

G E M E I N D E B L A T T

RASEN-ANTHOLZ

04/2021

Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in abbonamento postale - 70% NE/BZ - Taxe en que

GEMEINDE

» (K) Ein toller Käfer

DIE WEITE WELT

» Interview mit Hubert Kircher

GESUNDHEIT

» Was erwartet uns in diesem Winter

AUS DEM GEMEINDEAMT

AUS DEM GEMEINDEAMT	
■ Vorwort des Bürgermeisters	3
■ Das Redaktionsteam	4
■ Aus dem Gemeinderat	4
■ Aus dem Gemeindeausschuss	5
■ Baukonzessionen	6
■ Neue Gemeindegemeinderätin	6
■ Müllsammlung Rasen-Antholz	7
■ (K)Ein toller Käfer	8
BIBLIOTHEK	
■ Alles was FRAU gut tut	10
■ Bookstart - Babys lieben Bücher	10
■ Medienrückgabe-Box in Mittertal	11
■ Online Katalog OPEN & Biblio 24	11
■ Öffnungszeiten der Bibliothek in Rasen Antholz	11
KINDER & JUGEND	
■ my.summer 2022	12
■ Kinderseite	13
■ Erasmus+ Projekt des Schulsprengels Olang	14-15
DIE WEITE WELT	
■ Interview mit Hubert Kircher	16
VEREINE	
■ Willkommen im ELKI Olang	17
■ Ehrungen von Mitgliedern der FF Antholz Mittertal	18
■ 40 Jahre KFS Oberrasen - 40 Jare Miteinander	18
■ Schützenkompanie	20
■ Oldie trifft Oldie - Event im Seniorenwohnheim Niederdorf	21
■ Neuer Seniorenausschuss in Rasen-Antholz	22
■ Pflegefamilie gesucht	22
■ Wir lassen uns verzaubern	23
■ Neuer Kindergarten und Kita in Oberrasen	23
■ Junior Ranger Abschlussfest	24-25
■ Auch DU bist Teil des Weißen Kreuzes	26
■ Ein Jäger erzählt	26
VERSCHIEDENES	
■ Geschichte vom Antholzersee - Teil 2	27-30
VON FRÜHER	
■ Alte Fotos vom Antholzer See	31
GESUNDHEIT	
■ Besser durch die Wechseljahre kommen	32-35

Gemeinde Rasen-Antholz

Niederraserstr. 35
 info@rasen-antholz.eu
 www.gemeinde.rasenantholz.bz.it

Parteienverkehr:

MO bis FR 8.00-12.30 Uhr
 Termine am Nachmittag auf Anfrage!

Telefonverzeichnis - Zentrale

0474 496158 - 0474 498145

Bauamt 0474 496901

Steueramt 0474 496902

Meldeamt 0474 496915

Sekretariat 0474 496916

Buchhaltung 0474 496917 – Fax 0474 498145

Impressum

Eigentümer und Herausgeber:

Gemeinde Rasen- Antholz

Eingetragen beim Landesgericht Bozen

mit Dekret Nr. 9/96 R. St. vom 19.04.1996

Presserechtlich verantwortlich:

Erika Pallhuber

Redaktionsleitung: Georg Zingerle

Redaktionsteam:

Reinhold Alton, Florian Beikircher,
 Martin Steinkasserer

Titelbild: Tourismusverein Antholztal

Layout + Druck: Kraler Druck+Grafik, Brixen

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe:

21. Februar 2022

Alle Beiträge, die nach diesem Datum eintreffen, können in der aktuellen Ausgabe aus organisatorischen Gründen nicht mehr berücksichtigt werden.

Erscheinungsdatum: März 2022



Neue Raiffeisenkasse in Rasen

Nach der Eröffnung der neuen Filiale in Antholz eröffnete die Raiffeisenkasse Bruneck mit Anfang Dezember ihre neu umgebaute Geschäftsstelle in Rasen.

Bei der Realisierung des Neubaus des Gebäudes haben einheimische Firmen und Handwerker wertvolle Arbeit geleistet und für ein lobenswertes Ergebnis gesorgt. Nur sechs Monate hat die Übergangsphase gedauert, bis die Raiffeisenkasse Rasen ihre neuen Tore wieder öffnen konnte.

„Es ist uns sehr wichtig, mitten in unseren Dörfern und nahe bei der Bevölkerung zu sein. Dabei wollen wir die bestmöglichen Rahmenbedingungen bieten“, so Geschäftsführer Georg Oberhollenzer. „Mit der Umgestaltung der Raiffeisenkasse in Antholz und dem Neubau der Raiffeisenkasse in Rasen sichern wir der gesamten Gemeinde Rasen Antholz den wichtigen Standort einer lokalen Bank im jeweiligen Dorfzentrum“, betont Oberhollenzer. Geschäftsstellenleiter Alex Demichiel und sein Team freuen sich über den neuen Arbeitsplatz: „Die neuen Räumlichkeiten sind mit modernen Beratungsbüros ausgestattet und schaffen ein warmes und diskretes Ambiente. Unser Hauptaugenmerk liegt in der genossenschaftlichen Beratung unserer Mitglieder und Kunden. Diese wertvolle Beratung ist zeitintensiv und wir haben uns für die „alltäglichen Schalteroperationen“ Verstärkung geholt“, so Alex Demichiel.

Die Verstärkung trägt den Namen **LuiS** und ist ein persönlicher Schalter über Video. In der LuiS-Kabine gleich rechts im Eingangsbereich können alle Bankoperationen wie an einem „normalen“ Bankschalter erledigt werden. Dabei sprechen Sie persönlich und live per Videoübertragung mit einer geschulten Mitarbeiterin der Raiffeisenkasse Bruneck. Es sind überhaupt keine technischen Vorkenntnisse notwendig. LuiS ist durchgehend von Montag bis Freitag von 08.00 – 17.00 Uhr geöffnet, am Donnerstag sogar bis 18.30 Uhr. Probieren Sie unseren LuiS bei Ihrem nächsten Besuch in Rasen einfach aus!

Die Erreichbarkeit in der Geschäftsstelle Rasen im Überblick:



Beratung auf Termin

Montag - Freitag:
 7.30 Uhr - 19.00 Uhr



Persönlicher Service über Video im LuiS:

Montag - Freitag:
 08.00 Uhr - 17.00 Uhr
 Donnerstag bis 18.30 Uhr



Persönlicher Service vor Ort:

Montag - Freitag:
 08.00 Uhr - 12.30 Uhr
 Donnerstag:
 17.00 Uhr - 18.30 Uhr



Raiffeisen
 Raiffeisenkasse Bruneck

Sehr geehrte Bürgerinnen und Bürger

Es braucht uns alle! Vor einigen Jahren wurde der Zivilschutzplan für die Gemeinde Rasen-Antholz erstellt. Im Zuge der Ausarbeitung wurde auch das Thema Pandemie erörtert. Im Nachhinein das Resümee: von der Realität übertroffen. Die Belastungen für die Gesellschaft, in Familien und im beruflichen Umfeld, die täglichen Herausforderungen im Bildungs-, und Sozialbereich, in Wirtschaft, Vereinen und Verwaltung, aber insbesondere im Gesundheitssektor, sind tiefgreifend. Bei allen Unsicherheiten und Rückschlägen, ein großer Dank gebührt allen Mitbürgern, welche nicht nur die Forderung nach Normalität stellen, sondern hierfür auch einen Beitrag leisten und geleistet haben.

Opfer der momentanen Situation sind auch viele Präsenzveranstaltungen, so zum Beispiel das bereits mehrmals geplante Treffen der Gemeindeverwaltung mit den Bürgern in Anwesenheit von Landeshauptmann Komptascher und Landesrat Alfreider, um die Projektschwerpunkte für die Olympischen Winterspiele 2026, insbesondere im Bereich Mobilität und Sportzentrum, zu diskutieren. Dass das Thema Olympia im Fokus der medialen Berichterstattung steht, ist nachvollziehbar, zum Teil wird aber ein etwas verzerrtes Bild erzeugt. In der täglichen Verwaltungsarbeit finden sich nämlich auch jene Vorhaben, welche im Strategieprogramm festgehalten und vom Gemeinderat genehmigt wurden. Die aktuelle Finanzregelung legt den Gemeinden ein enges finanzielles Korsett an. Die Auswirkungen der Pandemie auf die öffentlichen Haushalte verstärken diesen Effekt. Daher liegt der Schwerpunkt der baulischen Maßnahmen in der außerordentlichen Instandhaltung bestehender Strukturen, mit dem Schwerpunkt im Bereich

des Fußballplatzes in Niederrasen und der Ex-FF Kaserne in Antholz Mittertal. Auch die Erneuerung der bestehenden öffentlichen Beleuchtung mit über 500 Beleuchtungspunkten schreitet schrittweise voran. Die Projekte zur Sanierung von Trinkwasserspeichern, Quellen und Ableitungen erfordern hohe Finanzmittel. Aufgrund des verpflichtenden Kostenwahrheitsprinzips müssen die Abschreibungsquoten dieser Investitionen in den Tarif einfließen und an den Endnutzer weitergeben werden. Zudem hat die Provinz einen landesweiten Aufschlag im Bereich der Trinkwassergebühren eingeführt. Der Ausbau des Breitbandangebots hat mit der Aktivierung des Glasfasernetzes in mehreren Ortsteilen von Niederrasen und in den kommenden Monaten auch in Oberrasen eine wichtige Zwischenetappe erreicht. Die Landesgesellschaft Infranet AG arbeitet zur Zeit an einem weiteren Baulos um die noch ausstehenden Seitenstraßen in verschiedenen Ortschaften von Niederrasen bis Antholz Obertal an das Glasfasernetz anzubinden. Die aufgetretenen Unstimmigkeiten und Kompetenzstreitigkeiten zwischen Bozen und Rom beim Thema Telekommunikation können hoffentlich in Kürze geklärt werden, um die zur Zeit blockierte Umsetzung dieses wichtigen Bauloses zu lösen.

Als ein kleiner Meilenstein kann die neue Kleinkinderbetreuungsstätte bezeichnet werden, welche seit November von der Sozialgenossenschaft Kinderfreude in Oberrasen geführt wird. Der Gemeinderat und die Ausschussmitglieder der vorhergehenden Legislaturperiode haben hierfür die Weichen gestellt und ohne Kirchturmpolitik einen wichtigen Baustein im Angebot für die Vereinbarkeit von Familie und Beruf in Rasen-Antholz geschaffen. Ent-



Dr. Thomas Schuster

sprechend der landesweiten Regelung muss sich die Gemeinde neben den getätigten Investitionen auch mit einem Drittel an den jährlichen Tarifkosten des Kleinkinderbetreuungsangebots beteiligen. Eine finanzielle Herausforderung für den laufenden Teil des Gemeindehaushalts in den kommenden Jahren (ca. 70.000 Euro).

Das neue Gesetz für Raum und Landschaft ist zwar seit Januar 2020 in Kraft, aber es sind immer noch eine Reihe von Baustellen zu schließen. Trotz der begrüßenswerten Zielsetzungen ist die operative Umsetzung mit vielen Problemen und Unsicherheiten verbunden. Im Mittelpunkt steht in den nächsten Jahren die Erarbeitung des Gemeindeentwicklungsplans, als künftiges zentrales Planungsinstrument der Gemeinde. Im Bereich des geförderten Wohnbaus, einiger Mobilitätsprojekte und für den Bereich Tourismus braucht es wohl doch vorgezogene Lösungen, um bei all den gut gemeinten Zielen nicht letztlich im Stillstand zu landen.

Schauen wir auf unsere Gemeinschaft, schützen wir uns und den Nächsten. Ein frohes Weihnachtsfest.

Dr. Thomas Schuster
Bürgermeister Gemeinde Rasen-Antholz



Das Redaktionsteam

■ Unter der Leitung vom Gemeinde-Assessor Georg Zingerle bemüht sich das Redaktionsteam mit jeder Ausgabe des Gemeindeblattes um informative und unterhaltsame Beiträge.

Gerne können interessierte Gemeindeglieder/innen jegliche Art von Beiträgen an jeden von uns jederzeit schicken oder uns auch telefonische Anregungen und auch konstruktive Kritiken mitteilen. Wir sind jederzeit für Euch erreichbar.

Hier unsere Kontaktdaten:



Georg Zingerle
Handy: 347 4294709
Email: zingerle92@hotmail.de



Martin Steinkasserer
Handy: 349 7425603
Email: info@pichlerhof-antholz.com



Reinhold Alton
Handy: 348 4509620
Email: alton.reinhold@rolmail.net



Florian Beikircher
Handy: 340 4808377
Email: florianbeikircher@gmail.com



Erika Pallhuber
Handy: 348 2250013
gemeindeblatt@rasen-antholz.eu

Aus dem Gemeinderat

■ Der Gemeinderat tagte am 26. August und am 21. Oktober 2021. Nachfolgend eine Auswahl der Beschlüsse; diese und alle weiteren liegen vollständig im Gemeindesekretariat zur Einsicht auf.

- Für den **Kindergartenbeirat** von **Niederrasen** wurde Frau Rita Hellweger als Gemeindevertreterin für die Jahre 2021/2022 und 2023/2024 namhaft gemacht.
 - Die Machbarkeitsstudie, erstellt von Dr. Ing. Stefano Brunetti für die **Olympischen Winterspiele Milano-Cortina 2026** wurde mit den Gesamtkosten von € 37.490.474,59 brutto in rein technischer Sicht genehmigt.
 - Die **Gemeindeverordnung für die Vergabeverfahren der öffentlichen Verträge** wurde befürwortet.
 - Die **Entdemanialisierung** von Teil-
- lenflächen der G.P. 2145/1 (neue G.p. 2145/4) und **Demanialisierung** der Teilflächen Gp. 836 KG Antholz – Grundtausch zur Richtigstellung der **Gemeindestraße Antholz Niedertal Bereich "Dorf Müller"** wurde genehmigt.

Aus dem Gemeindeausschuss

■ Seit der letzten Ausgabe des Gemeindeblattes fanden zwölf Sitzungen des Gemeindeausschusses statt; dabei wurden 141 Beschlüsse gefasst und zudem viele weitere Probleme im Interesse der Gemeinde besprochen und diskutiert. Im Folgenden lesen Sie eine Auswahl der Beschlüsse, die der Gemeindeausschuss ab 03.08.2021 bis 26.10.2021 getätigt hat. Alle Beschlüsse liegen voll inhaltlich für Sie im Gemeindesekretariat zur Einsicht auf.

Öffentliche Arbeiten und Ankäufe

- Die Bauarbeiten für die **Sicherungsmaßnahmen Steinschlaggefahr auf der Zufahrtsstraße "Redensberg"** wurden an die Firma Unirock GmbH aus Bozen um den Bruttobetrag von € 217.150,83 vergeben.
- Das Ausführungsprojekt für die **Sanierung der Hofzufahrt im Bereich "Obergoste bis Gemeindegrenze Olang"** wurde in technischer Hinsicht mit einem Betrag von € 225.635,95 brutto genehmigt. Der Zuschlag für die Bauarbeiten wurde an die Firma Nordbau Peskoller GmbH um den Betrag von € 149.317,84 brutto erteilt.
- Das Projekt **Sanierung und Anpassung der öffentlichen Beleuchtung in Niederrasen** im Bereich **"Kirchdorf – Greiter"** wurde mit einem Betrag von € 71.000,00 brutto befürwortet. Der Auftrag für die Arbeiten wurde an die Firma Oberlechner & Messner GmbH um den Betrag von € 59.653,00 brutto vergeben.
- Die Firma Tarasconi Traffic Tecnologies GmbH aus Karneid erhielt den Auftrag für die Anbringung von **Bodenmarkierungen** auf den **Gemeindestrassen** im Gemeindegebiet um den Betrag von € 3.236,66 brutto.
- Die Architektengemeinschaft GTD Götsch Taschler wurden mit der Planung, Bauleitung und Abrechnung für die **Sanierung und Erweiterung der**

Fußballanlage in Niederrasen um den Betrag von € 195,210,01 brutto beauftragt.

- Der Auftrag für die Planung, Bauleitung und Abrechnung für die energetische Sanierung mit **Umbau und Erweiterung Kulturhaus Antholz Mittertal** wurde um den Bruttobetrag von € 177.963,17 an die Bietergemeinschaft Durnwalder Armin, Arch. Philipp Gasser, I&M Ingenieure und Planungsbüro Gasser erteilt.
- Das Ingenieurbüro IPM wurde mit der Ausarbeitung der technischen Unterlagen betreffend die Änderung des Bauleitplanes für die Neutrassierung der Pfarrbrücke von **Neunhäusern nach Niederolang** um den Betrag von € 5.861,86 brutto beauftragt.
- Der **Schneeräumungsdienst** für den **Winter 2021/22 und 2022/23** wurde wie folgt vergeben:
 - Straßen Nieder- und Oberrasen sowie Neunhäusern an die Firma Plaickner Bau GmbH
 - Straßen in Antholz Niedertal und Höfeerschließungswege an die Firma Schneider Augustin
 - Straßen in Antholz Mittertal und Obertal und Höfeerschließungswege Firma Steinkasserer Bau GmbH
 - Straße Oberrasen – Redensberg – Firma Schuster Andreas

Verschiedenes

- Der **Kassadienst der Gemeinde** wurde für den Fünfjahreszeitraum

01.01.2022 – 31.12.2026 an die Raiffeisenkasse Bruneck Genossenschaft erteilt.

- Dem Restaurant/Pizzeria Mairl aus Antholz Mittertal wurde der Auftrag für den **Schulausspeisungsdienst** für die Schüler der Grundschule Antholz Mittertal für das Schuljahr 2021/22 erteilt. Ein Mittagessen zum Preis von € 10,00/Essen.
- Die **Monatssätze** für den **Besuch der Landeskindergärten** im Schuljahr 2021/2022 wurden mit € 55,00 bzw. € 53,00 bei einem 2. Kind pro Familie festgesetzt.
- Die Führung des **Kindertagesstätendienstes** in **Oberrasen** wurde für den Zeitraum vom 01.12.2021 – 31.12.2022 an die Sozialgenossenschaft „Die Kinderfreunde Südtirol“ aus Bruneck übergeben.
- Die Endabrechnung des **Müllsammelendienstes 2020** der Bezirksgemeinschaft Pustertal in der Höhe von € 12.885,64 wurde genehmigt.
- Die provisorische Rangordnung für **Grundzuweisungen im geförderten Wohnbau** für das Jahr 2021 wurde wie folgt erstellt: Weissenegger Annika mit 27 Punkten

Gemeindepersonal

- Frau Dr. Gabriela Kerschbaumer wurde mit Ablauf 01.10.2021 als **Gemeindesekretärin** mit unbefristetem Arbeitsvertrag aufgenommen.

Landschaftsbilder gesucht

Liebe Leserinnen und Leser des Gemeindeblattes

Das Redaktionsteam des Gemeindeblattes Rasen-Antholz sucht schöne Landschaftsbilder unseres Tales. Wir bitten Euch um Eure Mithilfe: jeder, der ein schönes Landschaftsbild unseres Tales hat, kann uns gerne dies per Mail schicken: gemeindeblatt@rasen-antholz.it. Bitte mit Angabe des Namens des Fotografen. Gerne werden wir die schönsten Bilder in Zukunft im Gemeindeblatt nützen. **Besten Dank!**



Baukonzessionen

■ 2021 / 40 / 16/08/2021

Feichter Manfred

Bau der Garagen für Erstwohnung, Errichten von Autoabstellplätzen - Hofställe „Dorf Müller“ sowie Bau eines Hennenstall Überdachung - Variante

G.p. 838/2 K.G Antholz

■ 2021 / 41 / 16/08/2021

Taferner Ruth, Steiner Hanna, Steiner Florian

Umbau und Sanierung mit Erweiterung des Wohngebäudes auf Bp. 446 KG Niederrasen - Variante

B.p. 446 K.G Niederrasen

■ 2021 / 42 / 18/08/2021

Raiffeisenkasse Bruneck Genossenschaft, Erkabe GmbH

Teilweiser Abbruch und Wiederaufbau des Raiffeisenhauses auf der B.p. 327 und

B.p. 245 in der K.G. Niederrasen - Variante

B.p. 327 und 245 K.G Niederrasen

■ 2021 / 43 / 16/09/2021

Kofler Franz, Kofler Tobias

Energetische Sanierung und Erweiterung mit baulicher Umgestaltung des Wohnhauses - Variante

B.p. 396 K.G Niederrasen

■ 2021 / 44 / 05/10/2021

Hellweger Markus

Errichtung eines Wintergartens Wohnhaus Hellweger – Variante

B.p. 591 K.G Antholz

■ 2021 / 45 / 15/10/2021

Eigenverwaltung B.N.R. Fraktion Antholz Niedertal

Errichtung einer Festhütte - Variante
G.p. 972/1 K.G Antholz

■ 2021 / 46 / 19/10/2021

Gitzl Annamaria, Perasso Giulio

Sanierung, energetische Sanierung und Erweiterung Wohnhaus „Lärchenheim“ auf B.P. 317 KG Niederrasen - Variante

B.p. 317 K.G Niederrasen

■ 2021 / 47 / 20/10/2021

Niederegger Christoph Johann, Niederegger Josef, Niederegger Christina, Obstmarkt Niederegger des Niederegger Christoph & Co. OHG

Sanierung und energetische Sanierung mit Abbruch und Wiedergewinnung Geschäft und Wohnungen - Variante 2

B.p. 494, <---> 495 K.G Oberrasen

Alle Angaben ohne Gewähr!

Neue Gemeindesekretärin

■ Seit 01. Oktober 2021 hat die Gemeindeverwaltung Rasen-Antholz eine neue Gemeindesekretärin: **Dr. Gabriela Kerschbaumer**.



Dr. Gabriela Kerschbaumer

Gabriela Kerschbaumer ist in Niederrasen im alten Gemeindehaus aufgewachsen und lebt seit vier Jahren in Bozen. Sie hat in Bruneck das Humanistische Gymnasium und dann gleich den Kurs für Gemeindesekretäre besucht. Ihre erste Stelle war im Jahr 1983 in der Gemeinde Mölten, worauf sie die erste Stammrolle in Villanders angetreten hat. Nach zwei Jahren kam sie nach Freienfeld und von dort in die Bezirksgemeinschaft Überetsch-Unterland nach Neumarkt, wo sie 26 Jahre lang tätig war. In dieser Zeit lebte sie in Riva am Gardasee, wo sie ihre Tochter großgezogen hat.

Im Jahr 2006 hat sie ihr Jurastudium in

Trient abgeschlossen. Die vergangenen zwei Jahre hat sie im Landesdienst verbracht, doch sie wollte zurück in die Gemeinde. So hat sie nun in Rasen Antholz den Wettbewerb als Gemeindesekretärin gewonnen.

Kerschbaumers wichtigstes Hobby ist Segeln. Sie reist, kocht und liest gerne und sie liebt die Musik. „Mich freut der Umgang mit Menschen und die Organisation von Projekten. Aus diesem Grunde habe ich Rasen Antholz gewählt und bin froh, da sein zu dürfen; in den Fußstapfen meines Vaters“, so Kerschbaumer, deren Lebensmotto „Loslassen und aufmerksam leben“ ist.

Recyclinghof Rasen-Antholz / Olang

■ Feiertagsregelung Jahr 2022

FEIERTAG	AUSWEICHTAG
Samstag, 01.01.2022 - Neujahr	geschlossen
Donnerstag, 06.01.2022 - Dreikönigsfest	geschlossen
Donnerstag, 24.02.2022 - Unsinniger Donnerstag	geöffnet (nur für Betriebe)
Dienstag, 01.03.2022 - Faschingsdienstag	geöffnet am Nachmittag
Donnerstag, 02.06.2022 - Tag der Republik	geschlossen
Dienstag, 01.11.2022 - Allerheiligen	geschlossen
Donnerstag, 08.12.2022 – Maria Empfängnis	geschlossen



Öffnungszeiten ab 01.01.2022

Öffnungstag	Uhrzeit
Jeden Dienstag	13:15 – 17:00
Jeden Donnerstag (nur für Betriebe)	07:30 – 09:30
Jeden Samstag	07:30 – 11:30

RESTMÜLLSAMMLUNG 2022

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
03. · 17. · 31.	14. · 28.	14. · 28.	11. · 25.	09. · 23.	06. · 20.
Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
04. · 18.	01. · 15. · 29.	12. · 26.	10. · 24.	07. · 21.	05. · 19.

BIOMÜLLSAMMLUNG 2022

Die Biomüllsammlung erfolgt **jeden Montag, auch an Feiertagen.**

Waschung Biotonnen

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
/	/	28.	11. · 25.	09. · 30.	13. · 27.
Juli	August	September	Oktober	November	Dezember
11.	01. · 15. · 29.	12.	03. · 17.	/	/

SPERRMÜLLSAMMLUNG im Recyclinghof Rasen-Antholz / Olang

Samstag ,09.04.2022 von 13.00 bis 17.00 Uhr

Montag, 11.04.2022 vormittag von 08.30 bis 11.30 Uhr

MOBILE ALT- UND BRATFETTSAMMLUNG 2022

Frühjahr: Donnerstag, 14.04.2022
Freitag, 15.04.2022

Herbst: Donnerstag, 06.10.2022
Freitag, 07.10.2022



(K)Ein toller Käfer

Der Buchdrucker, ein nur vier Millimeter großer Borkenkäfer, hat aufgrund der Schadereignisse der vergangenen drei Jahre, zu einer, in Südtirol noch nie da gewesenen Massenvermehrung angesetzt. Seine wissenschaftliche Bezeichnung: *Ips typographus*, achtzähliger Fichtenborkenkäfer.



Ips typographus/Achtzähliger Fichtenborkenkäfer

Vor allem zwei Faktoren haben zusammengespielt und die Massenvermehrung bewirkt: das durch den VAIA - Windwurf und die zwei Schneedrücke in unseren Wäldern massenhaft anfallende Brutmaterial und die warme, trockene Wetterperiode Ende Mai/Anfang Juni.

Wie alles in der Natur sind auch die Zusammenhänge in der Biologie der Borkenkäfer sehr komplex.

Vorab soll nicht unerwähnt bleiben, dass es in der Natur einen „Schaden“ immer nur aus dem menschlichen Verständnis heraus gibt. In der Natur ist es eigentlich nur eine Störung.

Im Kreislauf des Waldes hat dieser kleine Käfer die wichtige Aufgabe, geschwächte oder absterbende Bäume abzutöten und sie für weitere Holz abbauende Insekten, Mikroorganismen und Pilze aufzubereiten. Damit schafft er wieder Kleinstlebensräume und forciert die Umwandlung von Holz zu Humus. Er selbst dient anderen Tieren wieder als Nahrung, so verspeist der Dreizehenspecht mit Vorliebe Borkenkäfer. Einzelne braune Bäume oder einzelne Käfernester, wie es sie immer schon gab, sind deshalb lediglich ein ästhetisches, wenn auch ungewohntes Problem.

Der wirtschaftliche Schaden entsteht

in diesem Fall durch die Wertminderung des Holzes. Die Buchdrucker schleppen Pilzsporen in den Baum ein, der das Gewebe um das Einbohrloch herum schädigt (nekrotisiert) und zur typischen Blaufärbung des Splintholzes führt. Die technischen Eigenschaften des Holzes werden durch diesen Käfer nicht beeinträchtigt.

Ein flächiger Befall führt aber auch zur Zerstörung wichtiger, alter Waldbestände, die Nutzung des wertvollen Rohstoffes Holz fällt in solchen Flächen für viele Jahrzehnte weg. In Wäldern, die Schutzaufgaben erfüllen, kann das flächige Absterben von Fichtenwäldern auch zu einem Sicherheitsproblem für darunterliegende Infrastrukturen führen, auch die Waldbrandgefahr steigt beträchtlich. In solchen Lokalitäten werden Aufforstungen unumgänglich sein, um die Schutzfunktion möglichst bald wieder zu gewährleisten.

Indem die Fraßgänge der Larven und die eingeschleppten Pilzsporen den Saftstrom im Baum von der Krone zur Wurzel unterbrechen, „verhungert“ die Wurzel und der Baum stirbt langsam ab.

Auch der Wassertransport in die Krone wird dadurch unterbrochen, es kommt

zu einer Art „Wasserstau.“

Um den Borkenkäfer ist es in den letzten Jahrzehnten in unserem Lande recht ruhig geblieben. Unsere Baumarten wachsen in ihren optimalen Wuchsgebieten, und es kam aufgrund der Witterung lediglich zu vereinzelt Borkenkäferbefall. Diese Situation hat sich in den letzten Jahren schlagartig geändert. Wegen der genannten Schadereignisse gab es riesige Mengen an umgeworfenen oder gebrochenen Bäumen, die überall verstreut waren. Der Buchdrucker fand ein regelrechtes Schlaraffenland vor und begann, sich rasant zu vermehren. Das einzige was ihn noch einzubremsen vermochte, war die nasse und kühle Witterung im Frühjahr der letzten beiden Jahre.

Durch die warmen und trockenen Wochen Ende Mai/Anfang Juni diesen Jahres, konnte er „den Turbo zünden.“ Es war für die Käfer ein Leichtes, die unzähligen geschwächten Bäume des Schneedruckholzes zu befallen. In Zonen, wo es kaum liegendes Holz gab, befahl er stehende Bäume, die jetzt als braune Baumleichen ins Auge stechen. Normalerweise widerstehen gesunde, vitale Bäume einem Käferangriff durch vermehrte Harzbildung,



Flächige Borkenkäferschäden auf der Sonnenseite von Rasen/Antholz

erst wenn ca. 200 Käfer zeitgleich einen Baum attackieren, muss er die Waffen strecken. Dabei bohren sich als erste die Männchen in die Rinde ein und legen die sogenannte Rammelkammer an. Durch ausgesendete Duftstoffe locken sie weitere Männchen und Weibchen an. Ein Männchen begattet bis zu drei Weibchen, die in Richtung der Stammachse den Muttergang anlegen und auf beiden Seiten Eier ablegen, bis zu 50 Stück. Die Larven fressen quer zum Stamm und verpuppen sich am Ende des Ganges. Dadurch entsteht mit etwas Fantasie das Bild eines alten Buchdruckes, was zur Namensgebung des Buchdruckers führte.



Einbohrlöcher, Muttergänge und Fraßgänge der Larven des Buchdruckers

Nach 8 -10 Wochen verlässt der junge Käfer den Baum und kann bei günstiger Witterung eine neue Käfergeneration gründen.

Leider war das heuer der Fall und mit jeder Generation verzehnfacht sich die Käferpopulation.

Die erwachsenen Käfer überwintern in der Bodenstreu oder hinter der Rinde, beginnen im Frühjahr bei ca. 15° C zu schwärmen und Bäume in der Nähe zu befallen. Bei günstigen Verhältnissen können aus einem Baum bis zu 200.000 junge Käfer ausfliegen!

Nach großen Schadereignissen kann eine Massenvermehrung des Borkenkäfers nicht verhindert werden. Durch gezielte Maßnahmen kann seine rasante Entwicklung allerdings punktuell gebremst werden. Das Um und Auf dabei ist die Beobachtung der Umgebung von Käfernestern im zeitigen Frühjahr, um neu befallene Bäume



Bohrmehlspuren auf der Rinde als Zeichen des Befalls

zum richtigen Zeitpunkt zu schlägern und aus dem Wald zu transportieren. Eine Alternative kann die mechanische Bearbeitung der befallenen Rinde sein. Aber auch hier ist wieder zu differenzieren. Käferbäume, bei denen die Rinde bereits abgefallen ist, sollen stehen gelassen werden. Sie erfüllen noch wichtige Aufgaben für Tiere die im Totholz leben, üben noch einige Jahre Schutzfunktionen aus und können gesunde Nachbarbäume vor starker Sonnenbestrahlung schützen. Die Entwicklung wird noch einige Jahre weiter gehen, bis die Population - aus noch nicht restlos bekannten Gründen - zusammenbricht. Entscheidend für die weitere Entwicklung wird wieder

das kommende Frühjahr. Feuchtes, kaltes Wetter behagt den Borkenkäfern überhaupt nicht. Trockene Kälte bis -20°C macht ihm nichts aus, weil er eine Art Frostschutzmittel einlagern kann. Die Förster überwachen die Käferentwicklung mit Borkenkäferfallen, um einen Überblick über

den Zeitpunkt des Fluges und Anhaltspunkte über eine Massenvermehrung zu bekommen. Zur Bekämpfung dienen sie nicht.

Dieser kleine Käfer führt uns wieder mal vor Augen, wie hilflos wir Menschen, die wir uns so mächtig fühlen, gegenüber Naturereignissen sind. Er zeigt uns aber auch, dass es in der Natur keine einfachen Zusammenhänge gibt, weil alles vernetzt ist. Der Ips typographus zeigt dem Homo sapiens, dass nicht alles planbar ist, und der Mensch nicht alles im Griff hat. Irgendwie auch wieder beruhigend...

*Forstinspektorat Welsberg
Dr. Günther Pörnbacher*



Borkenkäferfalle zum Monitoring



Alles was FRAU gut tut

■ Auf Initiative des Bildungsausschuss Antholz und der öffentlichen Bibliothek Rasen Antholz fand am 22. November in der Bibliothek in Antholz Mittertal ein Vortrag mit der Kräuterexpertin Hildegard Schweigkofler Kreiter zum Thema „Alles was FRAU gut tut“ statt.

Die Rolle der FRAU wird heute viel diskutiert und vor allem immer wieder neu definiert. Zwölf Frauen hatten sich bei der Vorsitzenden des BA Antholz Ursula Leitgeb Seeber gemeldet, um an dem Abend in Antholz Mittertal teilzunehmen.

Neben ganz speziellen Heilpflanzen, die die Frauen durch die verschiedenen Lebensphasen begleiten, stellte Hildegard Kreiter eine Vielzahl wirksamer „Kräutlein“ vor, die vor allem das Wohlbefinden der Frauen unterstützen: „Streicheleinheiten für die Haut“ für Frühling, Sommer, Herbst und Winter, Rezepte zum selber machen, wie etwa Ringelblumen-Creme für raue und rissige Hände, Lavendel-Peeling für raue Hände und Füße, ein „Zwei Phasen Fluid“ für die Handtasche, oder etwa Hautstraffendes Efeuöl.



Hildegard Kreiter hatte nebenbei vielerlei Lustiges und Besinnliches über die Frau zu sagen. Ihr Credo: „Optimismus, Zufriedenheit und Lebensfreude sollten gepflegt werden und zwar mit der einfachen Formel: WENIGER IST MEHR!“



Die Referentin Hildegard Kreiter bei der Herstellung einer Creme

Bookstart – Babys lieben Bücher



Bookstart- Babys lieben Bücher ist eine Initiative der Familienagentur und der Abteilungen für deutsche und italienische Kultur zur frühen Leseförderung für Babys und Kleinkinder bis zum 3. Lebensjahr.

Mit der Südtiroler Leseinitiative „**Bookstart – Babys lieben Bücher**“ soll schon bei Babys die Freude an Büchern geweckt und Eltern fürs Vorlesen begeistert werden. Babys lieben Bücher; sie lieben es, Bilder anzusehen, ihren Eltern ganz nahe zu sein und beim Vorlesen zuzuhören.

Eltern erhalten bei der Anmeldung ihres Babys **im Standesamt der Gemeinde Rasen-Antholz** das Informationspaket „**Willkommen Baby**“ und die **ersten zwei Bücher der Initiative Bookstart**.

Das **zweite Bookstart-Buchpaket** kann in der **Bibliothek in Niederrasen, Antholz Mittertal oder in Antholz Niedertal** abgeholt werden, sobald das Kind **18 Monate** alt ist. Um das Buchpaket abholen zu können, **ist keine Anmeldung bzw. Einladung erforderlich**.

Beide Buchpakete enthalten sowohl ein **deutsches als auch ein italienisches Bilderbuch**. Neben der Leseförderung kann dies auch zur Förderung der Landessprachen Deutsch und Italienisch beitragen.

Im Buchpaket finden Sie neben den zwei Bilderbüchern ein Elternheft mit interessanten Informationen, vielen Buchempfehlungen und einigen Comics zum Thema Vorlesen. Vorlesen fördert Kinder auf ganzheitliche Weise: Sie erfahren Zu-

wendung, Geborgenheit, Sicherheit und Ruhe. Sie lernen aufmerksam zuzuhören, sich zu konzentrieren, sich in andere Menschen einzufühlen, zu sprechen und zu erzählen. Viele Studien zeigen, dass die ersten Lebensjahre eines Kindes die wichtigsten für das Sprechen und das spätere Lesenlernen sind. Dabei spielt die Familie eine wichtige Rolle, denn die Kleinen lernen in erster Linie von den Menschen, die ihnen nahe sind. Und Kinder mit guten sprachlichen Fähigkeiten haben es einfach leichter, in der Schule und allgemein im Leben.

Damit soll schon bei Babys die Freude an Büchern geweckt werden und gleichzeitig können sich Eltern fürs Vorlesen begeistern. Die Initiative in Südtirol lehnt sich an die britische Initiative Bookstart von Book Trust London.

Medienrückgabe-Box in Mittertal

Mit der Aufstellung eines Buchrückgabe-Kastens erfüllt die Bibliothek nunmehr auch den Kunden in Antholz Mittertal den Wunsch, die entliehenen Medien auch außerhalb der Öffnungszeiten abzugeben. Die Medien-Rückgabe-Box steht im Grundschulgebäude direkt am Eingang der Bibliotheksweigstelle Antholz Mittertal.

Der Buchrückgabe-Kasten ist so konstruiert, dass die Medien zunächst in eine Klappe eingelegt werden und schonend in einen gepolsterten Rollcontainer fallen.

Durch diese Serviceverbesserung können Leserinnen und Leser ihre Medien nun zu jeder Tages- und Nachtzeit, an Wochenenden und Feiertagen zurückgeben.



Online Katalog OPEN

Unter der Internetadresse **www.biblio.bz.it/rasenantholz** können sich die Nutzer der Bibliothek über unsere Angebote und Veranstaltungen informieren. Zudem ermöglicht ein Katalog die Suche nach Büchern und anderen Medien aus dem gesamten Bestand der Bibliotheken von Rasen

Antholz. Bibliotheksnutzer können nach der Anmeldung mit Ihrer Steuer-Nummer (bitte in der Bibliothek hinterlegen) und Kennwort (Geburtsdatum TT.MM.JJJJ) über die Registerkarte „Mein Konto“ ihr Ausleihkonto einsehen, Leihfristen verlängern oder Medien vormerken.



Biblio24

Die digitale Bibliothek „Biblio24“ **https://biblio24it.onleihe.com/** ist ein Dienstleistungsangebot der Südtiroler Bibliotheken mit einem reichen Angebot an Tageszeitungen, Wochenmagazinen, eBooks (Romane und Sachbücher für Erwachsene sowie Jugendliteratur) und Hörbüchern. Es wird vom Amt für Bibliotheken und

Lesen und der deutschen Kulturabteilung zusammen mit der Landesbibliothek „Teßmann“ betreut. Allen Leserinnen und Lesern stehen rund um die Uhr (24 Stunden am Tag/7 Tage pro Woche) kostenlos eine Vielzahl von eMedien zur Verfügung. Infos dazu gibt's in der Bibliothek oder direkt unter: www.biblio24.it



Öffnungszeiten der Bibliotheken in Rasen Antholz

Bibliothek	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Niederrasen	15.00-19.00	8.00-12.00	09.00-12.00	15.00-19.00	
Antholz Niedertal		15.30-18.00			16.00-17.30
Antholz Mittertal	15.00-16.30		14.00-17.00	15.00-16.30	

Tel.: 0474 / 49 72 50

Homepage/online-Katalog:
www.biblio.bz.it/rasenantholz

E-Mail: bibliothek@rasen-antholz.eu



my.summer 2022

■ Almwochen, Tagesfahrten - Der Jugenddienst bietet im Sommer 2022 ein spannendes Programm für Kinder und Jugendliche.

Almwochen

Für Jugendliche zwischen **11 und 15 Jahren** werden zwei spannende Almwochen organisiert. Für die Jungs gibt es die Erlebniswoche „die.alm.grooved“, für Mädchen die Woche „berg.wellness“. Auf einer Alm inmitten der Berge warten zahlreiche Abenteuer erlebt zu werden. Ein abwechslungsreiches Programm garantiert viele tolle Erfahrungen. Angefangen beim Sitzen am Lagerfeuer, Träumen unterm Sternenhimmel bis hin zum gemeinsamen Kochen, Spielen, Ratschen und vielem mehr.

Tagesfahrten

Neben den Erlebniswochen warten auch zwei Tagesfahrten.

- Die Erste führt **am 16. Juli** in die Trampolinhalle Easy Jump in Neumarkt. Teilnehmen können alle Jugendlichen **ab 11 Jahren**.
- **Am 31. August** steht eine Fahrt nach Gardaland für alle **ab 10 Jahren** am Programm.

Jobs & Praktika

Für alle, die auf der Suche nach einem Praktikum oder Job sind, bietet der Jugenddienst einerseits intern Möglichkeiten an und andererseits werden in Zusammenarbeit mit dem Arbeitsvermittlungszentrum Bruneck zwei Beratungstermine am 09. März und am 06. April im Jugenddienst organisiert, wo sich Jugendliche über Sommerjobs und -praktika informieren können. Jeweils von 15.30 bis 17 Uhr.

Nähere Informationen zum Sommerprogramm gibt es im Jugenddienst Dekanat Bruneck unter 0474 410242. Die Sommerbroschüre mit den Details zu den Wochen kann ab Mitte Jänner auf der Homepage des Jugenddienstes [www.vollleben.it] heruntergeladen werden.

Anmeldungen für die Tagesfahrten und Almwochen sind ab Montag, 07. Februar 2022 um 8.00 Uhr unter www.vollleben.it möglich.

 voll.leben

Jugenddienst Dekanat Bruneck
39031 Bruneck · Mühlgasse 4b
www.vollleben.it

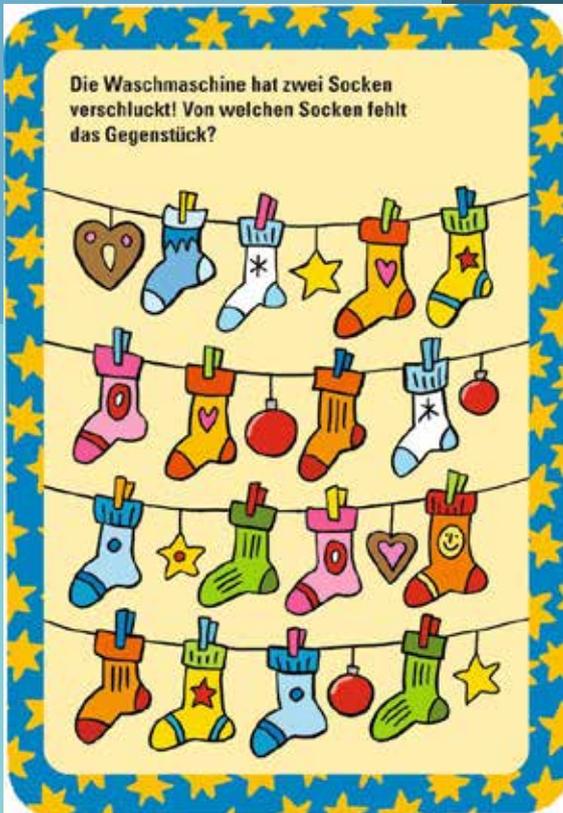


my.summer Almwochen



Fotos: © Jugenddienst Dekanat Bruneck

Kinder-SEITE



1 Einer geht noch ...

Wichtel Willi hat bei einer Vorweihnachtsfeier viel zu viel Eierlikör getrunken und sich danach einige weihnachtliche Dinge aufgeschrieben.

→ KANNST DU WILLI HELFEN UND SEINE NOTIZEN ENTSCHLÜSSELN?

1. GERÖSTETE BAUMFRUCHT
2. TROCKENTRAUBE + IM BERGWERK
3. MÄNNLICHES, UNTOTES GEBÄCK
4. GEDRUCKTES GEBÄCK
5. FEURIGER TRAUBENSAFT
6. ROLLENDER ALKOHOL
7. BRENNENDES WERKZEUG ZUM TRINKEN



Der Osterhase als Weihnachtsmann

Eine lustige Weihnachtsgeschichte

Ich war gespannt, wie dieses Jahr Weihnachten werden würde und ob der Weihnachtsmann wieder Geschenke für mich dabei hat. Ich weiß natürlich, dass mein Opa Peter immer den Weihnachtsmann spielt. Aber meine kleinen Geschwister glauben noch an den Weihnachtsmann. Deshalb verkleidet sich Opa Peter immer wieder gerne mit einem roten Mantel und der roten Ziepelmütze. Dazu klebt er sich den langen weißen Bart an und stellt seine Stimme sehr gekönt.

Das Besondere an meinem Opa ist, dass er für jeden Spaß zu haben ist und sich an Ostern auch als Osterhase verkleidet. Leider ist er in letzter Zeit ein bisschen verwirrt geworden. Er vergisst seine Brille, geht in Hausschuhen aus dem Haus und kauft eine Tüte Brausepulver statt Milch ein. „Na ja“, lacht meine Oma, „der Opa wird halt nicht jünger“.

Dieses Jahr war es wieder sehr schön. Die Weihnachtsgans war im Backofen und bräunte vor sich hin, während Papa den Baum schmückte. Wir Kinder durften erst ins Weihnachtszimmer, wenn alles vorbereitet war. In der Zwischenzeit schauten wir die Weihnachtssendung im Fernsehen an und durften auch schon mal vom Buttergebäck naschen. Wir waren schon ganz aufgeregt und froh, als endlich das Glöckchen erklang und wir in die Weihnachtsstube hineindurften. Ach, war das ein Anblick: Der leuchtende Tannenbaum mit vielen bunten Kugeln und dem Weihnachtsstern auf der Spitze!

Vor lauter Ungeduld konnten es meine kleinen Geschwister nicht mehr aushalten. Marie, Luise und Thomas erwarteten sehnsüchtig den ankommenden Weihnachtsmann, der auch schon bald darauf im Flur polterte: „Wo sind denn die Kinder, die beschenkt werden möchten?“, rief Opa mit seiner Weihnachtsmannstimme. „Hier sind wir“, antworteten meine Geschwister voller Erwartung. „Dann komme ich jetzt zu Euch“, rief der Weihnachtsmann. Plötzlich ging die Türe auf und der Osterhase mit seinen riesigen Ohren stand vor uns. Allerdings trug er die Weihnachtsmannmütze, den langen Bart und hatte auch viele Geschenke mit im Sack.

Marie lachte, Luise fing an zu weinen und Thomas stampfte mit dem Fuß: „Was soll denn das, heute ist doch Weihnachten und nicht Ostern!“ Die Erwachsenen wussten sofort, was passiert war.

Der Großvater hatte die Kostüme verwechselt. Um die Situation zu retten, trat meine Mutter zu uns Kindern und erklärte, dass der Weihnachtsmann plötzlich krank geworden sei. Der Osterhase müsse dieses Jahr deshalb einspringen, um die Kinder zu beschenken. Meine Geschwister waren damit zufrieden. Marie trug ihr Weihnachtsgedicht vor und dann sangen wir alle ein einstudiertes Weihnachtslied vor dem Osterhasen, der heute mal den Weihnachtsmann vertreten hatte.

„Gemeinsames Europa, gemeinsame Werte“ Erasmus+ Projekt des Schulsprenghels Olang

■ Unsere Reise nach Bulgarien

In diesem Schuljahr hatten wir die Möglichkeit, am Erasmus+ Projekt „Gemeinsames Europa, gemeinsame Werte“ mit vier weiteren Schulen aus Polen, Nordmazedonien, Spanien und Bulgarien teilzunehmen. Im Rahmen dieses Projektes sind für einige Schüler*innen und Lehrpersonen Reisen in die Partnerländer geplant. Zudem sind auch online-Aufgaben zu sozialen, historischen, geografischen und kulturellen Themen vorgesehen.

Unsere Reise führte uns vom 17. bis 23. Oktober nach Sofia, in die Hauptstadt Bulgariens. Eine ganze Woche durften wir dort verbringen. Begleitet wurden wir von zwei Lehrpersonen, Herrn Professor Pozzi Matteo und Frau Professor Lauri Fortuna Manuela. Bedingt durch die Corona Situation hatten nur die Schüler*innen und Lehrpersonen aus Spanien und Polen die Möglichkeit, die Reise anzutreten. Jene aus Nordmazedonien durften leider nicht nach Bulgarien einreisen.



Am Sonntag, den 17. Oktober starteten wir mit dem Auto um 5.45 Uhr von Olang nach Bozen. Dort stiegen wir auf den Flix-Bus um, der uns nach Bergamo zum Flughafen brachte. Um 14.40 Uhr ging unser Flug nach Sofia. Dort angekommen fiel uns sofort auf, dass die Menschen in großer Armut leben. Ein Taxi brachte uns in unser Hotel, das nicht weit vom Stadtzentrum entfernt war. Am Tag danach fuhren wir zur 149th Schule. Diese Schule besuchen Schüler*innen im Alter von 6 bis 19 Jahren. Dort wurden wir von den Lehrpersonen und der Schuldirektorin sehr freundlich begrüßt. Wir kosteten leckeres Gebäck, konnten an einer Führung durch die Schule teilnehmen und dabei die neue, moderne Turnhalle besichtigen. In dieser großen Halle spielten wir gemeinsam Volleyball und Basketball.

In den darauffolgenden Tagen durften wir am Vormittag bei einer Unterrichtseinheit im Fach Geschichte mit dabei sein. Im Zuge eines gemeinsa-

men Workshops präsentierten wir den Schüler*innen der 149th Schule unser Thema der Reise: „idols and authorities“.





Am Samstag, 23. Oktober mussten wir leider schon die Heimreise antreten. Mit dem Flugzeug flogen wir von Sofia nach Bologna. Mit dem Flix-Bus ging es weiter nach Bozen, das letzte Stück nach Olang legten wir wieder im Auto zurück.

Diese Reise war eine tolle und einmalige Erfahrung für uns alle. Wir lernten viele sehr nette Menschen kennen. Spannend war es für uns, in eine neue Kultur einzutauchen und für einige Tage eine andere Lebensweise, als die unsere, miterleben zu können. Wir verbrachten eine besondere Schulwoche in einem fremden Land und konnten dabei viele bereichernde Erfahrungen machen. Wir werden uns immer an diese schönen Tage in Sofia zurückerrinnern.

Wir bedanken uns bei allen, die uns diese Reise ermöglicht haben.

*Greta Renzler, Anna Piffrader,
Franziska Agstner, Olang*



An einem weiteren Nachmittag unternahmen wir einen Ausflug in die Berge südlich von Sofia (1.200 Höhenmeter). Dort besichtigten wir das RILA-Kloster, ein Gebäude in wunderschönen Farben mit einer magischen Atmosphäre, welches zum UNESCO-Weltkulturerbe zählt.

An den Nachmittagen durften wir die Kultur Bulgariens kennenlernen. Wir besichtigten eine Moschee, in der wir Mädchen ein Kopftuch tragen mussten, sowie die Synagoge und die Orthodoxe Kathedrale Sofias. Des Weiteren besuchten wir einige Museen, wie das Museum der Illusionen und das Geschichtsmuseum Bulgariens, das sich unterhalb der Orthodoxen Kathedrale befindet. In der Sophienkirche schauten wir uns die unterirdischen Katakomben an.



Interview mit Hubert Kircher

Hallo Hubert. Du bist gebürtiger Antholzer – genau gesagt aus Antholz-Niedertal. Wo genau im Ausland bist du? Und seit wann?

I bin in Münchn, seit 1994.

Wie ist es dazu gekommen, dass du ins Ausland gegangen bist?

Nouch Münchn gong bin i weign Studium, des ets entwedo in Bologna, Graz ödo Münchn gebn, dou wor Münchn am nachnischn dron.

Was genau machst du beruflich?

Erzähl uns bitte deinen Werdegang.

I bin seit 2006 ba do BMW M GmbH im Bereich Motor und Getriebe als Konstrukteur/Entwickla tätig.

Vorher wor i kurz ba a kluando Firma in Wolfrathshausn ba Münchn und on sem als Konstrukteur und Produktionsleita giorbntn, gefolgt va a pour Jour ba an Konstruktionsbüro und sem hauptsächlich fi BMW M tätig.

Welche Unterschiede siehst du zwischen deinem Leben im Ausland und deinem früheren Leben im Antholzertal?

Asöi grueßa Untoschiede gibts dou aus meindo Sicht et, was a viel domit zomhong, dass i ja mit 15 schun unto do Wöche in Buezn in do Schuile wor und a sem schun la Somsta Sunnta in Antholz wor. I glab mir follats miera au wenne länga wido in Antholz war.

Was vermisst du an Antholz, wenn du im Ausland bist?

Gonz klor di Gmiatlichkeit und di Berge.

Was vermisst du am Ausland, wenn du in Südtirol bist?

Vomissn tui i dou et asöi viel, bin jo hauptsächlich weign do Orbat im Auslond.



Hubert Kircher

Inwiefern prägt ein Leben im Ausland deinen Charakter?

A gueta Frouge, weil man jo et wuas wias wörschn war, wenn i in Antholz gibliebn war. Di Begegnungen mit ondra Leit und Kulturkreise, obo a di Orbat selbo om mi am meistn giprägt. I bin af olla Fälle selbstbewusst wörschn.

Was schätzt du am Leben im Ausland?

Es ot ols seina Vöir- und Nouchtuale, Münchn isch a Grueßstodt, also find man ols wos man brauch in do Umgebung, a do Weg in di Orbat isch et weit. Obo dovier isch do Weg in di Natur umso weita. Wenn man in die Berge augiwochn isch, vomisst man schun awin die Klapfo um uan umma.

Hast du dort, wo du jetzt lebst, Kontakte zu anderen Südtirolern?

Münchn ot a guessa Südtirola Dichte, dou ischs foscht unmeiglich kuan ibon Weg zi lafn. In meindo Obteilung samno z.B. zwua aus Südtirol. Obo a sischt trifft man Südtirola, als Student wors ba mir die ISAS, nua gibt's nöi in Verein der Südtiroler in München und

et zi vogessn di Südtiroler Volksbühne in München. Nua gibts nöi Stommtische und ondra Treffn. Und haintzitouge is a uanfocha mit ondra in Kontakt zi bleibn.

Wie oft im Jahr kommst du nach Antholz?

Untoschiedlich, normalowese späitischtns olla zwua Munat, obo zur Zeit isch se a bisl schwierig.

Könntest Du Dir vorstellen, irgendwann wieder fest in Antholz oder Südtirol zu leben?

Do Plan isch olm, späitischtns wenn i in Rente gei aus Münchn ziruck in di Berge ziachn, öbs nua Antholz, ödo a ondodo Ort wersch sig man nua wennis soweit isch.

Nimmst Du – und wenn ja wie – „Südtirol“ in deiner jetzigen Umgebung wahr?

Südtirol isch olm präsent, und wennis la di Urlaubsgschichtlan va di Orbatskollegn san. I moch a olm fleißig Werbung dovier.

Was verbindet dich mit Antholz?

An ierscho Stelle di Familie, bis af mi san jo olla nöi in Antholz unsässig. Obo a di Freindschoft de man va do Schuile aus ot und späita nua durch di 25 Jour ba do Musikkapelle.

Isch a uanfuch la schiane Antholz zi kem und di Natur zi genießn.

Steckbrief Hubert Kircher:

Geboren am: 08.11.1975

Schulbildung: Dipl. Ing. (FH) Fahrzeugtechnik

Ausgewandert im Jahr: 1994

Ausgewandert nach: München/Deutschland

Willkommen im ELKI Olang

■ Das Elki Olang, der beliebte und familienfreundliche Treffpunkt, hat wieder eine Vielzahl an Angeboten rund um Kind und Familie.

10. Jänner: Stoffwindel- und Trageberatung - Infotreffen

Stoffwindeln sind im Trend. In diesem Treffen wollen wir dir die Berührungängste nehmen und einen Überblick verschaffen. Warum Stoffwindeln? Welche Systeme gibt es? Was sind die Vor- und Nachteile?...

Auch bei Tragetüchern, Tragehilfen gibt es viele offene Fragen. In diesem Treffen wollen wir etwas Klarheit schaffen. Welche Vorteile bietet das Tragen für mich und mein Kind? Tragetuch oder Tragehilfe? Welches Material, welche Größe?...

Zielgruppe: Eltern, Schwangere, Interessierte

Referentin: Maria Unterholzner, Unternehmerin, Firma „Trogmi“ Algund

JÄNNER:

(Termine werden noch bekanntgegeben)

Fußreflexzonenmassage für Babys & Kinder

Fußreflexzonenmassage ist eine wundervolle Möglichkeit, Babys und Kinder zu beruhigen, Liebe zu geben und selbst etwas für die Gesundheit der Kinder tun zu können. Die Massage ist hilfreich z.B. bei: Erkältungskrankheiten, Schlafstörungen, Zahnunbeschwerden, Unruhe, Blähungen, Verdauungsbeschwerden...

Zielgruppe: Eltern und Interessierte

Babyschwimmen

Mami oder Papi ziehen, tragen oder schaukeln ihr Baby mit speziellen Griff-techniken durch das Wasser. Durch das gemeinsame Erleben und dem intensiven Körperkontakt im Wasser, wird die innige Beziehung zwischen Mami/Papi und dem Baby gefestigt.

Zielgruppe: Eltern mit ihren Babys

Referentin: Kirsten Hinteregger

Eltern-Kind-Schwimmen

Gemeinsam mit Mami oder Papi spielerisch die ersten Schwimmbewegungen erlernen. Den Kindern fällt es sehr viel leichter mit einer vertrauten Person an

ihrer Seite neue Erfahrungen mit dem Element Wasser zu sammeln.

Zielgruppe: Eltern mit Kinder zwischen 2 und 4 Jahren.

Referentin: Kirsten Hinteregger

18. Februar: www.Wissen spezial - Familientablet

Das Smartphone oder Tablet übt eine geradezu magische Anziehungskraft auf Kinder aus. Doch wie können Sie als Eltern Ihre Kinder schützen? Der Referent zeigt Ihnen, welche Einstellungen Sie auf Ihrem Tablet anpassen sollten und welche Kindersicherungs-Apps es gibt.

Zielgruppe: Eltern

Referent: Andreas Bertolin

21. Februar: Kindernotfallkurs

Die TeilnehmerInnen lernen lebensbedrohliche Situationen zu erkennen und einzuschätzen. Sie lernen gezielt und strukturiert die Maßnahmen der Herz-Lungen-Wiederbelebung bei Säuglingen und Kleinkindern durchzuführen. Außerdem werden notwendige Maßnahmen bei Kindernotfällen und im Bereich der ersten Hilfe bei Kleinkindern vermittelt.

Zielgruppe: Eltern, Großeltern und Interessierte

Referent: Instruktoren des Weissen Kreuzes

11. März: Die Magie des Lesens

Das Vorlesen bzw. das gemeinsame Lesen unterstützt nicht nur das Denken und die emotionale Entwicklung, sondern kann auch in den verschiedenen Entwicklungsphasen Verständnis und Lösungswege anbieten. Die Referentin beschreibt, warum Bücher so wichtig für Kinder sind. Außerdem erklärt sie, welche Bücher Kinder in ihrem Tun (be)stärken und wichtige Entwicklungsschritte erleichtern. So gibt es beinahe für jedes Problem (Trennungsangst, Angst vor Monstern, Schulangst, Wut, Aggressivi-

tät, Anderssein, Trennung, Geschwister-rivalität, usw.) ein passendes Buch.

Zielgruppe: Eltern, Interessierte, Pädagogen, Großeltern

Veranstalter: Eltern Kind Zentrum Olang und Bibliothek Olang

Referentin: Dr. Vera Trebo, Psychologin, Psychotherapeutin, Olang

17. März: Kunstworkshop Upcycling für Vorschulkinder

Beim Kunstworkshop mit der chilenischen Künstlerin wird nutzlos gewordenes Material zu Bildobjekten, Skulpturen, Kunstwerken umgeformt. Besonders Verpackungen, Plastiktüte, sowie Papier- und Textilreste eignen sich dafür hervorragend. In Streifen und Stücke geschnitten und dann auf andere Weise verwendet, verwandeln sich diese „Plastik-Abfälle“ zu Kunstobjekten der besonderen Art. Die Kinder lernen künstlerische Ausdruckstechniken kennen und gleichzeitig wird das Bewusstsein für die Wiederverwendung von Materialien geschärft.

Zielgruppe: Kinder von 3-6 Jahren

Veranstalter: Eltern Kind Zentrum Olang und Bildungsausschuss Olang

Referentin: Mag. Art Ivonne Barrera Villanueva, Wien – Santiago de Chile

Alle Veranstaltungen werden auf der Homepage des Elki Olang veröffentlicht.

Für Fragen und weitere Informationen können Sie sich im Elki melden oder telefonisch: 3468591676 oder per Mail: olang-anmeldung@elki.bz.it

Unsere Öffnungszeiten:

- Montag: 09.00 – 11.00 Uhr und 15.00 – 17.00 Uhr
- Mittwoch: 15.00 – 17.00 Uhr
- Donnerstag: 09.00 – 11.00 Uhr

Unsere Türen sind stets für euch offen und wir freuen uns auf ein Kennenlernen.

Das Elki Team Olang



Ehrungen von Mitgliedern der FF Antholz Mittertal

Da im Frühjahr aufgrund der Corona-beschränkungen der Bezirksfeuerwehrtag nur in technischer Form abgehalten werden konnte, wurden die verschiedenen Ehrungen für langjährige Mitgliedschaft, sowie Funktionärs-tätigkeit auf Bezirksebene auf einen späteren Termin verschoben, um sie in einem würdigen Rahmen zu verleihen. Am 22. August fand in Welsberg dann die feierliche Überreichung der Verdienstkreuze statt. Drei Mitglieder der FF Antholz Mittertal wurden mit einem Verdienstkreuz ausgezeichnet:

- **Alfred Antenhofer** – Verdienstkreuz in Bronze mit einem Stern als Bezirksfunktionär (Bezirksjugendreferent)
- **Paul Pallhuber** – Verdienstkreuz in Gold mit drei Sternen als langjähriger Kommandant
- **Engelbert Berger** – Verdienstkreuz in Bronze als langjähriger Kommandant-Stellvertreter



v.l.n.r.: Landesfeuerwehrpräsident Wolfram Gapp, Bezirksjugendreferent Alfred Antenhofer, ehem. Kommandant Paul Pallhuber, amtierender Kommandant Engelbert Berger, Kommandant Stellvertreter Thomas Steinkasserer, Landesrat Arnold Schuler

Foto: Hannes Lanzinger

40 Jahre KFS Oberrasen- 40 Jahre Miteinander und Füreinander zum Wohle der Familien

Am 19. September 2021 feierte der Katholische Familienverband Südtirol Zweigstelle Oberrasen das 40jährige Jubiläum seines Bestehens.

Anlässlich dieses Jubiläums wurde um 10.00 Uhr ein Festgottesdienst in der Pfarrkirche in Oberrasen gefeiert, zu dem Gründungsmitglieder, erste Vorstandsmitglieder, ehemalige Zweigstellenleiterinnen, Vereinsfunktionäre und Vertreter der Gemeinde, Fraktion und Pfarrgemeinde sowie alle Familien des Dorfes herzlich eingeladen waren. Die Messfeier wurde von Pfarrer Cassian Lohmar zelebriert und von einer Mädchensinggruppe musikalisch umrahmt.

Anschließend an die Messe lud der KFS Oberrasen die Ehrengäste zum



Im Bild Ausschussmitglieder Zweigstelle - v.l.n.r. Patrizia Trentini, Daniela Comploi, Marion Agstner, Marlies Joas, Miriam Tschurtschenthaler, Julia Unterberger, Gertrud Lercher, Sara Patzleiner, Irene Clement; es fehlt Rita Mitterrutzner



v.l.n.r. Regina Seyr, Maria Beikircher, Zweigstellenleiterin Gertrud Kofler, Antonia Mair, KFS Präsidentin Angelika Mitterrutzner, KFS Bezirksleiterin Ulrike Agstner, geistliche Assistentin des KFS Manuela Unterthiner, Bürgermeister Thomas Schuster

Aperitif und Mittagessen in das Hotel Schmalzhof ein.

Die Zweigstelle des KFS in Oberrasen wurde im Jahre 1981 auf Initiative von Frau Antonia Lenzi Mair und Frau Maria Schöpfer ins Leben gerufen. Tatkräftige Unterstützung erhielten sie dabei von Frau Gertrud Prugger aus Olang, der damaligen Bezirksleiterin des KFS Pustertal. In den Anfangsjahren waren es vor allem Frau Mair und Frau Schöpfer, die für die Familien in Oberrasen ihr Bestes gaben. Im Jahre 1986 scheint dann offiziell ein gewählter Vorstand der Zweigstelle Oberrasen auf, dem fünf Mitglieder angehörten und Frau Mair wurde mit großer Stimmenmehrheit zur Zweigstellenleiterin gewählt.

Der KFS Oberrasen zeigte bereits in seinen ersten Jahren nach der Gründung eine rege Tätigkeit im Jahreskreis. Immer wieder wurden verschiedene Vorträge, Kurse und Seminare zu unterschiedlichen Themen organisiert.

Es wurden regelmäßig Messfeiern mitgestaltet, Bibelabende gestaltet, sowie Wallfahrten organisiert.

Jährliche Highlights waren auch damals Familienausflüge und Radtouren, Nikolausfeiern, Advents- und Weihnachtsfeiern, Faschingsfeiern und vieles mehr.

Ersichtlich aus den sehr detaillierten Aufzeichnungen von Frau Mair wird ganz deutlich das große Interesse der Dorfgemeinschaft. Sämtliche Veranstaltungen waren stets sehr gut besucht.

Heute hat die Zweigstelle Oberrasen 92 Mitgliedsfamilien und der aktuelle Vorstand besteht aus zehn Mitgliedern. Bei den letzten Neuwahlen wurde der bestehende Ausschuss mit Frau Gertrud Lercher Kofler als Zweigstellenleiterin bestätigt.

In den vergangenen Jahren waren Faschingsfeiern, Knödelsonntage, das Bäumchenfest für die Neugeborenen, Familienausflüge und Wanderungen, die Feier der Ehejubiläen, die Mithilfe bei der Martinsfeier, die Nikolausfeier, die Adventkranzweihe, das Anbieten einer Schmink- und Bastelecke bei verschiedenen Festen und einiges mehr auf dem Tätigkeitsprogramm.

Weiters wurden verschiedene Kurse wie Bauch-Buggy-Go / Fitness mit dem Kinderwagen, Bodyworkout, Strickkurse, wie Sarner und Hausschuhe stricken, organisiert.

Fixpunkte im Jahresverlauf waren die wöchentlichen Handarbeitsabende, die Organisation von Vorträgen, sowie besondere Aktionen mit sozialem Hintergrund, wie das Häkeln der Oktopusse

für die Frühgeborenen, der Verkauf von Lebkuchen auf dem Christkindlmarkt in Niederrasen und Stricken für Rumänien, wodurch die Unterstützung des Vereins Kinder in Pomirla ermöglicht werden konnte.

Nach Begrüßungsworten durch Zweigstellenleiterin Frau Gertrud Lercher Kofler würdigten auch der Herr Bürgermeister Thomas Schuster, der Fraktionsvorsteher Franz Messner, der Pfarrer Cassian Lohmar sowie der Pfarrgemeinderatspräsident Beikircher Johann den KFS und dankten für seine Tätigkeit und die Bemühungen zum Wohle der Gemeinschaft.

Auch die Präsidentin des Katholischen Familienverbandes Südtirol, Frau Angelika Mitterrutzner, und die neue geistliche Assistentin des KFS, Frau Manuela Unterthiner, begrüßten alle Anwesenden und fanden schöne, wertschätzende Worte für die ehrenamtliche Tätigkeit in 40 Jahren und zeigten sich begeistert von der Motivation und dem Tun im Ort. Sie überbrachten die Glückwünsche des Verbandes anlässlich des Jubiläums und überreichten als Geschenk einen reich gefüllten Geschenkkorb.

Im Rahmen der Jubiläumsfeier wurden aufgrund ihres ehrenamtlichen Engagements das Gründungsmitglied Frau Antonia Lenzi Mair, sowie die Mitglieder des ersten Vereinsvorstandes geehrt und ihnen als Zeichen des Dankes eine Urkunde des KFS überreicht.

Leider wurde auch die Tätigkeit des Katholischen Familienverbandes in den letzten beiden Jahren durch die Corona-Pandemie etwas ausgebremst, da viele Veranstaltungen aufgrund der Lage nicht mehr durchführbar und viele Pläne und Vorhaben nicht realisierbar waren. Aber aufgehoben ist nicht aufgeschoben.

In der Hoffnung auf Besserung freuen wir uns, auch in Zukunft wieder mit viel Tatendrang und Engagement verschiedene Veranstaltungen und Aktivitäten für die Familien in Oberrasen zu organisieren.

Marlies Joas Seyr



Schützenkompanie

60 Jahre Feuernacht – Strommasten beleuchtet

Am Freitag, den 11. Juni 2021 hat sich zum 60. Mal die Feuernacht gejeñrt. Dieses für ganz Tirol prägende Ereignis ist als einer der wichtigsten Einschnitte in unsere Geschichte des 20. Jahrhunderts eingegangen. Der Südtiroler Schützenbund hat diesen Gedenktag würdig mit mehreren Veranstaltungen und Gedenkfeiern gedacht. Außerdem

wurden im ganzen Land gut sichtbare Strommasten rot beleuchtet - als stille Bekundung einer demokratischen Diskussion und Aufarbeitung der Feuernacht und dessen Ereignisse. Auch wir haben unseren Beitrag geleistet mit der Teilnahme an der Gedenkfeier in Bruneck und der Beleuchtung eines Strommasten.



Kinder laufen für Kinder

Ca. 300 begeisterte Jungen und Mädchen des Südtiroler Schützenbundes nahmen im ganzen Land an der Veranstaltung teil und leisteten dadurch ihren Beitrag für die Aktion „Lebenslauf“. Dank aller Beteiligten und vieler großzügiger Sponsoren kam die beträchtliche Summe von 39.250 Euro zusammen. Am 19. September wurde in Terlan der Spendenscheck an die Vertreter des Vereines MOMO übergeben. Diese Organisation hat sich zum Ziel gemacht, Kindern, welche an lebensbedrohlichen, unheilbaren und lebensbeschränkenden Krankheiten leiden, und deren Familien eine

verlässliche Stütze zu sein. In Antholz Mittertal konnten die Schützen auf die Mithilfe einiger U13 Fußballer der SPG

Rasen-Antholz zählen und somit Dank ihres Einsatzes 482 Euro sammeln. Dafür gebührt ihnen ein großer Dank!



Wegkreuz beim Dolomitenhof

An der Kreuzung Hotel Dolomitenhof haben die Schützen das Wegkreuz erneuert und wieder aufgestellt. Das Kruzifix wurde restauriert und neu bemalt und ein neues Schindeldach angebracht. So möge weiterhin dieses Wegkreuz - wie viele andere in unse-

rem Land - seiner Bestimmung dienen, sind sie doch ein fester Bestandteil unserer Kultur.

Allen Beteiligten und Spendern ein herzliches Vergelts'Gott.

Schützenkompanie Pater Lorenz Leitgeb



Oldie trifft Oldie – Event im Seniorenwohnheim Niederdorf

■ Anlässlich des „Internationalen Tages der Senioren“ am 1. Oktober 2021 wurde von Freizeitgestalterin Hintner Petra ein besonderes Rahmenprogramm organisiert.

So gaben sich Automobile, Zweiräder, Traktoren und ein Feuerwehrauto ein ganz besonderes Stelldichein. Erinnerungen an längst vergangene Zeiten wurden beim Anblick der Fahrzeuge wieder zum Leben erweckt. Von ca. 10:30 bis 15:00 Uhr hatten die Heimbewohner/innen die Gelegenheit, die Fahrzeuge zu bestaunen und eine kleine Spritztour zu machen.

Besonders interessant fanden es vor allem die männlichen Heimbewohner, als die Feuerwehrmänner Lothar und Werner Feichter mit dem Feuerwehrauto Jeep Willys CJ-6 (JG 1964, 21PS) vorfuhren und die alte Tragkraftpumpe Fiat Bergomi (JG 1934, 35PS) starteten, die das Gelände lautstark beschallte. Franz und Alexander Kraler sowie Robert Maly kamen mit ihren Oldtimer Autos, gefolgt von Jakob Strobl mit seiner Vespa. Die Begeisterung war derart groß, dass die Heimbewohner/innen



jeglichen Hunger vergaßen und sich nur noch den Oldtimern widmeten.

Zu Mittag versorgte das Küchenteam die Senioren/innen, Gäste und Mitar-

beiter/innen mit Weißwürsten und Brezen. Als Nachtisch gab es verschiedene süße Köstlichkeiten.

Am Nachmittag trafen die „Old Traktors“ aus Toblach mit ihren Fahrern Hannes Burger und Maria Kugler ein. Kilian Preindl mit seinem Motorrad war auch dabei. Das Wetter ließ uns auch am Nachmittag nicht im Stich, so konnten wir ein paar Runden mit den alten Treckern drehen. Das Aufsitzen der Heimbewohner auf die Oldtimer ging durch die Euphorie und Freude „fast“ von allein. Musikalisch umrahmt wurde die

Feier vom Johann Willeit mit seiner Ziehharmonika, wozu Heimbewohner/innen und Mitarbeiter/innen vergnügt das Tanzbein schwingen.

Ein besonderer Dank gilt dem Personal des Seniorenwohnheimes Niederdorf, das die Heimbewohner/innen mit viel Herzblut durch den Tag begleitet hat. Franz Kraler hätte es in seiner Facebook Story nicht besser ausdrücken können: „Riccordiamoci di loro, ogni giorno! Farà bene a loro ma sicuramente anche a noi.“ Gedankt sei allen Freiwilligen, die sich unentgeltlich am Tag der Senioren, Tag der Begegnung Zeit genommen haben, allen Anwesenden einen gelungenen und unvergesslichen Tag zu bescheren.

Hinweis:

auf unserer Homepage www.von-kurz-stiftung.com finden Sie unter dem Menüpunkt „Fotogalerie“ das Video zur Veranstaltung.

Sieglinde Lercher



Neuer Seniorenausschuss in Rasen-Antholz

Die Organisationen der Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund sind landesweit für die Legislaturperiode 2021–2024 neu gewählt worden. Im Zuge dessen wurde auch der Seniorenausschuss in Rasen-Antholz neu gebildet.

Drei langgediente Ausschussmitglieder haben sich der Neuwahl nicht mehr gestellt, unter ihnen auch **Magdalena Berger Zingerle** aus Antholz Niedertal. Die Lena, wie sie allgemein genannt wird, hat sich 23 Jahre ehrenamtlich als Vorsitzende der Ortsgruppe Rasen-Antholz engagiert. Mit viel Bemühen, Sorgfalt und Humor leitete sie Sitzungen, organisierte Fahrten und Wanderungen, brachte sich bei der Jahresversammlung ein und investierte gerne Zeit für die Besuche von kran-



Magdalena Berger Zingerle

ken und alleinstehenden Mitgliedern. Für diesen Einsatz wurde ihr bei der Landesversammlung der Seniorenvereinigung im SBB gedankt und das Ehrenzeichen in Silber verliehen. Herzlichen Glückwunsch!

Der neugewählte Ortsausschuss hat seine Tätigkeit nach der Lockerung der coronabedingten Beschränkungen wieder aufgenommen. Alle Senioren sind wieder eingeladen, das Gemeinschaftsangebot zu nutzen und an den Veranstaltungen teilzunehmen.



Senioren-
vereinigung

Ortsgruppe Rasen-Antholz



HERAUSFORDERUNG MIT HERZ

PFLEGEFAMILIEN GESUCHT

Wir suchen Familien, Paare oder
Einzelpersonen, die auf Zeit ein Kind
bei sich aufnehmen möchten

Infos beim **Fachteam familiäre Anvertraung**
0474 412925 - anvertraung.affidamento@bzgpust.it



Bezirksgemeinschaft Pustertal
Comunità Comprensoriale Valle Pusteria
Comunità Comprensoriale Val de Puster

Wir lassen uns verzaubern

Die Weihnachtszeit hält Einzug bei den Tagesmüttern

■ Kinder lieben die geheimnisvollen Wochen vor dem Weihnachtsfest. So viele Überraschungen, Rituale und Traditionen, die es zu entdecken und erleben gibt.

Die wundervolle Vorweihnachtszeit hat auch bei den Tagesmüttern Einzug gehalten. Und so lassen sich Klein und Groß vom Zauber der besinnlichen Rituale, der stimmungsvollen Weihnachtslieder und Erzählungen sowie der wunderschönen Weihnachtsdekoration umhüllen.

Die Tagesmütter der Sozialgenossenschaft Tagesmütter wünschen allen eine wundervolle Weihnachtszeit!



Kontakt & Info

Koordinatorin: Larcher Elisabeth
ELKI Bruneck

P.v. Sternbachstr. 8 • Bruneck

Mobil: 347 4601 005

Email: larcher@tagesmutter-bz.it

Sprechstunden:

mittwochs 9:30 – 11:00 Uhr

www.tagesmutter-bz.it

Neuer Kindergarten und Kindertagesstätte in Oberrasen

Während das neue Kindergartenjahr im neu umgebauten Kindergarten Oberrasen rechtzeitig begonnen wurde, konnte die Tätigkeit der Kleinkindertagesstätte am 15. November 2021 aufgenommen werden.

Die großzügigen und hellen Räume und der neu gestaltete Garten bieten jede Menge Platz für kleine und große Kinder, zum spielen, lernen und verweilen.

Die Kindertagesstätte wird von der Genossenschaft Kinderfreunde aus Bruneck geführt und richtet sich an Kinder im Alter von drei Monaten bis drei Jahren. Die KITA ist für max. 20 Plätze ausgerichtet und wird derzeit von zehn Kindern besucht und mit Januar werden weitere Kinder folgen.

Die Einrichtung ist ganzjährig anfolgenden Tagen bzw. nach Bedarf

geöffnet: Montag bis Freitag von 07.15 – 17.00 Uhr.

Unabhängig von Kultur, Sprache oder Besonderheit findet jedes Kind in sei-

ner Verschiedenartigkeit seinen Platz!

Für weitere Infos stehen die Kinderfreunde gerne unter info@kinderfreunde.it oder 0474 410 402 zur Verfügung!



Junior Ranger Abschlussfest

Am Sonntag den 12. September erhielten die nun frisch gebackenen Junior Ranger ihr Abschlussdiplom.

Bei bestem Wetter mussten die Junior Ranger der Naturparks Schlern-Rosengarten, Texelgruppe und Rieserferner-Ahrn in St. Zyprian zunächst ihr Können und erlerntes Wissen unter Beweis stellen. Bei den insgesamt sechs Stationen sollten sie etwa beim Spiel „Laufen“ ihre Schnelligkeit mit der von verschiedenen Tieren vergleichen oder Tierspuren erkennen. So war bis zum Schluss für jeden etwas dabei. Anschließend versammelte man sich im großen Forstgarten von St. Zyprian und die Junior Ranger und ihre Familien genossen zusammen die wohl verdienten Bergler-Harassen.

Rückblickend

„Junior-Ranger“ ist ein Kooperationsprojekt zwischen dem AVS, CAI und dem Amt für Natur. Kinder zwischen zehn und zwölf Jahren haben die Möglichkeit bekommen in naturwissenschaftliche Themen hineinzuschnuppern, sowie richtiges Verhalten am Berg und Naturschutz als wichtigen Bestandteil des Lebens in Südtirol kennenzulernen.

Dabei kamen die Junior Ranger, im Naturpark Rieserferner-Ahrn waren es neun Buben und sechs Mädchen, in insgesamt acht Einheiten zusammen.



Ende Mai ging es los mit der ersten Einheit, bei der das Programm vorgestellt wurde und die Kinder sich kennenlernen durften. „Der frühe Vogel fängt den Wurm“ hieß es, als der Wecker für die Junior Ranger des Naturparks Rieserferner – Ahrn schon um 4:00 Uhr morgens zur Vogelwanderung klingelte. Doch zu keiner anderen Tageszeit ist die eine Vogelwanderung so lohnend. Dabei ging es auf die Geige, ein 2100 Meter hoher Gipfel bei Tesselberg.

Um die nicht belebte Natur ging es dann im Bergwerk von Prettau, wo die Junior Ranger die reichen Erz- und Mineralvorkommen der penninischen Gesteinsserien des hinteren Ahrntals kennenlernten. Anschließend versuchten sie ihr Glück beim Suchen von Kristallen und Goldwaschen.

Mit ganz einfachen Mitteln in der Natur zurechtkommen, war das Motto beim „Survival Day“. Im Biotop Rasner Möser ging es um „Wasserlebensräume“, sel-



Beim Wasserspeicher zwischen Geige und Tesselberger Alm

tenen Moorarten und Indikatoren für gute Wasserqualität.

Das absolute Highlight war wohl für viele der Pustertaler Junior-Ranger die Übernachtung auf der Kasseler Hütte bei Rein in Taufers. Neben viel Spiel und Spaß, erklärte Ralf Pechlaner vom AVS wie man sich am Berg richtig verhalten sollte. Gams und Reh bekamen die Junior Ranger bei der Wildbeobachtung zu sehen, dank eines ortsansässigen Jagdaufsehers. Der gesamte nächste Tag widmete sich der Gletscherkunde, referiert durch einen fachkundigen

Gletscherforscher. Obwohl es bereits Ende Juli war, konnten die angehenden Junior Ranger noch an verbleibenden Schneeresten Dichtemessungen vornehmen. Außerdem wurde am Beispiel von Gletschermoränen der Gletscherrückgang deutlich gemacht.

Ans Eingemachte ging es bei der Einheit zur Sicherheit am Berg. Nach der Theorie kam die Praxis mit gespielten Opfern und Rettungseinsätzen. Anschließend konnten sie Zeuge eines echten Einsatzes sein. Schnell und kompetent waren die Retter einsatzbereit. Kreatives Kön-

nen war dann am Nachmittag gefragt, wo sie nach einer ausgiebigen Mittagspause Plakate zu den verschiedenen Einheiten gestalteten.

Im kommenden Frühjahr 2022 wird wieder eine neue Ausbildungsstaffel für 10 – 11-jährige Naturfreunde starten; mit der Chance einzigartige Einblicke in die belebte und unbelebte Natur zu erhalten.



Berg Heil JR



Bergrettung



Kasseler Hütte



Survival



AUCH DU bist Teil des Weißen Kreuzes

Das Weiße Kreuz steht für freiwilliges Engagement, schnelle und professionelle Hilfe im Notfall, Sicherheit, Verlässlichkeit und Gemeinschaft. Aus diesem Grund zählen insgesamt über 136.000 Südtirolerinnen und Südtiroler zur großen „Familie“ zu der „Auch Du“ gehörst, ganz nach dem Motto der diesjährigen Jahresmitgliedschaft. Mit einer Mitgliedschaft wird in erster Linie die Arbeit der mehr als 3.600 Freiwilligen unterstützt und Leistungen ermöglicht, die andernfalls nicht finanziert werden könnten, wie in etwa die Notfallseelsorge und die Jugendgruppen. Gleichzeitig sicherst Du dir dabei wertvolle Vorteile.

Mit der Basismitgliedschaft **SÜDTIROL** sichert Dir viele Vorteile vor Ort: eine



Anzahl von kostenlosen Krankentransporten, die Übernahme von anfallenden Rettungskosten sowie den Besuch

eines kostenlosen Erste-Hilfe-Grundkurses. Mit den Mitgliedschaften **WELTWEIT** und **WELTWEIT PLUS** lässt der Landesrettungsverein seine Mitglieder auch im Ausland niemals allein. Hier inbegriffen sind schnelle Rückholungen und Verlegungen nach einem schweren Unfall oder Krankheitsverlauf, genauso wie Blutkonserven- und Medikamententransporte und die Übernahme von Such- und Bergungskosten.

Weitere Informationen zu den Mitgliedschaften beim Weißen Kreuz können auf der Webseite **www.werde-mitglied.it** abgerufen werden. Und zu Bürozeiten beantworten Mitarbeiter etwaige Fragen unter der Rufnummer 0471/444310.

Ein Jäger erzählt

Am 19.08.2021, am späten Nachmittag, trafen Paul Arnold und ich beim dürrtigen Schießstand auf dem Damm am Rotwandbach ein. Nach dem Herichten der Schusswaffe stellten wir mit Schrecken fest, dass genau dieser Platz vollständig von rot-gelben Ameisen besetzt war, die alle gerne die ätzende Ameisensäure auf meinem Körper abspritzten - kriminell!!! Ein Überstellen war aber nicht mehr möglich, da der Hirsch in einer ganz kleinen und schmalen Waldlichtung erschienen ist und dies auf einer Distanz von „a win ziemlich weit“ und auf einer Steilheit, die nicht zu übertreffen ist. Während des Anvisierens und der Schussabgabe musste ich den Kopf ganz ungewöhnlich tief nach hinten halten, also war eine Kollision mit dem Zielfernglas vorprogrammiert. Das Fadenkreuz stand 10 cm unter dem Widerrist still - ich drückte ab... ich weiß nur, dass ich gut abgekommen war! Von der rechten Augenbraue floss das Blut, ich hatte einen „Jägerstempel“

abbekommen. Mein Begleiter Zieler Paul bestätigte mir, dass der Hirsch gut gezeichnet hatte und verschwand mit einem Satz im Wald. Mein Schussabgabepplatz war in kurzer Zeit mit meinem Blut getränkt, daran labten sich die „verfluchten“ Ameisen! Geschossen habe ich um Punkt 18 Uhr - nun ging es bergwärts den Hirsch zu bergen. Paul, Joachim, der hinzugekommen war, und ich, mit den 50 Meter Bergsteigerseil im Rucksack, brauchten in diesem unwegsamen Gelände eine Stunde um zum erlegten Hirsch zu gelangen. Mit genanntem Bergsteigerseil war es eine Wohltat, den Hirsch an den Baumstämmen abzubremsen. Im Tale angekommen wurde der Hirsch nach der „roten“ Arbeit auf der Traktorschaukel des Siesl Lois mit Zirmzweigen geziert und in das neue Jagdkühlhaus gebracht und dort als erster Hirsch - premieremäßig - aufgehängt und gewogen: 154 kg - Alter 6 bis 7 Jahre. Mehrere Jagdkameraden ließen mich hochleben, nicht nur wegen der Güte



des Geweihes und Wildbrets, auch wegen des Meisterschusses (Herzschuss oder Kuchlschuss). So wie hier oben geschildert, wird dieses Jagderlebnis in meinem Schussbuch, das ich seit 53 Jahren führe, seinen Platz finden.

Eduard Niederkofler - Brugger Edl

Geschichte vom Antholzersee - Teil 2

Eigentumsverhältnisse und Fischereirechte - von Dr. Wilfried Leitgeb

Der Antholzerbach

Der vom See abfließende Antholzerbach ist 19,3 km lang und mündet als rechter Zufluss bei Olang in die Rienz. Der Bach ist sehr fischreich und deswegen bei Fischern sehr beliebt. Das Fischereirecht vom See bis zur Brücke beim Bad Salomonsbrunn war von jeher mit dem Eigentum des Antholzer Sees verbunden.

Jenes aber von Bad Salomonsbrunn talauswärts bis zur Einmündung in die Rienz bei Olang sowie die früher bestandenen Fischweiher und der Fischkalter beim Ansitz Heufler gingen im Jahre 1692 an das Kloster Neustift über, nachdem die damalige Besitzerin ihren Ansitz samt den dazugehörigen Gütern dem Kloster geschenkt hatte. Als das Chorherrenstift im Jahre 1807 von der bayerischen Regierung aufgelöst wurde, ist der Ansitz Heufler versteigert und vom Brunecker Stadtrichter Christoph von Klebelsberg erworben worden. Im Erbweg kam das Anwesen dann in den Besitz der Bozner Adelsfamilie von Mayrhauser und 1953 durch Kauf an Herrn Basilius Unterberger. 1967 verkauften dessen Nachkommen den Ansitz ohne den land- und forstwirtschaftlichen Gütern an die italienische Versicherungsgesellschaft „Latina“ aus Mailand, heute Investmentgesellschaft „Mediolanum“, welche zum Finanzimperium des Silvio Berlusconi gehört. Der Ansitz, der 1580 erbaut wurde, gehört seit 1995 dem Industriellen Reinhold Prugger aus Olang und wird derzeit als Schloss-Hotelbetrieb genutzt.

Das Fischereirevier von Antholz, das von Reinhold Prugger ins Leben gerufen wurde, verwaltet den Gewässerabschnitt vom Auslauf des Antholzer Sees bis zur Brücke beim Hotel Salomonsbrunn und bewirtschaftet auch den Fischweiher in Antholz Niedertal, wo Hobbyangler ihr Glück versuchen können.

Im Bewirtschaftungsverzeichnis des Amtes für Jagd und Fischerei im Assessorat für Landwirtschaft in Bozen scheinen derzeit folgende Personen als Bewirtschafter der nachfolgend angeführten Fischweiden in Antholz auf:

- Nr. 157 Antholzersee (G.p. 1587 in E.Zl. 82/II K.G. Antholz): Bewirtschafter Reinhold Prugger, Oberolang.
- Nr. 158 Antholzerbach vom See bis Salomonsbrunn sowie Zuflüsse (Wiesenbrunn- und Lanegg- oder Diezbach): Bewirtschafter Reinhold Prugger, Oberolang.
- Nr. 159 Antholzerbach von Salomonsbrunn bis zum Wehr in Oberrasen (G.p. 1368 und 1367/3 K.G. Oberrasen): Bewirtschafter Jochen Heuschreck, Olang.
- Nr. 147 Prager Wildsee und Rienz von der Staumauer in Welsberg bis zum Kaserbach bei Percha sowie Unterlauf des Antholzerbaches (= unterhalb des Wehrs in Oberrasen bis zur Einmündung in die Rienz): Bewirtschafter Fischereigemeinschaft Olang, Percha und Salomonsbrunn. Eigentum der Hydros-Montedison bzw. jetzt der Alperia. Früher von Herrn Herbert Gostner für die Pächterin Fipsas (= Federazione italiana Pesca Sportiva e attività subacquee) verwaltet.

Auch im Antholzerbach ist es im Laufe der Zeit immer wieder zu tödlichen Unfällen gekommen, wobei besonders Kleinkinder ins Wasser gefallen oder auch Erwachsene bei Hochwasser und Unwetterkatastrophen verunglückt sind.

Der Ober- oder Stallersee

Am Obersee befand sich ursprünglich eine brixnerische Schwaige, die aber schon früh in eine Alm umgewandelt worden ist. Laut Dr. Karl Wolfsgruber wurde unter der bayrischen Herrschaft im Jahre 1810 die Fischereigrenze auf die Wasserscheide hinauf verlegt, so dass die Stalleralmen und der Obersee nicht mehr zum Gericht Antholz, sondern zu jenem in Lienz gehörten. Das Fischereirecht am Obersee wurde 1832 im Zuge der Restauration der fürstbischöflichen Mensa zu Brixen wieder zurückerstattet. Seit 1860 befand sich das Jagd- und Fischereirecht von der Wasserscheide in Antholz bis hinunter nach Erlsbach anteilmäßig im Eigentum der acht Stalleralmbesitzer, die es 1965 der internationalen Finanzgruppe „Obersee-Erschließungsgesellschaft“ verkauft haben. Schon kurze Zeit später (1968) ging das Fischereirecht jedoch an die Gemein-



Foto aus der Webseite Südtirol.live: Sehenswürdigkeiten, Fischteich in Antholz-Niedertal





Ober- oder Stallersee Richtung Süden

de St. Jakob i. D. über, die es seitdem weiterverpachtet. Seit nunmehr fünf Jahren wird es vom Besitzer des Alpengasthauses Obersee Herrn Gottlieb Taschler verwaltet.

Seit 1919 liegt der Obersee auf österreichischem Staatsgebiet und untersteht der Verwaltung durch die Bezirkshauptmannschaft von Lienz in Osttirol. Der Staller- oder Obersee ist ein reiner Gebirgssee von 12,9 ha auf der Meereshöhe von 2016 m und mit einer Tiefe von 27 m. Er ist „von dunkler Farbe, wenig fischreich und das halbe Jahr zugefroren, besticht aber gleich wie die Stalleralmen mit seiner landschaftlichen Schönheit“, wird in einer alten Reise- und Wanderbeschreibung berichtet. Die Fischarten, die man im Obersee vorfindet, sind hauptsächlich Forellen (Bach-, See- und Regenbogenforellen), Seesaiblinge und Elritzen. Erlaubt ist ausschließlich das Fliegenfischen mit Schonhaken.

Um von Antholz aus zum Obersee zu gelangen, muss man den Stallersattel, seit 1919 auch Staatsgrenze zwischen Italien und Österreich, überqueren. Die Fußstrecke Antholz-Defreggen war bis zum Bau der Pustertalerbahn besonders in den Sommermonaten stark begangen. Schon 1904 sollte über den Stallersattel bis nach Erlsbach in Defreggen eine neue Straße gebaut werden, aber die Antholzer Wirte und der Pfarrer, so berichtet Lehrer Müller, waren dagegen, sodass das Vorhaben nicht realisiert wurde. Die Straße wurde dann von der faschistischen

Militärbehörde in den Jahren 1937 bis 1939 errichtet. Mit dem Bau der Straße von der Defreggerseite zum Sattel im Jahr 1974 war diese natürliche und ideale infrastrukturelle Verbindung zwischen Antholz und dem benachbarten Defereggental geschaffen und die Staatsgrenze wurde auch für PKW freigegeben. Bis zum eben genannten Jahr war nämlich der Obersee nur zu Fuß erreichbar.

Im Sommer 1931 hat Herr Josef Grimm aus der Gemeinde Hopfgarten im Defereggental am Südufer des Sees eine kleine Schutzhütte eröffnet, für welche er die Konzession als Gastwirtschaft erhielt. Laut den Angaben des Herrn Grimm in seinem Lebenslauf, der dem Verfasser dieses Beitrages freundli-



„Kardinal-Innitzer-Hütte“ am Obersee, Bild von Helmut Veider, Gemeinde Hopfgarten i. D., zur Verfügung gestellt

cherweise von Herrn Helmut Veider aus Hopfgarten zur Verfügung gestellt wurde, verzeichnete er schon im ersten Betriebsjahr einen Besuch von 800 Personen in seiner Schutzhütte am Obersee, 1933 waren es sogar schon über 1000 Besucher. Im Sommer 1932 kehrte auch der bekannte Wiener Kardinal Dr. Theodor Innitzer (1875-1955) bei einer seiner Wanderungen (er weilte damals als Sommergast in Huben in Osttirol) in der Oberseehütte ein und war von ihrer schönen Lage am See begeistert. Josef Grimm erbat sich daraufhin vom Kardinal die Erlaubnis, seine Touristenhütte nach ihm benennen zu dürfen, was ihm auch gestattet wurde. So bekam die kleine und bescheidene Jausenstation den stolzen Namen „Kardinal-Innitzer-Hütte“. Als Josef Grimm 1934 aus beruflichen Gründen nach Oberösterreich übersiedeln musste, wurde die Hütte von seinem Bruder Engelbert übernommen und weitergeführt. Er hat zusammen mit der Schützenkompagnie von St. Jakob in Defreggen auf dem Grenzkamm oberhalb der Jausenstation ein großes Heldenkreuz zum Gedenken an alle Gefallenen des 1. Weltkrieges errichtet.

Im Jahre 1949 wurde die Schutzhütte vom Antholzer Anton Wieser erworben, der hier Saison für Saison die einkehrenden Wanderer und Bergsteiger gepflegt und bewirtet hat. Weil der Fremdenverkehr sowohl in Antholz als auch besonders im Defereggental alljährlich einen starken Aufschwung nahm, erbaute Anton Wieser 1960 etwas westlich vom alten Standort ein neues Schutzhaus, wobei er das gesamte Baumaterial von der Antholzerseite herbeischaffen musste. Die offizielle Eröffnung des neuen Gebäudes, welches über 23 Betten und 12 Matratzenlager verfügte, erfolgte am letzten Sonntag im Juli 1961. Im Jahre 1973 übertrug Anton Wieser seinen Besitz auf den Sohn Raimund, der ihn seinerseits 2012 an die Familie des früheren Biathlon-Sportlers und verdienten Biathlon-Funktionärs Gottlieb Taschler veräußerte, der seither das Alpengasthaus Obersee sehr erfolgreich führt.



Foto: Monika Kienlechner

Tiroler Tageszeitung 12.07.2019: Drachenbootrennen

Im Jahr 1999 hat man im Obersee einen von der UNI Innsbruck auf das Alter von 1000 Jahren geschätzten Einbaum entdeckt, der nunmehr in einem Schauraum des Talschaftmuseums „Zeitreise Deferegggen“ in der Gemeinde St. Jakob ausgestellt ist. Die jedes Jahr am Obersee stattfindenden Drachenbootrennen gelten als die weltweit höchstgelegenen Rennen dieser Art.

Eigentumsverhältnisse am Antholzer See samt Fischereirechten

In der Zeit von 1048 bis 1812

Was die Eigentumsverhältnisse und Nutzungsrechte am See und seinen Abflussgewässern angeht, so stand dem jeweiligen Grundherrn die uneingeschränkte Ausübung des Fischereirechtes in den Gewässern seines Hoheitsgebietes zu. Dieses Recht hatten in der Urgeschichte unseres Landes die herrschenden Könige und Kaiser, die diese Privilegien an die Reichsfürsten und Bischöfe, welches Letztere ebenfalls in den Reichsfürstenstand erhoben wurden, als Lehen übertrugen.

Als Kaiser Heinrich der III. am 25. Jänner 1048 in Ulm dem Fürstbischof von Brixen den „großen Forst im Pustertal zwischen Vintl und Welsberg“ im Schenkungswege überließ, waren dabei auch die Fischereirechte inbegriffen. Die Brixner Fürstbischöfe haben die

Fischerei in ihren Hoheitsgewässern nur ganz selten selbst durch eigene Hoffischer ausgeübt, vielmehr wurde sie in Form eines Lehens vorzüglich an gräfliche Familien, wie z.B. an die Grafen von Tirol, Görz, Andechs usw., übertragen. Im Laufe der Zeit sind einige fürstbischöfliche Fischereirechte auch an adelige Familien verkauft worden.

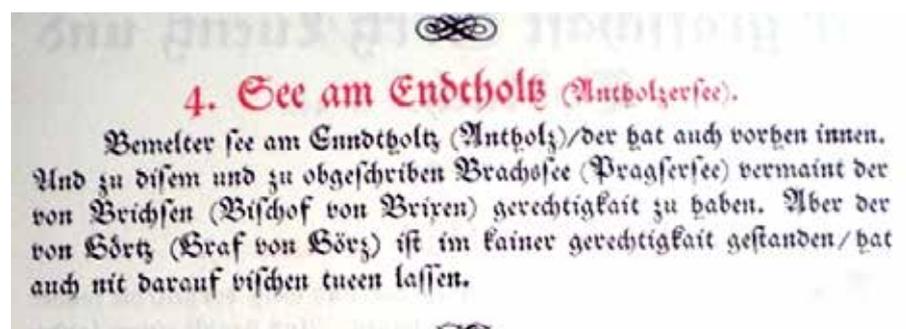
Das fürstbischöfliche Fischereirecht in unserem Tale deckte sich mit den Grenzen des Gerichtes Antholz, das sich von der Schwarzenbachbrücke in Erlsbach im Defreggental (= Grenzmark gegen das Landgericht Virgen) bis zum „alten Steg“ beim Diezenbach (heute Langeggerbach) beim „Bad Salmanprunnen“ (heute Bad Salomonsbrunn) erstreckte. Die Fischerei innerhalb des Gerichtssprengels bezog sich demnach auf den Antholzersee, auch der Spitalsee oder der Untere See genannt, auf den Oberen See, auch Staller- oder Almsee genannt, den Antholzerbach und den Schwarzenbach

bis zur Defregger Gerichtsgrenze in Erlsbach. Fürstbischöfliche Fischlehen im Pustertal bestanden laut den alten Urbaren (= Grundbesitz- und Steuerverzeichnisse) neben Antholz auch in Nieldervintl, Stegen, Prags und Andechs.

Die Lehensfischer von Antholz mussten sich an die jeweils geltende Fischereiverordnung (Verwendung von Fischereigeräten, Schonung der Brut, Mindestgröße der fangbaren Fische, Einhaltung der Fangzeiten usw.) halten und für die Neubesetzung des Fischbestandes in den Gewässern sorgen. Zu letzterem Zweck waren in Antholz Mittertal zwei Weiher als Fischkalter angelegt (= eine Art Käfig, der ins Wasser gesenkt war, um dort die gefangenen Fische bis zu ihrer Entnahme unter natürlichen Bedingungen halten zu können).

Der Antholzer Lehensfischer musste für die fürstbischöfliche Hoftafel in Brixen alljährlich 1½ Zentner Fische im bischöflichen Amtshaus in Bruneck abliefern. In einer Verordnung von 1628 wird diese Lieferung insofern genau präzisiert, als jeden Donnerstag von Georgi bis Allerheiligen jeweils 16 Stück schöne Seefische nach Bruneck geliefert werden mussten, von wo sie daraufhin vom Amtmann an die fürstbischöfliche Mensa nach Brixen weiter zu transportieren waren. Zusätzlich musste der Lehensfischer auch einen Fischzins in Geld entrichten, der im Jahre 1803 72 Gulden ausmachte und damit den höchsten Betrag darstellte, der von allen Fischern des Brixner Hochstiftes zu entrichten war.

Als Entgelt für seinen Dienst durfte



Auszug aus dem Fischereibuch von Kaiser Maximilian I. vom Jahr 1504



der Lehensfischer die für seinen Familienbedarf erforderliche Menge an Fischen behalten. Nur in Ausnahmefällen (bei Hochzeiten, an Kranke usw.) war es ihm gestattet, Fische an Dritte zu verkaufen. Mit dem Fischlehen war auch die Nutzung des Fischerhauses und einiger Grundstücke sowie der Bezug von einigen Getreidezehnten verbunden. Die Fischerhütte und das Fischerboot, die sich sowohl am Unteren als auch am Oberen See befanden, wurden auf Kosten des Fürstbischofs in Stand gehalten. Der Lehensfischer war in wirtschaftlicher Hinsicht einigermaßen gut abgesichert, reich wurde er aber mit seiner Tätigkeit nicht.

Die Ausübung des Fischereirechtes in Antholz wird wohl von Anfang an durch beauftragte Lehensfischer erfolgt sein. Der Stadtrichter von Bruneck, dem zugleich das Gericht Antholz unterstand, hatte demnach auch die Aufsicht über die Fischweiden und Jagdreviere im Antholzer Gerichtsgebiet. Er musste darauf achten, dass niemand ohne Erlaubnis der Herrschaft zu fischen oder auf die Jagd ging. Für die Fischerei wurde der Lehensfischer und für die Jagd in der Regel zwei Aufsichtsjäger bestellt, die dem Amtmann in Bruneck unterstellt waren.

Aus den Urbaren des Brixner Hochstiftes (ab 1250) und aus den Verfabüchern des Gerichtes Antholz (1630-1806) sind uns die Namen der herrschaftlichen Lehensfischer bekannt. Als erster scheint Christian Reinisch als solcher auf. Den Großteil der herrschaftlichen Lehensfischer stellte jedoch die Familie Paßler (von Anfang an bis 1523 und dann wieder ab 1600 bis 1703), die ihren Stammsitz beim Hinterpaßler hatten und bis ins 17. Jahrhundert hinein eines der mächtigsten und angesehensten Geschlechter in Antholz waren. Diese Behauptung lässt sich damit begründen, dass bei Taufen oder Hochzeiten ihrer Nachkommen angesehene weltliche (Land- oder Stadtrichter, Adelige) und kirchliche Würdenträger (Pfarrer, Kanoniker) die Patenschaft übernahmen

bzw. als Trauzeugen fungierten. Die Familien Paßler mit Nebenlinien besaßen um 1600 den Großteil der Höfe im Antholzertalschluss, und zwar neben Hinterpaßler auch Vorderpaßler, Steinzger, Lexhuber, Kühelechner und kurzzeitig auch Antenhof.

Im Jahre 1523 wurde vom Fürstbischof Sebastian Spreng das Antholzer Fischlehen der Familie Paßler entzogen und dem Balthasar Unterberger zugeteilt, weil Hans Paßler, der Vater des berühmterberühmten Peter Paßler, der 1525 als Bauernrebell in die Tiroler Geschichte eingegangen ist, wegen seiner Sympathie für die Ideen der Reformation und wahrscheinlich auch wegen der persönlichen Teilnahme an revolutionären und protestantischen Umtrieben beim Bischof in Ungnade gefallen war und deshalb Antholz verlassen musste.

Um 1600 scheint ein zugewanderter Weber namens Wolfgang Wiesstentain als Lehensfischer in Antholz auf, dessen Tochter Barbara mit Carl Paßler verheiratet war. Weil auch dieser nur Töchter als Nachkommen hatte, wurde sein Schwiegersohn Bartholomäus Gogl, der mit der Paßlertochter Sophia verheiratet war, als „fürstlich Brixnerischer Herrschaftsfischer“ eingesetzt. Barthlmä Gogl und Sophia Paßler lebten zu Vierbrunn und waren die Eltern des Abraham Gogl, der am 20. Mai 1689 zusammen mit der Brigitta Paßler, einer Verwandten der Gattin des Lehensfishers, auf dem Antholzersee ertrunken ist. Aufgrund dieser Tatsache ist es auch erklärbar, dass Abraham Gogl als Sohn des Herrschaftsfishers den Fischerkahn am See benutzen durfte. Von diesem tragischen Unglück kündigt das Marterl am vorderen Ufer des Antholzer Sees (Bericht siehe Gemeindeblatt 2020-02).

Von 1703 bis 1812 schließlich befand sich das fürstbischöfliche Fischereirecht in Händen der Familie Meßner, einer Seitenlinie der Kaltenhauser, wobei Melchior Meßner und dessen Sohn Kaspar Meßner die beiden letzten

fürstbischöflichen Fischer in Antholz waren. Kaspar Meßner, der ledig blieb, ist am 11. Juli 1832 im hohen Alter von 80 ½ Jahren an Entkräftung gestorben.

Die herrschaftlichen Fischer wohnten ursprünglich beim Altenfischer und übersiedelten dann ins Fischerhäusl, welches Jakob Paßler, Steinzgerbauer, im Jahre 1812 um den Preis von 1150 Gulden von der bayrischen Finanzdirektion erworben hat. Diese „Behausung so zum Fischlehen in Antholz gehörig samt Futterhaus mit Stadel und Stallung und ein Krautgartl von 28 Klaftern“, später das Steinzgerische Fischerhäusl genannt, ist 1929 von Andrä Leitgeb angekauft und zur Ausübung der Handelstätigkeit entsprechend umgebaut worden. Das Altenfischerhaus, das laut Vertrag vom 03.07.1801 einen Wert von 405 Gulden hatte, wurde von der damaligen Besitzerin Helena Meßner geborene Brunner, Witwe des Mathias Meßner, Unterstolz, je zur Hälfte auf ihre Kinder Anna und Josef Meßner aufgeteilt.

Georg Brugger aus St. Georgen, der 1812 den Antholzer See samt der Fischerei vom bayrischen Königreich erwarb, hauste mit seiner großen Familie von 1812 bis 1819 beim Hinterhofer in Obertal, bis er dann 1819 in sein, ober der Gasse östlich vom Angerhäusl neu erbauten Haus, Neufischer genannt, übersiedeln konnte. Neben dem Haus legte er zwei Fischweiher an, sodass er den ursprünglichen herrschaftlichen Fischweiher in der Außerwegerau an Peter Steiner, Innersießlbauer, verkaufen konnte.

An dieser Stelle ist festzuhalten, dass es den Besitzern der Küchenmairhöfe in Antholz Niedertal von alters her gestattet war, „bei trübem Wasser zu fischen und durchstreifende Vögel mit der Flinte zu schießen“. Die aus dem Antholzerbach zu entnehmenden Mengen an Fischen durften aber nur dem Eigenbedarf dienen.

„Der Teil 3 dieses Artikels folgt in der März-Ausgabe des Gemeindeblattes“

Am Antholzer See



Der Antholzer Wildsee mit dem 1898 von Eduard Toldt erbauten Touristenhaus • Aquarell - Verlag-Reisch Meran



Der Antholzer Wildsee gegen die Rieserferner • Aquarell - Verlag-Reisch Meran



Die Seehäuser in den 1930er Jahren • Foto: Fränzl - Bozen



Terrasse am See • Foto: Fränzl - Bozen

Bis zu Beginn des Zweiten Weltkrieges war der Antholzer See nicht nur das Ziel fremder Sommergäste. Auch viele Einheimische machten sonntags gerne einen Ausflug zum See. Besonders beliebt bei Jung und Alt waren die Bootsfahrten - nach der Heumahd in den Obertaler Wiesen nutzten viele die Gelegenheit zum Schiffl furn.



Fam. Zingerle, Siebenter • Foto: Josef Pallhuber, Hellstein



Fam. Pallhuber, Hellsteiner mit Dienstboten
Foto: Josef Pallhuber, Hellstein



Kaltenhauser Dienstboten • Foto: unbekannt



Besser durch die Wechseljahre kommen

■ Die Apothekerin Dr. Roberta Olivotto informiert:



Dr. Roberta Olivotto

Die Menopause ist das endgültige Ausbleiben der Menstruation (in der Regel zwischen dem 45. und 55. Lebensjahr), das auf die Erschöpfung der Eierstockaktivität und damit der Östrogenproduktion zurückzuführen ist.

Östrogene sind Hormone, die die Gebärmutter auf eine Schwangerschaft vorbereiten und deshalb ab einem bestimmten Alter nicht mehr produziert werden, um zu vermeiden, dass man zu spät Kinder bekommt.

Unter diesem Gesichtspunkt sind die Wechseljahre ein physiologisches und wünschenswertes Phänomen. Die Östrogene haben aber auch noch andere Funktionen im weiblichen Körper, so dass ihr Rückgang (Prämenopause) und ihr Verschwinden (Menopause) mitunter von mehr oder weniger schwerwiegenden und lästigen Störungen und Veränderungen begleitet sein können, die das psychophysische Wohlbefinden und die Lebensqualität insgesamt beeinträchtigen. Jede Frau erlebt diese hormonellen Veränderungen anders: Manche Frauen sind nur geringfügig betroffen, andere stärker. Vor allem psychophysische Beschwerden sind subjektiv und veränderbar, weil sie Beziehungen, Gefühle und den persönlichen Bereich stärker betreffen als andere.

Wechseljahrsbeschwerden können sich folgendermaßen auswirken:

1) Herz-Kreislauf-System:

Hitzewallungen am Tag und in der Nacht (Östrogenmangel verursacht eine plötzliche Zunahme der oberflächlichen Durchblutung) mit starkem Schwitzen und Erschöpfung

- erhöhtes kardiovaskuläres Risiko (Östrogen schützt die Arterienwände, indem es die Produktion von gutem Cholesterin anregt)
- hoher Blutdruck

2) den knöchernen, gelenkigen und muskulären Bindegewebsapparat (Östrogene erhalten die Trophik der verschiedenen Komponenten dieses Apparates. Ihre Abnahme begünstigt Arthrose, entzündliche Prozesse und Schmerzen)

- Knochenschwäche und Osteoporose
- Verlust von Muskeltonus und Leistungsfähigkeit
- Weichteilschäden an Sehnen und Bändern
- Verminderung des Knorpelvolumens
- Verlust der Hauttrophik
- Verlust der Spannkraft der sekundären Geschlechtsorgane (Brüste, Gesäß, Vaginalschleimhaut mit Unbehagen und Schmerzen beim Geschlechtsverkehr).

3) Fettgewebe:

- Gewichtszunahme und Zunahme des viszeralen Fettes

4) Das zentrale Nervensystem

- Nervosität, Reizbarkeit, Schlaflosigkeit, Gedächtnisverlust und Konzentrationsstörungen
- Verlust des sexuellen Verlangens

5) Das Immunsystem

Es liegt auf der Hand, dass eine Frau, die unter diesen Arten von Störungen leidet, nicht nur mit der spezifischen

Beschwerden konfrontiert wird, sondern auch plötzlich mit dem Problem ihres eigenen Alterns.

Deshalb bin ich der Meinung, dass das Problem der Wechseljahre ernsthaft, einfühlsam und modern angegangen werden muss, denn angesichts der steigenden Lebenserwartung kann und darf sich eine Frau zwischen 45 und 60 Jahren nicht alt fühlen, weder in ihrer Bewegung noch in ihrem Aussehen, noch in ihren kognitiven Funktionen, noch in ihrem Sexualleben. Jede Frau ist individuell und diese wertvolle Einzigartigkeit sollte in dieser Zeit bedeutender Veränderungen gewürdigt und im Auge behalten werden.

Je nach Art der Störung umfasst der therapeutische Ansatz folgendes:

- pharmakologische Hormonergänzung (Ersatz der weiblichen Geschlechtshormone durch synthetische Hormone in angemessener Dosierung, um die durch den Mangel verursachten Schäden auszugleichen, ohne den Zyklus neu zu starten, wobei das Alter der Frau zu berücksichtigen ist. Bei vorzeitiger Menopause - vor dem 45. Lebensjahr - kann der Arzt beschließen, den Zyklus mit einer Antibabypille zu verlängern und das Problem auf ein angemesseneres Alter zu verschieben. Für diesen Ansatz ist eine ärztliche Verschreibung erforderlich.
- Nahrungsergänzungsmittel basierend auf Pflanzen, die natürliche hormonähnliche Wirkstoffe enthalten (Silberkerze, Rotklee, Soja-Isoflavone, Dioscorrea, Salbei)
- Nahrungsergänzungsmittel mit Mineralien und Vitaminen zur Unterstützung des Knochen-Gelenk-, Muskel- und Hautbindegewebes (Kalzium, Magnesium, Phosphor, Zink, Vitamin D, Aminosäuren) und des Salzverlustes durch Schwitzen (Magnesium, Kalium, Natrium)

- Integration mit Antioxidantien, Kollagen, Hyaluronsäure, Aminosäuren, Vitaminen und Mineralien zur Unterstützung des Hautgewebes gegen die Zeichen der Hautalterung.
- Vitamin- und Mineralstoffunterstützung für die Hormonfunktionen (Selen-Zink)
- Unterstützung für das Nervensystem
- Hilfe mit homöopathischen Produkten und Knospensextrakten

Da die Beschwerden in den Wechseljahren von Frau zu Frau unterschiedlich sein können, ist es immer ratsam, mit Hilfe Ihres Arztes oder Apothekers die richtige Behandlung zu wählen. Aufgrund der Komplexität der Beschwerden, die mit den Wechseljahren in Zusammenhang stehen können, und der großen Bandbreite an therapeutischen Möglichkeiten ist es sehr wichtig, Ihrem Apotheker oder Arzt sowohl den Teilnutzen der Therapie als auch einen eventuellen Therapieausfall mitzuteilen, um die laufende Therapie anzupassen oder eine alternative Lösung zu finden.

Beschreibung einiger natürlicher Heilmittel für die Menopause

Hitzewallungen

SALBEI TEE (*Salvia officinalis*)

Ein altes Hausmittel, das wegen seiner abschwellenden Wirkung unbedingt ausprobiert werden sollte: Zwei Teelöffel getrocknete Salbeiblätter 10 Minuten lang in 150 ml kochendem Wasser ziehen lassen. Trinken Sie je nach Bedarf 2-3 Tassen pro Tag. Wenn Sie frischen Salbei haben, verwenden Sie die vor der Blüte gepflückten Blätter. Alternativ können drei Tropfen des ätherischen Öls Salbei in einem Kräutertee aus Schafgarbe, Frauenmantel, Hirtentäschel, Himbeere und Passionsblume verwendet werden. Salbei ist bei Gebärmutterblutungen kontraindiziert. Salbei ist auch nützlich bei anovulatorischen Zyklen und Amenorrhoe auf-



Salbei

grund seiner blutbildenden Wirkung, d. h. er ist in der Lage, den Blutfluss in der Beckenregion zu fördern.

SILBERKERZE UND ROTKLEE

Die Kombination von Extrakten dieser beiden Pflanzen mit synergistischer östrogenen Wirkung ist eine große Hilfe bei Wechseljahrsbeschwerden, insbesondere bei Hitzewallungen. Silberkerze (*Cimicifuga racemosa* L.) gehört zur Familie der Hahnenfußgewächse (Ranunculaceae). Sie ist eine mehrjährige Pflanze, die in Nordamerika beheimatet ist. Sie bevorzugt schattige, feuchte Waldstandorte. Diese Pflanze wurde traditionell in der Frauenwelt verwendet. Amerikanische Ureinwohner und spätere Siedler waren die ersten, die es bei Menstruations- und Wechseljahrsbeschwerden einsetzten. Sie wurde Squaw Root genannt, weil die Frauen ihres Volkes



Silberkerze



Rotklee

sie zur Erleichterung der Geburt benutzten und ihre Anwendung auf eine breite Palette von gynäkologischen Erkrankungen ausdehnten. Seine Wirkung gegen Hitzewallungen und andere Wechseljahrsbeschwerden ist auf seinen Reichtum an Triterpenglykosiden (Cimifugosid und Actein) zurückzuführen.

Rotklee (*Trifolium pratense*) ist eine mehrjährige Pflanze, die in vielen Ländern der Welt als Futterpflanze angebaut wird. Diese Pflanze ist reich an Isoflavonen, die in der Leber in Phytoöstrogene umgewandelt werden, die sich an die Östrogenrezeptoren binden können. Der Trockenextrakt aus Rotklee hat sich als nützlich erwiesen, um Wechseljahrsbeschwerden, insbesondere Hitzewallungen, zu lindern.

HIMBEERE KNOSPEN GLYCERINMAZERAT (*Rubus idaeus*)

Die Himbeere ist nicht nur eine schmackhafte Frucht, sondern ihre Pflanze ist ein wertvoller Verbündeter für Frauen mit hormonellen Problemen.

Der Himbeerknospenextrakt ist besonders geeignet für die Regulierung der Hypothalamus-Hypophysen-Gonaden-Achse, d. h. der Verbindung zwischen dem zentralen Nervensystem, dem für die Hormonproduktion zuständigen endokrinen System und dem Fortpflanzungssystem. Es ist da-





Himbeere

her nützlich als Ergänzung bei der Behandlung von: vorzeitiger Menopause, rezidivierender Blasenentzündung in den Wechseljahren (in Verbindung mit *Vaccinum vitis* MG), Dysmenorrhoe, Mastopathie, Fibrome, endokrine Seneszenz (Alterung), Hypogonadismus.

Homöopathische Mittel

Die Homöopathie bietet im Gegensatz zur Phytotherapie und zu Nahrungsergänzungsmitteln die Möglichkeit, sowohl die körperlichen als auch die seelischen und geistigen Störungen im Zusammenhang mit den Wechseljahren zu behandeln.

Da es sich bei der Homöopathie um ein sehr präzises Arzneimittel handelt, das sorgfältig nach den Symptomen des Patienten und seinen konstitutionellen und charakterlichen Merkmalen ausgewählt werden muss, gibt dieser Auszug nur einen allgemeinen Hinweis, der Ihnen helfen soll, die Unterschiede zwischen den homöopathischen Mitteln und deren Potenzial zu verstehen.

SEPIA OFFICINALIS

(aus getrockneter Sepia-Tinte):

Frauen, die dieses Mittel brauchen, fühlen sich nervös, reizbar, von ihren Männern nicht verstanden. Sie fühlen sich von ihren Ehemännern losgelöst und haben ihr sexuelles Verlangen verloren. Sie gehen lieber zur Arbeit, als zu Hause zu bleiben und sich um die Familie zu kümmern. Obwohl sie ihrer Familie und ihren Kindern gegenüber sehr pflichtbewusst sind, fühlen sie

keine wirkliche emotionale Bindung zu ihnen. Der Mangel an emotionaler Bindung führt dazu, dass sie nicht eifersüchtig sind, wenn ihr Mann keine Zeit mit ihnen verbringt. Sie ziehen es vor, allein zu sein, in Ruhe gelassen zu werden. Dies kann auf einen Rückgang der weiblichen Sexualhormone in den Wechseljahren oder auf Überarbeitung zurückzuführen sein. Es gibt auch Frauen, die diese Eigenschaften von Natur aus haben. Frauen, die Sepia brauchen, fühlen sich nicht mehr wie früher, sie sehen sich im Spiegel als hässlich an, ihre Haut wird schlaff, es entsteht ein allgemeiner Zustand der Schläffheit. Alles fällt herunter, Augenlider, Brüste sind schlaff, Haarausfall durch hormonelle Ursachen. Vorfall der Gebärmutter, leichte Inkontinenz beim Husten. Mit Bewegung fühlen Sie sich besser. Nächtliche Schweißausbrüche, insbesondere in der Brust, Schlaflosigkeit. Fröstelnde Frauen mit Hitzewallungen. Schlechte Laune, alles zu Hause lastet auf ihr, sie ist deprimiert. Lässt sich nicht gerne trösten. Wird ablehnend, wenn ihr Mann Nähe sucht. Sepia hat die Fähigkeit, diese Frauen in eine gute Stimmung zu versetzen, sie weniger reizbar zu machen und mehr in die familiären Beziehungen einzubeziehen.



LACHESIS MUTUS

(Gift der Schlange *Lachesis mutus*):

Frauen, die Lachesis benötigen, erinnern sich auch nach Jahren noch genau an den Moment, als sie in die Wechseljahre kamen. Von diesem Moment an fühlten sie sich krank, denn der Menstruationsfluss hatte die Fähigkeit, alle ihre Beschwerden zu verbessern. Hitzewallungen, Erstickungsgefühle, sie müssen sich den Hals freihalten, sie können nichts um den

Hals tragen. Leicht erregbare Frauen, abwechselnd erregbar und depressiv, starke Sensibilität, starke Sexualität, verführerisch, sehr gesprächig – sie wechseln in einem Gespräch von einem Thema zum nächsten. Nervosität, Eifersucht, unruhiger Schlaf mit Alpträumen, Herzklopfen, Tachykardie, Bluthochdruck, Krampfadern, Hämorrhoiden, pulsierende Kopfschmerzen, Verbesserung mit frischen Temperaturen/Abkühlung.

PULSATILLA PRATENSIS

(Blume):

Frauen, die Pulsatilla brauchen, sind mild, schüchtern, emotional und weinen leicht. Ihre Augen füllen sich mit Tränen, wenn man sie unhöflich anspricht. Sie wollen getröstet werden, sie wollen nette Worte hören, sie wollen Mut zugesprochen bekommen. Sie wollen, dass die Menschen mit ihnen sympathisieren. Sie können aggressiv werden, um die Aufmerksamkeit ihres Mannes zu manipulieren. Sie tun dies, indem sie weinen, damit der Ehemann freundlich zu ihnen ist. Der Ehemann weiß, dass sie sich beruhigen wird, wenn er freundlich ist. Selbst in der Wut steckt ein gewisses Maß an Süße. Sie wollen sich geliebt fühlen. Sie brauchen eine Umarmung, sie brauchen Zuneigung - sehr emotional. Sie haben keine große Sexualität, sie brauchen eher Zärtlichkeit. Im Gegensatz zu Sepia sind sie sehr emotional, sie sind sehr liebevolle Mütter und Ehefrauen. Sie lieben Gesellschaft und wenn es ihnen schlecht geht, finden sie Trost im Trösten. Hitzewallungen mit starker Stauung, Rötung. Sie sind warm und fühlen sich an der frischen Luft wohler. Bei Hitzewallungen gehen sie zum Fenster und öffnen es, auch wenn sie nicht zu Hause sind. Sie müssen das Fenster immer ein wenig geöffnet halten, weil die Luftzirkulation für diese Menschen von großem Nutzen ist. Große Hitze und brennende Füße in der Nacht.

Eine weitere großartige Eigenschaft der Perlen, die Pulsatilla benötigen, ist die Wandelbarkeit. Sie können deprimiert sein, und dann kommt jemand,

der ihnen Gesellschaft leistet, und sie werden glücklich, die Schmerzen ändern ihre Position, ihre Intensität - es gibt eine große Variabilität aller Symptome. An einem Tag sind die Schmerzen in der Schulter, am nächsten Tag im Knie und am übernächsten Tag in einer anderen Stelle. Sie verbessern sich bei sanften Bewegungen, beim Gehen. Furcht vor Wahnsinn. Wenig Durst.

Menopause und osteoartikuläres Wohlbefinden

Knochen sind lebendes Gewebe, das sich ständig verändert. In ihnen gibt es Zellen, die Osteoklasten genannt werden, deren Aufgabe es ist, den alten Knochen abzubauen, und andere Zellen, die Osteoblasten, deren Aufgabe es ist, den neuen Knochen wieder aufzubauen. Damit die Knochen stark und gesund bleiben, müssen diese beiden Prozesse in einem ausgewogenen Verhältnis zueinander stehen. Östrogene sind Hormone, die den Knochenumbau positiv beeinflussen. In den Wechseljahren führt der Östrogenmangel zu einer Abnahme der Knochendichte und Osteoporose, bei der die Knochen wie Schwämme durchlöchert und schwach und bruchgefährdet werden. Ein zweites wichtiges Mineral für den Knochenaufbau ist Magnesium. Da die Knochenmatrix hauptsächlich aus Kalziumphosphat besteht, besteht der herkömmliche therapeutische Ansatz zur Vorbeugung und Behandlung von Osteoporose in der Zufuhr von Kalzium und Vitamin D.

Vitamin D ist notwendig für die Aufnahme von Kalzium, Phosphor und Magnesium im Darm. Außerdem fördert es die Ablagerung von Kalzium in den Knochen.

Bei Osteoporose kann der Arzt es für notwendig halten, die Knochen mit einem Medikament auf der Basis von Bisphosphonaten (Alendronsäure und ihre Derivate) zusätzlich zu unterstüt-

zen. Bisphosphonate lagern sich in den Knochen ab, wirken auf die Aktivität der Osteoklasten ein und verhindern den Knochenabbau.

Der richtige pH-Wert im Körper (das richtige Maß von Säuren und Basen im Körper) wird durch die mit der Nahrung zugeführten Mineralien und die durch den Knochenumsatz zugeführten Mineralien aufrechterhalten.

Eine basische Ernährung (wenig rotes Fleisch und viel Gemüse und Obst) oder die Ergänzung mit basischen Pulvern (Basenpulver-Basicades-Basic etc.), die Kalzium, Magnesium, Zink, Phosphat und Bikarbonat enthalten, verhindern, dass der Körper für die Entsäuerungsprozesse, die für ein gutes Säure-Basen-Gleichgewicht notwendig sind, auf die in den Knochen vorhandenen Mineralien angewiesen ist. Dies ist auch wichtig, um Verformungen und entzündliche Prozesse in den Gelenken zu verhindern.

WEISSTANNE KNOSPEN GLYZERINMAZERAT (*Abies pectinata*)

Vielleicht weiß nicht jeder, dass die Knospen der Weißtanne fantastische remineralisierende Eigenschaften haben. Sie werden in einer Lösung aus Alkohol und Glycerin mazeriert und können dann in Form von Tropfen (20 bis 60 Tropfen zweimal täglich) zur Förderung der Knochenverkalkung nach Knochenbrüchen, zur Erhaltung der Knochengesundheit in den Wechseljahren und zur Förderung des Knochenwachstums bei Kindern verwendet werden.



Weißtanne

SCHÜSSLER-SALZE IN DEN WECHSELJAHREN

Nr. 2 CALCIUM PHOSPHORICUM D6:

allein oder in Kombination mit dem Schüssler Salz Nr. 1 Calcium Fluoratum, ist dieses Salz nützlich bei allen Knochenerkrankungen, Nervenerkrankungen, Müdigkeit, Schlaflosigkeit. Es wirkt langsam und sollte über einen längeren Zeitraum (2-6 Monate) eingenommen werden.

Nr. 11 SILICEA D12:

wichtig für den Kalziumstoffwechsel, Silicea fördert die Aufnahme und Verwertung aller Mineralien. Nützlich für das Wohlbefinden von Knochen, Nägeln und Haaren. Silicea stimuliert auch die Kollagenbildung und hilft, die Haut straff und widerstandsfähig zu halten.

Nr. 7 MAGNESIUM PHOSPHORICUM D6:

wichtig für die Knochen, das Nervensystem und die Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Problemen und die Verbesserung des Blutflusses. Fördert den Schlaf.

Nr. 3 FERRUM PHOSPHORICUM D12:

nützlich bei Hitzewallungen und Hautrötungen.



Schüssler Salze



Die heilige Nacht

Gesegnet sei die heilige Nacht,
die uns das Licht der Welt gebracht!

Wohl unterm lieben Himmelszelt
die Hirten lagen auf dem Feld.

Ein Engel Gottes, licht und klar,
mit seinem Gruß tritt auf sie dar.

Vor Angst sie decken ihr Angesicht,
da spricht der Engel: „Fürcht't euch nicht!“

„Ich verkünd euch große Freud:
Der Heiland ist geboren heut.“

Da gehn die Hirten hin in Eil,
zu schau'n mit Augen das ewig Heil;

zu singen dem süßen Gast Willkomm,
zu bringen ihm ein Lämmlein fromm.

Bald kommen auch gezogen fern
die heiligen drei König' mit ihrem Stern.

Sie knieen vor dem Kindlein hold,
schenken ihm Myrrhen, Weihrauch, Gold.

Vom Himmel hoch der Engel Heer
frohlocket: „Gott in der Höh sei Ehr!“

[Eduard Mörike]

