



Kichenkonzert der Polizeimusik Tirol

Kapellmeister FI Michael Geisler, Heimleiter Arnold Kreil, Bürgermeister Manfred Schafferer, Obfrau Gabriela Huter, Musikoffizier Oberst Manfred Dummer und Vikar Josef Schmölzer freuen sich über den Erlös der Veranstaltung.

Seite 3

Die nächste öffentliche

Gemeinderatssitzung

findet am Donnerstag, den 19. Jänner 2023 um 18:00 Uhr, im Sitzungssaal des Gemeindeamtes statt.

Die Sitzung wird live in Gebärdensprache übersetzt.



AUS DEM INHALT:

Gemeinebudget 2023 **Seite 4**

Spendenaktion der Schildkrötengruppe **Seite 10**

Gratisskitag am Glungezer **Seite 12**



Beantragung Heiz- und Energiekostenzuschuss

Die Einreichfrist für diesen Zuschuss wurde nun vom Land Tirol um drei Monate bis zum 31.3.2023 verlängert. Mit dem Heiz- und Energiekostenzuschuss des Landes Tirol können Bezugsberechtigte bis zu 500 Euro beim Land Tirol an Förderungen für die Heizperiode 2022/2023 abholen.



Im Rahmen der aktuellen Teuerung steigen auch die Heiz- und Energiekosten beträchtlich. Als Gegenmaßnahmen bietet nun das Land Tirol einen Heiz- und Energiekostenzuschuss an.

Eine Förderung ist grundsätzlich etwa beim Energiekostenzuschuss bereits ab einem monatlichen Einkommen von 1.900 Euro bei alleinstehenden Personen möglich. Die Einkommensgrenzen erhöhen sich je nach Anzahl der im Haushalt lebenden Personen.

Erstmalig kann dieser Antrag auch online gestellt werden. Alle Formulare stehen unter www.tirol.gv.at/heizkostenzuschuss zur Verfügung. Wichtig ist, dass Antragstellende die entsprechenden Beilagen (beispielsweise Haushalts- bzw. Meldebestätigung sowie Nachweis der Monatseinkünfte) dem Antrag beilegen bzw. anhängen. Ansonsten kann man sich, wie bisher, das dafür nötige Formular im Sozialamt abholen. Die Informationen bzgl. Richtlinien und Netto-Einkommensgrenzen finden Sie auf der Homepage der Gemeinde Absam (www.absam.at).

Für weitere Fragen steht das Sozialamt der Gemeinde Absam (05223/56489-212 oder sozialamt@absam.at) zur Verfügung.

MÜLLKALENDER

Der Müllkalender inkl. Abholtag nach Straßen liegt im Gemeindeamt und Recyclinghof auf, oder kann auf der Gemeindehomepage (www.absam.at) abgerufen werden.

Aus dem Gemeinderat

Der Gemeinderat hat in der Sitzung am 16. Dezember 2022 u.a. Folgendes beschlossen:

Änderungen Örtliches Raumordnungskonzept ÖRK und eFWP – elektronische Flächenwidmungsplan:

ÖRK-Ö-21 + eFWP – F-43

Die Auflage des Entwurfes über die Erlassung der Änderung des ÖRK - Ö-21 mit der Aufhebung der forstwirtschaftlichen Freihaltefläche und Kennzeichnung als Sondernutzung sowie der Änderung des Flächenwidmungsplanes eFWP - F-43 von Freiland in Sonderfläche - Parkplatz (SPp) auf Gst.Nr. 2072/4, KG Absam, im Bereich Walderstraße - Nord / Loipe.

ÖRK-Ö-22 + eFWP – F44

Die Auflage des Entwurfes über die Erlassung der Änderung des ÖRK - Ö-22 mit der Aufhebung der forstwirtschaftlichen Freihaltefläche und Kennzeichnung als Sondernutzung sowie der Änderung des Flächenwidmungsplanes eFWP - F-44 von Freiland in Sonderfläche - Parkplatz (SPp) auf der Gst.Nr. 2072/5, KG Absam, im Bereich Walderstraße - Süd / Bogner Aste.

eFWP – F-47

Die Auflage des Entwurfes über die Erlassung der Änderung des Flächenwidmungsplanes eFWP - F-47 von allgemeinem Mischgebiet in landwirtschaftliches Mischgebiet auf Gst.Nr. 267/1, KG Absam, im Bereich Dörfelstr. 45.

Bebauungsplanänderungen:

Bebauungsplan B- 686:

Die Auflage des Entwurfes über die Erlassung des Bebauungsplanes B-686 im Bereich des Grundstückes mit Gst.Nr. 2053/4, KG Absam, Halltal 9, wurde beschlossen.

Bebauungsplan B- 689:

Die Auflage des Entwurfes über die Erlassung des Bebauungsplanes B-689 im Bereich des Grundstückes mit Gst.Nr. 1433/2, KG Absam, Maderspergerstr. 1, wurde beschlossen.

Impressum

Herausgeber und Medieninhaber: Gemeinde Absam, 6067 Absam, Jahrgang 25, www.absam.at

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

Satz, Layout und Anzeigenverwaltung: Werbeagentur Ingenhaeff-Beerenkamp, 6067 Absam, lisa@i-b.at

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

Offenlegung nach § 25 Mediengesetz:

Grundlegende Blattrichtung: Amtliche Mitteilungen und Berichte der Gemeindeverwaltung

Redaktionsschluss

Redaktionsschluss
der nächsten Absamer Zeitung:

13. Jänner 2023

Kirchenkonzert der Polizeimusik in St. Josef Absam-Eichat

Anlässlich der 50 Jahr-Feier der Pfarre St. Josef spielte die Polizeimusik Tirol als finaler Höhepunkt am 2. November ein Kirchenkonzert in der Pfarrkirche. Der Erlös wurde für einen sozialen Zweck gespendet.



Schafferer dankte der Obfrau und seinen Polizeikollegen für die Durchführung und soziale Spende an das Haus für Senioren.

Ein großer Dank gebührt aber auch allen Besucherinnen und Besuchern der Veranstaltungen, denn diese haben die Feierlichkeiten zu etwas ganz Besonderem gemacht und die Erwartungen der Organisatoren bei weitem übertroffen.

Obfrau Gabriela Huter durfte einen Scheck in der Höhe von 2.500 Euro überreichen.

60 MusikerInnen lieferten unter der musikalischen Leitung von Kapellmeister Michael Geisler ein beeindruckendes Konzert ab und begeisterten das Publikum. Der Obmann der Polizeimusik – Erwin Vögele – führte mit gefühlvollen Worten und der Situation angepassten Texten durch das Programm und gedachte dabei auch an verstorbene Polizeikollegen.

Großzügige Spenden der Konzertbesucher, der Gemeinde Absam und einiger Absamer Firmen (Fa. Larcher, Herr Fuchs, Raiba Absam-Thaur, Fa. Michael Felder, Fa. Holly, Konditorei Fuchs, Fa. Grogger) sowie namentlich nicht genannter Besucherinnen und Besucher der Jubiläumsfeierlichkeiten machten es möglich, dass die Obfrau des Pfarrgemeinderates Absam-Eichat, Gabriela Huter, am 29.11.2022 eine beträchtliche Summe an Arnold Kreil, Leiter des Hauses für Senioren in Absam, übergeben konnte. „Mit dem Geld kann ein sogenannter „Hebelifter“ für die BewohnerInnen des Seniorenheimes angeschafft werden“, freut sich der Heimleiter und bedankt sich noch einmal herzlich bei allen Spenderinnen und Spendern. Auch Bgm. Manfred



Gabriela Huter, Obfrau des Pfarrgemeinderates St. Josef, überreicht Heimleiter Arnold Kreil den Spendenscheck.



Absam investiert kräftig in die öffentliche Infrastruktur und Klimaschutz

Das Gemeindebudget 2023 sieht 23.819.00,00 Euro im Finanzierungshaushalt und ein positives Nettoergebnis von 1.176.600,00 Euro im Ergebnishaushalt vor.



Foto: Privat

Bürgermeister Manfred Schafferer und Obmann des Finanzausschusses und Vzbgm. Mag. Max Unterrainer präsentieren den Gemeindehaushalt für das Jahr 2023.

„Mit diesem Budget ist es uns gelungen, trotz widriger Rahmenbedingungen wie Teuerung und Ukrainekrieg, den eingeschlagenen Weg einer umsichtigen Finanzpolitik umzusetzen, Absam zukunftsfit zu gestalten und den Bürgerinnen und Bürgern Absams optimale Rahmenbedingungen in allen Lebenslagen zu bieten“, freut sich Bürgermeister Manfred Schafferer. Trotz aller negativen Einflussfaktoren könne man mit diesem Budget auch 2023 die Infrastruktur der Gemeinde verbessern und mit neuen Projekten auf die laufenden Herausforderungen, die sich aus den wirtschaftlichen und klimatechnischen Erfordernissen ergeben, reagieren.

Breite Palette

Die geplanten Vorhaben reichen von der klimarelevanten Sanierung und Adaptierung der öffentlichen Gebäude, über Investitionen in Feuerwehr, Infrastruktur und Seniorenheim bis hin zur Modernisierung des gemeindeeigenen Fuhr-

parks. Die Gesamtinvestitionskosten belaufen sich auf rund 3,9 Mio. Euro.

„Dass Klimaschutz auch weiterhin ein zentrales Anliegen unserer Politik ist, zeigt sich auch, dass wir nicht nur in der Vergangenheit sämtliche Bauvorhaben und Sanierungen unter Berücksichtigung der jeweiligen Machbarkeiten im Sinne des maximalen Klimaschutzes umgesetzt haben, sondern mit dem Budget 2023 einen weiteren innovativen Schritt setzen und mit rund 360.000,00 Euro eine Budgetposition geschaffen haben, die unter anderem zur Förderung von Photovoltaikanlagen der Absamer Bevölkerung zur Verfügung steht“ ist Bürgermeister Schafferer überzeugt, die richtigen Antworten auf die Klimaveränderungen gefunden zu haben.

Herausforderung

„Herausforderungen sind dazu da, um bewältigt zu werden. Mit dem heute beschlossenen Budget 2023 ist es uns abermals gelungen, mittlerweile das 19.

Budget unter meiner Federführung ohne Neuverschuldung zu erstellen. Und darauf bin ich sehr stolz.“ ergänzt Max Unterrainer, Finanzreferent der Gemeinde. Dass die Ausgaben in diesen bewegten Zeiten eine besondere Situation darstellen, lässt sich anhand der galoppierenden Kosten für Energie und Bauvorhaben ablesen. „Alleine die Energiekosten werden sich 2023 mehr als verdoppeln und bei rund 1 Mio. Euro zu liegen kommen. Ebenso beispielhaft erwähnen möchte ich die Entwicklung am Bausektor. Aus ursprünglich angenommenen 800.000,00 Euro wurden binnen knapp 2 Jahren 2,3 Mio. für die Sanierung und Adaptierung der Küche im Seniorenheim.“ skizziert Unterrainer die Unwägbarkeiten der derzeitigen Situation.

Mehrheitlich beschlossen

Der Budgetentwurf 2023 wurde schließlich von 3 der 4 im Gemeinderat vertretenen Fraktionen mehrheitlich beschlossen. Die Liste „Wir Absamer“ wollte einen Teil der vorhandenen Rücklagen für Investitionen in den Straßen- und Kanalbau auflösen, was auf großes Unverständnis gestoßen ist, da gerade in diesen unruhigen und unsicheren Zeiten eine konservative und vorsichtige Verwendung von Budgetmitteln oberste Priorität hat und die diesbezüglich notwendigen und angestimmten Arbeiten ohnehin im Entwurf berücksichtigt wurden. Zudem stehen große, für die Gemeinde und den Bürgerinnen und Bürgern wichtige Bau- und Sanierungsvorhaben an, deren Kosten sich binnen kürzester Zeit vervielfacht haben, welche aus Sicht des Bürgermeisters mit Priorität umgesetzt werden müssen. Dies und die Entwicklung am Energiemarkt gebieten zu erhöhter Vorsicht, was in der Gestaltung des Budgetvorschlages dementsprechend Niederschlag gefunden hat.

Toller Hallenkick beim Fußballturnier



Foto: Sunnsettin



Bei unserem regelmäßigen Sportangebot in der Turnhalle der VS Eichat wurde in den letzten Wochen häufig Fußball gespielt. So entstand bei den Jugendlichen der Wunsch, sich bei einem Turnier miteinander zu messen. Die Motivation war bei allen Fußballern sehr groß, und die Jugendlichen halfen fleißig bei der Organisation und Planung mit. Die Spieler teilten sich selbst fair in drei Mannschaften ein. In einer umkämpften Vorrunde wurde der erste Finalist bald gefunden und die Spannung fand ihren Höhepunkt, als der Finalgegner erst in der Verlängerung durch Golden Goal ermittelt wurde. Das Endspiel zeichnete sich durch intensive Zweikämpfe und tolle Tore aus. Am Ende setzte sich das Team Hellihihi durch und durfte sich über die Siegerpreise freuen. Die zahlreich erschienenen Fans feuerten alle Mannschaften lautstark an. Spieler Marco meint, dass die Stimmung super war. Auch Yousef, Quirin, Alexander, Philip und Nico sind sich einig, dass das Turnier total spannend war und es auf jeden Fall eine Revanche geben soll.

Matschgerer- und Mullerschaug'n des TV Almleben Absam

Am Samstag den 04.02.2022 findet wieder das allseits beliebte Matschgerer- und Mullerschaug'n des TV Almleben Absam im Veranstaltungszentrum KiWi Absam statt (Saaleinlass 18:30 Uhr). Mitwirken werden unter anderem die Absamer Matschgerer, die Thaurer Muller, das Altooarische Paar und viele weitere. Heuer wird auch wieder die Kinder- und Jugendgruppe des TV Almleben Absam zur Eröffnung ihr Können zum Besten geben. Für die musikalische Umrahmung ist mit „Tiroler Leben“ bestens gesorgt.

Vorverkaufskarten (9,00 €) sind am 23.01.2022 ab 18:00 Uhr im VZ KiWi Absam erhältlich. Pro Person können maximal sechs Karten erworben werden.

Ab 21:00 Uhr ist heuer auch wieder die Kellerdisco im Untergeschoss geöffnet. Die Disco ist für jeden ab 16 Jahren zugänglich, auch für jene, die keine Vorverkaufskarte haben (**EINTRITT FREI**).

Der Trachtenverein Almleben Absam freut sich auf zahlreiche BesucherInnen und einen netten Abend!



Die Polizei informiert:



Achtung: Telefon-Betrüger

„Falsche Polizeibeamte / Kriminalbeamte“

Derzeit kommt es vermehrt zu Betrugshandlungen, die unter dem Schlagwort „Falsche Polizisten“ bekannt sind.



Die Anrufer geben sich mit deutschem Akzent als Polizei- oder Kriminalbeamte aus und erklären dem späteren Opfer, dass es in der Nähe zu einem Einbruch gekommen sei. Ein Täter konnte festgenommen werden, bei ihm wurde eine Liste gefunden, auf der unter anderem auch der Name und die Adresse des späteren Opfers vermerkt sei.



Oder sie behaupten, dass bei der Bank des Angerufenen ein verurteilter Straftäter arbeiten würde und fordern die Opfer auf, ihr gesamtes Geld bei der Bank zu beheben. Außerdem handle es sich vermutlich um Falschgeld und fordern die Opfer auf, das Geld entweder an der Wohnungstür einem Kriminalbeamten zu übergeben oder an einem bestimmten Ort für die Polizei zu deponieren.



Die Anrufer geben sich als Polizeibeamte aus und behaupten, dass ein Familienmitglied einen Verkehrsunfall verursacht habe und sich in Haft befände. Eine Entlassung aus der Haft sei nur gegen Zahlung einer Kaution möglich. Die Abholung des Geldes erfolge ebenfalls durch einen Polizeibeamten in Zivil.

Tipps für das sichere Verhalten:

- Die Polizei verlangt am Telefon **nie die Herausgabe von Bargeld oder Wertgegenständen**.
- Seien Sie vorsichtig, wenn ein Anrufer Sie nach Wertgegenständen, Bargeld oder Ihrem Kontoguthaben fragt! Beenden Sie in diesem Fall sofort das Gespräch!
- Für einen Anruf bei der Polizei nie die Rückrufnummer verwenden, sondern immer die Telefonnummer der **Polizei 133** eintippen.

Weitere Informationen erhalten Sie bei jeder
Polizeiinspektion, Tel: 059133 od. beim
Landeskriminalamt Tirol, Tel: 059133 70 3333

POLIZEI 

KRIMINALPRÄVENTION



„Hundeliebe“ Neue ATM-Kampagne gegen Hundstrümmerl

Mit der neuen ATM-Kampagne „Hundeliebe“ soll die ordnungsgemäße Entsorgung der Hundstrümmerl für jede(n) HundebesitzerIn selbstverständlich werden.



Foto: ATM

In den letzten 20 Jahren hat sich die Anzahl der HundebesitzerInnen mehr als verdoppelt und ein Ende des Trends scheint nicht in Sicht. Mehr Hunde bedeutet aber auch

mehr „Häufchen“ und im Falle der nicht ordnungsgemäßen Entsorgung mehr Konfliktpotenzial. Egal ob Parks, Spazierwege, Felder oder Städtischer Bereich, wo „Gassi gegangen wird“, kann es zu Problemen kommen.

Früher war es noch „normal“ das Hundstrümmerl liegenzulassen. Vor allem in Städten gab es Bereiche, wo man fast täglich in einen Haufen gestiegen ist. Vor 10 Jahren startete die ATM die „Sei nicht grauslig!“ Initiative, um die Botschaft zu vermitteln: Hundekot gehört ins Sackerl und dann in den Mistkübel!

Ersteres wird mittlerweile von 90% der HundebesitzerInnen eingehalten, zweiteres funktioniert bei vielen noch nicht zufriedenstellend. Darum wird nun mit der „Hundeliebe“ Kampagne versucht diesen 2. Schritt für ALLE HundebesitzerInnen selbstverständlich zu machen. Die Kampagne soll aber auch ein Dankeschön sein für die vielen HundebesitzerInnen, die sich vorbildlich verhalten.

Die ordnungsgemäße Entsorgung der Gassi-Sackerl gehört zur Hundeliebe genauso dazu, wie das Füttern, Spazieren und Spielen mit dem geliebten Vierbeiner.

Kreuzbichler Geschwister schlagen zu

Beim internationalen Ringerturnier Penzberg in Deutschland konnten im Oktober die beiden Kreuzbichlergeschwister aus Absam, die für den AC Hötting starten, ihre besten Leistungen abrufen.

Fabienne trat gegen drei Gegnerinnen an. Nachdem sie die beiden ersten Kämpfe für sich entscheiden konnte, musste sie den letzten Kampf leider verloren geben, zeigte aber wie schon in den beiden anderen Kämpfen großes Potential und vor allem Siegeswillen. Ihr Bruder Tobias trat gegen 5 Gegner an, drei davon hat er mit einem Schultersieg, einen mit einer technischen Überlegenheit besiegt. Der Gegner vom letzten Kampf trat leider verletzungsbedingt nicht an. Somit war Tobias Kreuzbichler klar Turniersieger in seiner Alters- und Gewichtsklasse.

Aber auch bei der Tiroler Meisterschaft der U14 Buben und der U14 Mädchen im November konnten die Beiden aufzeigen, dieses Mal jedoch in umgekehrter Folge. Fabienne Kreuzbichler holte in ih-

rer Gewichtsklasse den Titel einer Tiroler Meisterin, ihr Bruder Tobias hingegen die Silbermedaille.

Der gesamte AC Hötting, vor allem Obmann und Ringerlegende Franz Pitschmann, sind sehr stolz, dass die Geschwister den Verein bei den Turnieren so gut repräsentieren. „Sie trainieren hart und das ganze Jahr und wir sind sehr stolz darauf das wir wieder österreichischen Nachwuchs im Verein haben“, so Pitschmann zu den dies jährigen Erfolgen von Tobias und Fabienne Kreuzbichler.

Alle Kinder, die Interesse an einem Sport haben müssen gefördert werden und wer an unserem Sport interessiert ist, kann gerne zu einem Probetraining kommen.



Foto: Privat

Trainer Omid Ghafarian freut sich mit Fabienne und Tobias über die Erfolge.



Absamer Seniorenbund feiert Advent

Nach 2 Jahren coronabedingter Pause fand am 3. Dezember 2022 wieder eine Adventfeier im Kultur- und Veranstaltungszentrum KiWi statt. Über 120 Gäste konnten dabei gezählt werden.

Mit dabei auch die Ehrengäste Bezirksobfrau Klara Neurauter, 2. Vbgm. Arno Pauli, Heidi Trettler, Michael Unterweger und Bauernobmann Alfred Riedmüller. Nach den einleitenden Worten des Obmannes führte Ernst Weber mit besinnlichen und humoristischen Geschichten durch das Programm, das musikalisch von der Absamer Stubenmusi, Simon und Maxi Ebster sowie den Anklöpflern aus Mils umrahmt wurde. Mit vorweihnachtlichen Grüßen der Ehrengäste und dem Dank des Obmanns an alle freiwilligen Helfer: innen wurde in den gemütlichen Teil des Nachmittags übergeleitet.



Fotos: Seniorenbund

Zum Geburtstag alles Gute:

im Dezember 2022:

über 90 Jahre: Lore Holzhammer,

über 80 Jahre: Elli Felder, Elisabeth Gostner,

Alfred Huber,

75 Jahre: Carmen Huber

70 Jahre: Doris Steinlechner, Ilve Riedl,

im Jänner 2023:

über 80 Jahre: Friedrich Prokop, Manfred

Margreiter, Rosmarie Pankratz, Franz Koll, Josef

Garzan, Heidi Posch, Dieter Lintner

70 Jahre: Ing. Wolfgang Schafft,

Verstorben:

Dezember 2022: Elisabeth Willmann

PLANUNG
FERTIGUNG
MONTEGE

SAMINA
für optimale Holzverwertung

JOSKO
FÜR ALLE ZEITEN

NUR HOLZ IM KOPF!

TISCHLEREI GARZANIER
A. GARZANER . WWW.GARZANIER.IT

MÖBEL . KÜCHE . BAD . FENSTER . TÜREN



Absam – bereits vor knapp hundert Jahren kurz vor dem Abheben

Bereits 1908 verhinderte die antiquierte, weitab der Dörfer verkehrende Dampfbahnlinie (!) Innsbruck-Hall erfolgreich die zukunftsfähige elektrisierte Mobilität zwischen den Dörfern der Sonnenseite und der Metropole Innsbruck.



Fotos: Gemeindemuseum Absam

Präsentation des Absamer Prototyps 1926, zeitbedingt im Freilufthangar

Das Projekt „Dörferbahn Innsbruck-Hall“ über die Martha-Dörfer war dann auch 1910 bereits Geschichte. Absamer Mobilitäts-Avantgardisten ließen sich aber von Dampf-Nostalgikern in Innsbruck und Hall nicht demotivieren, denn Mitte der 1920er Jahre, nach den harten Krisen- und Inflationsjahren der neuen Republik, gründeten sie 1926 – dem technischen Fortschritt entsprechend – eine Absamer Fluglinie.

Flugpioniere

Während 1926 in Innsbruck beispielsweise Betrüger mit einer „Höhenfluglinie“ und einem „Höhenflugplatz Seegrube“ vor Gericht landeten, berichteten die Printmedien über die Absamer Flugpioniere durchaus Positives. Der Haller Lokalanzeiger schrieb am 6. Februar 1926 davon, dass in Absam das „modernste Flugzeug, Entwurf von J. L. Spöttl, zu sehen“ sei, das „im Bau die besten Flugzeuge

übertrifft“. Ein Foto, dem Gemeindemuseum Absam aus dem Archiv des Deutschen Museums in München zugespielt, zeigt den idyllisch ländlich anmutenden Absamer Hangar mit der gesamten Flug-Belegschaft – Pilot, Flugbegleitung, Abfertigungs-, Wach- und Bodenpersonal – versammelt um ein modernstes Aeromobil, das den damals üblichen Albatros-Modellen vor allem strömungstechnisch (beachten Sie die kurzen Flügel) weit überlegen gewesen wäre.

Was das motorische und dynamische Know-How aus Absam – als Wallfahrtsort schon immer zum Höheren berufen – für die Sicherheit des tirolisch-alpenländischen Flugverkehrs bedeutet hätte, zeigt eine Nachricht am 23. Oktober 1926 im bereits zitierten Haller Medium: „Sonntag mittags ist das Albatros-Flugzeug ‚Andreas Hofer‘, das zum Transport verwendet wird, nach einem Abwurf von Proviant auf dem Patscherkofel beim Rückflug

in der Nähe von Thaur aus geringer Höhe abgestürzt. Der Lenker des Flugzeuges, der bekannte Pilot Dr. Asam, blieb unverletzt. Die Ursache des glücklichen Absturzes war ein kleiner Motordefekt.“ Kleine Ursache, große Wirkung – so könnte man die Unzulänglichkeiten der Albatros-Technologie auf den Punkt bringen, denn schon ein sonst unbedeutender Motordefekt hat den Albatros – Ironie des Schicksals – nur wenige Meter neben der antiquierten Trambahnlinie Richtung Hall auf Thaurer Ortsgebiet vom Himmel geholt ... Dörferbahn und Fluglinie sind nur als – allerdings viel beachtete – „Zukunftsprojekte“ in die Geschichte eingegangen – und nur die schon zu ihren Lebzeiten als eine Art „Museumsbahn“ mitten durchs Niemandsland des Inntals verkehrende Haller Trampel war bis in die 1970er Jahre in Betrieb ... und wird heute abschnittsweise mühsam wieder errichtet ... nicht nur zur Faschingszeit.



Weihnachtliche Spendenaktion der Schildkrötengruppe

Am Mittwoch, 21. Dezember, trafen sich die Vorschulkinder der Schildkrötengruppe als die „helping turtles“ vom Kinderzentrum Absam-Dorf vor der Apotheke zum Weihnachtsbasar.

Im Vorhinein bastelte die gesamte Gruppe mit ihren Pädagoginnen fleißig an kleinen Last-Minute-Geschenken für Weihnachten. Zur Auswahl standen Bratapfelmarmelade, Weihnachtskarten, gebrannte Mandeln und vieles mehr. Der Andrang war groß und unsere „helping turtles“ hatten mit Punsch ausschenken und Preisen zusammenrechnen wirklich viel zu tun. Große Unterstützung bekamen wir auch vom gesamten Team von „Maries Rezeptur“. Sie stellten uns ihre Räumlichkeiten für die Jause und zum Aufwärmen zur Verfügung und spülten uns die Punschgläser ab. Durch die vielen Kund*innen, unter denen beispielsweise auch Bürgermeister Manfred Schaffner, konnten wir den großen Betrag von 732,50 € sammeln, welchen der Bürgermeister dann noch großzügig auf 1.000 € aufrundete. Die Spende überreichte die Schildkrötengruppe am Freitag der Apotheke, die sie dann an den Verein „Rainbows“ übergeben wird, welcher Herzenswünsche für bedürftige Kinder erfüllt.



Foto: Kinderzentrum Absam-Dorf



Team Österreich (kostenlose) Lebensmittelausgabe

Seit mehr als einem Jahr hat die Freiwillige Rettung vom ÖRK Hall in Tirol das System der (kostenlosen) Ausgabe von Lebensmitteln an Bedürftige an die bundesweiten Richtlinien angepasst und in TEAM ÖSTERREICH TAFEL benannt.

Das Haller Team unter der Leitung von Kerstin Telesklav kann seit längerem bereits mit vierzig ehrenamtlichen Mitgliedern die jeden Samstag angesetzte (gratis) Lebensmittelausgabe bewältigen. Vorher ist jedes Mal die Registrierung der Klienten erforderlich – Beginn 18:00h - bei der auch die Nachweise der Bedürftigkeit erbracht werden. (Einkommensnachweis, Haushaltsliste evtl. mit der Anzahl der Mitbewohner). Hierzu ist bei der Ausstellung bzw. Bescheinigung das jeweilige Gemeindeamt/Sozialamt behilflich. Ab 19:00h werden die Lebensmittel an die registrierten Klienten ausgegeben.

Eingeladen, von dem Service Gebrauch zu machen, sind alle Bedürftigen, bei denen es „nicht (immer) reicht,“ auch solche aus Absam.

Anfragen bitte an das Sozialamt der Gemeinde Absam, Dörferstraße 32, 6067 Absam, Tel. +05223/56489-212, sozialamt@absam.at



Einkommensgrenzen (monatliche Werte - 12 x pro Jahr) für die Bezugsberechtigung bei der Team Österreich Tafel - 2022	
Haushaltstyp	Monatswert (in Euro)
Einpersonenhaushalt	€ 1.328,00
1 Erwachsener + 1 Kind	€ 1.726,00
1 Erwachsener + 2 Kinder	€ 2.124,00
2 Erwachsene	€ 1.992,00
2 Erwachsene + 1 Kind	€ 2.390,00
2 Erwachsene + 2 Kinder	€ 2.788,00
2 Erwachsene + 3 Kinder	€ 3.187,00
jede weitere erwachsene Person im Haushalt	€ 664,00
jedes weitere Kind unter 14 Jahren im Haushalt	€ 398,00

Quelle: Statistik Austria, Tabellenband EU-SILC 2020. Erstellt am 29.04.2022, Rev.1 vom 27.07.2021, S. 10
Monatswert entspricht 1/12 des Jahreswertes, Kind = unter 14 Jahren.
Arbeitslosigkeitsgrenze 2020 bei 40 % des Medians für unterschiedliche Haushaltstypen

Absamer Krippenmeile

Ein wahrer Besucheransturm folgte der Einladung zur Eröffnung der Absamer Krippenmeile, einer besonderen Ausstellung im Jubiläumsjahr.



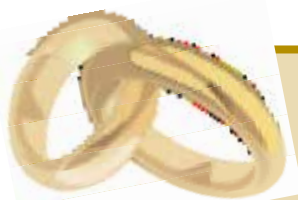
Foto: Krippenverein Absam

Begleitet von der Feuerwehrjugend mit ihren Fackeln und stimmungsvoll umrahmt von einer Abordnung der Bürgermusik Absam spazierten die Besucher auf der gesperrten Dörfelstraße vom Vorplatz des Gemeindeamtes bis zur Basilika. Krippenkunstwerke

aus den vergangenen vier Jahren wurden in den festlich geschmückten Schaufenstern bestaunt. Dabei wusste Obmann Werner Willard so mancher Geschichte über die alten Häuser zu erzählen. Vor der Basilika konnten sich die Besucher stärken und diskutierten

noch lange über die Vielfalt an ausgestellten Krippen.

Zahlreiche Krippenbegeisterte nutzten in den folgenden Wochen die Möglichkeit zum "Krippele Schaugn".



Goldene-, Diamantene- & Gnadenhochzeiten



Foto: Gemeinde Absam

Aus Anlass ihres 50., 60. und dieses Mal sogar 70. Hochzeitsjubiläums lud Bgm. Manfred Schafferer im Namen der Gemeinde die Ehepaare Genoveva und Walter Saltuari, Irmgard und Walter Brunner (Ehefrau aus gesundheitlichen Gründen verhindert), Anna und Josef Unterfrauner und Brunhilde und Jürgen Fenske zur Aushändigung der Jubiläumsgabe des Landes Tirols zu einer kleinen Feier in das Gasthaus Kirchenwirt ein. Silvia und Peter Praxmarer waren aus gesundheitlichen Gründen verhindert.



Absam als Zentrum des Hochprozentigen

Bei der diesjährigen Schnapsprämierung der Landwirtschaftskammer Tirol wurde eines offensichtlich: In Absam werden ausgezeichnete Edelbrände produziert.

Gleich vier Absamer Schnapsbrenner waren bei der Landesprämierung 2022 mit dabei: Brennerei Andreas Suitner, Reinhold Mair, Christian Schuster und Arno Pauli. Sie alle gehören der Interessengemeinschaft der Hobby Winzer, Schnapsbrenner und Moster an, die sich als oberstes Ziel der erstklassigen Qualität des in Absam Gebrannten verschrieben haben.

„Ich bin begeistert, dass sich der Einsatz mit vielen Schulungen, aber auch viel kreativem Ausprobieren gelohnt hat“, freut sich Arno Pauli. Er selbst konnte mit seiner Brennerei in diesem Jahr die begehrte Medaille des Betriebssiegers und den Sortensieg mit der Vogelbeere nach Absam holen. Die Palette der Absamer Brände reicht vom klassischen Apfelbrand in verschiedenen Varianten bis hin zu einem Aroaniabrand, den ein feines Vanillearoma auszeichnet. „Das Angebot ist inzwischen nicht nur breit, sondern auch sehr hochwertig,“ ist Arno Pauli überzeugt und fügt mit einem Augenzwinkern hinzu: „Absam ist jedenfalls das hochprozentigste Dorf im Bezirk.“



Foto: Gemeinde Absam

Durften sich über die Auszeichnungen freuen (v.l.): Andreas Suitner, Reinhold Mair, Christian Schuster und Arno Pauli.

GRATISSKITAG

für alle Absamerinnen und Absamer am Glungezer

Am Samstag, **10. Feber 2023** findet heuer der Gratisskitag am Glungezer statt. **Achtung:** Sowohl bei der Abholung der Gutscheine als auch beim Eintauch an der Talstation ist unbedingt ein Lichtbildausweis erforderlich.

Die Freikarten können während den Amtszeiten im Gemeindeamt, 1. OG, Sekretariat abgeholt werden.



Mit dieser Aktion möchte die Gemeinde Absam auch heuer das beliebte traditionelle Familienskigebiet unterstützen, damit einerseits auch kleinere Gebiete weiterhin bestehen können und andererseits gerade Familien einen unbeschwerten Skitag genießen können. Die Pisten sind in einem ausgezeichneten Zustand und bestens präpariert.

Schafzuchtverein Absam

Gebietsausstellung

Sonntag, 29. Jänner 2023

bei der Hofstelle Riedmüller, Jägerstraße 17

09.00 Uhr Auftrieb der Schafe

09.30 Uhr Beginn Bewertung der Schafe

11:00 Uhr Ringvorführung mit Besprechung und Prämierung

Zur Veranstaltung
ist die Bevölkerung
herzlich eingeladen.

Für Speis und Trank
ist gesorgt.



Tiroler
SPARKASSE 

s Plus Konto: Mehr nutzen – weniger zahlen

Jetzt den Preis für Ihr Konto selbst
bestimmen und bis zu 50 % sparen*

tirolersparkasse.at/spluskonto



* Das Angebot gilt für Neukund:innen bzw. bestehende Kund:innen ohne Zahlungsverkehrskonto. Die Produkte senken die Kosten Ihrer Kontoführung, sind aber kostenpflichtig. Das Konto muss als Gehalts- bzw. Pensionskonto geführt werden.
** Neukundenangebot gültig bis 31.12.2023. Das Gratis-Angebot umfasst die Kontoführung, eine Debitkarte sowie alle elektronischen Buchungen in George für ein s Plus Konto.



Einstimmen auf den Advent

Beim gemütlichen „Krippelehoangart“ im Pfarrzentrum Eichat konnten sich die Besucher auf den Advent einstimmen.

Die „Anklöpfler“ begrüßten im festlich gedeckten Saal das Publikum mit ihren Liedern von der frohen Botschaft. Nach der Begrüßung durch den Obmann sprach Pfarrer Martin Chukwu besinnliche Worte zum Advent. Stimmungsvoll musikalisch umrahmt wurde die Feier vom Duo „Du&I“, von der Absamer Stubenmusik und einer Abordnung der Bürgermusik Absam. Die Gruppen begeisterten mit ihrem vielfältigen Programm und lösten bei manch Anwesendem Gänsehautmomente aus. Texte zum Schmunzeln und Nachdenken wurden von Conny Tilg vorgetragen. Zwischen den Vortragsblöcken blieb genug Zeit für Speis und Trank und einem netten Krippelehoangart.



RAIFFEISEN. DEIN BEGLEITER.

X CLUB

like!

ENDLICH 18!!!

HOL DIR JETZT DEINE KOSTENLOSE* KREDITKARTE

* In allen teilnehmenden Raiffeisenbanken und unter bestimmten Voraussetzungen, vorbehaltlich positiver Bonitätsprüfung durch deine Raiffeisenbank.



www.club-tirol.at

[f](https://www.facebook.com/raiffeisenclubtirol) [i](https://www.instagram.com/raiffeisenclubtirol) @raiffeisenclubtirol



Erfolgreiche HSV-Sportler geehrt

Die Sportlerinnen und Sportler des Heeresportvereines Absam wurden am Donnerstag, 15. Dezember, für herausragende Leistungen im Jahr 2022 geehrt.



Foto: Paul Wechner

Die überaus erfolgreichen Sportler des Heeresportvereines Absam freuten sich sichtlich über die Auszeichnungen.

In den Räumlichkeiten des Landgasthofes Bogner durften im Beisein von Vizebürgermeister Mag. Maximilian Unterrainer und des Generalsekretärs des Heeresportlandesverbandes Tirol, Oberst Mag. Walter Haslwanter, in Summe 40 Sportler:innen für ihre Erfolge bei Welt- und Europameister-

schaften, sowie bei nationalen Wettkämpfen geehrt werden. Der HSV Absam, als der mitgliederstärkste Verein in der Gemeinde, ist sehr stolz auf diese Leistungen und wünscht allen ein sportlich erfolgreiches, verletzungsfreies, aber vor allem ein gesundes Sportjahr 2023.

Erfolgreiches Jahr für den HSV-Bogensport Absam

Insgesamt konnte der HSV Absam im Jahr 2022 in verschiedenen Bogensportklassen und Altersklassen und an vier verschiedenen Turnierarten (Halle, Scheibe, Feld und 3D) teilnehmen.

Bei den Österreichischen Meisterschaften erfolgreich waren Tanja Brüstle und Gerhard Klotz, die jeweils die Goldmedaille erringen konnten. Norbert Mühlburger wiederum entschied den Archery Grand Brix Europa als Sieger für sich.

Überaus erfolgreich waren die Bogenschützinnen und Bogenschützen des HSV Absam bei den Tiroler Meisterschaften Halle mit insgesamt 6 Goldmedaillen. Bei den Tiroler Meisterschaften in Innsbruck (WA-Scheiben) verzeichneten die Schütz:innen insge-

samt 3 Goldmedaillen für sich.

Auch die Tiroler Meisterschaften in Mieming (WA-3D) waren mit 3 Goldmedaillen ein großer Erfolg. Beim WA-Feldturnier in Absam wurden dann 2 Goldmedaillen erreicht. Nicht unerwähnt bleiben dürfen auch die zahlreichen zweiten und dritten Plätze, die bei den verschiedensten Turnieren erreicht wurden.

Der Verein möchte auf diesem Wege noch einmal allen seinen Turnierteilnehmern 2022 gratulieren.



Foto: HSV



Vorbereitung und Verhalten im Krisenfall

Angesichts der Energiekrise und internationalen Verwerfungen steigt auch die Wahrscheinlichkeit eines Blackouts, d.h. eines großflächigen Stromausfalls, in unserem Land. Um nicht völlig unvorbereitet davon getroffen zu werden, sollten sich auch die privaten Haushalte entsprechend vorbereiten.


Unter dem Begriff „Blackout“ versteht man einen totalen, überregionalen und vor allem auch längerfristigen Stromausfall. Die Auslöser können Naturereignisse, technisches oder menschliches Versagen, aber auch gezielte Anschläge auf Einrichtungen der Energieversorgung sein. Die Gefahr von „Blackouts“ hat mit der internationalen Vernetzung und wechselseitigen Abhängigkeit der Stromkonzerne und Netzbetreiber stark zugenommen. Ein „Blackout“ hätte dramatische Auswirkungen auf Infrastruktur und Wirtschaft und damit für die ganze Gesellschaft.

Krisensicherer Haushalt

Aktiver Zivilschutz heißt daher Eigenverantwortung üben und vorbereitet sein. Der beste Schutz ist ein krisensicherer Haushalt – insbesondere bei längerfristigen Stromausfällen. Eine gut ausgestattete Bevorratung sollte aber auch mindestens für 14 Tage ausreichen. Wichtig ist auch zu wissen, dass bei einem großflächigen Stromausfall alltägliche Dinge wie Elektronik, Herdplatten oder Kühl- und Gefriergeräte nicht mehr verwendet werden können. Hier ist oberstes Gebot, einmal Ruhe zu bewahren, dann alle Elektrogeräte, ausgenommen die Beleuchtung, auszuschalten. Um sich in der Dunkelheit zurechtzufinden, sollte schon vorher eine funktionsfähige Taschenlampe an einem leicht zugänglichen Ort vorbereitet sein, ebenso Campinglampen oder Kerzen plus Zündhölzer. Wichtig ist auch ein batteriebetriebenes Radio, um entsprechende Informationen zu erfahren.

Zivil- und Katastrophenschutz

Wie bereite ich mich auf Stromausfälle und „Blackouts“ vor?



Tipps für den krisensicheren Haushalt

<p>Getränke: Vorrat von mindestens 2,5 Liter pro Person und Tag</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ Mineralwasser □ Fruchtsäfte in Verbundverpackungen
<p>Nahrung: Vorrat an Nahrungsmitteln für mindestens eine Woche</p> <p style="font-size: small;">Wichtig: Länger haltbare Lebensmittel bevorraten. Beim Einkauf bereits auf das Ablaufdatum achten, bevorratete Lebensmittel aufbrauchen und regelmäßig durch neue ersetzen. An Lebensmittel für Babys, Kleinkinder und Kranke sowie Futter für Haustiere denken.</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ Kohlenhydrate: Honig, Zucker, Reis und Teigwaren, Zwieback □ Eiweiße: Kondensmilch, Haltbarmilch, Dosenwaren, getrocknete Hülsenfrüchte □ Fette: Speisefett, Speiseöl, Margarine/Butter
<p>Energie: An alternative Heiz- und Beleuchtungsmöglichkeiten denken</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ Vorrat an Brennmaterial □ Gaskocher/Campingkocher □ Batterien, Notbeleuchtungen (Taschenlampen, Kerzen, Zündhölzer, Feuerzeuge)
<p>Medizin: Gut ausgestattete Hausapotheke – Verfallsdatum bei Medikamenten beachten!</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ Haut- und Wunddesinfektionsmittel □ Erste-Hilfe-Koffer mit Verbandsmaterial □ Kaliumjodtabletten □ Mittel gegen Durchfall, Erbrechen, Fieber, Erkältungen □ Medikamente des persönlichen Bedarfs.
<p>Hygiene: Ausreichender Vorrat an Hygieneartikeln</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ Toilettenpapier, Zahnpasta und -bürste, Seife, Hygieneprodukte für Frauen etc.
<p>Information</p>	<ul style="list-style-type: none"> □ Batteriebetriebenes oder solarbetriebenes Radio

Allgemeiner Tipp: Das Auto kann dafür genutzt werden, Nachrichten im Radio zu verfolgen oder elektronische Geräte (Smartphones) aufzuladen.

Die medizinische durch die ortsansässigen Hausärzte sowie Apotheke und das Landeskrankenhaus Hall in Tirol bleiben aufrecht!

Die Versorgung aller Haushalte mit Trinkwasser und die Abwasserentsorgung bleibt auch im Krisenfall aufrecht!



Naturrodelbahn Gütesiegel am Glungezer

Tulfes - Die Panorama-Rodelbahn am Glungezer wurde vom Land Tirol mit dem Gütesiegel Naturrodelbahn ausgezeichnet.

Naturrodelbahn Gütesiegel des Land Tirols

Das Gütesiegel des Landes Tirol sorgt für eine einheitliche Klassifizierung der Naturrodelbahnen in Tirol. Sicherheit, Gefahrenbeschränkung und allgemeines Profil der Rodelbahn wie Gefälle, Kurven und Bremsbereiche werden geprüft und als angemessen befunden. So wurde nun auch die Panorama-Rodelbahn am Glungezer mit diesem Naturrodelbahn Gütesiegel ausgezeichnet.



Fotos: Glungezer Bahn

Rodelvergnügen am Glungezer

Die Panorama-Rodelbahn am Glungezer bietet somit nicht nur herrliche Ausblicke auf die umliegende Berglandschaft, sondern auch sicheren Rodelspaß für die ganze Familie. Die 3,5 Kilometer lange Rodelbahn erstreckt sich von der Bergstation Tulfes entlang des Waldrandes bis hin zur Mittelstation Halsmarter. Auf dem Weg nach

unten eröffnen sich traumhafte Ausichten auf das Karwendelgebirge bei kurvenreichem Schneespaß. Rodeln können vor Ort beim Gasthof Halsmarter an der Mittelstation ausgeliehen werden, ebenso wie Stirnlampen. Die Rodelabende finden immer dienstags und donnerstags statt, die Rodelbahn ist dabei nicht beleuchtet.

Rückfragehinweis:
Glungezerbahn GesmbH & Co KG
Glungezerstraße 14
6075 Tulfes
Tel.: +43 (0)664 1579081
info@glungezerbahn.at
www.glungezerbahn.at



FASNACHT 2023



- 19.01 Donnerstag** – Gasthausrunde
- 21.01 Samstag** – Gasthausrunde, KiWi Jungbauernball
- 26.01 Donnerstag** – Gasthausrunde
- 28.01 Samstag** – Gasthausrunde, KiWi Buchtaler Ball
- 02.02 Donnerstag** – Gasthausrunde
- 04.02 Samstag** – Gasthausrunde, KiWi Matschgererschaugn TV Almleben
- 09.02 Donnerstag** Gasthausrunde
- 11.02 Samstag** – Gasthausrunde, KiWi Weiberball
- 12.02 Sonntag** – Großer Umzug Rum
- 16.02 Unsinniger Donnerstag** Gasthausrunde
- 18.02 Faschingssamstag** Gasthausrunde, KiWi Schützenball Absam
- 19.02 Faschingssonntag** Kleiner Umzug Stainerstraße
- 21.02 Faschingdienstag** Gasthausrunde

Absam ab Hof!

Frisch, regional und von heimischen Personen in der Gemeinde!

FAMILIE KLAUSNER

Daniel Swarovski-Straße 14a • 0676/840 532 610

Eier, Brot, Wurst, Speck, Marmelade, Apfelsaft, Getreide, Walnussöl, Dörrbirnen, Geschenkkörbe

FAMILIE LÖFFLER

S'Ladele am Strasserhof • Gaislöd 29 • Selbstbedienung 24/7

Freilandeier u.a. von Grünleger und Maran, Kartoffeln der Sorte Ditta, hausgemachte Nudeln, Kräuter, Kaminwuzen; Je nach Saison: Sirup und Fruchtaufstriche, Gemüse und Beeren

FAMILIE MAIR

Heideweg 6 • 0699/10417874

Edelbrand, Bio-Weidegänse, Bio-Lammfleisch, Bio-Obst, Bio-Walnüsse auf Bestellung

FAMILIE PETAUTSCHNIG

Daniel Swarovski-Straße 25 • 0650/33 00 040

Lammfleisch auf Bestellung

SCHAFFERER ARNO

Semmelweisstraße 33 • 0664/10 18 001

Bio-Almochs, Mischpakete auf Bestellung

STEINLECHNER RENATE

Samerweg 2 • 0676/840 532 380

Kartoffeln und Obst

FAMILIE STRASSER

Salzbergstraße 52 • 0664/73815236

Honig, Apfelsaft

STRASSER HUBERT • St. Marienweg 2

0676/40 96 509 • Do. und nach telefonischer Vereinbarung

Obst, Gemüse, Fleischpakete auf Bestellung

FAMILIE UNTERKIRCHER

In der Wiesn 4 • 05223/52 000 • Täglich 6 – 22 h

Eier, Kartoffeln, Speck, Kaminwurzeln, Honig, Apfelsaft, Nudeln, Almkäse, Frucht- und Naturjoghurt

FAMILIE WALCH

Schnaitterhof • Selbstbedienung 24/7

Eier, Jahrlingsfleisch, Früh- und Lagerkartoffeln, Apfelsaft

ZANON DANIEL

Fanggasse 15 • 0676/840532 474

Lammfleisch auf Bestellung

ZANON JOHANNES

Dörferstraße 45 • 0660/7628615 • Fr. 9-12h und 16-18h

Bio-Gemüse der Saison

Fabriksverkauf

Mo - Fr, von 9 - 18 Uhr



Feines, Gesundes rund ums Bett



Die **Fabrik**
für gesunden Schlafkomfort

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

Computer-Alois

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

www.computer-alois.at
telefon: 0650 2218527

Gesundheitstipp -



Planetary Health Diet

Essen für eine gesunde und nachhaltige Ernährung



Die EAT-Lancet-Kommission hat eine Strategie für Landwirtschaft und Ernährung erarbeitet, die die Gesundheit des Menschen als auch der Erde gleichermaßen schützen soll.

Diejenigen von uns, die sich bereits zu den „Flexitariern“ zählen, essen bereits gesünder und achten auf unseren Planeten. Denn ganz grob gesagt, muss der Konsum von Obst und Gemüse, Hülsenfrüchte und Nüsse verdoppelt werden und das Essen von Fleisch und Zucker muss dagegen halbiert werden.

Außerdem muss die Lebensmittelproduktion verbessert und Lebensmittelabfälle stark reduziert werden.

Die EAT-Lancet-Kommission besteht aus 37 Wissenschaftlern aus unterschiedlichen Disziplinen und 16 Ländern.

Es werden natürlich auch Mengenangaben gemacht, damit wir uns darunter etwas vorstellen können. Diese möchte ich heute näher ausführen und Beispiele bringen.

Wenn jemand am Tag rund 2.500 kcal benötigen würde, so empfiehlt die Kommission pro Tag rund 300 g Gemüse und 200 g Obst.

Das heißt, bei einer Familie mit 2 Jugendlichen benötigen die vier ca. 8,4 kg Gemüse und 5,6 kg Obst pro Woche. Das ist eine ordentliche Menge und ich getraue mich zu behaupten, dass wir in Tirol nicht auf diese Mengen kommen. Ausgenommen vielleicht Flexitariern, Vegetariern und Veganern.

Dieser empfohlene Wert ist nur ein unterer Mittelwert. Die Menge an Gemüse kann von 200 – 600 g variieren. Wenn ich mit 600 g Gemüse pro Tag pro Person rechne, komme ich bei vier Personen auf 16,8 kg pro Woche.

Den nächsten großen Unterschied zu unserem „normalen“ Essen sind die sättigenden Beilagen. Dort wird nur Vollkorngetreide empfohlen. Das heißt, Semmeln, Weißbrot, Schwarzbrot, Zopf, „weißer“ Reis, „weiße“ Nudeln usw. sollten zugunsten von Vollkornlebensmitteln vom Speiseplan gestrichen werden. Wenn nun ein Bäcker von heute auf morgen umstellen würde und nur mehr Vollkornbrot und – brötchen anbieten würde, würde ich die Reaktion der Kunden gerne sehen. Geschweige denn, wo die Umsatzzahlen landen würden. Diese große Veränderung widerspricht sich auch mit dem Punkt: Lebensmittelabfall meiden. Ich bin mir sicher, dass ein großer Teil des Vollkornbrot als Abfall im Müll landet.

Stärkehaltiges Gemüse (Kartoffeln und Maniok) kann täglich gegessen werden. Die Mengempfehlung lautet: 0 - 100 g. Rechne ich mit dem oberen Wert, so kann ich pro Woche 700 g Kartoffeln essen.

Bei den Hülsenfrüchten dürfen und sollen wir in Zukunft nicht mehr so zögerlich zugreifen. Pro Tag sollten im Schnitt 75 g Hülsenfrüchte gegessen werden. Das sind pro Woche ca. 0,5 kg pro Person und für die vierköpfige Familie insgesamt 2.100 kg. Auch da bin ich der festen Überzeugung, dass das die wenigsten Familien schaffen. In Tirol gibt es sehr wenig typische Gerichte mit Hülsenfrüchten. Bei meiner Google-Recherche fand ich kein typisches Tiroler Essen mit Hülsenfrüchten. Spontan fällt mir der Bohneneintopf, Chili con carne und Risi pisi ein. Aber mit Hülsenfrüchten gibt es unzählige Rezepte, man muss nur Augen und Ohren offen halten und ein wenig neugierig und experimentierfreudig sein.

Wie schaut es nun mit dem Fleisch aus? Die Kommission differenziert rotes und weißes Fleisch. Vom roten können wir wöchentlich 98 g essen. Jeder Mann, der an ein Steak denkt, wird mich jetzt auslachen. Beim Geflügelfleisch ist es das Doppelte, also genau gerechnet 203 g. Außerdem noch rund 90 g Ei, 196 g Fisch, 350 g Nüsse (UNGESALZEN) und 1.750 g Milch- und Milchprodukte.

Das alles klingt kompliziert und schwer umsetzbar.

Zusammenfassend kann man sagen, bedeutet eine „WELTRETENDE ERNÄHRUNG“, dass wir uns in Zukunft größtenteils von Obst und Gemüse, Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten, Nüssen und ungesättigten Fetten ernähren sollten. Ergänzt wird der Speiseplan durch moderate Mengen an Fisch und Meeresfrüchten sowie Geflügel, während beispielsweise stärkereiche Gemüsearten wie Kartoffeln und Maniok, Milchprodukte, rotes Fleisch, Zucker und gesättigte Fette keine oder nur eine untergeordnete Rolle spielen sollten. Das Ganze ist ein gut gemeintes Modell. Aber für manche Regionen der Welt ist es kaum realisierbar und auch bei uns kann es nicht kurzfristig in die Praxis umgesetzt werden.

Sieht man genau hin, passt der Speiseplan perfekt für sogenannte „Flexitariern“, die nur ab und zu Fleisch essen. Wer sich zum Beispiel alle zwei Wochen ein kleines Steak gönnt, liegt noch im Rahmen der Empfehlungen. Die Forscher der EAT-Lancet-Kommission schätzen, dass die „Planetary Health Diet“ ungefähr 11 Millionen vorzeitige Todesfälle durch ernährungs(mit)bedingte Erkrankungen verhindern könnte.

Ich finde wir essen oft unbewusst Fleisch und Wurstwaren und sind uns dessen gar nicht bewusst: die schnelle Wurst- oder Fleischkäsesemmel, das Kebab um die Ecke, die Pizza mit Salami, die Knödel mit Speck, die Rahmspätzle mit Schinken, das Gröstel mit Rindfleisch, das Curry mit Huhn usw. Ein kleiner Schritt wäre es schon, wenn wir wöchentlich bewusst ein bis zwei fleischfreie Tage einplanen könnten. Die schnelle Brotjause könnte ein Käsesandwich sein, das Kebab um die Ecke vegan, die Pizza mit Champignons, die Knödel mit Spinat, die Spätzle mit Kraut, das Gröstel mit Gemüse, das Curry mit Kichererbsen

Ich wünsche jedem von euch EINEN guten Vorsatz, den ihr ernst nehmt und der schlussendlich euch UND dem Planeten zu Gute kommt.

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



Apotheken Absam • Hall • Mils • Rum

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

Apotheken Nachtdienste Sonn- und Feiertagsdienste

JÄNNER			FEBER		
15 SO 5	22 SO 1	29 SO 1	1 MI 4	8 MI 4	
16 MO 1	23 MO 2	30 MO 2	2 DO 5	9 DO 5	
17 DI 7	24 DI 6	31 DI 3	3 FR 6	10 FR 1	
18 MI 2	25 MI 3		4 SA 1	11 SA 2	
19 DO 3	26 DO 4		5 SO 2	12 SO 3	
20 FR 4	27 FR 7		6 MO 7	13 MO 6	
21 SA 5	28 SA 5		7 DI 3	14 DI 4	

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

Fundgegenstände

Armband, Geldbetrag, Schlüsselbund

Geburten

Sophie Dörner
Sophia Anna Schwaiger

Preslav Serafimov

Unsere Verstorbenen

Strobl Walter
Pancheri Wilhelm
Willmann Elisabeth
Pögl Eugen
Plangger Loni

Pfanzelter Hans
Dr. Larcher Gerhard
Jehle Rosa Maria
Fischler Anna

Vinzenzgemeinschaft

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

Ärzte in Absam

- DR. ULRICH JANOVSKY**
prakt. Arzt, Dörferstraße 43, Tel. 52165
Mo., Di., Do., Fr. 8.30 bis 11.30 Uhr / Mo., Mi., Do. 16 bis 18 Uhr
- DR. GÜNTHER WÜRTEMBERGER**
prakt. Arzt, Salzbergstraße 93, Tel. 53280
Mo. und Mi. 8.00 bis 11.00 und 16.00 bis 18.00 Uhr,
Di. und Do. 8.00 bis 11.30 und Fr. 8.00 bis 11.00 Uhr
- DR. GABRIELA KRAUS**
Zahnärztin, Bruder-Willram-Straße 1, Tel. 54166
Mo. und Fr. 08:00 bis 12:00, Di. und Mi. 08:00 bis 16:00 und Do.
13:30 bis 18:30 Uhr
- DR. DAVID UNTERHOLZNER**
Zahnarzt, Dörferstraße 43/1, Tel. 56300
Mo. bis Do. 8:30 bis 12:00, Mo. und Di. 13:00 bis 16:00,
sowie nach Vereinbarung
- DR. DR. PARINAZ NASSERI**
Zahnärztin, Dörferstrasse 43/1, Tel. 56300
Termine nach Vereinbarung

Ärzte Wochenend und Feiertagsdienste

- 14.01. DR. DORIS MUSSHAUSER**
SAM 6060, Hall in Tirol, Recheisstraße 8a, Telefon: 57301
Notordination: 9⁰⁰ - 10⁰⁰
- 15.01. DR. CHRISTIAN REINALTER**
SON 6068 Mils, Kirchstraße 14, Telefon: 57746
Notordination: 9⁰⁰ - 10⁰⁰
- 21.01. DR. JOSEF GASSER**
SAM 6060, Hall in Tirol, Wallpachgasse 2, Telefon: 44423
Notordination: 9⁰⁰ - 11⁰⁰
- 22.01. DR. DAVID SPRENGER**
SON 6060, Hall in Tirol, Thurnfeldgasse 4a, Telefon: 56711
Notordination: 9⁰⁰ - 10⁰⁰
- 28.01. DR. SUSANNE WOLF**
SAM 6060, Hall in Tirol, Schlossergasse 1/Top 7, Telefon: 22722
Notordination: 9⁰⁰ - 10⁰⁰
- 29.01. DR. GÜNTHER WÜRTEMBERGER**
SON 6067 Absam, Salzbergstraße 93, Telefon: 53280
Notordination: 9⁰⁰ - 10⁰⁰

Bis Drucklegung waren keine weiteren Dienste bekannt.

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

Tierärzte in Absam

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