freute sich die frischgebackene Vize-Europameisterin. Ihr nächstes ganz großes Ziel seien aber die Olympischen Spiele 2024 in Paris.

Bürgermeister Manfred Schafferer (li.) und Bezirksoberschützenmeister Joachim Steinlechner gratulieren Rebecca Köck zur EM-Silbermedaille.

Fotos: Gemeinde Absam

Paris 2024

„Wir werden da sicherlich mit einer ordentlichen Abteilung anreisen“, freut sich Bgm. Manfred Schafferer bereits darauf. „Die Erwartungen dabei sind natürlich hoch“, schmunzelt der Absamer Dorfchef, denn immerhin könne Absam bis vor Kurzem auf 1 Goldmedaille pro 1.000 Einwohner verweisen. Da man nun aber über 7.000 Einwohner zähle, gehe diese Rechnung mit den bisherigen 6 Goldenen nicht mehr ganz auf. „Es wäre schon schön, wenn auch einmal bei den Sommerspielen so ein Erfolg zu verzeichnen wäre“, drückt Schafferer, gleichzeitig auch Oberschützenmeister der Gilde der jungen Kollegin die Daumen.

Ehrung

Nach ihrer Rückkehr aus Kroatien erwartete die Vize-Europameisterin natürlich ein entsprechender Empfang im Vereinshaus. Aufgrund der Corona-Bestimmungen war nur ein kleiner Teil der Schützengilde ausgerückt, um Rebecca Köck zum Erfolg zu gratulieren. Mit dabei waren auch Dipl.-HTL-Ing. Christoph Wanker, Sportreferent der Gemeinde, sowie Bezirksoberschützenmeister Joachim Steinlechner, die der jungen Medaillengewinnerin ebenfalls auf das Herzlichste gratulierten. Oberschützenmeister Manfred Schafferer betont dabei, dass Rebecca eigentlich Europameisterin sei, da sie im Mixed-Bewerb nur einem Mann den Vorrang habe lassen müssen.

Beste Bedingungen

„Ich trainiere nun schon seit 10 Jahren bei der Schützengilde Absam und finde hier ein ideales Umfeld vor“, lobt Köck den Verein und vor allem die neu sanierte Anlage. Es sei schon eine Seltenheit, dass in Tirol der Schießstand Eigentum der Gilde sei. In der Vorbereitung auf die EM habe sie das Training natürlich intensiviert, d.h. sechsmal in der Woche standen entsprechende Einheiten auf dem Programm. „Für solch sportliche Spitzenleistungen muss einfach alles passen“, betont Köck, „vom Ausdauertraining über die Physiotherapie bis zur Sportpsychologie. Ohne dem Bundesheer, dem Verein in Absam sowie der Unterstützung durch die vielen Fachleute des Olympiazentrums in Innsbruck wäre dies alles nicht möglich.

Neue Mobilitäts- und Radbeauftragte für Tirol

In einem europaweit einzigartigen Lehrgang wurden 26 neue Mobilitäts- und Radbeauftragte für Tirol, Vorarlberg und Salzburg ausgebildet.

„Klimaschutz fängt bei einer klimafreundlichen Mobilität und der dazugehörigen Infrastruktur auf Gemeindeebene an", sind sich die frischgebackenen kommunalen Mobilitäts- und Radbeauftragten einig. 17 TirolerInnen, drei VorarlbergerInnen und sechs SalzburgerInnen schlossen vergangene Woche den Praxislehrgang von Klimabündnis Tirol, Energieinstitut Vorarlberg und Klimabündnis Salzburg ab. Als Vertreter der Region Innsbruck-Land haben Klaus Allin aus Absam und Joachim Nübling aus Rum erfolgreich an diesem Lehrgang teilgenommen.

Foto: © Klimabündnis Tirol/Florian Lechner

Kerstin Plaß von Klimabündnis Tirol, Prof. Markus Mailer vom Center for Mobility Change, Joachim Nübling, Klaus Allin und Mobilitätslandesrätin LHStvin Ingrid Felipe.

Vorzeigeprojekte für Tirol

Zum erfolgreichen Abschluss des Lehrgangs entwickelten die Teilnehmenden konkrete Mobilitätsprojekte für ihre Gemeinden: Fahrradfreundlichkeit steht im Fokus in den Gemeinden Absam, Innsbruck Stadt, Kramsach, Weißenbach am Lech, Sölden oder Schwaz. Dies zeigten der Absamer Teilnehmer Klaus Allin in seiner Projektarbeit: ABSAM – auf dem Weg zu einer fahrradfreundlichen Gemeinde und Joachim Nübling mit: Klimafreundliche Mobilität in der Marktgemeinde Rum beeindruckend auf. Ergebnis des Lehrgangs sind somit „zahlreiche Vorzeigeprojekte, die den Gemeinden und der lokalen Wirtschaft neue Perspektiven bieten und den Verkehr in der Region klimafreundlich entwickeln", so die Klimabündnis-Obfrau LHStvin Ingrid Felipe.

Baum- und Strauchschnitt

Durch die auf einem Grundstück unmittelbar an der Straßengrenze stehenden Bäume und Sträucher wird durch deren Wachstum in vielen Teilen des Ortsgebietes das Lichtraumprofil der Straße stark eingeengt und damit die Benützbarkeit der Straße sowie der Gehsteige massiv behindert.

Gemäß § 91 Absatz (1) der Straßenverkehrsordnung 1960 hat die Behörde den Grundeigentümer aufzufordern, Bäume, Sträucher, Hecken und dergleichen, welche die Verkehrssicherheit, insbesondere die freie Sicht über den Straßenverlauf oder auf die Einrichtungen zur Regelung und Sicherung des Verkehrs, oder welche die Benützbarkeit der Straße einschließlich der auf oder über ihr befindlichen, dem Straßenverkehr dienenden Anlagen, z.B. Oberleitungs- und Beleuchtungsanlagen, beeinträchtigen, auszuästen oder zu entfernen. Jeder Grundstückseigentümer, der mit seinem Garten direkt an Straßen angrenzt, wird daher aufgefordert, umgehend die in das Lichtraumprofil der Straße und in Gehsteige hineinragenden Äste bis auf eine Höhe und Tiefe zu entfernen, dass sichergestellt ist, dass der Verkehr bzw. die Fußgänger nicht mehr behindert werden. Dahingehend wird darauf verwiesen, dass für allfällige Beschädigungen an Fahrzeugen, die durch hineinragende Äste von Bäumen und Sträuchern entstehen, der jeweilige Grundstückseigentümer die kostenpflichtige Haftung im vollen Umfang trägt. Weiters wird ausdrücklich angemerkt, dass laut Richtlinien und Vorschriften für das Straßenwesen (RVS) bei privaten Ein- und Ausfahrten ausreichende Sichtfelder vorzusehen sind. Bei diesen Sichtfeldern dürfen für das gefahrlose Befahren nur Zäune und Bepflanzungen verwendet werden, die keine Sichtbehinderung für den Verkehr darstellen und deren Höhe 0,80 m nicht übersteigt.
Im Interesse der allgemeinen Verkehrssicherheit bitten wir um Befolgung dieser Anordnung!

Vogelhaus, Hochbeet & Co
Gartenaktionstage in der Sunnseitn

Die Temperaturen steigen, die Pflanzen beginnen zu blühen und die Vögel zwitschern wieder. Alle Zeichen stehen auf Frühling und Sommer und somit auch unsere alljährlichen Gartenaktionstage am Programm.

Da es im vergangenen Jahr keine Möglichkeit gab, die Jugendlichen bei der Bestellung unseres Gartens einzubinden, waren wir besonders erfreut, dass heuer ein paar sehr fleißig mitgeholfen haben.

Für uns ist es ein wichtiges Anliegen, den Jugendlichen einen unmittelbaren Kontakt mit unserer Natur zu ermöglichen, ihnen Werte wie Nachhaltigkeit und Gesundheit zu vermitteln und eine Wertschätzung für alle Lebewesen vorzuleben. Das zeigt auch unser immer noch bestehendes Insektenhotel, das schon wieder ziemlich gut besucht ist.
Geplant waren diesmal das Renovieren der Hochbeete und deren Neubepflanzung, das Anlegen einer Blumenwiese und das Bauen und Gestalten von Vogelhäusern und einer Vogeltränke. Da wir uns einiges vorgenommen hatten und die Wettervorhersage eher durchwachsen war, haben wir zwei Tage einkalkuliert. Es wurde emsig umgegraben, bepflanzt, ausgesät, gesägt, gebohrt und gemalt. Wir waren ganz beindruckt vom Engagement der Jugendlichen und ihrem beherzten Umgang mit natürlichen Materialien wie Holz und Erde.

Und so können wir mit Stolz auf die Ergebnisse blicken und uns auf das Blühen der Blumen, auf das Einziehen der Vögel und das Ernten der Früchte und des Gemüses freuen.

Fotos: Sunnseitn

Der „Heißzeit“ zum Trotz - auf den Spuren der Eiszeit

Gemeinde Museum Absam

Fahrradexkursionen des Gemeindemuseums Absam

Foto: Gemeindemuseum Absam

Die TeilnehmerInnen beim Spurenlesen von Ablagerungen, die die letzte Eiszeit überdauert haben und die uns einzigartige und spannende Einblicke in eine Zeit geben, in der ein See einen Gutteil des Inntals bedeckte.

Geimpft, getestet, geheilt, aber auch geschneuzt, gekampelt und gemeinsam machten sich am ersten richtig heißen Samstag Mitte Juni (über 30 Grad) zwölf Radfahrerinnen und Radfahrer auf, zusammen mit dem Gemeindemuseum Absam und dem Klimaforscher Dr. Wolfgang Gurgiser mehr über die Spuren des vergangenen Klimawandels unmittelbar „vor der Haustüre“ zu erfahren. Dabei wurden seltene Relikte, die lange vor der mächtigen Eisbedeckung des Inntals vor ca. 20.000 Jahren entstanden sind, im wahrsten Sinne des Wortes greifbar. Aber auch an den abgeschmolzenen Inntalgletscher erinnern heute noch zahlreiche Spuren im Gelände: Moränenmaterial oder Geländeformen. Insgesamt sind Spuren aus ganz unterschiedlichen Klima-Epochen auf der gesamten Tour und generell in unserem alpinen Lebensraum allgegenwärtig. Manche sind leicht zu erkennen und zu interpretieren, andere schwieriger, manche sind auch wissenschaftlich noch nicht restlos verstanden. Verschiedene Standorte dieser Spuren werden auf der Radtour des Gemeindemuseums Absam besucht. Gemeinsam mit Klimaforscher Dr. Wolfgang Gurgiser vom Forschungsschwerpunkt Alpiner Raum der Universität Innsbruck beobachteten und diskutierten die Exkursionsteilnehmer diese Spuren – auch, indem Verbindungen zwischen den Eigenschaften des Inns mit Ablagerungen von ca. 30.000 Jahren vor unserer Zeit hergestellt wurden. Weitere Radexkursionen zu diesem Thema sind im Sommer geplant. Wenn Sie Interesse an der Teilnahme haben, wenden Sie sich bitte an das Gemeindemuseum Absam: 0676 840 532 700.

IHR Haus & IHR Garten
in professionellen Händen?

- Objektbetreuung
- Rasenmähen
- Heckenschnitt
- Schneeräumung
- Botengänge

HE-Hausmeisterservice ▪ Hannes Erlacher
+43 660/9232 790 ▪ he-hausmeisterservice@cnh.at

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

Gemeinde Museum Absam

eBike-Training in Absam

Sicher am eBike

Da elektrisch unterstützte Fahrräder von den Straßen nicht mehr wegzudenken sind, gilt es für ein Plus an Sicherheit zu sorgen. Die Unterschiede beim Umsteigen von einem herkömmlichen Fahrrad auf die „motorisierte“ Version sind erheblich: eBikes sind schwerer, verfügen über ein ganz anderes Beschleunigungs-, Kurven- und Bremsverhalten und auch die Wartung ist anders. Um die speziellen Gefahrenmomente kennenzulernen und den Umgang damit zu üben, bietet das Gemeindemuseum Absam in Zusammenarbeit mit den Naturfreunden Tirol zwei Trainingstermine an, um die Vorzüge und Tücken eines eBikes sicher kennenzulernen.

Foto: Gemeindemuseum Absam

Programm
Die Radlbegeisterten üben auf dem Vorplatz der Volksschule Absam-Dorf unter der Anleitung eines erfahrenen eBike-Guides das Bremsen, Kurvenfahren und Schalten. Bei einer anschließenden Ausfahrt ins Gelände wird das Erlernte geübt und trainiert. Dauer ca. dreieinhalb Stunden.

Termine
Freitag 16. Juli, 14:00 bis 17:30 Uhr
Samstag 17. Juli, 09:00 bis 12:30 Uhr

Voraussetzungen
Eigenes eBike und Helm und geeignete Wetterlage – Ersatztermine werden bei Schlechtwetter kurzfristig vereinbart.

Anmeldung
0676 / 840 532 700 oder
mats.breit@mac.com bis 15. Juli 2021!

Treffpunkt
Volksschule Absam-Dorf, Stainerstraße 5, Absam

Die Kurse finden statt, wenn sich jeweils sechs Interessierte anmelden.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Sommerliche Gartenkonzerte in Absam

Die Sommerkonzerte werden in diesem Jahr nur von kleinen Musikgruppen der Bürgermusikkapelle Absam musikalisch gestaltet:

BÜRGERMUSIKKAPELLE ABSAM

Donnerstag, 15.7.2021, Gasthaus Kirchenwirt
„Inntalerpartie" der Bürgermusikkapelle Absam

Dienstag, 27.7.2021, Gasthof Walderbrücke
„Die Selberbrennt'n“

Endlich wieder gemeinsam Feiern

Zum ersten Mal nach über einem Jahr konnte die Gemeinde wieder den Jubelpaaren (Goldene und Diamantene Hochzeit) im Rahmen einer kleinen Feier persönlich zu diesem Anlass in größerer Runde gratulieren. Bgm. Manfred Schafferer freute sich sehr, den anwesenden Ehepaaren einige persönliche Worte zu überbringen. Die dabei üblicherweise seitens des Bezirkshauptmannes überreichte Jubiläumsgabe des Landes Tirol hatten die Jubilare bereits vorher erhalten.

60. Hochzeitsjubiläum: Helene Maria und Josef Alois Hoppichler, Helene und Fritz Rudolf Probst, Marta und Rupert Prader, Maria Magdalena und Wilfried Vettori
50. Hochzeitsjubiläum: Jacomina und Wolfgang Becker, Magdalena und Alois Dichtl, Anna und Max Leo Salzmann, Helene und Helmut Landerer

Fotos: Gemeinde Absam

60. Hochzeitsjubiläum: Margartha und Sebastian Öttl, Herta Maria und Josef Strasser, Ludmilla und Ludwig Greiderer
50. Hochzeitsjubiläum: Elfi und Anton Berchtold, Berta und Artur Burger, Gertrud und Klaus Brentel, Friederike und Alfred Fischler, Ilse und Hermann Biechl, Irma und Josef Gollner, Sieglinde und Hubert Wirtenberger, Monika und Hermann Kreuzbichler, Monika und Klaus Strasser

Zell-Regeneration bei körperlichen Problemen

14 verschiedene Chips unterstützen bei

- **Pollenallergie**
- **Rheuma**
- **Energielosigkeit**
- **Entzündungen**
- **Schlaflosigkeit**
- **Schmerzen aller Art**
- **Immunschwäche**
- **Regeneration**

e.CHI - Energy-Chip

ohne Chemie, ohne Nebenwirkungen

Telefon: 0650 / 37 54 022
www.therapiezentrum-kattnig.at

direkter Verkauf in **Absam** und auf der **Website**, 14 Tage Rückgaberecht

Öffnungszeiten: MO – FR: 8 – 12 Uhr, MO, MI, DO: 14 – 18 Uhr, DI: 16 – 20 Uhr

Schul(er)leben
in der Naturparkschule Volksschule Absam-Dorf

Testen, testen, testen – dreimal pro Woche führten die Kinder die Nasenbohrertests in den Klassen durch, inzwischen sind alle Testexperten. Auch sonst stand das heurige Schuljahr im Zeichen der Pandemie.

Fotos: VS Absam-Dorf

Schulfremde Personen durften die Schule nicht betreten, Gespräche fanden online statt, alles war anders als in den Vorjahren.

Und doch – gab es viel zu staunen, zu lernen und zu erleben.

Gerade in Zeiten wir diesen ist die Kooperation der VS Absam-Dorf mit dem Naturpark Karwendel ein Glücksgriff. So konnten alle Klassen auch außerhalb der Schulräume, in der freien Natur tolle Erfahrungen sammeln und wurden vom Team des Naturparks begleitet. Die vierten Klassen durften ihre Naturerlebnistage in der Eng leider auch in diesem Jahr nicht machen.

Trotzdem erlebten beide Klassen ganz besondere Tage im Naturpark Karwendel, denn ganztägige Ausflüge nach Scharnitz und an den Achensee standen auf dem Programm. Die Kinder der 4a und 4b bedanken sich nicht nur beim Team um Anton Heufelder, sondern auch bei der Gemeinde Absam, die die Projekte des Naturparks großzügig unterstützt, dafür ein großes **DANKESCHÖN!**

Auch alle anderen Klassen waren fleißig unterwegs. Becherlupenwanderung, Ausflug zum und in den Weißenbach, Erkundung des Halltals, Erlebnisse im Wald und auf der Wiese, - die Natur wurde genossen und erforscht.

Wir wünschen allen Kindern einen wunderschönen Sommer und freuen uns auf ein Wiedersehen im Herbst!
Das Team der VS Absam-Dorf

Großer züchterischer Erfolg

Eine besondere züchterische Leistung hat der Tux-Zillertaler Betrieb von Familie Gstreinthaler Johanna und Josef mit ihren beiden Söhnen Andreas und Michael - aus Absam erreicht.

Foto: Christian Moser

Die Familie Gstreinthaler mit den fünf Diplomen.

Innerhalb eines Jahres wurden fünf Kühe - Hilde, Ilse, Rose, Babsi und Linde - mit der Lebensleistungsurkunde der Rinderzucht Austria ausgezeichnet. Diese wird an Kühe unter Fleischleistungskontrolle ab einem Alter von 16 Jahren verliehen.
Erstmalig schaffte dieses Kunststück ein Fleischleistungsbetrieb in Tirol, innerhalb eines Jahres für fünf Lebensleistungskühe diese hohe Auszeichnung zu erhalten. Aufgrund ihrer besonderen Stellung in einem Betrieb werden diese Kühe auch „Golden Girls“ genannt.

Für die Golden Girls braucht es eine optimale Tierbetreuung und Herdenmanagement des Betriebes. Seit 2003 züchtet Familie Gstreinthaler die Generhaltungsrasse der Tux-Zillertaler. Neben der Zucht von langlebigen Kühen ist Familie Gstreinthaler auch ein erfolgreicher Stierzuchtbetrieb.

Frauenbund spendet Weihwasserbehälter für den Friedhof

Am 24. Juni wurde bei der Festmesse der neue Weihwasserbehälter feierlich von unserem Pfarrer Martin eingeweiht. Er steht in Zukunft unter den Arkaden für alle Friedhofsbesucher zur Entnahme des Weihwassers bereit.

Diese Spende soll ein sichtbares Zeichen des Frauenbundes Absam sein.

Foto: Frauenbund Absam

Außen heiß – innen kühl: so geht's!

Dieses Jahr lässt mit seinem Aprilwetter im Mai sehnsüchtig auf die warmen sommerlichen Tage warten. 2020 allerdings, ist als wärmstes Jahr seit Aufzeichnung der Wetterdaten in die Messgeschichte eingegangen.

Die Zunahme von Hitzetagen als unmittelbare Auswirkung des Klimawandels rückt immer mehr in den Fokus der breiten Öffentlichkeit. Das heißt nicht, dass es ab jetzt jeden Sommer Hitzewellen gibt und neue Hitzerekorde gebrochen werden. Es ist aber wahrscheinlich, dass Hitzewellen immer häufiger und heißer werden.

Foto: Energie Tirol

Räume kühlen

Alles, was an Wärme gar nicht erst ins Haus hineinkommt, muss auch nicht wieder hinausbefördert werden. Wahre Wunder bewirken Jalousien, Fensterläden und Rollos. Innenliegender Sonnenschutz ist weniger wirksam, da die Wärme dann schon im Raum ist. Bei technischen Geräten gilt: Nicht einschalten, wenn sie nicht gebraucht werden, denn Computer, Plasmafernseher und Co. heizen ordentlich ein.
In den Nachtstunden kühlt die Temperatur in unseren Breiten in der Regel unter 20 °C ab. Dadurch kann das Gebäude Wärme wieder abgeben. Der richtige Zeitpunkt fürs Lüften in der warmen Jahreszeit ist deshalb in den frühen Morgenstunden oder am späten Abend bzw. in der Nacht. Untertags sind Fenster und Türen möglichst geschlossen zu halten. Der Keller sollte im Sommer nicht gelüftet werden. Sonst trifft warme, feuchte Außenluft auf kühle Kellerwände und kondensiert – feuchte Wände und Sommerschimmelgefahr sind die Folge.
Die beste Möglichkeit, um eine frische Brise durch die Wohnung ziehen zu lassen, ist das gleichzeitige Öffnen gegenüberliegender Fenster und Türen. Beim sogenannten Querlüften kommt es am effektivsten zum schnellen Luftaustausch.

Bauliche Maßnahmen

Bauen mit Bedacht auf die Sonne ist ein wesentlicher Aspekt des energieeffizienten Bauens. In der Heizperiode soll die Sonne zur Erwärmung der Wohnräume und damit zur Senkung des Energieverbrauchs beitragen, im Sommer soll eine Überhitzung vermieden werden. Wesentliche Faktoren des Schutzes vor sommerlicher Überwärmung sind die Größe der Fensterflächen und deren Orientierung, die Bauweise des Hauses, der Wärmeschutz der Bauteile sowie zusätzliche Maßnahmen zwecks Sonnenschutz. Ein Wohngebäude sollte immer so konzipiert werden, dass eine aktive Kühlung (mittels Klimaanlage) überflüssig ist.

Mein Schattenplatz

Einen sehr effektiven Sonnenschutz stellen auch Laubbäume dar. Im Sommer verhindern die dichten Blätter den direkten Einfall der Sonne auf die Glasflächen, in der Heizperiode, wenn die Blätter abgefallen sind, lassen sie jedoch die Sonnenstrahlen durch.

SelbA Training im Herbst

Ab Herbst 2021 wird es in Absam ein SelbA Training über die Erwachsenenschule geben!

SelbA, selbständig & aktiv, ist ein abwechslungsreiches, ganzheitliches Trainingsprogramm für Menschen ab 60, die aktiv für ihre Selbständigkeit vorsorgen möchten. Es verbindet Gedächtnistraining mit körperlicher Bewegung und wird ergänzt durch Kompetenztraining mit praktischen Tipps und Hilfen für den Alltag. Man trifft sich regelmäßig in gemütlicher Atmosphäre.

Infos: Erwachsenenschule Absam, Regina Stock: Tel: 0677 620584 21, 13 – 14 h, Mail: es-absam@tsn.at

Foto: SelbA

PROGRAMM SOMMER 2021
ERWACHSENENSCHULE
ABSAM
TIROLER BILDUNGS FORUM

Sie sanieren, bauen um oder errichten ein neues Haus, dann nutzen Sie die Möglichkeit einer kostenlosen Beratung vor Ort.

Ein Bürger-Service der Gemeinde Absam

Energie zu sparen, schützt nicht nur die Umwelt, sondern kann auch dabei helfen, eine Menge Geld zu sparen. Da jede Wohnsituation anders ist, stellt sich für viele Wohnungs- und HausbesitzerInnen die Frage, welches Heizsystem mit welchem Energieträger aus ökonomischer wie ökologischer Hinsicht die beste Wahl ist. Da es unterschiedliche Lösungsansätze gibt und sich Wohnsituationen sehr individuell gestalten, ist es für den Laien meist sehr schwierig, eine Entscheidung zu treffen. Die Gemeinde Absam bietet daher den BürgerInnen eine kostenlose Vorortberatung an, um die Entscheidungsfindung zu unterstützen und zu erleichtern.

Wie läuft eine Energieberatung ab?
Der Energieberater Erich Hagen kommt nach telefonischer Vereinbarung in das betreffende Haus/die Wohnung und erarbeitet mit den Haus- oder WohungsbesitzerInnen eine individuelle und umfassende Lösung.
Vorrangige Themen sind die Energieeinsparung (Dämmung der Bauhülle) und Energieerzeugung (Heizsysteme). Grundsätzlich gilt Energieeinsparung vor Energieerzeugung. Der Energieberater erklärt Ihnen die Vor- und Nachteile der verschiedensten Heizsystemen in Bezug auf die jeweilige Wohnsituation – die finale Entscheidung liegt jedoch immer bei den Wohnungs- und HausbesitzerInnen. Sehr aktuell und für viele Haushalte auch mit kleinerem Budget gut umsetzbar sind z. B. Photovoltaikanlagen. Vom Balkonkraftwerk bis zur notstromfähigen Haushaltanlage gibt es zahlreiche Lösungen, die den BewohnerInnen helfen können, Kosten zu sparen und die Umwelt zu schonen. Die Energieberatung wird Ihnen auch helfen, die derzeit sehr guten Förderungen (derzeit 50 bis 60% für Heizungsumstellungen), die es von Bund, Land und der Gemeinde für solche Bauprojekte gibt, kennenzulernen.

Wenn Sie Fragen haben oder einen Termin für eine kostenlose Energieberatung vereinbaren möchten, wenden Sie sich unter folgender Nummer an die Gemeinde Absam: Tel: 05223 56489 und vereinbaren einen Vorort-Termin.

Taxi und Shuttlebus ins Halltal bis 26.09.2021

Da die Mautstraße ins Halltal für den öffentlichen KFZ-Verkehr gesperrt ist, besteht die Möglichkeit per Taxiservice in und aus dem Halltal zu fahren.

HALLTAL SHUTTLEBUS

Fahrtstrecke:
Halltaleingang - Absamer Klettersteig - St. Magdalena
Das Halltal-Shuttle verkehrt vom 22.05.2021 - 26.09.2021
jeden Samstag und Sonntag (außer bei Schlechtwetter).

Fahrzeiten der beiden 9-Mann Busse:
(Halltal Eingang Richtung St. Magdalena
nur an Samstagen und Sonntagen)
09:00 - 17:00 Uhr stündlich jeweils zur vollen Stunde!

Eine Station zum Zu- bzw. Aussteigen ist bei der 2. Ladhütte (Bereich Zustieg Klettersteig).

Fahrpreis pro Strecke:
EUR 5,- /Erwachsener, EUR 2,50/Kind

HALLTAL TAXI

Abfahrtsmöglichkeiten:
Hall/Absam/Halltaleingang

Preise:
Ab/bis zur 2. Ladhütte:
Taxi bis 5 Personen EUR 19,-
Taxibus bis 8 Personen EUR 26,-

Ab/bis St. Magdalena:
Taxi bis 5 Personen EUR 24,-
Taxibus bis 8 Personen EUR 31,-

ACHTUNG:
Bei Regen findet wegen Murengefahr kein Transport statt!

Taxi Kili Karlheinz - 05223/45500
Taxi Rohregger - 05223/56111

ACHTUNG:
In der Zeit von Montag, 19.07. bis Freitag, 10.09.2021 können an Arbeitstagen von 07:00 bis 17:00 Uhr die Taxis aufgrund einer Kabelverlegung und der daraus resultierenden Straßensperre nicht fahren.

Vier Induktionswägen für das Haus für Senioren

Mit einem großzügigen Geschenk stellte sich kürzlich Arno Schafferer im Haus für Senioren in Absam ein. Mit dabei hatte er vier Induktionswägen für die Küche.

„Das ist natürlich eine tolle Sache für uns“, freut sich Heimleiter Arnold Kreil. Denn in absehbarer Zeit wäre ein Austausch der derzeit genutzten Induktionswäge angestanden, da einige schon an die 20 Jahre auf dem Buckel hätten. Die Induktionswägen werden dazu genutzt, das warme Essen von der Küche in den Speisesaal zu transportieren. „Als Bürgermeister der Gemeinde Absam möchte ich Arno meinen größten Dank für diese großzügige Spende ausdrücken“, betont Bgm. Manfred Schafferer. Denn derartige Geräte seien alles andere als billig und mit den vier zusätzlichen Wägen, die zwar gebraucht, aber in einem sehr guten Zustand seien, würde man sich einiges an Kosten sparen.

Foto: Gemeinde Absam

Bei der Übergabe der Induktionswägen (v.l.): Bgm. Manfred Schafferer, Arno Schafferer und Heimleiter Arnold Kreil.

World Cleaning Day in Absam

Anlässlich des World Cleaning Day am 18. September ist die Absamerin Sibylle David-Ostermann dabei, ein Team zusammenzustellen, das an diesem Tag die Flurreinigung in Absam übernimmt.

„Ich habe über das Unternehmen proWIN bereits ein Team angemeldet“, erläutert die Absamerin. Derzeit sind es an die 24 Personen, die daran teilnehmen möchten, sie würde sich aber über weitere Interessenten sehr freuen. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer am World Cleaning Day werden von proWin ausgerüstet und für die Entsorgung des gesammelten Mülls sorgt die Organisatorin selbst. Geplant ist, am 18.9. von 9:00 bis 11:00 Uhr die Flurreinigung (Felder, Straßen und Spielplatz) durchzuführen.

Interessierte können sich bei Sibylle David-Ostermann unter Tel.: 0676/6867789 oder sibylledavid@gmx.de melden.

Auf Schusters Rappen über die Almen

Nun da die Coronazahlen stark fallen und auch das Wetter mehr als nur lockt, steigen auch die Aktivitäten des Seniorenbundes Absam. Am 15. Juni stand eine Almwanderung auf dem Programm.

Am 15. Juni bei Traumwetter geht es auf der Hungerburg um 9:45 Uhr los. Zwölf frische Senioren machen sich auf den Weg zu den bekannten Almen hoch ober dem Inntal.

Nach ca. einer dreiviertel Stunde wird der Blick zur Arzler Alm frei. Nach einer kurzen Rast mit Erfrischung – die Temperatur stieg bereits auf 25°- marschiert die Gruppe zum nächsten Treffpunkt. Auf dem Waldweg wird die Umbrüggler Alm - beim „Kasamandl“ - angesteuert. Vorab schon Obmann Bertl Reisinger auf dem E-Bike, um rechtzeitig den Mittagstisch zu reservieren. Erschöpft und verschwitzt, aber entspannt wird das Essen eingenommen.

Nach ca. 1 ½ Stunden ist der Aufbruch angesagt. Ein doch etwas steiler Weg führt zurück zur Hungerburg. Bis alle beim Ausgangspunkt angelangt sind, wird es 15:00 Uhr.

Man verabschiedet sich und sagt – danke Bertl, schön war`s wieder.

Fotos: Seniorenbund Absam

Du spielst gerne Fußball
und suchst noch das richtige Team?
DANN BIST DU BEIM SVA RICHTIG!

WIR SUCHEN: SpielerInnen der Jahrgänge 2010 bis 2015
WIR BIETEN: moderne Trainingsphilosophie, tolle MitspielerInnen, eine Menge Spaß, Möglichkeit zum Einstieg in das Leistungstraining.

Du bist sportlich und suchst eine
interessante neue Aufgabe?
DANN BIST DU BEIM SVA RICHTIG!

WIR SUCHEN: TrainerInnen, BetreuerInnen für unsere Nachwuchsmannschaften
WAS DU MITBRINGEN SOLLTEST: Leidenschaft, Team- und Kommunikationsfähigkeit, kindgerechtes Coachingtalent, notwendiges Eigenkönnen, Interesse an Trainerausbildung

---

Du hast Freizeit und suchst eine
sinnvolle Betätigung?
DANN BIST DU BEIM SVA RICHTIG!

WIR SUCHEN: MitarbeiterInnen in der Vereinsführung und HelferInnen zur Bewältigung aller ganzjährigen organisatorischen Vereinsarbeiten.

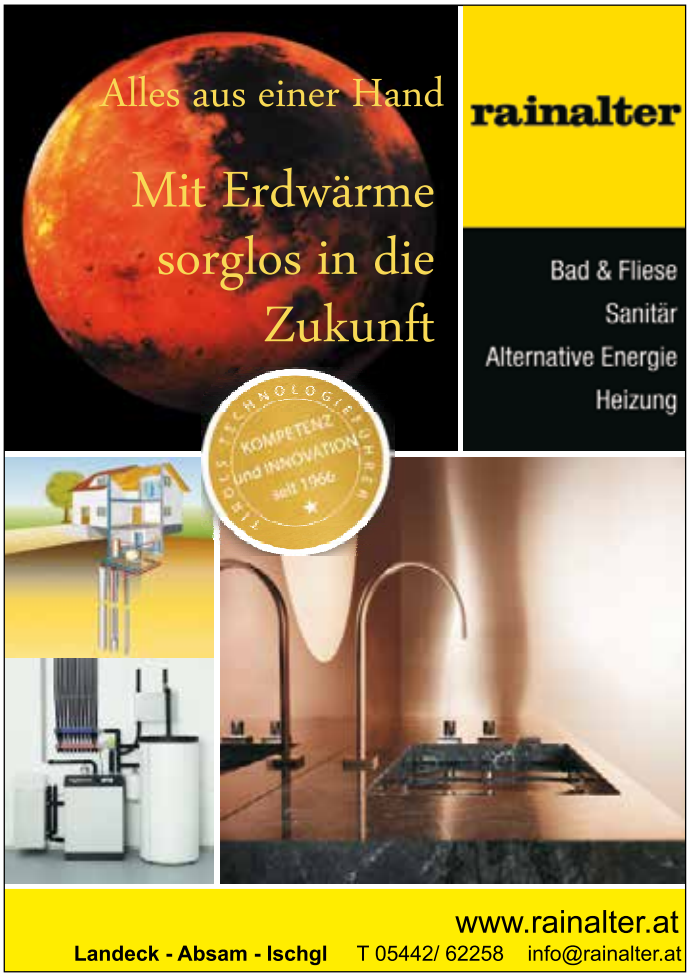
SPORT-VEREIN ABSAM

Kontakt:
Fischler Peter, Obmann Sportverein Absam
Mail: p.fischler@tsn.at, Tel.: 0650 5521177

GEM 2GO
Die Gemeinde Info und Service App
DIE WICHTIGSTEN INFOS DEINER GEMEINDE
GEMEINDEAMT
ALLES IN EINER APP:
JETZT KOSTENLOS AUF
GEM2GO.AT
App Store
Google Play

josko
FENSTER & TÜREN
SAMINA
ich schlafe lebensenergie
PLANUNG
FERTIGUNG
MONTAGE
NUR HOLZ IM KOPF!
TISCHLEREIGARZANER
ABSAM . TEL. 05223.57120 . WWW.GARZANER.AT
MÖBEL · KÜCHE · BAD · FENSTER · TÜREN

Fabriksverkauf
Mo – Fr, von 9 – 18 Uhr
ABSAMER NATUR BETTEN
ABSAMER Allergie BETTEN
ABSAMER Wellness BETTEN
Feines, Gesundes rund ums Bett
Die Fabrik für gesunden Schlafkomfort
6067 Absam · Rhombergstraße 9
Tel. 05223/57758-21 · www.absamer-naturbetten.at


Alles aus einer Hand
Mit Erdwärme sorglos in die Zukunft
rainalter
Bad & Fliese
Sanitär
Alternative Energie
Heizung
KOMPETENZ und INNOVATION seit 1966
www.rainalter.at
Landeck - Absam - Ischgl T 05442/ 62258 info@rainalter.at

Gesundheitstipp -

Salad Bowls

Heuer war es lange kalt. Der April und der Mai waren unterdurchschnittlich warm. Aber Mitte Juni hat uns dann die Hitze von heute auf morgen überrumpelt. (Da muss ich immer schmunzeln. Zuerst jammern alle, dass es zu kalt ist, und dann jammern alle, dass es zu heiß ist. Das arme Wetter kann es fast niemanden recht machen. Ich nehme mich da nicht aus.)

Wenn es dann so heiß ist, fällt es mir schwer, etwas Warmes zu essen. Selbst meine Tochter sagte letztens: „Mama, wenn ich etwas Warmes esse, dann wird mir noch wärmer." Was bleibt und dann noch zum Essen? Die altbekannte Jause oder ein Salat! Im Sommer, wenn die Temperaturen am Tag nicht unter 30 °C fallen, klingt der Speiseplan dann recht langweilig: Brot, Salat, Brot, Salat, usw. In einer Woche kommen da schon 7 – 14 Salatportionen zusammen. Und damit meine ich keinen Beilagensalat, sondern der Salat soll mich ja sättigen. Klingt recht eintönig und langweilig. IST ES ABER NICHT!

Es gibt eine neue „Salatlinie" – „Salad Bowl" – übersetzt: die Salatschüssel. Diese enthält mehrere Lebensmittelgruppen.

Beginnen wir mit der Gruppe 1 – die Kohlenhydrate:
Für eine gute und langanhaltende Sättigung benötigt es ca. 50 – 70 g gekochte „Beilagen": Reis, Nudeln, Erdäpfel, Knödel, geröstetes Brot, Getreide und Getreidereis (Diese Zutaten bleiben oft als Rest vom Vortag über. Das heißt, so eine „Salad Bowl" ist auch gut für die Resteverwertung, was wiederum gut für die nachhaltige Küche ist.)

Diese sättigenden Lebensmittel werden mit der Gruppe 2 kombiniert – eiweißreiche Lebensmittel: Fleisch (frisch gebraten oder Reste), Fisch (gebraten, gebeizt, geräuchert), Wurst (Wurstreste, Reste von Bratwürsteln), Hülsenfrüchte gegart (Bohnen, Linsen, Kichererbsen), Milchprodukte (Frischkäse, Mozzarella, Cottage-Cheese, Parmesan, Schafskäse, Schnittkäse, Grillkäse), Tofu (geräuchert oder natur), Seitan. Wie groß sollte die Menge der Eiweißlieferanten pro Portion sein? Meine Empfehlung ist ca. eine halbe bis eine Faustgroß Eiweiß.

Die Gruppe 3 ist die bunte Gruppe – Gemüse und Salat: in die Bowl kommen ca. ein bis zwei Handvoll Gemüse und/oder Obst. Diese Gruppe variiert je nach Saison. Am besten sind die Sorten, die gerade heimisch geerntet werden. Salate hat es immer schon gegeben. Und auch die Salatvielfalt war immer schon groß. Aber meistens wurden die Salate irgendwie in die Schüssel gegeben (was ja auch nicht schlecht ist – ein griechischer Salat mit Schafskäse, Gurken und Oliven ist ein Gedicht). Bei den Salat Bowls werden die einzelnen Zutaten hineingeschlichtet bzw. separat nebeneinander angerichtet. Beim griechischen Salat wäre das zum Beispiel so: ich beginne mit dem grünen Salat und lege ihn in eine weite Schüssel. Daneben kommt dann der gewürfelte Schafskäse, danach die geschnittenen Gurken, danach die Oliven.

Alle guten Dinge sind drei, aber die Salatbowl will mehr.

Die Gruppe 4 – das Topping – wertet den Salat nochmals für das Auge auf und liefert noch einmal tolle Nährstoffe: Geröstete Getreideflocken (Haferflocken, Buchweizen), Nüsse und Saaten (Walnüsse, Kürbiskerne, Leinsamen, Cashew Kerne, Haselnüsse, Mandelstifte, ….), geröstete Brotwürfel, gebratene Speckwürfel, gekochte Eier, Sprossen, essbare Blüten, Wildkräuter, frische Kräuter, Pestos.

Und zu guter Letzt kommt die selbstgemachte Marinade über die Salatbowl. Mit dem Dressing kann ich meinem Salat nochmals eine Extra-Geschmacksnote mitgeben. Auch hier ist der Vielfalt keine Grenze gesetzt: American Dressing, Balsamico-Dressing, Caesar-Dressing, Honig-Senf-Dressing, French-Dressing, Asiatisches Dressing, Tahini-Dressing,….. nur um ein paar zu nennen.

So eine Salatschüssel eignet sich sehr gut als Jause, die ich überall mitnehmen kann. Die einzelnen Zutaten werden in eine nicht zu große Schüssel geschlichtet. Die Marinade kommt in ein verschließbares Glas. Wenn der Salat dann gegessen wird, wird er frisch mariniert. Mittlerweile bietet der Fachmarkt fix fertiges Geschirr für Salatbowlen an: dieses Geschirr ist praktisch und schaut noch dazu stylisch aus.

Ich wünsche uns allen noch viele warme, heiße Sommertage und -abende. Mit einer Portion Phantasie und Lust und Zeit, könnt ihr im Sommer unzählig viele Salatbowlen für euch kreieren. Lasst euch die Vitaminbomben schmecken.

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

Einfache Salatbowl

50 g gekochte Vollkorn-Fussili

½ Faustgroß Mozzarella in Würfel geschnitten

1 Handvoll Cocktailtomaten

1 Handvoll Gurken grob geschnitten

Balsiamico-Dressing

Topping:
Kürbiskerne und Basilikumblätter

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 Nachtdienste Sonn- und Feiertagsdienste

JULI			AUGUST	
15 DO 1	22 DO 2	29 DO 2	01 SO 5	08 SO 5
16 FR 7	23 FR 6	30 FR 3	02 MO 6	09 MO 1
17 SA 2	24 SA 3	31 SA 4	03 DI 1	10 DI 2
18 SO 3	25 SO 4		04 MI 2	11 MI 3
19 MO 4	26 MO 7		05 DO 7	12 DO 6
20 DI 5	27 DI 5		06 FR 3	13 FR 4
21 MI 1	28 MI 1		07 SA 4	14 SA 5

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

Fundgegenstände

Schlüsselbund, Roller, Sonnenbrille, schwarze Herrenuhr

Geburten

Matthias Gögele
Levi Till
Sofia Troger

Unsere Verstorbenen

Prantner Notburga
Laimgruber Martin
Kofler Maria
Corazza Dora
Unterholzner Elke-Maria
Rumer Irma

Vinzenzgemeinschaft

Wir helfen unbürokratisch und vertraulich Menschen in Not in unserem Dorf. Telefon: 0664/5820811

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 WÜRTENBERGER
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. 08:00 bis 12:00, Di. und Mi. 08:00 bis 16:00 und Do. 13:30 bis 18:30 Uhr

DR. DAVID UNTERHOLZNER
Zahnarzt, Dörferstraße 43/1, Tel. 56300
Mo. bis Do. 8:30 bis 12:00, Mo. und Di. 13:00 bis 16:00,
sowie nach Vereinbarung

DR. DR. PARINAZ NASSERI
Zahnärztin, Dörferstrasse 43/1, Tel. 56300
Termine nach Vereinbarung

Ärzte Wochenend und Feiertagsdienste

10.07. **DR. BARBARA RICHTER**
SAM 6060, Hall in Tirol, Wallpachgasse 2, Telefon: 44423
Notordination: 9^{00} - 11^{00}

11.07. **DR. SUSANNE ZITTERL-MAIR**
SON 6065 Thaur, Dörferstraße 30b, Telefon 492259
Mobil 0664/191 00 61, Notordination: 9^{00} - 10^{00}

17.07. **DR. SABINE BUXBAUM**
SAM 6060, Hall in Tirol, Stadtgraben 20, Telefon: 53020
Notordination: 9^{00} - 10^{00}

18.07. **MR DR. CHRISTIAN DENGG**
SON 6060 Hall in Tirol, Thurnfeldgasse 4a, Telefon 56711
Notordination: 9^{00} - 10^{00}

24.07. **DR. ALEXANDRA EBERWEIN**
SAM 6060, Hall in Tirol, Rosengasse 5, Telefon: 43200
Notordination: 9^{00} - 10^{00}

25.07. **DR. GÜNTHER WÜRTENBERGER**
SON 6067 Absam, Salzbergstraße 93, Telefon: 53280
Notordination: 9^{00} - 10^{00}

31.07. **DR. SUSANNE WOLF**
SAM 6060, Hall in Tirol, Schlossergasse 1/Top 7, Telefon: 22722
Notordination: 9^{00} - 10^{00}

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
Weißenbachweg 7, Tel.: 0680 145 6 145
Mo, Di, Do 9-12 und 16-18, Mi & Fr 12-15, Sa 9-10