

# St. Johanner Zeitung

Österreichische Post AG  
RM 20A041933 K  
6370 Kitzbühel

## Gesund und munter durch diese Zeiten

Was können wir tun, um gut durch Herbst und Winter zu kommen? Diese Jahreszeiten waren immer schon eine Herausforderung für unser Immunsystem, da braucht es gar kein zusätzliches Virus. Zum Glück ist gegen (fast) alles ein Kraut gewachsen. Was uns gut tut, sind Bewegung, ausreichend Schlaf und ausgewogene Ernährung – und das alles am besten mit einem Lächeln auf den Lippen. Hoffen wir auf einen sonnigen November, der uns noch etwas Wärme und viel Vitamin D für die Seele beschert ...



© Christina Feiersinger

**WIMMER**  
SCHMUCK GOLDSCHMIEDE UHREN  
Kaiserstrasse 5 | 6380 St Johann in Tirol | +43 5352 625 28

**Wir stürzen  
uns voll rein!**



**holzstudio**  
Böden, Stoffe, Sonnenschutz und ... **Pass!**

6372 Oberndorf . +43 5356 62085 . [www.holz-studio.at](http://www.holz-studio.at)

## Vorfreude ist die schönste Freude - Saisonkarten für Winter 2020/21 zum Vorverkaufspreis!



**Super Ski Card**  
Verkauf ab 21.09.2020  
gültig ab 10.10.2020

	Vorverkauf 21.09. bis 02.12.2020	Winterverkauf ab 03.12.2020
<b>Erwachsene</b>	774,00	865,00
<b>U25</b> (1995-2001)	661,00	865,00
<b>Jugend</b> (2002-2004)	564,00	646,00
<b>Kind</b> (2005-2014)	376,00	431,00



**Snow  
Card  
Tirol**

**Snow Card Tirol**  
Verkauf ab 28.09.2020  
gültig ab 01.10.2020

	Normaltarif
<b>Erwachsene</b>	850,00
<b>Jugend</b> (2002-2004)	679,00
<b>Kind</b> (2005-2014)	425,00
<b>Invalide</b> (ab 60%)	679,00

### Attraktive Ermäßigungen vor Ort erhältlich für:

- Personen mit Hauptwohnsitz in Tirol  
*(Meldebestätigung, nicht älter als 3 Monate)*
- Personen mit Beschäftigungsverhältnis in Tirol  
*(Sozialversicherungsbestätigung, nicht älter als 3 Monate)*
- Studenten einer in Tirol ansässigen Hochschule  
*(Studiennachweis des laufenden Studienjahres)*

**Wir bitten um Verständnis, dass ohne Vorlage der notwendigen Bestätigungen können leider keine Rabatte gewährt werden.**

Preise in Euro inkl. 10% Mwst. Satz- und Druckfehler vorbehalten



**3 Länder Freizeit-Arena**  
Verkauf ab 02.11.2020  
gültig ab der Wintersaison

*SkiStar St. Johann in Tirol  
Steinplatte & Winklmoosalm  
Buchensteinwand | Bergbahn Pillersee  
Almenwelt Lofer, Heutal Lifte Unken  
Skilifte Kirchdorf, Skilifte Lärchenhof*

Normaltarif	Vorverkauf 02.11. bis 02.12.2020	Winterverkauf ab 03.12.2020
<b>Erwachsene</b>	530,00	552,00
<b>U25</b> (1995-2001)	416,00	309,00
<b>Jugend</b> (2002-2004)	394,00	229,00
<b>Kind</b> (2005-2014)	216,00	156,00
<b>Senioren 80+</b> (ab 1940)	155,00	155,00
<b>Invalide</b> (ab 70%)	416,00	438,00

### Attraktive Ermäßigungen vor Ort erhältlich:

- Berechtigten- und Freizeitwohnsitztarife  
*(Meldebestätigung, nicht älter als 3 Monate)*
- Seniorentarife  
*(Jahrgang 1955 und älter; Ausweis)*
- Eltern- & Alleinerziehertarife  
*(Haushaltsbestätigung/Nachweis Familienbeihilfe, nicht älter als 3 Monate)*

### Kassaöffnungszeiten im November:

Montag bis Samstag von 10:00 bis 17:00 Uhr  
Sonn- & Feiertage geschlossen.

### Verkauf und Information:

SkiStar St. Johann in Tirol  
St. Johanner Bergbahnen GmbH  
Hornweg 21, 6380 St. Johann in Tirol  
Tel: 05352 622 93  
Email: info.stjohann@skistar.com



# Liebe Leserinnen und Leser,

bestimmt geht es euch wie mir: Ich kann das Thema Corona nicht mehr hören. Und doch kommen wir nicht daran vorbei, wir müssen noch länger damit leben, uns arrangieren. Wie kann das gehen bei dem immensen medialen Druck, dem wir ausgesetzt sind? Indem wir der Situation mit nötigem Respekt begegnen, darüber hinaus jedoch unseren Optimismus bewahren. Wir brauchen jetzt Zuversicht und den Blick auf das, was unsere Region so stark macht in Zeiten wie diesen: eine ausgezeichnete medizinische Versorgung, eine starke regionale Wirtschaft und geerdete Menschen, die angemessen und mit Hausverstand agieren.

Bleiben wir ruhig und besonnen, leben wir unser Leben! Kehren wir weiterhin ein bei unseren Wirten! Wenn sie uns schon um 22 Uhr nach Hause schicken müssen, treffen wir uns einfach früher. Shoppen wir in den regionalen Geschäften! Damit sichern wir Arbeitsplätze in der Region. Ge-

hen wir gemeinsam da durch! Dann schaffen wir vieles.

Diese Ausgabe der St. Johanner Zeitung steht ganz im Zeichen der Gesundheit. Bei meinen Gesprächen mit „Mrs. Sporty“ Sabine Hörfarer, dem Internisten Dr. Thomas Hirn, Christina Pirchmoser-Putzer von „Gxund“ und AVOMED-Diätologin Alexandra Hotter habe ich einige interessante Infos für euch gewinnen können, wie wir gesund durch den Winter kommen. Ein gutes Immunsystem ist auch der beste Schutz vor Corona, es macht also Sinn, sich damit zu befassen. Mehr dazu auf den Seiten 20 bis 27.

Von der aktuellen Situation besonders betroffen sind ja auch Kunst- und Kulturschaffende. Hans Hauser, Spross der Trachtengruppe-Familie Hauser, erzählt davon, von seinem Wechsel vom Schuhplatteln zum Rock 'n Roll und wie er zu seinem Künstlernamen hanoi kam. Interessant!

In diesen nächsten Tagen schmücken wir die Gräber unserer Verstorbenen, Allerheiligen steht vor der Tür. Es sind Tage, an denen sich der eine oder andere von uns auch mit der eigenen Endlichkeit befasst. Helmuth und Hedy Trefler berichten von der Arbeit in ihrem Bestattungsunternehmen und davon, dass wir uns immer weniger Zeit nehmen für Tod, Trauer und Abschied. Mich hat das nachdenklich gestimmt ... (Seite 46)

Spätestens im neuen VW ID.3 war dann aber jede Melancholie verflogen, ich fühlte mich wie „Major Tom“, nämlich völlig losgelöst von der Erde. Mehr dazu auf Seite 52.

Viel Spaß beim Blättern und Lesen, bleibt gesund und furchtlos, eure

Doris Martinz  
Chefredaktion



**BODEN-  
VERLEGUNG**

**RAUM-  
AUSSTATTUNG**

**MALER-  
ARBEITEN**

**HUB-  
STEIGER-  
VERLEIH**

Impressum / Offenlegungspflicht gemäß § 25 Mediengesetz:

Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: St. Johanner Zeitung GmbH, Jochberger Straße 96, 6370 Kitzbühel, Tel. +43 664 1002830, redaktion@st-johanner-zeitung.at, www.st-johanner-zeitung.at

Chef-Redaktion: Doris Martinz, redaktion@st-johanner-zeitung.at

Erscheint 10x jährlich per Post an alle Haushalte in St. Johann i. T., Fieberbrunn, Hochfilzen, St. Jakob i. H., St. Ulrich. a. P., Waidring, Kirchdorf, Erpfendorf, Oberndorf, Going (mehrmals jährlich zusätzlich Kitzbühel)

Auflage: Normalauflage 9.300 Stück, Großauflage mehrmals jährlich (inkl. Kitzbühel) 11.800 Stk.

Grafische Konzeption: Nothegger & Salinger GmbH, Jochberger Straße 96, 6370 Kitzbühel, Tel. 05356/73362, www.nothegger-salinger.at

Das Layout, die Gestaltung, Texte und Fotos genießen urheberrechtlichen Schutz.

Veröffentlichung (auch auszugsweise) nur mit Genehmigung der St. Johanner Zeitung GmbH.

Druck: Hutter Druck GesmbH & Co KG, St. Johann

Satz- und Druckfehler vorbehalten. Alle Aussagen in unseren Interviews stammen von den Interviewpartnern und geben inhaltlich nicht immer die Meinung der Redaktion wider. Wir übernehmen keine Verantwortung für ihre Richtigkeit.

Satz- und Druckfehler vorbehalten.

Innsbrucker Straße 16  
6380 St. Johann in Tirol  
T +43 5352 62676  
farben.prader@aon.at

# Finanzielle Anerkennung für großen Einsatz in Gesundheits- und Pflegeberufen

BEZIRKSKRANKENHAUS (BKH) ST. JOHANN I.T.: BONUSZAHLUNG DES LANDES UND DES BEZIRKS-KRANKENHAUSVERBANDES FÜR „CORONA-DIENST“

Die Corona-Krise brachte viel Anerkennung für die zahlreichen „Heldinnen und Helden des Alltags“ – vor allem in den Gesundheits- und Pflegeberufen. Jetzt wird deren Einsatz auch finanziell belohnt: das Land Tirol gewährt unter Beteiligung des Gemeindeverbandes BKH St. Johann i.T. eine einmalige Bonuszahlung für alle Mitarbeiter/innen, die in den ersten Monaten der Corona-Krise unter großem Einsatz ihren Dienst versahen.

Die Bediensteten des Bezirkskrankenhauses St. Johann i.T. dürfen sich im Oktober auf eine einmalige Sonderzahlung des Landes bzw. des Gemeindeverbandes in der Höhe

von (maximal) 500 Euro freuen. Das Land gewährt Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie Praktikantinnen und Praktikanten in Gesundheits- und Pflegeberufen, die trotz schwieriger Rahmenbedingungen in der Zeit von 15. März bis Ende Juni ihren Dienst versahen und damit „einen essentiellen Beitrag zur Aufrechterhaltung der bestmöglichen Versorgung von Patientinnen und Patienten leisteten“, diese Bonuszahlung.

Die Zahlung in der Höhe von bis zu 500 Euro ist abhängig von den im Zeitraum vom 15. März bis 30. Juni tatsächlich geleisteten Stunden und wird aliquot ausbezahlt, wobei auch Homeoffice, Quarantä-



Foto: Bezirkskrankenhaus St. Johann

nezeiten u.a. berücksichtigt werden.

BKH-Verbandsobmann Paul Sieberer: „Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben in der Krisenzeit Außergewöhnliches geleistet. Ich freue mich, dass wir nun diese finanzielle

Anerkennung als Dankeschön für ihren nicht einfachen Einsatz in dieser Zeit gewähren können. Der Bonus soll auch eine Motivation dafür sein, weiterhin mit viel Engagement an der Bewältigung dieser Krise zu arbeiten.“ PR

## Neue Geschäftsführung im Holz-Studio

GENERATIONSWECHSEL IM OBERNDORFER FAMILIENBETRIEB: NEUE DOPPELSPITZE

Firmengründer Martin Oberacher übergibt die Geschäftsleitung an Sohn Simon und Neffe Marco Koidl. v.l.n.r.): Ulrike Oberacher – Leitung Stoff-Studio, Simon Oberacher, Marco Koidl, Martin Oberacher



Seniorchef Martin Oberacher übergibt die Geschäftsleitung seines erfolgreichen Familienbetriebs an die junge Generation: Ab sofort stehen Sohn Simon und Neffe Marco Koidl an der Unternehmensspitze. Seit der Gründung im Jahr 2001 haben Martin Oberacher und seine Frau Ulrike das Holz-Studio mit dem dazugehörigen Stoff-Studio sehr erfolgreich geführt.

Heute verfügt das Unternehmen über die größte Auswahl an Qualitätsböden in der ganzen Region, gilt als absoluter Spezialist für individuell designte Naturholzböden und verwirklicht Projekte im In- und Ausland. Das Team zählt über 20 MitarbeiterInnen, darunter viele langjährige „Stamm-Mitglieder“. Genau der richtige Zeitpunkt, um das Holz-Zepter an die junge Generation zu übergeben. „Es

fühlt sich gut und richtig an, die Geschäftsleitung zu übertragen. Aber meine 35 Jahre Erfahrung und Wissen bleiben dem Unternehmen weiterhin erhalten“, betont Martin, der fortan für die Produktionsleitung im Holz-Studio verantwortlich ist.

### Großes Jubiläum 2021

„Ich bin dankbar für das Vertrauen, das mein Vater in mich setzt und freue mich auf die Zukunft“, so der frisch gebackene Geschäftsführer Simon Oberacher. Und Cousin und zweiter Geschäftsführer Marco ergänzt: „Wir haben so viele Pläne und Ideen und

können es kaum erwarten, loszulegen.“ Das Zeug dazu bringen beide mit, die sich jahrelange Erfahrung und umfassendes Know-how im Betrieb erworben haben. Den Unternehmenskurs werden sie weitergehen und das, wofür das Holz-Studio mit dem dazugehörigen Stoff-Studio steht, weiterentwickeln: erstklassige Tiroler Handwerksqualität und individuelle Lösungen zu einem vernünftigen Preis. Mit frischer Führungsspitze kann das Holz-Studio seinem 20-jährigen Jubiläum im nächsten Jahr entspannt entgegenblicken.

PR



©multivisualart

# Die Bäckerei Linsinger eröffnet neue Filiale in der Kaiserstraße in St. Johann

AB MONTAG, 2. NOVEMBER 2020, WIRD DIE EHEMALIGE BÄCKEREI NILL IN ST. JOHANN ZU „BÄCKEREI UND KONDITOREI LINSINGER“

Seit 1935 pflegt man bei Linsinger die Backtradition. Das Unternehmen hat seine Wurzeln in Oberndorf, mittlerweile betreibt Linsinger aber auch Filialen in Kirchdorf, Kirchberg, Kitzbühel (Café Evi) und jetzt neu in St. Johann. Der einheimische „Bäck“ ist in der Region bekannt als Spezialist für 100 Prozent Roggen- und Dinkelbrot und für sein großes Sortiment. Genießer bekommen hier täglich frisches, abwechslungsreiches und traditionelles Brot, ganz nach dem individuellen Geschmack. Besonders Wert legt man dabei auf die Verwendung heimischer Naturprodukte. Auf Wunsch zaubert der Bäckermeister für Allergiker verschiedenste Variationen: glu-



Bäckerei Nill wird ab 2. November zu Bäckerei Linsinger

tenfrei, vegan, hefefrei und so weiter ...

Täglich verwöhnt Linsinger mit Kuchenspezialitäten aus der eigenen Konditorei. Zu jedem feierlichen Anlass gibt es die richtige Torte, ganz nach den Vorstellungen und

Wünschen der KundInnen – egal, ob zur Hochzeit, Taufe, zum Geburtstag oder auch Muttertag. Die Konditoren sind immer mit Sorgfalt und viel Liebe am Werk, und das schmeckt man. Das Linsinger-Team freut sich nun dar-

auf, die Tradition der Bäckerei Nill, die seit Jahrzehnten eine Institution war in St. Johann, aufrecht zu erhalten. In „Sainihäns“ werden Brot, Kleingebäck, Feingebäck, Partybrezen und „Coffee to go“ angeboten, ebenso natürlich die beliebten Kuchen und Torten – der pure Genuss. Für Bestellungen darf man auch gerne die Hauszustellung in Anspruch nehmen ...

Bis bald, wir freuen uns auf euch. PR

Bäckerei Konditorei Linsinger  
**JETZT NEU IN ST. JOHANN**  
 Kaiserstraße 28  
 Tel. 05352 62919  
 Öffnungszeiten:  
 Täglich 6 bis 17 Uhr /  
 Mittwoch bis 12 Uhr  
 Sonn- und Feiertage geöffnet

Neu-Eröffnung  
am Montag, 2.11.

Wir  
**ROGGEN**  
St. Johann

BÄCKEREI  
KONDITOREI  
LINSINGER

feiner

# Sicher durch den Corona-Winter

DIE CHANCEN FÜR EINE ERFOLGREICHE WINTERSAISON SIND INTAKT

Nach einer kurzen Phase des Durchatmens im Sommer dominiert jetzt Corona wieder unseren Alltag. Die Reisewarnungen der letzten Wochen gleichen einem zweiten Lockdown im Tiroler Tourismus. Wir können noch weniger als zuvor einschätzen, was der Winter mit sich bringen wird. Wir stehen den Entwicklungen mehr oder weniger ohnmächtig gegenüber ...

Trotzdem, müssen wir uns alle mit positiven Ideen, Aktionen und Maßnahmen dagegenstemmen, um bestmöglich durch die nächsten Monate zu kommen. So haben wir, gemeinsam mit SkiStar St. Johann, schon Vorkehrungen getroffen und Maßnahmen eingeleitet, um unsere Hausaufgaben für einen sicheren Winter zu erledigen. Mehr denn je wird uns auch im



(c) Mirja Geh

Winter das Thema Abstand-Hygiene-Mundnasenschutz begleiten. Wir alle werden gefordert sein unseren Beitrag zu leisten, damit sowohl die Wirtschaft, unsere Jobs, wie auch unser Privatleben nicht noch stärker als bisher in Mitleidenschaft gezogen werden. Unter anderem wird der Tourismusverband in den nächs-

ten Wochen allen Gastronomen, Geschäften, Gemeinden, Freizeiteinrichtungen, aber auch Vereinen, ein digitales Tool bereitstellen, um den Gesundheitsbehörden im Bedarfsfall die Kontaktnachverfolgung zu erleichtern. Dies wird unkompliziert via Smartphone und QR-Code möglich sein, ohne zusätzlichen Aufwand für Gast/Kunde oder Dienstleister. Selbstverständlich entspricht dies den aktuellen Datenschutz- und Sicherheitsbestimmungen. Gerade die Kontaktnachverfolgung ist für die Behörden ein wesentliches Instrument zur Verhinderung der unkontrollierten Verbreitung des Virus.

Dennoch – und das ist das Positive – bin ich davon überzeugt, dass wir eine Chance auf einen relativ erfolgreichen Winter haben. Voraussetzung dafür ist natürlich, dass die politischen Rahmenbedingungen und Entscheidungen das Reisen auch ermöglichen! Das heißt, wir haben es zwar selbst nicht in der Hand, gerade deswegen ist es aber umso wichtiger, dass sich jeder seiner Verantwortung bewusst ist, alle Vorkehrungen trifft, um Gästen wie Mitarbeitern einen möglichst sicheren Aufenthalt zu ermöglichen. Wir werden dies, in Abstimmung mit umliegenden TVBs sowie der Tirol Werbung, in Richtung unserer Gäste bestmöglich kommunizieren. Denn eines ist klar: wohl nie zu-

vor war das Thema Sicherheit so wichtig bei der Urlaubsentscheidung. In einem ungekannten Ausmaß werden Buchungsentscheidungen extrem kurzfristig fallen. Das Nervenkostüm von Vermietern, Skischulen, Seilbahnbetreibern etc. wird massiv strapaziert werden. Zahlreiche Informationen zum Thema gibt es auch unter [www.kitzbueheler-alpen.com/de/kam/corona.html](http://www.kitzbueheler-alpen.com/de/kam/corona.html)

Der Sommer hat gezeigt, wie rasch sich die Situation verändern kann. Auch wenn es schwierig ist, müssen wir zumindest jene Bereiche, die wir selbst beeinflussen können, bestmöglich vorbereiten.



Leisten wir alle unseren Beitrag, damit wir möglichst gut und unbeschadet durch diese schwierige Zeit kommen! Der Sommer hat gezeigt, dass gerade der Tourismus in Österreich das Potenzial zu einer sehr raschen Erholung hat. Wir bieten alle Voraussetzungen für einen attraktiven Urlaub während, aber auch mit/nach Corona! Wenn politisch teils willkürliche Entscheidungen ein Ende finden und wir selbst das Ruder wieder in die Hand nehmen können, steht einer Wiederauferstehung des Tourismus, wie auch der gesamten Wirtschaft und des gesellschaftlichen Lebens wohl nichts mehr im Wege! In diesem Sinne, bleiben wir (gedanklich) positiv gestimmt,

Ihr Gernot Riedel  
Geschäftsführer TVB Region St. Johann in Tirol

**DAXAUER**

- Bad + Sanitär
- Heizung + Lüftung
- Solaranlagen
- Wohnraumbelüftung

**BESTE QUALITÄT**  
SEIT 4 JAHRZEHNTE  
UND 3 GENERATIONEN

Winkl-Schattseite 2f | 6380 St. Johann in Tirol  
Tel.: 05352/63525 | [info@daxauer.com](mailto:info@daxauer.com)  
[www.daxauer.com](http://www.daxauer.com)

Foto: AdobeStock



**Penzinghof**  
TUT NATÜRLICH GENIESSEN

HOTEL • WIRTSCHAUS • LAVENDEL SPA  
penzinghof.at

**JOB & KARRIERE IN DER  
PENZINGHOF WELT**

Hier findest Du alle offenen Jobs & Stellenangebote in der Penzinghof Welt. Viel Glück bei der Suche, das Penzinghof-Team freut sich immer auf neue Kollegen und die professionelle Unterstützung. Im Rahmen der Initiative „Regional Aufgetischt“ wurden wir vom Bundesministerium für die Partnerschaft zwischen Gast- und Landwirt ausgezeichnet. Wir sind ein „Ausgezeichneter Lehrbetrieb“ in Tirol und bilden durchschnittlich 7 Lehrlinge aus!

**ALS TEIL DES PENZINGHOF-TEAMS PROFITIERST  
DU VON ZAHLREICHEN VORTEILEN:**

- » Modern ausgestattete Mitarbeiterzimmer mit gratis WLAN
- » Kostenlose Verpflegung & Unterkunft - auch an den freien Tagen
- » Kostenlose Benützung unseres Lavendel Spa mit Infinity Pool
- » 1 Übernachtung mit Partner in der Penzinghof Welt, 40% Rabatt für Übernachtungen deiner Eltern und Geschwister
- » 50% Rabatt auf Massagen & Kosmetikbehandlungen
- » 30% Rabatt auf den Einkauf von Kosmetikprodukten
- » 15% Rabatt auf Einkäufe in unserem Sportshop „die Stailera“ & der Hofkäserei „Schörgerer“
- » Teilnahme an Seminarangeboten & Weiterbildungen

**HOTEL PENZINGHOF - AB DEZEMBER**

- » RezeptionistIn - 5/6 Tage
- » Küchenchef (M/W) - 6 Tage
- » Souschef (M/W) - 6 Tage
- » Pâtissier (M/W) - 5/6 Tage
- » Jungkoch (M/W) - 6 Tage
- » Chef de Rang - Hotelgäste (M/W) 6 Tage
- » BarkellnerIn - 6 Tage
- » FrühstückskellnerIn - 5/6 Tage
- » Spaleitung (M/W) - 5 Tage
- » MasseurIn - 5 Tage
- » Fußpflege mit Kosmetik - 4/5 Tage

**LIFTRADL - AB DEZEMBER**

- » Koch/-Köch - Tagesbetrieb

**WIR BILDEN WIEDER FOLGENDE LEHRBERUFE AUS - AB SOFORT**

- » Koch/-Köchin
- » Restaurantfachmann/-frau
- » Talents for Tourism - 18 Monate zum Lehrabschluss
- » Gastronomiefachmann/-frau
- » Hotelkaufmann/-frau



**SPARKASSE**   
in St. Johann



Jetzt mit  
**Makita**  
Baustellenradio\*



\*Sie erhalten ein Makita DMR107 Baustellenradio bei Eröffnung eines Bau- & Wohnkontos ab einem Finanzierungsvolumen von EUR 70.000,-. Solange der Vorrat reicht. Keine Barablässe.

www.sparkasse-kitzbuehel.at   

## Bauen, kaufen, sanieren?

Ihr Schlüssel zum neuen Zuhause: Kredit oder Darlehen nach Maß. Gerne beraten wir Sie auch über aktuelle Förderungen, wie z.B. Wohnbeihilfe und Zuschüsse für Sanierungsmaßnahmen. Gleich Termin vereinbaren!



Julia Daxauer  
Tel. 050100/78536



Michael Pendl  
Tel. 050100/78541

# Radchallenge abgeschlossen

8 TEILNEHMER/INNEN PRÜFTEN DAS RADNETZ DER REGION „AUF HERZ UND NIEREN“

Die Radchallenge wurde von Mitte September bis Mitte Oktober 2020 in den Gemeinden St. Johann in Tirol, Oberndorf und Kirchdorf durchgeführt. Die Regio-Tech GmbH war der Projektträger, für die Umsetzung waren die Tourismusregion St. Johann in Tirol und das Ortsmarketing St. Johann in Tirol zuständig. Ziel des Projektes während der Testphase war es, möglichst viele Informationen zum Zustand der Radwege und -infrastruktur zu bekommen. Außerdem sollten Erkenntnisse zur Radfreundlichkeit der Region gewonnen werden. Hierzu hatte die Marktgemeinde St. Johann in Tirol ein eigenes Tool entwickelt, in dem

alle Wege erfasst sind und bewertet werden konnten.

Die acht TeilnehmerInnen Alfred Soder, Evelyn Treichl, Inge Krepper, Manfred Pranieß, Maria Keiler, Matthias Danler, Sigrid Baumann und Thomas Danler lieferten in den letzten Wochen 190 konkrete Hinweise zu den Radwegen in der Region. Diese Hinweise wurden von den RadlerInnen über die App der Marktgemeinde St. Johann in Tirol mit Verortung auf einem Lageplan, einem Foto und Kommentar eingepflegt. Es konnten dabei Likes und Dislikes vergeben werden. Bei einem Zwischentermin in der Marktgemeinde St. Johann in Tirol im September gab es einen regen Austausch zwischen den



Die Teilnehmer mit den Bürgermeistern von St. Johann, Oberndorf, Kirchdorf und Marije Moors (Ortsmarketing)

TeilnehmerInnen und App-Betreuer Stefan Brandtner, um auch in den folgenden Wochen so effizient wie möglich Daten zu erheben.

## Über 3.000 Kilometer „erfahren“

Im Rahmen der Radchallenge hatten die TeilnehmerInnen auch die Möglichkeit, von Patrick Unterberger (Intersport Patrick) und Stephan Mattersberger (BikeZeit) zur Verfügung gestellte Leihräder (Lastenrad, E-Stadtrad, E-Bike, Emoped) auszuprobieren. Insgesamt legten die TeilnehmerInnen während der Challenge 3.042,3 Kilometer zurück. Es stellte sich heraus, dass Freizeitradler völlig unterschiedliche Anfor-

derungen an das Radwegenetz haben als Menschen, die das Rad quasi als Autoersatz im Alltag nutzen. Maßnahmen, die aufgrund der Erkenntnisse der Radchallenge bereits nach dem ersten Zwischenbericht gesetzt wurden, werden sehr geschätzt und gut angenommen – zum Beispiel geschnittene Hecken für mehr Sicht beim Abbiegen und einiges mehr. Ausbaufähige Bereiche wurden noch außerhalb des Zentrums und beim Übergang ins Zentrum festgestellt, als positiv bewertet wurden hingegen die Fußgänger- und die Begegnungszone. Die Verkehrsplaner sind nun eingeladen, hier Verbesserungsvorschläge zu präsentieren.

Doris Martinz



Patrick Unterberger stellte ein Lastenrad zur Verfügung, Evelyn Treichl fand Gefallen daran

Sei du selbst die Veränderung, die du dir wünschst für diese Welt.

**RESCH**

Bau- und Planungsbüro GmbH  
A-6352 Going - Kaiserweg 30  
Tel.: 05358/2200 - Fax: 05358/2200-4  
E-Mail: info@bmr-resch-kitz.at - Internet: www.bmr-resch-kitz.at

# KitzSki

# KitzSki



## JETZT: Saisonkarten-Vorverkauf

### Alles Deins zum Bestpreis -10% sparen!



Sichere dir jetzt deine KitzSki Saisonkarte für den Winter 2020/21 abzüglich **10% Vorverkaufsrabatt** und inklusive **Treuebonus & KitzSki-Garantie**.

Gültig sofort ab Kauf auf allen **Sommerbahnen** und im Winter **bis zum 02. Mai 2021**.

Infos und Details unter [kitzski.at](http://kitzski.at) oder **05356/6951**

## KitzSki Saisonkarten-Vorteile auf einen Blick:

- Gültig sofort ab Kauf und **bis 02. Mai 2021**
- Alle **Sommerbahnen** unbegrenzt inklusive
- Bis zu **200 Skitage** pro Saison inklusive
- **€ 30,00 Treuebonus** für Bestandskunden
- **KitzSki Bonus Heft** im Wert von **€ 1.400.-**
- **-50%** auf den Hallenbadbesuch Badezentrum Aquarena Kitzbühel ohne Herbstpause
- **Gratis Bike Transport** (Hahnenkamm, Fleckalmbahn, Gaisberg)
- **Gratis Abendfahrten** (Hahnenkamm & Gaisberg)
- Kostenloses **KitzMountain Guiding** Programm
- **Gratis Skibus** Benützung
- **Gratis Streifzug** Benützung St. Johann ↔ Hahnenkamm ↔ Westendorf

**Unsere Verkaufsstellen:** Alle geöffneten Sommerbahnen, Badezentrum Aquarena und im WEBSHOP inkl. € 30,00 Online-Rabatt: [shop.kitzski.at](http://shop.kitzski.at)

# Besuch beim „Leitwolf“

IN EINER KOOPERATION ZWISCHEN BERGBAHN UND DER MS 1 ST. JOHANN WURDE DAS KLASSENZIMMER AUF DEN BERG VERLEGT.



Bergbahn-Geschäftsführer Peter Grander und Stefan Laner jun. erklären den „Leitwolf“.

Der geplante, mehrtägige Ausflug der Mittelschule 1 in den Nationalpark Hohe Tauern war heuer im Frühjahr der Corona-Pandemie zum Opfer gefallen. Pech gehabt, kann man sagen, dann sind diese Tage eben gestrichen. Oder aber man lässt sich etwas einfallen und setzt auf die Kooperation mit der Bergbahn vor Ort wie der Direktor der MS 1, Martin Kofler und sein Lehrer-Team. Berge, Natur und interessante Themen gibt es nämlich auch „vor der Haustür“ zur Genüge. Die drei zweiten Klassen teilten sich deshalb auf und verbrachten je einen Tag

mit den Themen „Natur und Wirtschaft im Einklang“ sowie „Wald und Flur“ am Berg, und an einem weiteren Tag besuchten die Klassen das Nationalparkzentrum in Mittersill.

## Mensch, Technik und Natur

Der Montag, 28. September, war der erste Tag des Projekts und zugleich der unwirtschaftlichste. Regen, Schneefall und ein eiskalter Wind waren nicht gerade angenehm für die Klasse 2 C, die an diesem Tag dran war mit dem Thema „Natur und Wirtschaft im Einklang“. Zum Glück machte das span-

nende Programm selbst das immer wieder vergessen: Besonders die Buben waren begeistert vom „Leitwolf“, dem neuen, hochmodernen Pisten-gerät, das Bergbahn-Geschäftsführer Peter Grander selbst vorstellte. Wer wollte, durfte sich sogar in das Gerät hineinsetzen und sich vorstellen, wie es ist, mitten im Winter bei Sturm und Schneefall mit dem „Leitwolf“ über die Pisten zu ziehen. Das fiel an jenem Tag nicht einmal schwer. Es folgte die Besichtigung der Speicherteichsanierung bei der Angerer Alm, bevor die Gruppe zum Schlossberg Speicherteich wanderte und sich dort von Peter Grander die Pumpstation erklären ließ. Die SchülerInnen erfuhren von ihm auch, wie eine Schneekanone funktioniert und was man braucht, um Schnee zu machen. Wie viel Schnee erzeugt die Bergbahn St. Johann durchschnittlich in einem Winter? Die Antwort erstaunte nicht nur die jungen Besucher: Die Menge entspricht einem Schneeband in der Höhe von einem Meter und der Breite von sechs Metern, das von St. Johann bis nach Innsbruck reicht. Impo-

Im Mittelpunkt dieses Tages stand die Beziehung zwischen Mensch, Technik und Natur. Das Biotop sowie die Bereiche Rekultivierung und Naturschutz wurden eingehend erläutert. Wertvolle Inputs lieferte dabei Mag. Irmgard Silberberger, die für die Bergbahn die ökologische Bauaufsicht übernimmt. Sie erklärte „Ökologie“ am Beispiel der Umsiedlung der Frösche und Lurche ins extra dafür angelegte „Ausweich-Biotop“ während der Erneuerung des Speichersees.

So spannend das alles war, so gut die Kinder auch ausgerüstet waren: Manchen war dann doch zu kalt, weshalb Peter Grander gegen Mittag die ganze Klasse kurzerhand in sein Sitzungszimmer im Tal einlud und mit einem heißen Tee „aufwärmte“.

## Yoga, Pilates und „Miasl“

Der nächste Tag, Dienstag, 29. September, war dann nicht mehr ganz so kalt und nass, die gemütliche Waldwanderung der 2 C durch die zehn



Auf der Stanglalm zeigte Wirtin Therese Thaler vor, wie man ein „Miasl“ zubereitet.

Stationen des Yolatespfads war sogar sehr entspannend, wie Pädagogin Barbara Fischer berichtete. Yoga- und Pilates-Übungen, Mantrasingen auf der Lichtung, dazwischen die schönen, großen Fliegenpilze bewundern und ganz bewusst atmen ... so sammelten die Kids Energie für mehr.



Es wurde eifrig gekocht ...

Schüler Jakob meinte: „Des is schon a spannendes Gefühl, ma fühlt richtig die Luft im Körper.“ Mit der Gondel ging es dann durch den dichten Nebel und bei leichtem Regen hinauf auf den Harschbichl und von dort zu Fuß weiter auf die Stanglalm, wo Wirtin Therese Thaler die Kinder in Empfang nahm und mit ihnen ein köstliches „Miasl“ zubereitete. Die Begeisterung war groß, der

passen, dass man nicht an einen Baum lief ... Anna meinte, es sei „cool, dass ma wäs mächn statt Osttirol, weil des wegen Corona ja nit geht.“ Theresa ist der Ansicht, die Ausflüge auf den Berg wären auf jeden Fall besser gewesen als in der Klasse zu sitzen. Auch das Resümee der Lehrerschaft fällt überaus positiv aus. Die Kinder bekamen an den drei Tagen nicht nur viel



Der Appetit war groß

Appetit auch, die Teller waren in Nullkommanichts leergegessen.

Am Mittwoch stand für die 2 C dann die Busfahrt zum Nationalparkzentrum am Plan, der Besuch war interessant und lehrreich. Die anderen beiden Klassen absolvierten dasselbe Programm, aber an anderen Tagen – um Abstand zu halten.

Fazit einiger SchülerInnen: Eva fand es beispielsweise gut, dass die Klasse an diesen Tagen viel an der frischen Luft war. Dass das Wetter nicht unbedingt mitspielte, störte sie nicht. Man musste halt auf-

Lehrstoff vermittelt, sie hatten auch viel Spaß. Und das ist bekanntlich die beste Motivation zum Lernen ...

Die Klassen wurden begleitet von: Evi Pravda, Barbara Fischer, Thomas Stanni, Christine Böhler, Anna Höckner und Irene Jagoditsch. Ein herzliches DANKESCHÖN richtet an dieser Stelle die MS dem gesamten „Berg-Team“ mit Peter Grander von den St. Johanner Bergbahnen und der Familie Thaler von der Stanglalm aus, mit deren Unterstützung dieses Projekt so gut gelingen konnte.

Doris Martinz



Die Sicht am Berg war bescheiden, aber die Motivation ungebrochen.

# Hausmesse im Schatten des Virus

02. bis 14.  
November 2020

## RED ZAC LECHNER

seit 57 Jahren unter Strom!

Wie jedes Jahr - bieten wir tolle Messeangebote und informieren Sie über Produktneuheiten... doch heuer - nehmen wir uns dafür 2 Wochen Zeit!

**-5% MESSERABATT**  
auf alle Produkte\*

\* Aktion nicht gültig für Installationsaufträge, Aktionsware und Mobiltelefonie.

**Tombola-Gewinnspiel**  
mit Sachpreisen im Wert von € 6.000,-

Beim Kauf einer **De Longhi Nespresso** Kaffeemaschine gibt es **-20% Messerabatt** auf den Kaufpreis!

Zu jedem Einkauf gibt es...  
**eine Erfrischung und ein Tombolalos!**  
Ziehung am 14. 11. 2020  
Die Gewinner werden telefonisch benachrichtigt.

**Super-Angebote bei Spitzen-Auswahl!**

Große Auswahl an Gewerbe- und Kleingewerbegeräten  
(Allesschneider, Mikrowellenherd, etc.)

**STURM-KÜCHENSTUDIO im Obergeschoss!**

Die Angebotspalette umfasst neben  
Küchen- und Esszimmerlösungen auch Böden  
und Zubehör rund um das Thema Küche.

# RED ZAC Lechner

ALLES WATT IHR VOLT!  
IM ONLINE-SHOP UNTER  
WWW.REDZACLECHNER.AT

6391 Fieberbrunn - Spielbergstraße 37 - Telefon: 05354/56244-0

# Neue Welten mit kreativem Nordwind

PURISTISCH, DESIGNSTARK UND EINFACH ZUM VERLIEBEN.

Ein heimatliches Gegenpol zur italienischen Eleganz der Poliform-Stilwelt oder dem edlen Charme von Aufschnaiter Chalet setzt die neue Abteilung Nordic Nature bei Aufschnaiter: puristisch, designstark und einfach zum Verlieben.



Zum 60-jährigen Jubiläum macht Einrichtungsprofi Aufschnaiter sich selbst und allen Design-Enthusiasten mit drei neuen Wohnwelten eine dreifache Freude. Entdecken wir heute Skandinaviens Seele. „Wir lieben das Geradlinige und sind ganz begeistert von unserer Abteilung Nordic Nature“, erzählt Hans Aufschnaiter. Schlichtes Holz, hell und scheinbar unbehandelt, sorgt für den natürlichen Rahmen, in dem puristische Gemütlichkeit ihre ganze Wirkung entfalten kann.



60 Jahre, 60 Gewinner – durch die neue Aufschnaiter Ausstellung bummeln, Gewinnspielkarte ausfüllen und mit etwas Glück wunderschöne Preise gewinnen!

Fotos: Aufschnaiter

## Klare Strukturen und harmonische Ruhe

Die Farbwelt ist reduziert, freundlich, feminin angehaucht: eine Mischung aus facettenreichem Blau, das ans Meer erinnert, und warmen Tönen – interpretiert im Aufschnaiter Stil, entsteht so eine wunderschöne Wohnwelt zum Verlieben ... „Mit exakter Maßarbeit durch unsere Möbeltischlerei können wir das nordische Wohngefühl perfekt an die Bedürfnisse unserer Kunden anpassen. Planung ist dabei das Um und Auf und gehört zu unseren

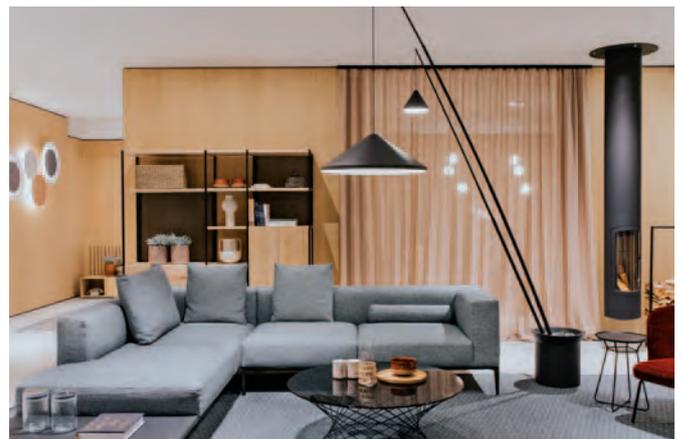
größten Stärken.“ Die Geradlinigkeit und klare Struktur des Nordens zeigt sich auch in durchdachten Schranklösungen, die in der Wand integriert sind – für ein harmonisches Gesamtbild. Nichts lenkt vom Wesentlichen ab.

## Herbst-Highlight: Mitfeiern und gewinnen!

Im Oktober und November möchte Aufschnaiter sein Jubiläum und die neuen Designwelten gemeinsam mit seinen Kunden feiern. „Wir laden alle herzlich ein zum gemütlichen Bummel durch unsere Aus-

stellung, und freuen uns, unsere Gäste in unserem Café ein wenig zu verwöhnen. Die Teilnahmekarten für unser Jubiläumsgewinnspiel unter dem Motto ‚60 Jahre, 60 Gewinner‘ können direkt im Einrichtungshaus ausgefüllt und abgegeben werden. Mit etwas Glück winken tolle Preise wie zum Beispiel ein Boxspringbett der Marke King Koil für erstklassigen Schlafkomfort.“ Auf geht's zu Aufschnaiter: neue Welten entdecken, verwöhnen lassen und vielleicht gewinnen.

[www.aufschnaiter.com](http://www.aufschnaiter.com)



# Neue Welten.

St. Johann in Tirol  
[www.aufschnaiter.com](http://www.aufschnaiter.com)  
aufschnaiter\_interior @

Die Welt ist im Wandel. Angekommen im „New Normal“, setzen wir mit unseren neuen Abteilungen Zeichen. Entdecken Sie die neuen Wohnwelten und feiern Sie mit uns 60 Jahre Aufschnaiter.

60



---

**EINRICHTUNGSHAUS  
TISCHLEREI  
INNENARCHITEKTUR**

---

---

Das Gefühl,  
angekommen  
zu sein.

---

  
**AUFSCHNAITER**

# Vom Schuhplattler zum Singer-Songwriter

DER ST. JOHANNER HANS HAUSER ÜBER GLÜCK UND LEID EINES MUSIKERS, ÜBER SEINEN KÜNSTLERNAMEN UND DIE SCHÖNSTEN MOMENTE AUF DER BÜHNE.

Als „introvertierten Poeten und aggressiven Kämpfer für eine bessere Welt, mit einer Mischung aus Neil Young und Kurt Cobain“ bezeichnet ihn eine große Tageszeitung, er liefere richtig starke handgemachte Gitarrenmusik mit zeitloser Note und stelle mit seinem neuen Album „can't control it“ einmal mehr unter Beweis, welch begnadeter Songwriter er sei, so ein österreichisches Musikmagazin. hanoi alias Hans Hauser aus St. Johann hat sich in der Szene einen Namen gemacht. Mit seinen Liedern, die von Selbstfindung handeln, von ungelebten Träumen oder auch von Berlin, mit seiner etwas rauhen, rockigen Stimme und seiner Gitarre, die wie eine Erweiterung seiner selbst wirkt. Irgendwie kaum zu glauben, dass der 38-Jährige vor 15 Jahren noch bei Tirolerabenden im Takt stampfte und mit der flachen Hand auf seine Lederhose klatschte. Für einen Spross der Familie Hauser war das nur natürlich. Hans' Opa war einer der Gründer der Trachtengruppe Hauser, und auch sein Vater leitete den Verein viele Jahre lang. Hans wuchs also in einer sehr musikalischen Familie mit dem Volkstanz auf. Er genoss eine vielseitige Ausbildung an der Gitarre und am Schlagzeug, er spielte Klavier, Keyboard und Akkordeon. Sein Onkel Otto war es, der ihm, als er zehn Jahre alt war, zwei Platten von ACDC schenkt und ihm damit den Rock'nRoll in Ohr und Herz pflanzte. Kam Hans von der Schule nach Hause, zog er sich meist gleich in den Keller zurück. Nicht, um dort die Sprünge für den „Eifersuchtstanz“ zu üben, sondern um mit Gitarre, Keyboard und „drums“ ordentlich Gas zu geben. Dass er eines Tages Sänger werden würde und eigene



© N. Zajačková

Songs schreiben – daran dachte er damals noch nicht. Dass sein späterer Beruf irgendwie mit Musik zu tun haben sollte, war aber bald klar.

## Mit fünf Bands zugleich auf Tour

Nach Abschluss der Matura studierte er klassische Gitarre am Mozarteum in Innsbruck und stieg dann auf die Akustikgitarre um. Die gemeinsamen Auftritte mit der Trachtengruppe wurden weniger und hörten schließlich ganz auf – es wurde aufgrund der örtlichen Entfernung einfach zu umständlich. Dass sich Hans von der Volksmusik entfernte, lieber Rock'nRoll und andere Stilrichtungen spielte, nahm die Familie mit Bedauern zur Kenntnis. „Aber das wurde von der Familie sehr schnell akzeptiert“, unterstreicht Hans.

Hans und ich trafen uns übrigens nicht persönlich, sondern führten unsere Unterhaltung per „Zoom“ digital. Seit der Coronakrise im Früh-

jahr weiß man ja, wie das funktioniert. Hans lebt jetzt seit 20 Jahren in Innsbruck, er kommt immer wieder einmal nach Hause, um die Familie zu besuchen – meist an den Wochenenden.

Schon während des Studiums begann Hans zu unterrichten. Daneben arbeitete er als Gitarrist, Bassist und Sänger mit den verschiedensten Künstlern und Bands in unterschiedlichen Stilrichtungen, nahm mehr als 20 CDs auf, war manchmal mit fünf Bands gleichzeitig on Tour. Er arbeitete im Studio oder Live unter anderem mit Dominik Plangger, dem Tiroler Symphonie Orchester Innsbruck, Manu Delago, Johnny Hill, Nadine Beiler, Florian Bramböck und vielen anderen. Dazwischen verbrachte er ein Jahr in London, um E-Bass zu studieren und sich intensiver mit Jazz zu beschäftigen. Mit den Jahren bildete sich ein großes Netzwerk um ihn herum. Dass die Szene in Tirol so überschaubar ist, schätzt

Hans inzwischen. „Bei uns gibt es viele echt gute Leute“, sagt er. Und setzt nach: „Nur, die kennt halt keiner.“

## Start als Singer-Songwriter

Schon als Jugendlicher schrieb Hans seine eigenen Lieder. Vor einigen Jahren beschloss er, sie alleine auf die Bühne zu bringen, „mal schauen, ob das geht.“ Bei einem Urlaubsaufenthalt in Hanoi (Vietnam) saß er in einem Café und beobachtete die Menschen, die an ihm vorbeigingen. Welche Geschichten sie wohl mit sich herumtrugen? Noch an Ort und Stelle fing Hans an, Texte und Melodien zu schreiben. Da die Inspiration für viele Texte in Hanoi kam, beschloss Hans, in Zukunft als hanoi aufzutreten – eine Mischung aus dem Namen der Stadt und seinen Initialen. Das erste Album „Dawn“, in Berlin aufgenommen und produziert, erntete anerkennende Kritiken in Österreich und Deutschland.

Weitere Alben entstanden gemeinsam mit dem Schlagzeu-ger Lucas Geiler. Im Februar dieses Jahres war Hans noch in der Alten Gerberei zu hören – vor einem begeisterten Publikum. Das aktuelle Album „can't control it“, bei dem Hans als Solokünstler im Zentrum steht, konnte aufgrund der Corona-Pandemie nicht präsentiert werden.

### Was ist Erfolg?

Daneben spielt Hans weiter mit Jazz- oder Rockbands, auch Blues. Sein Hauptin-kommen jedoch bezieht er nach wie vor aus seiner Arbeit als Musiklehrer am Institut für Sozialpädagogik in Stams. „Von der eigenen Musik zu leben, wenn es nicht sehr kommerziell ist, ist sehr schwierig“, meint er.

Aber was bedeutet Erfolg eigentlich für ihn, kann man diesen Erfolg überhaupt in Euros messen?

„Wenn man sich nur auf die Likes konzentriert und auf Zahlen, dann ist es nie genug.“ Für ihn sei der Moment, in dem er ein Lied schreibe, tausendmal schöner als eine Zahl am Konto. Oder die Zeit, die er mit Kollegen einen neuen Song probt. Oder wenn bei einem Live-Auftritt das Publikum mitgeht, wenn die Stimmung passt. „Und wenn dann vielleicht nach dem Konzert noch ein paar Leute kommen und dir sagen, dass du



Foto: M. Reising

sie mit deiner Musik irgend- wie berührt hast, dann ist das der größte Erfolg überhaupt. Nicht die Nullen am Konto zählen, sondern die Begegnungen, die Interaktion mit den Menschen. Davon ernährt sich ein Musiker“, beschreibt Hans seine Empfindungen. Freilich, schränkt er ein, gehöre das Geld auch dazu, von irgendwas müsse man ja leben.

Eines seiner persönlichen Konzerthighlights erlebte er in der Kulturbackstube in Innsbruck: Nach der letzten Zugabe ging er von der Bühne und machte sich ein Bier auf, als er hörte, wie draußen die Menschen wieder selber seinen Song anstimmten. Ein Gänsehautmoment. Natürlich ließ er sein Bier stehen, ging auf die Bühne und spielte mit den Leuten mit. „Ein wahn- sinnig intensiver Moment war das“, erinnert er sich.

Vielleicht hat Hans nicht das „große Geld“ auf der Bank. Die Emotionen, die er in Mo- menten wie diesen erlebt, sind dafür unbezahlbar.

„Aber natürlich gibt es auch die schlechten Seiten“, ge- steht er, „es ist jedes Mal ein Risiko, wenn du auf die Bühne gehst.“ Immer wieder gebe es Locations und Veranstaltun- gen, wo man mit seiner Mu- sik einfach nicht hineinpas- se, schildert Hans. Man habe dann eher das Gefühl, die Leu- te zu stören als zu unterhal- ten. „Man muss lernen, das wegzustecken.“

### Woher die Inspiration kommt

hhanoi hat schon bei vielen Konzerten gespielt, auch auf kleineren Festivals, er hat unzählige wunderbare Momen- te gesammelt. Derzeit aber macht er keine großen Pläne – solange die Pandemie unser

Tagesgeschehen beeinflusst, ist das sinnlos.

Er konzentriert sich auf seine Musik, komponiert viel und arbeitet mit einer vierköpfi- gen Band zusammen. Woher bezieht er seine Inspiration? „Das ist eine Frage, die ich nie wirklich so beantworten kann“, sagt er. Die Inspirati- on sei unterschiedlich und im ständigen Wandel, und man sei selber zum Teil Beifahrer, erklärt er. Er stoße beim Les- en auf seine Themen, wenn er zufällig einen Satz höre von Menschen, die an ihm vor- begehen, aus Stimmungen. „Dann vertiefe ich das Gefühl und mache ein Lied daraus“, erklärt er. Als ob es die ein- fachste Sache der Welt wäre. Natürlich hat auch hhanoi immer wieder eine Sinnkrise, wer nicht? Er stellt dann al- les in Frage: seine Arbeit, sei- nen Wohnort, sich selbst. „Da schreibe ich dann wieder ein Lied“, sagt er lachend.

Die Musik ist seine Art, die Welt zu sehen, das Leben zu leben. Es ist eine immens gro- ße Welt voller Möglichkeiten, die ausgeschöpft werden wol- len. „Seit ich 14 Jahre alt bin, interessiert mich nichts an- deres“, gesteht er. „Ich wüs- ste nicht, was ich sonst ma- chen sollte.“ Er streicht sich die Haare aus dem Gesicht, das Strahlen in seinen Augen überwindet jede Distanz und jede digitale Hürde ...

Doris Martinz

PRIVATE MUSIKSCHULE VILLA-MUSICA IN FIEBERBRUNN

## VILLA-MUSICA

Das Harmonikahaus im Pillerseetal

- Professioneller und geregelter Unterricht – seit 10 Jahren Erfahrung
- Echtzeit-Unterricht – vis-à-vis mit einem Lehrer
  - auf Wunsch auch per Skype
- Durch Skype konnten wir den Unterricht auch während der Ausgangssperre aufrechterhalten

### Fächer:

- Steirische Harmonika, Akkordeon
  - Harmonika Unterricht für stark Sehbehinderte und Blinde
- Klavier, Kirchenorgel, Dirigieren – auf Wunsch auch Keyboard
  - Begleitharfe in der Volksmusik
    - E-Baß

Gerne begrüßen wir auch „Spätberufene“ und Pensionisten, die sich einen langgehegten Wunsch erfüllen möchten.

T +43 664 2210144 ✉ WWW.VILLA-MUSICA.AT

REPORTAGE ORTSWÄRME ST. JOHANN – TEIL 4 VON 4

# Sainihåns bringt's: 10 Jahre regionales Glasfaser-Multitalent!

WARUM SIE IHRE ENERGIEVERSORGUNG UND TELEKOMMUNIKATION IN DIE FLINKEN HÄNDE DER ORTSWÄRME ST. JOHANN LEGEN SOLLTEN ...

**M**ultitasking geht nicht? Im Falle der Ortswärme St. Johann schon! Seit 10 Jahren sorgt der heimische Dienstleister dafür, dass die Glasfaser-Region beständig wächst und bietet neben der innovativen Technologie umfassendes Know-how und Services aus einer Hand: Fernwärme, Breitband-Internet, Kabel-TV und Festnetz-Telefonie samt professioneller Beratung und technischer Betreuung vor Ort. Nach dem Motto „Aus der Region. Für die Region“ versteht sich die Ortswärme als verlässlicher Ansprechpartner, der für seine Kunden stets zur Stelle ist. Ein großer Vorteil in Zeiten globaler Konzerne und endloser Warteschleifen!



Fotos: Ortswärme St. Johann

## So nah, so gut: Fernwärme

Mit Gründung der Ortswärme St. Johann und dem Bau des Fernwärmenetzes wurde 2007 die Basis gelegt. Denn jeder Fernwärme-Kunde ist dadurch automatisch mit einem Glasfaser-Anschluss ausgestattet. Das Netz wird seitdem größer und größer und immer mehr Gebiete kommen dazu. Allein

durch die Anzahl der Fernwärme-Kunden in der Region werden der Umwelt pro Jahr ca. 15.000 Tonnen CO<sub>2</sub>-Emissionen erspart. Umso mehr Energie steckt die Ortswärme in ihre Dienstleistungen. Über die mitverlegte Glasfaser wurden 2007 Fernwärme-Monitoring sowie die Fernauslesung der Wärmemengenzähler in

Betrieb genommen. 2010 fiel dann der Startschuss für das regionale Breitband-Internet.

## Alle Hände voll zu tun!

Ultraschnelle Übertragungsgeschwindigkeiten und unlimitiertes Datenvolumen schaffen die besten Voraussetzungen für Surfen, Streamen, Online-Gaming und auch das

„Wir bündeln Erfahrung, Know-how und persönliche Betreuung, um unseren Kunden ein innovatives Komplettpaket zu bieten.“

**Ing. Fritz Obernauer, Geschäftsführung**



Dahoam is, wo mei Glasfaser is.



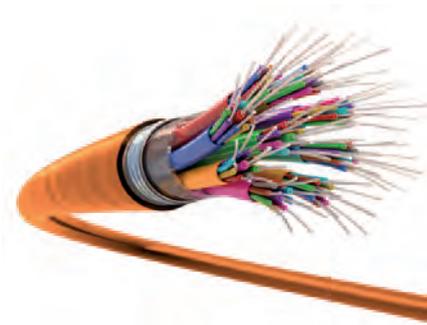
Sag "ja" zur besten Verbindung.

**Jetzt Internet bestellen, regionale Glasfaser nutzen und dabei die Region stärken!**

[www.glasfaserregion.at](http://www.glasfaserregion.at)



Optimal vernetzt: In Kooperation mit dem Ortsmarketing wird jede neue Bestellung mit St. Johanner Einkaufsgutscheinen im Wert von 50 Euro belohnt.



**Regionale Glasfaser – auf einen Blick**

- Die Glasfaserregion umfasst St. Johann, Oberndorf, Kirchdorf, Erpfendorf, Fieberbrunn
- Über 1.000 Gebäude angeschlossen
- Mehr als 100 km Glasfaserkabel verlegt, bis ins Haus
- Jeder Fernwärme-Kunde ist bereits mit einem Glasfaser-Anschluss ausgestattet

**Das Ortswärme Breitband-Internet**

- Highspeed, bis zu 500 Mbit/Sec.
- Unlimitiertes Datenvolumen
- Kundencenter und Technikteam vor Ort
- Bestes Preis-Leistungsverhältnis
- Bedarfsgerechte Angebote für Privat und Business

**Das Ortswärme Kabel-TV**

- 174 freie digitale Programme
- 67 HD-Sender ohne Mehrkosten
- 20 UKW-Radiosender
- Top-Bildqualität bei jedem Wetter
- Regionale Programminhalte in bester Qualität
- Keine weiteren Receiver und keine ORF Digital-SAT-Karte notwendig

regionale Kabel-TV profitiert von der leistungsstarken Glasfaser-Technologie. Zusätzlich zu den regionalen Inhalten wie KitzAlps-TV oder Webcams stehen 174 digitale Programme zur Verfügung – in Top-Bildqualität bei jedem Wetter. Doch, der größte Vorteil eines regionalen Anbieters wie der Ortswärme ist die Beratungs- und Technik-Power vor Ort. Hier wird der persön-

liche Kundenkontakt großgeschrieben.

**Noch Fragen?**

Am besten überzeugen Sie sich selbst von der Kompetenz des Ortswärme-Teams und lassen sich beraten. Die regionalen Glasfaser-Multitasker freuen sich auf Sie!

**Das war's! Mit diesem 4. Teil geht die Sainihänsa**

**Glasfaser-Saga zu Ende. Fortsetzung folgt. Mit Sicherheit!**

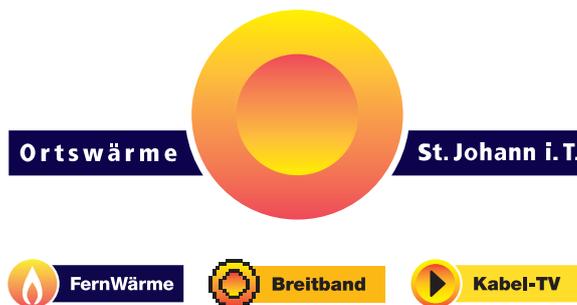
**Mehr Infos:**

ORTSWÄRME  
St. Johann in Tirol GmbH  
Speckbacherstraße 33  
6380 St. Johann in Tirol  
Service-Hotline: 05352 20766  
[www.ortswaerme.info](http://www.ortswaerme.info)

*Bezahlte Einschaltung*

„Als regionaler Anbieter sind wir schnell zur Stelle und gewährleisten Technik-Kompetenz vor Ort.“

**Christian Prosch**  
**Netz- und Kundenbetreuung**  
**Außendienst**



Nur die Innovation schläft nicht.



Stets bereit: Ihr Team im Ortswärme-Kundencenter

ST. JOHANNER HOCHZEITEN UM 1900:

# Da wurde groß „gefuttert“ und noch großzügiger „geweist“

Vernünftigerweise begann das Hochzeitsmahl dereinst schon um 16 Uhr. Da gab's noch genug Zeit zum Verdauen vorm Schlafen gehen. Der Speisenzettel jedenfalls hatte es in sich: Geriebene Teigsuppe mit Würst'ln oder Milzschnittensuppe, „Lüngal“ mit Butterteigkrapf'n, Geselchtes mit Kraut oder kalter Aufschnitt, Rindfleisch mit warmer und kalter Zuspeise, Braten mit saurer oder süßer Zuspeise, Kalbsschnitzel mit zwei Zuspeisen oder gebackenes Kalbfleisch mit Kompott und Salat, zwei verschiedene Torten, Nudeln mit Zwetschen (Germmehlspeise) und Kaffee.

Und wenn die Hochzeitsnudeln aufgetragen wurden, war Zeit fürs „Weisen“ (Spenden an das Brautpaar). Verständlicherweise setzten sich die Brautleute an leicht zugänglicher Stelle an einen Tisch. Ein großer Teller mit Serviette ließ erahnen, dass da eine Menge „Weisat“ Platz hat. So nahmen die Hochzeiter Geldgeschenke entgegen. Dabei gab es aber eine unumstößliche Ordnung: Zuerst griff der Brautvater tief in die Tasche (100 bis 200 Gulden), dann die nächsten Verwandten (10 bis 20 Gulden), es folgten die übrigen Gäs-



te nach dem Grad ihrer Verwandtschaft und ihres Vermögens mit vier bis 6 Gulden. Traditionsgemäß managte der Hochzeitslader das ganze Fest. So war sein Abschiedsdank an die Gäste und die Wirtsleute eine der leichteren „Übungen“. Diesem Danke folgten auch Mahnworte an die Hochzeitsburschen. In St. Johann war es der Brauch, dass das Brautpaar den „Tenzesreigen“ eröffnete. Jung und alt tummelte sich im Kreise. Schließlich war eine

„Die Sonne neiget sich, geh nun zur Ruh!  
Sie wirft den letzten Blick dir freundlich zu;  
es ist das letzte Mal, dass dich der Sonnenstrahl  
in deinem Kämmerlein als Braut erschaut.  
Schon glänzet hoch und hehr des Mondes Licht,  
als alter Mahner er heut zu dir spricht:  
Hast geprüft dein Herz, treibst du damit nicht Scherz?  
Es ist die letzte Nacht, junge Braut gib acht.  
Die Sternlein ohne Zahl in ihrer Pracht,  
sie wünschen tausendmal dir gute Nacht.“

### Noch a Gsangl für den Bräutigam:

„Dass er iatz g'heirat hât, das bin i froh.  
Iatzt leid er an Bett dabei und nimma auf'n Stroh.  
I wünsch da vui taus'nd Glück,  
dia Buam dös wern rechte Strick,  
zan Hoamgehn wern's zäch,  
an Bräutigam krätns nâch.“

Hochzeit ohne Gesang unvorstellbar. Sogenannte Gsangldichter hatten ihren großen Auftritt, wobei die textlichen Inhalte zum Lachen waren, sich oft auch satirisch und derb anhörten. Aber – und das war auch gut so: War der Bräutigam sangeskundig, so gab er den Sängern ganz schön „ausa“ (reagierte mit eigenem Text den Sängern). Dieses Absingen konnte schon eine Stunde lang dauern.

In St. Johann machte ein ganz besonderes „Brautlied“ die Runde bei Hochzeiten. Mit diesem zumeist auch melancholischen Liedtext wurde das jung vermählte Paar aus der Hochzeitsgesellschaft verabschiedet. *Werner Mitterer*



# Heiße Maroni oder heißes Superfood?

EDELKASTANIEN HABEN'S IM WAHRSTEN SINNE DES WORTES IN SICH!

Gibt's was schöneres, als an einem kalten November Tag in der warmen Stube mit Freunden bei Kastanien, Käse, Speck und Wein zusammen zu sitzen?

Das man dabei Superfood konsumiert, ist den meisten gar nicht bewusst. Maronis schmecken nicht nur hervorragend, sondern sind dank ihrer Inhaltsstoffe gut für unsere Gesundheit:

## Kalium

Das in Maroni überdurchschnittlich enthaltene Kalium reguliert unseren Natriumspiegel und neutralisiert überschüssiges Natrium, das wir durch salzreiche Lebensmittel zu uns nehmen. Der Effekt ist weniger Natrium im Körper, das tut dem Kreislauf gut und beugt Herz-Kreislauf Erkrankungen vor.

## Antioxidatives Potenzial

Sekundäre Pflanzenstoffe der Maroni wirken gegen Entzündungen und sollen sogar das Krebsrisiko senken.

## Komplexe Kohlenhydrate

Kastanien machen dank ihrer komplexen Kohlenhydrate schnell und lange satt. Der Blutzucker steigt beim Genuss von Maroni nur sehr langsam und hält sein Niveau, dadurch bleibt man länger satt.

## Cholesterin

Ihre mehrfach ungesättigten Fettsäuren haben positive Auswirkungen auf unseren Cholesterinspiegel, sie sind also auch für Menschen mit erhöhtem Cholesterin geeignet.

## Einkaufstipp

Frische Maroni sind fest und schwer mit einer glatten und glänzenden Schale.

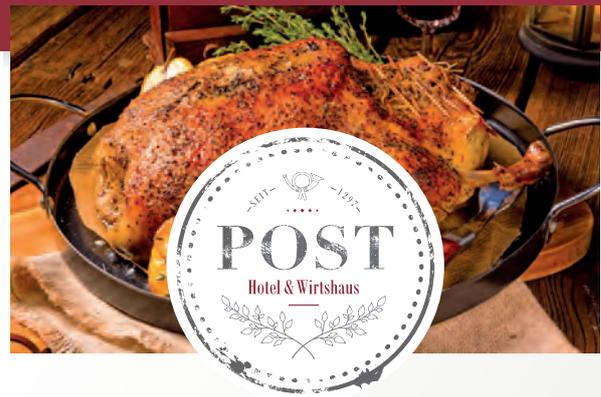


## Vitamine

Edelkastanien beinhalten eine Vielzahl an Vitaminen, die wichtigsten sind: Vitamin C - stärkt speziell im nasskalten Herbst unser Immunsystem und schützt uns vor Krankheiten, Vitamin B1 - spielt eine wichtige Rolle bei der Bildung des Glückshormons Serotonin - Serotonin wirkt gegen Stress, Reizungen und Erschöpfung und das Vitamin B2 - hilft der Leber beim Entgiften.

Bei sovielen gesunden Eigenschaften, darf man bei der nächsten Gelegenheit auf keinen Fall auf Maronis verzichten. Allerdings auch nicht auf einen guten Tropfen! Lass dich in Sinnesberger's Markthalle von unseren Sommeliers beraten und nimm für dein gemütliches Treffen gleich den passenden Wein, regionale Käse- und Speckspezialitäten mit. Bis bald in Sinnesberger's Markthalle.

## Der Kulinarische Kalender



**6. November, 18:00 Uhr**

### Schnapsdinner mit Sigi Herzog

5 Gänge klein & fein in Happen-Form mit 2 cl Schnaps pro Gang ... EUR 59,00

**13. November, 18:00 Uhr**

### Weinverkostung mit Paul Achs

dazu Törggelen (Blattln mit Sauerkraut, Speckjause mit Maroni & Schüttelbrot) ... EUR 29,00

**20. November, 20:00 Uhr**

### Kleines Weinseminar mit Max Blumschein

mit Aroma Bar & „Riech-Wettbewerb“ ... EUR 19,00

**11.11.–26.12.2020**

### Martini-Gansl Satt

Gansl in the Box „TO GO“ für 4–6 Personen inkl. Erdäpfelknödel, Blaukraut, Maroni und Thymian-Orangensauce, 24 Stunden Vorbestellung ... EUR 99,00

**Jeden Samstag**

### „Kerzerlabend“ für alle Verliebten

3-Gang-Überraschungsmenü inkl. Glas Prosecco pro Person ... EUR 29,00



**27. November, ab 18:00 Uhr**

### Bier und Stier

Ein Menü rund um das Brunnhof-Rind und Egger-Bier ... EUR 42,00



Um Reservierungen wird gebeten:

**Tel. +43 5352 63643-0, [www.dashotelpost.at](http://www.dashotelpost.at)**

Speckbacherstraße 1, 6380 St. Johann i. T.



Christina Pirchmoser-Putzer B. rer. nat. Geschäftsführung Gxund, Biologin & Köchin

## Manuka Honig

Manuka Honig stammt aus Neuseeland und entsteht aus dem Blütennektar der Südseemyrte, von den Ureinwohnern Neuseelands, auch Manuka genannt.

Der wichtigste Inhaltsstoff des Honigs ist Methylglyoxal (MGO), das mit bis zu 800 mg pro Kilogramm enthalten ist. Methylglyoxal entsteht beim Abbau von Zucker während der Reifung des Honigs in den Bienenwaben und ist für die antibakterielle Wirkung des Honigs verantwortlich. Dabei greift er die Zellwände und den Stoffwechsel der Krankheitserreger an und tötet sie ab. Auch unser heimischer Honig enthält MGO, aber in zu geringen Mengen für eine ausreichend antibakterielle Wirkung. Außerdem wirkt Manuka Honig antioxidativ, antiseptisch und wundheilend sowie gegen Pilze, Bakterien und Viren. Sogar gegen multiresistente Keime wird Manuka Honig eingesetzt.

Am besten genießt man den kräftig – würzig schmeckenden Honig auf nüchternen Magen und nie zusammen mit heißer Flüssigkeit, damit er seine volle Kraft entfalten kann.

Gxund

Speckbacherstraße 26  
St. Johann i. T., Tel. 05352 20750  
Rosenegg 59, 6391 Fieberbrunn,  
Untere Gänsbachgasse 3,  
Kitzbühel, Tel. 05356 20429  
www.gxund.at

# Die Selbstheilungskräfte unterstützen

CHRISTINA PIRCHMOSE-PUTZER ERKLÄRT, WARUM ANTIBIOTIKA EINE KATASTROPHE FÜR DAS IMMUNSYSTEM BEDEUTEN UND GIBT TIPPS, WIE WIR GESUND BLEIBEN.

**W**as brauchen wir, um gesund durch den Herbst und Winter zu kommen? Unter anderem ein intaktes Immunsystem, ganz klar. 75 % des Immunsystems sitzen in unserem Darm, darum komme dem Verdauungsorgan eine ganz besondere Bedeutung in jener Zeit zu, in der wir jedes Jahr verstärkt den Angriffen von Viren und Bakterien ausgesetzt seien – bei weitem nicht nur Covid-19, so Christina Pirchmoser-Putzer. „Es gibt viele Produkte, die das Immunsystem stärken“, erklärt sie. Christina betreibt in St. Johann, Fieberbrunn, Kitzbühel und Saalfelden ihre „Gxund“-Reformgeschäfte. „Echinacea ist in dieser Jahreszeit anzuraten, und auch Propolistropfen können viel bewirken.“ Der Körper brauche auch genug Vitamine und Spurenelemente wie Vitamin C und Zink. Nicht immer sei es offensichtlich, wenn ein Mangel herrsche, sagt Christina, deshalb mache es Sinn, einmal jährlich eine Gesundenuntersuchung oder ein Blutbild machen zu lassen. Dann könne man gezielt ergänzen, wo Bedarf besteht.

### Vitamin D für gute Laune

Die 33-jährige Fieberbrunnerin hat in Salzburg Biologie studiert und sich seitdem intensiv mit den Stoffwechselfvorgängen im menschlichen Körper befasst. Dass bei Einnahme von Antibiotika viele Bakterien im Darm getötet werden – auch die guten – ist für sie klar. Aber längst nicht für alle ihre KundInnen. „Vielen ist nicht bewusst, dass eine Fehlbesiedlung im Darm, wie sie nach der Einnahme von Antibiotika besteht, eine Katastrophe für das Immunsystem bedeutet. Deshalb ist



Gurgelwasser mit Blutwurz sollte in keiner Hausapotheke fehlen.

man danach für längere Zeit auch sehr anfällig für Infekte.“ Die Biologin rät, gezielt „gute“ Bakterien anzusiedeln. In ihren Shops bietet sie dafür Tropfen und Kapseln an. Ihren Töchtern, 7 und 9 Jahre alt, gibt sie den ganzen Winter über „Immunsticks“, die Vitamin D enthalten, Zink und die gefragten guten Darmbakterien, die das Immunsystem in Balance halten. Vitamin D sei in der dunklen Jahreszeit generell wichtig, sagt sie. Man nehme es nur über die Haut und über das Sonnenlicht auf. Dann wäre es ja gar nicht verkehrt, mit der Badehose in der Winterhose herumzuhüpfen, oder? „Für die Vitamin D-Aufnahme wäre das super“, lacht sie, „aber die Kälte könnte dann doch eher schaden.“ Vitamin D ist unser Stimmungsmacher im Körper. Anhaltende Verstimmungen oder leichte Depressionen können mit einem Mangel an diesem Vitamin zusammenhängen. Natürlich ist auch dagegen ein „Kraut“ gewachsen – oder es gibt zumindest Tropfen auf Rapsölbasis. Ein Problem sieht Christina in der ständigen Erreichbarkeit, die wir uns selbst auferlegen. Ihr Tipp: „Einfach mal das Handy liegen lassen und raus an die frische Luft gehen.“

Man müsse ja nicht gleich laufen oder bergsteigen – einfach nur in der Sonne spazieren, könne Wunder bewirken.

### Blutwurz und Co

Christina schwört in dieser Jahreszeit auf zwei alte, bewährte Heilmittel: Kolloidales Silber und Gurgelwasser mit Blutwurz. Letzteres dürfe in keiner Hausapotheke fehlen, meint sie, denn es helfe in vielen Bereichen. Sogar auf Reisen ist für die Biologin das Gurgelwasser unverzichtbar: Löst die Klimaanlage im Auto Halsschmerzen aus – Gurgelwasser hilft. Durchfall, Nagelpilz? Das Gurgelwasser sei (fast) ein Alleskönner. Wie das kolloidale Silberwasser, das schon seit dem Mittelalter als Heilmittel verwendet wird und Viren und Bakterien abtöte.

Die Bandbreite der Tropfen, Kapseln und Pulver, die Christina in ihren Shops anbietet, ist enorm. Alle Mittel haben ein Ziel: den Körper bei der Selbstheilung zu unterstützen. „Wenn wir ihm nicht jede Arbeit abnehmen – zum Beispiel mit Antibiotika –, dann machen uns Infekte sogar widerstandsfähiger“, weiß die Fieberbrunnerin. Weitere Tipps gibt's in ihren Shops ...

Doris Martinz

# „Nichts ist so schwer zu ändern wie Gewohnheiten“

DR. THOMAS HIRN ÜBER EINEN MEDIZINISCHEN DAUERBRENNER UND GEWACHSENES BEWUSSTSEIN FÜR DIE VORSORGE.

Ich treffe mich mit Dr. Hirn in seiner Praxis, um mit ihm über aktuelle Gesundheitsthemen zu sprechen. Ein Thema lassen wir außen vor: Corona. Herbst und Winter sind ja auch ohne das neue Virus eine Herausforderung für den menschlichen Organismus. Unausweichlich in diesem Zusammenhang: das Immunsystem. Dr. Hirn schildert seinen persönlichen Eindruck: „Die Themen Gesundheit und Vorsorge sind im Bewusstsein der Menschen weit nach vorne gerückt. Damit ist auch das Immunsystem quasi zu einem Dauerbrenner geworden, was durchaus plausibel ist. Dass sich die Leute damit beschäftigen, ist natürlich sehr zu begrüßen.“ Die Industrie bediene die Nachfrage mit einem breiten Angebot an Immunstimulanzien und Produkten für die Darmgesundheit, so Dr. Hirn, und die Konsumenten greifen gerne zu. Wiewohl die meisten wissen, dass eine gesunde Lebensweise mindestens genauso wichtig für das Immunsystem sei. In den Gesprächen mit seinen PatientInnen gehe es denn auch oft darum, die eigene Lebensweise zum Positiven zu verändern. Was braucht ein starkes Immunsystem? „Die Antworten sind gesunde



Foto: DeFrancesco Photography

Kost, ausreichend Schlaf, einen gesünderen Tagesablauf, Aktivitäten für den Stressabbau und am sportlichen Sektor, ein wenig Krafttraining, etwas tun für die mentale Gesundheit.“ Das alles zu implementieren, ist neben Arbeit und Verpflichtungen aber oft nicht leicht. Zu Pulvern oder Pillen zu greifen, ist der einfachere Weg. „Nichts ist so schwer zu verändern wie Gewohnheiten“, sagt Dr. Hirn.

## Vorsorgen statt heilen

Eine positive Veränderung stellt Dr. Hirn beim Thema Gesundheitsvorsorge fest. „Ich habe schon den Eindruck, dass das Interesse in diesem Bereich größer geworden ist.“ Immer mehr Menschen kämen von sich aus, etwa zur Magen-Darm-Spiegelung,

und würden nicht mehr nur vom Hausarzt „geschickt“. „Da hat sich in der Bewusstseinsbildung viel getan, dass man aktiv auf sich selber schaut und nicht nur auf Beschwerden reagiert“, so der 54jährige St. Johanner. Lächeln musste er letzters über die Bemerkung eines 65-Jährigen, der meinte, er wäre von Kollegen in der Sauna darauf angesprochen worden, dass er bisher noch keine Spiegelung habe vornehmen lassen. „Wäs, jetzt bist 65 und hãst des nu mit g'macht, wo du doch sust so fit bist!“ Diese Tatsache löste Kopfschütteln aus beim Schwitzen und brachte Dr. Hirn einen weiteren Vorsorge-Patienten. Es gibt da ja auch so einen schönen Spruch in Bezug auf die Vorsorge, der mir auf Facebook gefallen

hat: „Wenn man den Zusammenhang kennt zwischen einer Musikkassette und einem Bleistift, ist es Zeit für eine Darmspiegelung.“

Dass die „Spiegelungen“ Sinn machen, liegt klar auf der Hand: In Deutschland wurde erhoben, dass durch Vorsorge bislang 180.000 Krebserkrankungen verhindert werden konnten. In Österreich ist die Situation mit Sicherheit ähnlich, auch wenn die absoluten Zahlen aufgrund der geringeren Einwohnerzahl bei uns natürlich niedriger sind.

Dass Vorsorgeuntersuchungen so gut angenommen werden, hängt aber bestimmt auch damit zusammen, dass sie dank moderner Methoden ihren Schrecken verloren haben. „Die Information, dass man im Prinzip alles verschläft und nach dem Eingriff keinerlei Schmerzen verspürt, arbeitet für sich“, meint Dr. Hirn lächelnd. Woran es auch liegen mag: Jeder einzelne Fall von Krebs, der verhindert wird, verändert das Schicksal eines Menschen und seiner Familie.

Eine gesunde Lebensweise für ein starkes Immunsystem, Vorsorge statt Therapie: das macht Sinn.

Kommt gut durch diesen Winter!  
Doris Martinz

LEBEN PUR!

Manuka-Honig  
verschiedene Stärken  
ab 39,90 €



Manukahonig Sticks  
10,50 €



**GXUND**  
natürlich ähnlich gut

**NEUE  
FILIALE**

Am 22.10.2020 eröffnet  
das Gxund Saalfelden seine  
Pforten!

Fieberbrunn  
St. Johann in Tirol  
Kitzbühel  
Saalfelden

Mehr Informationen auf...

facebook.gxund.at
www.gxund.at



Kurt Exenberger  
Athletik Trainer  
Kraftraum St. Johann

## Krafttraining für Ausdauersportler im Winter

Hast du gewußt, dass deine Kraftausdauer maßgeblich über deine Maximalkraft bestimmt wird? Somit profitierst du in Kraftausdauersportarten wie Langlaufen oder Schitourengehen massiv von einer Steigerung deiner Maximalkraft. Der erste Schritt zum Krafttraining sollte immer eine Stabilisierung der Körpermitte, also der Rumpfkraft sein. Gleichzeitig kannst du aber schon mit einem spezifischen Krafttraining und Technikerwerb beginnen. Folgende Muskelgruppen sind bei Schitourengehern maßgebend zur Leistungssteigerung: Oberschenkelvorderseite, Gesäßmuskulatur, Rückenstrecker sowie Schulter und Trizeps – beim Langläufer noch zusätzlich die Wadenmuskeln und Unterschenkelvorderseite zur Stabilisation des Gleichgewichts in der Gleitphase. Im Prinzip beginnst du mit einer ca. 2 wöchigen Phase als Gewöhnung an das Training und beginnst dann mit einer Hypertrophiephase über 3–4 Wochen mit 3 Sätzen pro Übung und 12–14 Wiederholungen. Ein Leistungssportler kann dann in das Maximalkrafttraining mit nur mehr 1–4 Wiederholungen und maximalem Gewicht gehen. Folgende Übungen empfehle ich für Wintersportler: Viel Rumpfkraft, Ausfallschritte oder einbeinige Kniebeugen, Hip Thrusts, Kreuzheben, Klimmzüge sowie Zugübungen für die oberen Extremitäten.

„Also ab ins Gym – für mehr Leistung und Spaß auf Schnee!“

Kraftraum  
Salzburger Straße 15  
6380 St. Johann in Tirol  
05352 21605  
train@kraftraum.today  
www.kraftraum.fit

# Mit „Muckis“ gegen Viren und Co

KÖRPERLICHE FITNESS HILFT, DEN KÖRPER GESUND ZU ERHALTEN. LOS GEHT'S!

**W**ir sollten uns regelmäßig sportlich betätigen, um das Körpergewicht zu halten oder zu reduzieren und die Beweglichkeit zu erhalten, soviel ist den meisten von uns klar. „Menschen, die grundlegend fit sind, kommen aber auch mit einem Virus leichter zurecht“, weiß „Mrs. Sporty“ Sabine Hörhager. Tagtäglich macht sie in ihren Studios die Erfahrung, wie wichtig Bewegung für die Gesundheit ist. Für Gelenke, für Herz und Kreislauf, aber auch für das Immunsystem.

Ausdauersportarten wie Radfahren oder Laufen, sagt sie, seien gut und wichtig. Oft jedoch sei das Training dabei zu einseitig. Manche Muskelpartien (zum Beispiel am Oberkörper) werden dabei zu wenig berücksichtigt – problematisch für alle Menschen, die im Job viel sitzen. „Da braucht es einen Ausgleich“, sagt Hörhager. Ein gezielter Muskelaufbau – zum Beispiel im Rücken-, Schulter- oder Kniebereich – entlastet die Gelenke, Schäden oder Schmerzen können vermieden werden. „Mit zwanzig Jahren merkt man es noch nicht, wenn man den Körper durch Bewegungsmangel unbewusst falsch belastet, aber irgendwann fängt es dann an wehzutun“, erklärt sie, überlegt kurz und fügt dann hinzu: „Eigentlich kommen ja schon ganz viele junge Leute direkt aus der Schule zu uns, weil sie Probleme mit dem Nacken und dem Rücken haben.“

### Kindern fehlt Bewegung

Die Jüngsten bei „Mrs. Sporty“ sind zwölf Jahre alt. Sie begleiten ihre Mütter zum Training entdecken dadurch selber den Spaß an der Bewegung. „Die Kinder müssen sich wieder mehr bewegen“, appelliert die St. Johannerin



Foto: Mrs. Sporty

eindringlich. „Wenn die Kids nicht aktives Mitglied bei einem Verein sind oder sich in ihrer Freizeit sportlich austoben, dann brauchen sie auf andere Weise regelmäßig Bewegung!“

### Fehlhaltungen durch Handynutzung

Dass die Kids den ganzen Tag über auf Handy, Tablet oder PC starren, sei für den Nackenbereich problematisch. „Daraus resultieren schon in jungen Jahren Fehlhaltungen oder Kopfschmerzen“, berichtet sie aus ihrer Erfahrung. Es mache Sinn, hier gezielt Muskeln aufzubauen, um Fehlhaltungen entgegenzuwirken. Dabei brauche man sich nicht einen „Nackten wie ein Stier“ anzutrainieren, lacht sie, Arnold Schwarzenegger sei kein Vorbild für sie. Selbst kleine Veränderungen, wenn Fett in Muskelgewebe umgewandelt werde, habe große positive Auswirkungen auf Haltung und Gelenke. Der Rumpf richtet sich auf, und Alltagsbewegungen wie Putzen fallen wieder leichter.

„Ab dem dreißigsten Lebensjahr baut man zehn Prozent an Muskelmasse ab, und dann alle zehn Jahre wieder zehn Prozent“, weiß Sabine Hörhager, „dem müssen wir entgegensteuern.“ Je älter wir werden, desto gezielter sollten wir

also Muskeln aufbauen, um fit zu bleiben. Und außerdem: Je mehr Muskelmasse der Körper hat, desto mehr verbrennt er. Darum hilft Sport, das Gewicht zu halten oder abzunehmen.

### Sport hilft, resistenter zu sein

Fitness hilft aber – wie schon gesagt – auch dem Immunsystem. Weil alles im Körper zusammenspielt. Ein starkes Herzkreislaufsystem hilft, den Schnupfen eher wieder loszuwerden. „In Zukunft wird das noch viel wichtiger werden“, ist sich Hörhager sicher. „Gegen neue Viren, die vielleicht noch kommen, sind wir resistenter, wenn wir uns regelmäßig bewegen und dadurch fit bleiben.“

Wichtig sei aber auch die Ernährung, ergänzt sie. Deshalb sei das bei „Mrs. Sporty“ ein wichtiges Thema. „Unsere Kundinnen nehmen – wenn sie sich an den Ernährungsplan halten – für gewöhnlich innerhalb von drei Monaten ein Zehntel ihres Gewichts ab“, berichtet Hörhager. Wer nicht abnehmen will oder muss, erhält mit dem Plan eine Richtlinie für gesunde Ernährung. Und die ist, wie wir wissen, immer wichtig, das ganze Jahr über.

Doris Martinz

# Rheuma ja oder nein – ein Leitfaden zur Früherkennung

DR. GABRIELA EICHBAUER INFORMIERT ÜBER SYMPTOME UND THERAPIEN

**W**ird das Leben durch schmerzende und vielleicht auch geschwollene Gelenke beschwerlich fragen sich viele Betroffene - habe ich jetzt Rheuma?

## Doch was ist Rheuma?

„Rheuma“ ist keine einheitliche Krankheit. Man unterscheidet z.B. die rheumatoide Arthritis, die vor allem junge Frauen betrifft, und die durch Schwellungen und Schmerzen in den Gelenken das täg-

Nicht zu vergessen ist die Gicht. Die Gicht ist die häufigste entzündliche Gelenkerkrankung, wobei die Ursachen meist falsche Ernährungsgewohnheiten, eine steigende Lebenserwartung und vor allem Übergewicht sind. Bei der Gicht handelt es sich um eine „Ganzkörpererkrankung“, eine unzureichende Behandlung kann einen Herzinfarkt und Nierenerkrankungen zur Folge haben.

oft nicht einfach zu stellen. Es gilt viele Puzzleteile zusammenzusetzen – die persönliche Krankheitsgeschichte, Familienkrankheiten, die Ergebnisse der körperlichen Untersuchung und natürlich auch der Labor- und Röntgenuntersuchungen. Eine Laboruntersuchung alleine muss nicht zur Diagnose führen, da ja der Rheumafaktor bekanntlich bei vielen Erkrankungen gar nicht nachweisbar ist.

Hat man die Diagnose, denkt man an die Therapie. Nie zuvor hat es für Rheumapatienten so viele hervorragende Medikamente gegeben. Welche Medikamente eingesetzt werden hängt von vielen Faktoren ab, d.h.: jeder bekommt seine maßgeschneiderte Therapie. Die positive Nachricht für alle – heute kann „Rheuma“ sehr gut behandelt werden!

Neben der medikamentösen Therapie ist natürlich auch die Ernährung ein wichtiges Thema. Im Internet finden sich viele „Tipps“. Doch diese sind oft kontraproduktiv, weil sie einseitig sind und so zu Mangelerscheinungen führen und das kann die Krankheit wieder verschlechtern. Empfohlen ist heute eine modifizierte Mittelmeerkost. Es sollten krankheitsverstärkende Stoffe wie z.B. Wurst und Fleisch reduziert werden, denn diese enthalten viel Arachidonsäure, die Entzündungen begünstigt.



**Dr. Gabriela Eichbauer-Sturm**

Wahlarzt  
Josef-Pirchl-Straße 12/1  
6370 Kitzbühel  
Tel.: +43 664 / 546 30 45



fololia © Africa Studio

liche Leben zum Hürdenlauf macht und die Arthrose, die meist erst ab dem 40. Lebensjahr auftritt.

Ein typisches Zeichen ist die Morgensteifigkeit. Kann man seine Finger nach 30 Minuten wieder gut bewegen, wird es sich wahrscheinlich um eine Fingerpolyarthrose handeln. Sind die Finger jedoch bis mittags kaum beweglich, handelt es sich um eine entzündliche Erkrankung.

Die häufigste entzündliche Erkrankung der Wirbelsäule ist der Morbus Bechterew, jetzt als axiale Spondylarthritis bezeichnet. Typisch ist der starke Schmerz in der unteren Wirbelsäule der in den frühen Morgenstunden auftritt. Bewegung führt hier zu einer deutlichen Besserung der Schmerzen.

## Wann muss man zum Rheumatologen gehen?

Sind die Beschwerden leichter Natur und klingen nach wenigen Tagen wieder ab, ist kein Grund zur Sorge. Aber bei Schmerzen der Gelenke und der Muskulatur und natürlich auch bei Schwellungen, welche länger als 3 Wochen anhalten, ist eine Abklärung durch einen Rheumatologen notwendig. Die Diagnose ist

## Das GICHT- und RHEUMA-KOCHBUCH

Von Dr. Gabriela Eichbauer-Sturm.  
Erhältlich um € 24,90 im Buchhandel  
ISBN 978-3-903098-03-9 oder  
unter [www.dierheumatologin.com](http://www.dierheumatologin.com)



tigt. Eine limitierte Zufuhr tierischer Produkte ist sinnvoll, denn nur dadurch ist eine ausreichende Versorgung mit Eiweiß, Vitaminen und Spurenelementen gewährleistet. Unbedingt notwendig ist eine ausreichende Kalziumaufnahme. Kalziumtabletten werden oft schlecht vertragen, deshalb empfehle ich es zu essen. Besonders viel Kalzium findet sich in Parmesan, Bergkäse, Emmentaler, Brennessel, Kresse, getrocknete Petersilie, Mohn, Leinsamen, Haselnüsse. Die Verwendung von hochwertigen Ölen wie z.B. Rapsöl, Walnussöl, Leinöl trägt zusätzlich zur Entzündungshemmung bei. PR

# Wie ausgewogen essen wir?

DIÄTOLOGIN ALEXANDRA HOTTER ÜBER IRRTÜMER UND DIE EIGENE FEHLEINSCHÄTZUNG BEI DER ERNÄHRUNG. TIPPS FÜR GESUNDES ESSEN ...

Was immer Alexandra, 31 Jahre alt und als Diätologin für den AVOMED (Arbeitskreis für Vorsorgemedizin und Gesundheitsförderung in Tirol) im Einsatz auch rät: Sie hält sich wohl selber daran: Sie ist gertenschlank und sportlich, strotzt vor Energie. Bei ihrem Anblick bekommt man irgendwie sofort Gewissensbisse, gute Vorsätze drängen sich mir auf, noch bevor das Gespräch begonnen hat. Alexandra betreut Kindergärten und Schulen, sie kommt in Arztpraxen und lädt Menschen in die Räumlichkeiten des Sozialsprengels ein. Ihr Thema: gesunde Ernährung, auch für Menschen, die aufgrund spezieller medizinischer Diagnosen diesbezüglich Beratung brauchen. In den Jahren ihrer beruflichen Tätigkeit hat sie viele Menschen kennengelernt, sie weiß, woran es beim Essen meistens fehlt, und auch, dass sich viele Leute „ernährungstechnisch“ selbst völlig falsch einschätzen. Auf die Frage, ob sie sich ausgewogen ernähren, kommt zu 90 Prozent ein „Ja!“. Bei der Er-



© Nelea Reazanteva - stock.adobe.com

nährungsanamnese stellt sich meist heraus, dass dem nicht so ist. Ganz und gar nicht. Woran es meistens hapert: „Wir essen viel zu wenig Obst und Gemüse!“

## Da zuviel, dort zu wenig

Alle fünf Jahre wird österreichweit ein Ernährungsbericht erstellt. Er zeigte auch beim letzten Mal (2017), was die ÖsterreicherInnen essen: Zuviel Fett, zuviel Zucker, zuviel Salz, zu wenig Obst und Gemüse. Das bleibt natürlich nicht ohne Folgen: „In 46 Ländern weltweit haben 50 Prozent der Menschen Überge-

wicht“, zitiert Alexandra aus dem Bericht. In Österreich seien immerhin 40 Prozent der Erwachsenen Übergewichtig, zwölf Prozent davon krankhaft. Was daraus resultiert, sind zahlreiche Erkrankungen bei Herz, Kreislauf, Schilddrüse, Leber, bei den Gelenken, und, und, und. Auch Diabetes Typ Zwei steht unmittelbar mit der Ernährung in Zusammenhang. Gesunde, ausgewogene Ernährung ist also Voraussetzung dafür, wenn wir gesund und fit bleiben wollen bis ins hohe Alter.

## Drei Portionen Gemüse, zwei Portionen Obst

Wie gesund wir wirklich essen, lässt sich anhand eines Ernährungsprotokolls darstellen: Einfach ein paar Tage lang alles aufschreiben, was man isst. „Dabei wird offensichtlich, dass sich viele zu einseitig ernähren“, berichtet Alexandra aus ihrer täglichen Erfahrung. Oft landen vor allem zu viele Kohlehydrate auf den Tellern, manchmal auch zu viel Eiweiß. Vor allem das Gemüse fehle. Die Empfehlung lautet: Täglich drei Portionen Gemüse und zwei Portionen Obst. Wenn es zum Frühstück immer ein Butterbrot mit Honig gibt, bleiben bereits am Tagesanfang Gemüse und Obst auf der Strecke. Die Lösung: „Immer wieder ein Müsli einbauen aus Haferflocken oder anderen ungesüßten Zerealien, dazu Obst der Saison. Als Eiweißquelle bieten sich Milch oder Joghurt an.“

Eine Empfehlung der Harvard Universität: Wenn man den Teller anschaut, sollte die Hälfte Gemüse und/oder Salat sein, dazu eine Handvoll Eiweiß (Fleisch oder Fisch) und eine Handvoll Beilage. „Wenn man zweimal am Tag so eine Mahlzeit zu sich nimmt, ist schon viel erreicht“, sagt Alexandra.

## Kürbis-Linsensuppe

### Zutaten für 2 Personen

- 1 EL Öl
- 1 Zwiebel – in Würfel geschnitten
- 1 Knoblauchzehe
- 160 g rote Linsen
- 500 g Hokkaidokürbis – in Würfel geschnitten
- 500 ml Gemüsebrühe
- 200 ml Kuhmilch oder Pflanzenmilch
- 1 TL Curcuma
- 1 TL Currypulver
- 1 TL Muskat
- Salz

### Zubereitung:

Zwiebel zusammen mit Knoblauch in Öl anbraten. Gewürze zugeben, kurz mitbraten. Linsen abwaschen. Kürbis, Linsen und Gemüsebrühe hinzufügen und 20 Minuten köcheln lassen. Milch zugeben und 5 Minuten mitköcheln lassen. Mit einem Pürierstab fein zerkleinern und abschmecken. Mit frischen Kräutern und Kürbiskernöl anrichten und genießen.



### Von allem ein wenig ...

Sich zu kasteien oder sich gewisse Lebensmittel ganz zu verbieten, hält die Diätologin für den falschen Ansatz: „Wer zum Beispiel komplett auf Zucker verzichtet oder keine Kohlehydrate zu sich nimmt, riskiert Heißhungerphasen auf die ausgesparten Lebensmittel. „Von allem ein wenig und von nichts zu viel“, lautet ihr Tipp. Lasse man eine Komponente weg, könne das sogar zu Verdauungsproblemen führen. Auch Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten hängen mitunter mit einseitiger Ernährung zusammen.“



Diätologin  
Alexandra  
Hotter

Foto: St. Johanner Zeitung

Sei zum Beispiel keine Eiweißquelle dabei, könne die Reaktion auf Gluten heftiger sein. Kohlehydrate haben in den letzten Jahren einen schlechten Ruf bekommen, es heißt, sie machen dick. Das ist natürlich nicht richtig, weiß Alexandra. Es komme immer auf die Menge an, die man davon isst. Das gilt für alle Mahlzeiten am Tag. Wenn es um das Gewicht geht, zählt die Menge an Kalorien, die wir an einem Tag aufnehmen. Ob wir die Tagesmenge auf fünf oder drei Mahlzeiten aufteilen oder alle auf einmal vertilgen, spielt keine Rolle. Obwohl, wie Alexandra weiß, „große Mahlzeiten am Abend bei vielen Menschen die Schlafqualität beeinträchtigen.“ Generell müsse man das Thema Ernährung immer auch

individuell betrachten, Lebensphase und Lebensweise sollten berücksichtigt werden.

#### Warum wir gerne Süßes essen

Was wir auf jeden Fall brauchen ist Fett. Nüsse, Olive- und Rapsöl liefern zum Beispiel gesundes Fett. Schweinebraten, üppige Saucen und fetter Käse sind hingegen Quellen für gesättigte Fettsäuren – Risikofaktoren für Herz und Kreislauf. Wir müssen aber nicht ganz darauf verzichten: „Die Dosis macht das Gift“, sagt Alexandra.

Dass wir auch viel zu viel Zucker essen, hängt mit einer Präferenz für Süßes zusammen, die den meisten von uns angeboren ist. „Bekommen Babys einen Tropfen Gluko-

se auf die Zunge, lächeln sie“, erzählt Alexandra. Als Konsumenten werden wir auf das Süße hingetrümmelt, wie sie es ausdrückt. Die Industrie packe überall Zucker mit hinein. Was kann man tun, um verborgenen Zucker zu entdecken? „Auf die Zutatenliste achten!“

Und auf das eigene Hungergefühl. Oft essen wir nämlich nicht, weil wir hungrig sind, sondern aus Gewohnheit, Ärger, Frust, Stress oder Langeweile. „Wir haben verlernt, auf unser Hunger- und Sättigungsbedürfnis zu achten“, weiß Alexandra. Ein Ernährungstagebuch kann helfen, zu klären, warum wir essen, es hilft, uns selbst zu beobachten.

#### Ein Plan schafft Übersicht

Zur gesunden Ernährung gehört für Alexandra alles dazu – auch die „Sünde“. Es gelte dabei die „20-80-Regel“, sagt sie. „Wenn man sich zu 80 Prozent an die Regeln hält, darf man 20 Prozent sündigen.“ Zehn bis 15 Prozent der Tagesmenge an Kalorien seien für Genussmittel einberaumt, man könne sie sich auch ansparen und einteilen. Und etwa am Wochenende auch einmal richtig „über die Stränge schlagen“ mit Torten und Likör. Apropos Alkohol: „Ein Gläschen Wein bedeutet für viele Genuss und Lebensqualität, da spricht nichts dagegen.“ Auch hier sei die Menge ausschlaggebend, ergänzt sie. Wer seine Ernährung langfristig umstellen will, wer gesund und wirklich ausgewogen essen will, stellt am besten ei-

nen groben Wochenplan zusammen, das macht vieles einfacher. Der Plan kann einen veganen Tag vorsehen, einen Fisch- und Fleischtag, und so weiter. So ist leichter ersichtlich, ob zum Beispiel genug Obst und Gemüse eingebaut sind.

#### Gipfelstürmerin

Für Alexandra war schon sehr früh klar, dass es beruflich in die Richtung Ernährung und Gesundheit gehen würde – ihre Mutter war Ernährungspädagogin, ihr Papa Sportlehrer. Der Job macht Spaß, „weil man so viel Energie von den Menschen mitbekommt. Es ist schön, sie zu begleiten und zu beobachten, wie sich schon durch kleine Umstellungen bei der Ernährung ihre Blutwerte verbessern, wie sehr sie davon profitieren.“

Sie selbst ernährt sich nicht nur gesund, sie bewegt sich auch gerne viel. Im Sommer ist das Berggehen eine Leidenschaft. Bei ihr zuhause in Bad Häring hängt eine Karte, auf der sie alle Gipfel, die sie schon erklommen hat, mit einer kleinen Fahne markiert sind. Sie ist eine echte Gipfelstürmerin. Wer da mithalten will, sollte sich gesund ernähren. Wie das geht, wissen wir jetzt ja. *Doris Martinz*

Die Beratung durch das AVO-MED-Team ist für Kinder und Gebührenbefreite kostenlos. Erwachsene zahlen pro Beratung einen Selbstbehalt von 10,- Euro (Überweisung vom Hausarzt notwendig). Kontakt: Alexandra Hotter, Tel. 0650/5860633

**FLIESEN  
SCHNEIDER**  
**FLIESENLEGERMEISTER**

ST. JOHANN/TIROL TEL. 05352/63642

Großer Schauraum ♦ Kompetente Beratung  
Fachgerechte Verlegung

KEF  
CREATED WITH THE HIGH RESOLUTION

**KOIDL**  
AV | MULTIMEDIA

Almdorf 9  
6380 St. Johann/Tirol  
T: 05352 65062-0  
www.koidlavtechnik.at

# Jetzt das Immunsystem stärken!

FÜR MEHR FREUDE AM LEBEN UND EINE SCHÖNE HERBST- UND WINTERZEIT

Im Herbst, wenn die Tage wieder kürzer und die Temperaturen kühler werden, ist das Immunsystem wieder mehr gefordert. Deshalb ist jetzt der ideale Zeitpunkt, es zu stärken um sich auf die kalte Jahreszeit vorzubereiten. Das Immunsystem besteht aus komplexen Mechanismen und Systemen und kann grob in zwei Teile eingeteilt werden: Das spezifische und das unspezifische Immunsystem. Jenes funktioniert, damit körperfremde Stoffe und Substanzen nicht eindringen können, sondern von unseren Abwehrzellen angegriffen und zerstört werden. Das spezifische Immunsystem unterliegt einem lebenslangen Aufbau und Training. Dabei werden Fremdzellen von unseren Fresszellen analysiert, gezielt bekämpft und



©Antonogulliem - stock.adobe.com

diese Information gespeichert. Man spricht vom immunologischen Gedächtnis, welches bei Impfungen ausgenutzt wird. Unser Immunsystem ist sehr vielen Einflussfaktoren ausgesetzt, die nicht zuletzt durch

unseren Lebensstil beeinflusst werden. Alkohol, Tabak, Stress, aber auch Medikamenteneinnahme wirken sich negativ aus, ausreichend Bewegung, gesunde Ernährung und genügend Schlaf dagegen positiv.

Zusätzlich hilft uns der gezielte Einsatz von Mikronährstoffen und sekundären Pflanzeninhaltsstoffen.

Vitamin C zum Beispiel wird sowohl zur Prävention als auch bei bestehenden Atemwegsinfektionen eingesetzt.

Zink zeigt in Studien eine Verringerung von Atemwegsinfektionen um bis zu 45%!

Nicht zu vergessen Vitamin D3, welches ebenso die Anfälligkeit für Infektionen der oberen Atemwege und die Infektiosität von Erkältungsviren senkt. Aber auch die Natur unterstützt uns mit wertvol-

len Pflanzeninhaltsstoffen in der kalten Jahreszeit. Holunder zum Beispiel wirkt antibakteriell, immunmodulierend und sogar antiviral.

Jeder kennt Echinacea purpurea, den Roten Sonnenhut, der sowohl bei grippalen Infekten als auch Infektionen der ableitenden Harnwege verwendet wird.

Die Cistrose ist reich an Polyphenolen und schenkt uns ihre antivirale Wirkung in Form von Säften, Kapseln oder als Tee.

Sternanis, Melisse, Sanddornfrucht, die Liste mit den Schätzen der Natur ist lang.

Wir beraten Sie gerne bei uns in der Johannes Apotheke!

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen „Mehr Freude am Leben“ und eine schöne Herbst- und Winterzeit! PR



## Stärken Sie Ihr Immunsystem mit den Eigenprodukten der Johannes Apotheke

- \* Vitamin C und Zink /D3 Kapseln
- \* Multivitamin-Kapseln
- \* Cistrosen-Saft mit Holunder
- \* Neue Probiotika Serie: Abwehrstark durch einen gesunden Darm



Johannes Apotheke • Wieshoferstraße 25 • 6380 St. Johann in Tirol • [www.apotheke-stjohann.at](http://www.apotheke-stjohann.at)



Gibt's eigentlich Freudenschweiß? – Ja klar! Denn in unserer Saunawelt mit Saunahaus, Solarien, Infrarot-Wärmekabine und Abkühllandschaft heizen wir dem Alltag auf coole Art und Weise ein. Und darüber wird sich auch dein Wohlbefinden freuen. Du siehst also: Bei uns in der Badewelt sind hohe Entspannungsrade garantiert!

www.badewelt.at

## Reduziert Bakterien und spezielle Viren um 99 %

WELTNEUHEIT: HYGIENISCHE SICHERHEIT DANK DER NEUEN NANOX TECHNOLOGIE.

Die einzigartigen gloryfy unbreakable Brillen „Made in Austria“ halten ab sofort nicht nur extremen Krafteinwirkungen stand, sondern bieten auch Bakterien und zahlreichen speziellen Viren keine Chance. NANOX – ZU 99,99 PROZENT FREI VON BAKTERIEN & VIREN:

Aktuell ist das Übertragen von Bakterien und Viren ganz besonders präsent. Besonders Brillen bieten sehr viel „Angriffsfläche“ für Mikroorganismen jeglicher Art. Der Tiroler Brillenhersteller gloryfy hat sich diesem Problem angenommen und die NANOX-Technologie entwickelt. „Das Thema Sicherheit steckt in unserer DNA,“ so gloryfy Geschäftsführer Christoph

Egger, „mit der unbreakable Technik haben wir ja bereits ein neues Sicherheitssystem für die Brille entwickelt, da war nun auch die antibakterielle Beschichtung ein weiterer logischer Schritt“.

Mehr als 200.000 Mikroorganismen können sich auf Brillenfassungen befinden. Durch unsere NANOX-Technologie bieten wir diesen fortan keine „Angriffsfläche“ mehr. Als alltägliche Begleiter haben Brillen stundenlang direkten Kontakt zum Gesicht. Die antibakterielle Lackierung vermeidet so prophylaktisch lästige Bindehautentzündungen oder weitere, durch Schmierinfektion übertragbare, Krankheiten; auch die richtige Pflege der Brillengläser und regelmäßige Wartung der Brillenfassung durch Fachoptiker

Wir schaffen schöne Augenblicke seit 1985  
www.optik-kreinig.at  
instagram: fachoptik PR

Wir schaffen schöne Augenblicke seit 1985  
www.optik-kreinig.at  
instagram: fachoptik PR



ST. JOHANN  
IN TIROL

St. Johanner Einkaufsgeschichten

# #12 Freude schenken

www.diewolfskaiser.com



**Lackner Schuhe**  
Dechant-Wieshoferstraße 10  
0043 5352 65 071  
www.lackner-shop.com/shops

**Intersport Patrick**  
Speckbacherstraße 17  
0043 5352 20730  
www.intersport-patrick.at

**Rollin`Art Gallery**  
Speckbacherstraße 37  
0043 664 15 74 695  
www.rollinart.at

**Cecil Store**  
Speckbacherstraße 4  
0043 5352 61307  
www.pircher-moden.at

**Street One Store**  
Poststraße 2  
0043 5352 62650  
www.pircher-moden.at



www.treffpunkt-stjohann.at

# Schatzkiste St. Johann in Tirol!

IN ST. JOHANN IN TIROL ERLEBT JEDER SEINE GANZ PERSÖNLICHEN EINKAUFSGESCHICHTEN.

**S**t. Johann in Tirol ist eine Schatzkiste voller Ideen zum Freude schenken! Deshalb macht die Entdeckungsreise in St. Johanns Geschäftswelt besonders viel Spaß. Betriebe wie das Schuhhaus Lackner, Intersport Patrick, Rollin Art Gallery oder CECIL und STREET ONE haben immer wieder Neues zu bieten und legen großen Wert auf individuelle, kompetente Beratung – und die ist bei der Auswahl eines ganz besonderen Geschenkes Gold wert.

## Schuhe, Schuhe, Schuhe

... womit geht Belohnen besser? Im Schuhhaus Lackner wartet eine hochwertige Auswahl an Herbst- und Winterschuhen aus der eigenen Kollektion sowie Sneaker, Trendstiefel und Stiefeletten mit ansprechenden Accessoires zum Kombinieren. Dabei dominieren in diesem Winter Naturtöne von Rohweiß über Grün bis hin zu gedeckten Brauntönen. Auch grobe Stiefel im Stil der legendären Doc Martens erleben ein Revival und sorgen kombiniert mit Kleidern für den gelungenen Stilbruch. Ob zum Verschenken oder Selbst-Beschenken, das kompetente Team im Schuhhaus Lackner hat die passende Idee!



„AUF ENTDECKUNGSREISE GEHEN!“

**Andrea Pircher & Anna Wöll**  
Cecil & Street One



„BUNTE ZAUBERWELT“

**Tina Hötendorfer**  
Rollin'Art Gallery & Shop

Fotos: Plato

## Immer Neues entdecken

So sehr der Lieblingspulli auch ans Herz gewachsen ist: manchmal muss es einfach etwas Neues sein! Bei CECIL und STREET ONE flattert JEDE WOCHE neue Mode in die Stores. In diesem Modeherbst sind Erdfarben und Naturtöne angesagt. Richtig kuschelig wird es mit lässigen Strickjacken und Oversize-Pullis. Andrea und Anna – die beiden Inhaberinnen – sind Mutter und Tochter und sorgen für Abwechslung und Vielfalt bei CECIL und STREET ONE. Die Idee für das perfekte Outfit liefern die langjährigen Mitarbeiterinnen, die mit Herzlichkeit und Kompetenz beraten.

## Wintersport abseits der Piste

Neben dem klassischen Alpin Ski setzt Intersport Patrick auch auf Wintersport abseits der Piste. Um für den kommenden Winter gerüstet zu sein, stehen Patrick und sein motiviertes Team mit kompetenter Beratung und Service zur Seite. Intersport Patrick bietet eine große Auswahl an Alpin-Ski-Equipment, funktioneller Skitourenausrüstung, Schneeschuhen, hochwertiger Langlaufausrüstung und vieles mehr. Den angepassten Wintersportschuh gibts dank modernstem „Bootfitting“, dem individuellen Anpassen des Schuhs. Denn der richtige Schuh sorgt für mehr Freude beim Sport. Das Team von Intersport Patrick steht in den Startlöchern für einen sportlichen Winter – vorbeikommen lohnt sich!

## Fröhlichkeit zum Verschenken

Die kunterbunte Welt von Rollin'Art lädt zum Entdecken ein. Sie hält inspirierende Bilder und freudebringende Schätze für ein fröhliches Zuhause bereit – zum Verschenken oder Selbstbehalten – auf jeden Fall aber zum Verlieben. Von bunten Thermoflaschen und fantasievollen Taschen, über einzigartige Papeterie bis hin zu bezaubernden Tassen. Die Künstlerin und Ladenbesitzerin Tina Hötendorfer bietet mit ihrem Team Fröhlichkeit zum Verschenken – und die hat immer Saison!

PR



„JUNG, KREATIV, AUFFALLEND...“

**Maria Würtl & Manuela Halaus-Lackner**  
Lackner Schuhe

„AUS LIEBE ZUM SPORT“

**Patrick Unterberger**  
Intersport Patrick



# Musik Kultur St. Johann November

## Kino Monoplexx – Corpus Christi

Do., 5. Nov. / 20.00 Uhr / Eintritt: € 9,-  
PL 2019; 115 Min.; Regie: Jan Kamasa, DF  
Mit: Bartosz Bielenia, Eliza Rycembel, Aleksandra Konieczna u. a.

## Kinder- und Jugendfilmfestival

**Kikiplexx 2020** – Programm siehe nebenstehend!

## Konzert – Asphalt! – D.A.W.N. / Mademon

Sa., 7. Nov. / 19.30 Uhr / Eintritt: € 10,-/ 7,-

## Kino Monoplexx

### Als wir tanzten

Do., 12. Nov. / 20.00 Uhr / Eintritt: € 9,-  
SE/GE/FRA 2019; 105 Min.; Regie: Levan Akin; DF  
Mit: Levan Gelbakhiani, Tamar Bukhnikashvili, Bachi Valishvili u. a.

## ELFs & Kino Monoplexx

### The Good Liar

Thu., Nov. 19th / 8 p.m. / Entrance fee: € 9,-  
UK/DE/USA 2019; 109 Min.; English with English Subtitles  
Director: Bill Condon  
Cast: Helen Mirren, Ian McKellen, Russell Tovey u. a.

## Kino Monoplexx/Dokureihe

### The Great Green Wall

So., 22. Nov. / 18.00 Uhr / Eintritt: € 9,-  
GB 2019; 92 Min.; Regie: Jared P. Scott, OF mit dt. UT

## Kino Monoplexx

### Niemals Selten Manchmal Immer

Do., 26. Nov. / 20.00 Uhr / Eintritt: € 9,-  
USA 2020; Regie: Eliza Hittman; DF  
Mit: Ryan Eggold, Théodore Pellerin, Talia Ryder u. a.

## Kinder-Mitmachkonzert

### Ratz-Fatz – Willibald, das Weihnachtsschwein

Sa., 28. Nov. / 16.00 Uhr / Eintritt: € 6,50

## Konzert – Bauer 2

Sa., 28. Nov. / 20.00 Uhr / Eintritt: € 19,-/10,-  
Conny Bauer – trombone  
Louis Rastig – piano

## Kino Monoplexx: Der Taucher

Do., 3. Dez. / 20.00 Uhr / Eintritt: freiwillige Spenden!  
Ö/ESP 2019; 90 Min.; Regie: Günter Schwaiger  
Mit: Julia Franz Richter, Franziska Weisz, Alex Brendemühl,  
Dominic Marcus Singer u. a.

Im Anschluss freuen wir uns auf eine rege Diskussion mit Regisseur Günter Schwaiger, Hauptdarstellerin Julia Franz Richter, Dr. Enrika Casdorf / ehem. Familienrichterin des BG Kitzbühel und Mag. Renate Magerle vom Mädchen- und Frauenberatungszentrum St. Johann in Tirol. Eine Kooperation mit Soroptimist Club Kitzbühel

# Kikiplexx 2020 – Kinder- und Jugendfilmfestival

6. BIS 24. NOVEMBER 2020  
ALTE GERBEREI, ST. JOHANN I.T.

In diesem außergewöhnlichen Jahr ist es eine besondere Freude das Kinder- und Jugendfilmfestival Kikiplexx veranstalten zu dürfen! Mit gut durchdachten Sicherheits- und Hygienemaßnahmen ist die Alte Gerberei in St. Johann in Tirol bestens auf ihr junges Kinopublikum vorbereitet, damit es von 6. bis 24. November 2020 wieder heißen kann: Film ab!



Die Heinzels©Constantin

Wir begeben uns auf traumhafte Reisen bis ins Weltall, treffen wunderliche Wesen und mutige junge Menschen, die den Wert von Familie, Freundschaft und Zusammenhalt erkennen. Wir erleben Filme, die uns über Konsumverhalten und Nachhaltigkeit, Umweltverschmutzung und Ausgrenzung nachdenken lassen. Wir werden Wegbegleiter junger Erwachsener auf der Suche nach ihrer Bestimmung.

Dem Festival Kikiplexx ist es wie immer ein großes Anliegen, v.a. mit dem Filmprogramm für Schulen eine Stimme zu den brennenden Themen unserer Gesellschaft und Gegenwart zu erheben und durch die Kunstform Film von unterschiedlichen Seiten zu beleuchten. Besonders heuer soll das ausgewählte Programm auf großer Kinoleinwand zu leuchtenden Augen und angeregten Diskussionen anregen.

## Öffentliches Festivalprogramm

Fr., 6. Nov. / 18.00 Uhr:

**Invisible Sue** (ab 10 Jahren)

So., 8. Nov. / 16.00 Uhr

**Die Heinzels – die Rückkehr der Heinzelmännchen**  
(ab 6 Jahren)

Sa., 14. Nov. / 16.00 Uhr

**Alfons Zitterbacke** (ab 8 Jahren)

Sa., 15. Nov. / 16.00 Uhr

**Jim Knopf und die Wilde 13** (ab 7 Jahren)

### Die Schulführungen:

BILDERBUCHimKINO // Mina und die Traumzauberer // Wall-E  
Zu weit weg // The Peanut Butter Falcon // 100 Dinge  
Gipsy Queen // About Ray // The Drummer and the Keeper  
Frühstück bei Monsieur Henri // L'Ora Legale  
Programmänderungen vorbehalten!

Wegen der bestehenden Beschränkungen, der reduzierten Sitzplätze und der notwendigen Abstände können die Kinovorführungen nur mit Reservierung besucht werden.

### Info, Reservierungen:

www.muku.at // kikiplexx@muku.at // Tel: 05352/61284



Foto: Christina Feiersinger

## Christoph W. Bauer liest „Niemandskinder“

AM 17. NOVEMBER 2020 UM 19.30 UHR  
IN DER ALTEN GERBEREI ST. JOHANN

Der Literaturverein St. Johann freut sich sehr, einen bekannten Autor aus der Region für eine Lesung gewonnen zu haben. Christoph W. Bauer liest am 17. November um 19:30 Uhr in der Alten Gerberei aus seinem aktuellen Roman „Niemandskinder“.

### Niemandskinder – Ein Buch über Kindheiten, Liebe und Verlust

Das Jahr 2015 ist wenige Tage alt, als Paris von einem Terroranschlag erschüttert wird, der die Seele der Stadt über Nacht verändert. Mittendrin ein junger Historiker, auf der Suche nach einer vergangenen Liebe. Es ist über zehn Jahre her, dass Samira und er getrennte Wege gegangen sind. Wohin er auch kommt, erfassen ihn Erinnerungen an die gemeinsame Zeit. Dabei ist es vor-

dergründig eine andere Frau, der er auf der Spur ist – Marianne, Kind einer österreichischen Mutter und eines marokkanischen Vaters, aus demselben kleinen Ort in den Alpen wie er stammend, jedoch seit bald vier Jahrzehnten vermisst. Ein Reigen von Abwesenden, während im Hintergrund sich eine weitere Hauptfigur erhebt: ein Paris zwischen dem Glanz seines Zentrums und der Düsternis seiner Peripherie, gezeichnet von der Bedrohung des Terrors im Alltag. Moderiert wird die Lesung von der St. Johanner Philosophin und Romanistin Dr. Doris Eibl, einer ausgewiesenen Frankreich Kennerin.

Weitere Infos unter [www.literaturverein.at](http://www.literaturverein.at)

## Duo Vila Madalena eröffnet die Saison

DAS MITREISSENDE DUO ERÖFFNET DIE SAISON DER JEUNESSE ST. JOHANN AM 4. NOVEMBER UM 19.30 UHR

Von Melodien aus Osteuropa über Balkan-Rhythmen bis zu südamerikanischen Klängen: Das mitreißende Duo Vila Madalena (Nikola Zarić, Akkordeon, Gesang; Franz Oberthaler, Klarinette, Saxophon, Gesang) eröffnet mit dem Programm »Klez&Mehr« die Saison 2020/21 der Jeunesse St. Johann in Tirol. Zusammengefunden haben der Tiroler Klarinettist und Saxophonist Franz Oberthaler und der serbische Akkor-

deonist Nikola Zarić bei einer rauschenden serbischen Hochzeitsfeier. Seither begehen sie sich mit ihrem facettenreichen Instrumentarium auf eine Weltreise. Die musikalische Offenheit, mit der sich die beiden Musiker dabei begegnen, sprengt alle Grenzen. Ausgehend von Melodien des europäischen Ostens, mit swingendem Einschlag und basierend auf jiddischen Traditionals schlagen sie auf ihrer Jeunesse-Tournee mit Sta-



Vila Madalena © Vila Madalena Music

Leichteres gäbe.«, zeigt sich Michael Ternai (MUSIC Information Center AUSTRIA) über das CD-Debüt »twentytwofiners« des Duos begeistert.

**Mittwoch, 4. 11. 2020**  
19:30 Uhr, St. Johann in Tirol, Alte Gerberei  
Eintritt: € 8,- bis 26 Jahre € 16,-

Infos: [www.jeunesse.at](http://www.jeunesse.at)  
Aktuelle Informationen zu den Corona-Maßnahmen unter [www.jeunesse.at/corona](http://www.jeunesse.at/corona)

deonist Nikola Zarić bei einer rauschenden serbischen Hochzeitsfeier. Seither begehen sie sich mit ihrem facettenreichen Instrumentarium auf eine Weltreise. Die musikalische Offenheit, mit der sich die beiden Musiker dabei begegnen, sprengt alle Grenzen. Ausgehend von Melodien des europäischen Ostens, mit swingendem Einschlag und basierend auf jiddischen Traditionals schlagen sie auf ihrer Jeunesse-Tournee mit Sta-

Leichteres gäbe.«, zeigt sich Michael Ternai (MUSIC Information Center AUSTRIA) über das CD-Debüt »twentytwofiners« des Duos begeistert.

**Mittwoch, 4. 11. 2020**  
19:30 Uhr, St. Johann in Tirol, Alte Gerberei  
Eintritt: € 8,- bis 26 Jahre € 16,-

Infos: [www.jeunesse.at](http://www.jeunesse.at)  
Aktuelle Informationen zu den Corona-Maßnahmen unter [www.jeunesse.at/corona](http://www.jeunesse.at/corona)

deonist Nikola Zarić bei einer rauschenden serbischen Hochzeitsfeier. Seither begehen sie sich mit ihrem facettenreichen Instrumentarium auf eine Weltreise. Die musikalische Offenheit, mit der sich die beiden Musiker dabei begegnen, sprengt alle Grenzen. Ausgehend von Melodien des europäischen Ostens, mit swingendem Einschlag und basierend auf jiddischen Traditionals schlagen sie auf ihrer Jeunesse-Tournee mit Sta-

# Miele

## CENTER KEUSCHNIGG

Küchenstudio

Hausgeräte

Gewerbegeräte

Ersatzteile

Kundendienst

Hinterkaiserweg 1 · 6380 St. Johann in Tirol

Tel.: 05352/64962 · E-Mail: [keuschnigg@mielecenter.at](mailto:keuschnigg@mielecenter.at) · Website mit Online-Shop: [www.mielecenter-keuschnigg.at](http://www.mielecenter-keuschnigg.at)  
Öffnungszeiten: Montag bis Freitag: 9.00–12.00 und 14.00–18.00 Uhr · Samstag: nach telefonischer Vereinbarung



# Buchtipps des Monats

## Inhalt

Der Sebi ist nicht gemacht für die Feldarbeit oder das Soldatenleben. Viel lieber hört und erfindet er Geschichten. Im Jahr 1313 hat so einer es nicht leicht in einem Dorf in der Taltschaft Schwyz, wo die Hacke des Totengräbers täglich zu hören ist und Engel kaum von Teufeln zu unterscheiden sind. Doch vom Halbbart, einem Fremden von weit her, erfährt der Junge, was die Menschen im Guten wie im Bösen auszeichnet – und wie man auch in rauhen Zeiten das Beste aus sich macht.

Es ist ein sonderbarer Fremder, der sich eines Tages am Rand des Dorfs einen Unterstand baut. Er hat nur ein halbes Gesicht, die Leute nennen ihn Halbbart. Er muss viel erlebt haben, doch was genau, erzählt er nicht – auch nicht dem

jungen Sebi, der doch alles von ihm lernen und wissen möchte. Der Sebi ist kein Kind mehr, aber auch noch nicht erwachsen. Alle im Dorf glauben, dass er mal ins Kloster geht – nach Einsiedeln, zu den Mönchen, die man im Dorf nicht mehr mag, seit sie willkürlich die Grenze verschieben und die Bauern zur Waldarbeit abkommandieren.

Mit seiner hellen, arglosen Bubenstimme erzählt der Sebi von seinen Erlebnissen in den aufregenden Jahren des frühen 14. Jahrhunderts. Und das Erzählen hilft ihm beim Verstehen. Ein Roman voller Schalk und Menschlichkeit, der zeigt, wie aus Geschichten Geschichte wird.

## Der Autor

Charles Lewinsky, 1946 in Zürich geboren, ist seit 1980

freier Schriftsteller. International berühmt wurde er mit seinem Roman ›Melnitz‹. Er gewann zahlreiche Preise, darunter den französischen Prix du meilleur livre étranger. Sein jüngster Roman ›Der Halbbart‹ hat es auf die Longlist des Deutschen und auf die Shortlist des Schweizer Buchpreises geschafft. Sein Werk erscheint in 14 Sprachen. Charles Lewinsky lebt im Sommer in Vereux (Frankreich) und im Winter in Zürich.

## Mein Kommentar

Lewinsky zählt für mich zu den besten lebenden Autoren. 2019 ist sein Roman „Der Stotterer“ erschienen. Etwa vom Besten, das ich je gelesen habe.

Weil er Stotterer ist, vertraut er ganz auf die Macht des geschriebenen Worts und setzt es rücksichtslos ein, zur Notwehr ebenso wie für seine Karriere. Ein Betrug – er nennt es eine schriftstellerische Unvorsorgfältigkeit – bringt ihn ins Gefängnis. Mit Briefen, Bekenntnissen und erfundenen Geschichten versucht er dort diejenigen Leute für sich zu

gewinnen, die über sein Los bestimmen: den Gefängnispfarrer, den Drogenboss, den Verleger.

Lewinsky ist der lebende Beweis, dass Lesen unheimliches Vergnügen bereiten kann.

## Erhältlich

im Buchhandel oder direkt bei [www.hannes-hofinger.at](http://www.hannes-hofinger.at)



## Der Halbbart

von Charles Lewinsky  
ISBN: 978-3-257-07136-8  
Diogenes Verlag  
€ 26,80



## Peter Handke, „Zdeněk Adamec“

Suhrkamp Verlag  
71 Seiten  
€ 20,60



## Literaturnobelpreis als Freibrief für Quatsch?

Ich habe es dreimal versucht. Dreimal habe ich das letzte Büchlein von Peter Handke zu lesen versucht.

Also habe ich erst einmal nachgelesen, was der renommierte Verlag dazu sagt: »Eine weitläufige Szene«, ein öffentlicher Ort, »freilich kein freier Platz«, möglicherweise in der spanischen Provinz Avila oder in Humpolec in Böhmen, jetzt oder zu einer anderen Zeit. Ein Erzähler, der einer von »uns« ist, umschreibt Ort und Zeit für das folgende Spiel. Die Spieler, das sind übriggebliebene einer ursprünglich dicht bevölkerten Szenerie, Einheimische, Zugereiste, Inländer, Ausländer, Junge, Ältere, vielleicht die letzten Gäste eines Festes. Das Drama, das sie in einem abendlichen, dann nächtlichen Gespräch vergegenwärtigen, hat bereits stattgefunden: Im März 2003

verbrannte sich der 18jährige Zdeněk Adamec aus Protest gegen den Zustand der Welt vor den Augen der Öffentlichkeit auf dem Wenzelsplatz in Prag usw usw..

Ich verstehe immer noch nicht, was uns der Literaturnobelpreisträger sagen will. Handke hat das Werk für die Salzburger Festspiele 2020 geschrieben, also habe ich einen guten Freund, der die Uraufführung gesehen hat, befragt. Er mailt mir Folgendes:

„Der Handke ist irgendwie merkwürdig. Ohne das Programmheft, in dem die 2003 niedergeschriebene Lebensgeschichte des Zdenek Adamec beschrieben ist, kommt man mit der faden, ewig langen und banalen Schilderung der Vorgeschichte nicht zurecht und ist dann von der Dramatik des Geschehens überrascht. Vor allem die Hintergründe des Darkers und der Bombenbastelei gehen völlig unter, wenn man's nicht

weiß. Gerade der Vater machte die Polizei mit der Drohung einer zweijährigen Haftstrafe für den psychischen Ausflipper des Sohnes verantwortlich. Die wenigen „wertvollen“ Textstellen leiden unter der schlechten Verständlichkeit einiger SchauspielersInnen, wobei, die zwar echt näselnde, Sophie Semin, immerhin Konkubine des Nobelpreislings, auch nicht gerade überragend, wenn auch glaubhaft bourgeoise, spielt“

Ich bin beruhigt. Ich bin nicht der einzige Dummkopf. Ich wage zu behaupten, dass ein unbekannter Autor, der so etwas zusammengestolpert hat, bei den Lektoren eines hochgeschätzten Verlages niemals in die engere Wahl gekommen wäre. Dürfen bekannte Autoren Alles unters dumme Volk kotzen?

## Erhältlich

im Buchhandel oder direkt bei [www.hannes-hofinger.at](http://www.hannes-hofinger.at)



feilnerwerben

## Wir spielen alle Stücke.

Angefangen bei der Immobilienbewertung über die professionelle Vermarktung & Abwicklung bis hin zur Nachbetreuung beherrschen wir das gesamte Makler-Repertoire. Und nach erfolgreichem Projektabschluss gibt's ein Ständchen obendrauf. Klingt gut? Rufen Sie uns an.

**AURUM Immobilien GmbH & Co KG** · 6365 Kirchberg · T: +43 5357 500 20 · office@aurum-immobilien.com · www.aurum-immobilien.com

**S**  
SINNESBERGER'S  
Markthalle

#kaufregional  
#kommindiemarkthalle

**Backe, backe**  
KUCHEN, KEKSE, STOLLEN, BROT ...

[www.sinnesbergersmarkthalle.at](http://www.sinnesbergersmarkthalle.at)

**WIR BACKENS!** Die Tage werden kürzer, das Jahr neigt sich zu Ende und wir bereiten uns auf die schöne Weihnachtszeit vor. Komm in Sinnesberger's Markthalle und lass dich von unserem **Back Schwerpunkt** mit den neuesten Backtrends zu diesem **Weihnachtsfest inspirieren!**

# Dancing the Hotels

DANCE ALPS SOLISTEN UND TOP-MUSIKER BEGLÜCKTEN HOTELS IN DER REGION

Das Dance Alps Festival hat heuer – als Pilot-Programm und mangels großer Bühne – einigen Hotels in der Region St. Johann in Tirol einen künstlerischen Kurzbesuch abgestattet.

In Kooperation mit dem TVB und den Partner-Hotels servierten je ein Solist und ein Musiker einen Vorgeschmack auf das nächste Dance Alps Festival. Ein kurzes Intermezzo mit musikalischer Extra-Beilage. Dabei mussten sich die Duette auf ungewohnt engem Raum bewegen und faszinierten gerade deshalb durch ihr rhythmisches Augenmaß. In jedem Fall kamen die Gäste der Hotels (Penzinghof, Zur Schönen Aussicht, Post und Kaiserfels) in den Genuss einer außergewöhnlichen Performance und namhafter Solisten, die sonst eben nur "on



Foto: MVA-Carsten Lumiere Sasse

stage“ zu bewundern sind. Unter ihnen Top-Tänzer wie Antoine Banks-Sullivan, So-

list und Choreograf, u.a. bei Cirque de Soleil, Giovanni de Buono und Angela Wör-

gartner sowie österreichische Spitzen-Musiker wie der Jazz-Saxophonist und Komponist Florian Bramböck, Andreas Reiter und die Festspiele Erl erprobte Opernsängerin Anahita Ahsef. Dass diese ungewöhnliche Begegnung möglich wurde, ist zum einen der Experimentierfreudigkeit der Künstler geschuldet sowie natürlich den Hotels, dem TVB und dem Dance Alps Festival, die auch in Zukunft für neue Formen, Qualitäten und Räume künstlerischer Begegnung offen sind. "In Zeiten wie diesen müssen wir einfach aufeinander zugehen, menschlich, künstlerisch und auch immer wieder Neues ausprobieren", so Gernot Riedel, GF des TVB Region St. Johann in Tirol. So gesehen kann sich noch viel bewegen, denn die Region St. Johann in Tirol hat ja viele schöne (künstlerische) Seiten.

## Gehört die Mietkaution dem Vermieter?

Gleich vorweg – die Mietkaution gehört nicht dem Vermieter, sondern dient diesem nur als Pfand! Mietet man ein Objekt, so hat der Vermieter das Recht, eine Kautions vom Mieter zu verlangen. Diese Kautions dient als Sicherheit für den Vermieter, wenn es berechnete Forderungen aus dem Mietverhältnis gibt. Der Vermieter kann sich aus der Kautions bedienen, wenn der Mieter sich weigert, die Forderung zu bezahlen. Sodann kann vom Mieter verlangt werden, die Kautions wieder auf den ursprünglichen Betrag aufzustocken.

Wie der Mieter die Kautions erlegt, bleibt grundsätzlich ihm überlassen. Es ist möglich, die Kautions in bar oder auch in Form eines Sparbuches oder Ähnlichem zu übergeben. Bei der Übergabe eines Sparbuches muss ein allenfalls bestehendes Lösungswort dem Vermieter mitgeteilt werden, sodass dieser Zugang zum Geld erlan-

gen kann, ohne auf den Mieter angewiesen zu sein.

Wird die Kautions in bar übergeben, so hat der Vermieter die gesetzliche Verpflichtung, das Geld zinsbringend anzulegen, darüber muss der Vermieter auf Verlangen des Mieters auch schriftlich Auskunft erteilen. Grundsätzlich bleibt die Art der Veranlagung dem Vermieter überlassen. Auch er kann das Geld auf ein Sparbuch legen. Das Gesetz lässt aber ebenso andere Veranlagungsmöglichkeiten zu, sofern eine gleich gute Verzinsung und – insbesondere durch die Anwendbarkeit der gesetzlichen Einlagensicherung – gleich hohe Sicherheit wie bei einer Spareinlage gegeben ist. Jedenfalls hat der Vermieter für eine branchenübliche Verzinsung des Kautionsbetrages Sorge zu tragen. Der Vermieter ist jedoch nicht dazu verpflichtet, sich stetig um die bestmögliche Verzinsung zu kümmern.

Muss sich der Vermieter aus der Kautions bedienen, so darf er nicht nur den Kautionsbetrag an sich, sondern auch die Zinsen dazu heranziehen. Insofern hat es auch für den Vermieter einen Vorteil, wenn er das Geld nicht einfach nur in einer Schublade verstaut.

Nach Beendigung des Mietverhältnisses hat der Vermieter dem Mieter die Kautions unverzüglich zurückzuerstatten, wenn er keine berechnete Forderung gegenüber dem Mieter aus dem Mietverhältnis hat. Dem Mieter ist aber nicht nur der Kautionsbetrag (abzüglich allfälliger Forderungen) zurückzubezahlen, sondern stehen dem Mieter auch die Zinsen zu. Daher ist es ebenso im



Interesse des Mieters, dass er sich vielleicht schon von vornherein selbst um die Art der Veranlagung kümmert, damit er in weiterer Folge mehr Gewinn als nur die branchenübliche Verzinsung erhält.

Bei mietrechtlichen Fragen können Sie sich jederzeit gerne vertrauensvoll an die Advocatur Böhler wenden.



**ADVOCATUR BÖHLER**  
Dr. Theresa Böhler

Dr. Theresa Böhler

Bahnhofplatz 6  
6300 Wörgl

E-Mail: kanzlei@ad.voc.at

Tel.: 05332 70 271  
Fax: 05332 70 271-4



HANNES PROSCH  
I M M O B I L I E N

T +43 664 1437337 | www.prosch-immo.at



DIE BERATUNG MACHT DEN UNTERSCHIED

## Vom Feld auf den Teller – FAIRNESS hat Saison

WARUM REIS NICHT GLEICH REIS IST UND WARUM „BIO“ SINN MACHT.

Der Verein Aktion für eine Welt möchte anlässlich des Welternährungstages, welcher am 16. Oktober stattfand, auf eine der wichtigsten Nahrungspflanzen aufmerksam machen. Reis bildet die Lebensgrundlage für die Hälfte der Menschheit. Ca. 90 % des Reisanbaues findet in Asien statt. Generell gibt es im Anbau viele Herausforderungen wie Hitzewellen, Trockenheit, Stürme oder aber auch unvorhersehbare Regenereignisse. Der Klimawandel wirkt hier mehrfach.

Im konventionellen Reisanbau werden einige wenige Hochertragsorten mit großem Einsatz von chemischen Düngemitteln und Pestiziden kultiviert.

Internationale Agrarkonzerne versuchen durch den Einsatz von Gentechnik und Anmeldung von Patenten auf Saat-

gut ihre Kontrolle über die Nahrungsmittelproduktion auszubauen.

Ganz anders verläuft es zum Beispiel bei der Fair Trade Co-operative Green Net im Nordosten Thailands. Die Kleinbäuerinnen und -bauern stehen für eine ressourcenschonende und ökologische Anbauweise. Mit dem Anbau von traditionellen Sorten helfen sie, eine Vielfalt aufrecht zu erhalten.

„Durch den biologischen Anbau tragen wir dazu bei, die Klimaerwärmung zu reduzieren. Wir erzeugen was wir selbst brauchen und sorgen dafür, dass auch Menschen anderswo auf der Welt gesundes Essen haben.“ sagt Kanitha Jandai, Bio-Bäuerin der Co-operative Green Net.

Durch den Fairen Handel erhalten die Kleinbäuerinnen und -bauern eine faire Bezahlung, verlässliche Han-



delspartnerschaften und verschiedenste Weiterbildungsmöglichkeiten, um die

vielen Herausforderungen meistern zu können. Weitere Informationen zum Thema Reis und Fairen Handel gibt es im



**Weltladen St. Johann i.T.,**  
Speckbacherstraße 16  
dem Fachgeschäft für  
FAIREN HANDEL.



POLSTERN x QUALITÄT x HANDWERK

Von der Maßanfertigung über Neubezug bis hin zur Aufpolsterung fertigen wir fachgerecht und ganz nach Ihren Wünschen.

**Wir polstern Sie auf!**



**wallner**

Brixen im Thale  
Brixentalerstr. 9  
Tel. 05334 6080

[www.wallner-tirol.at](http://www.wallner-tirol.at)

St. Johann in Tirol  
Wieshoferstr. 54  
Tel. 05352 63932

# 150 Rekruten bei der Angelobung

FEIER IN KLEINEM RAHMEN

Am Freitag, dem 2. Oktober, wurden 150 Soldaten vom Militärkommando Tirol und Stabsbataillon 6 in St. Johann i.T. feierlich angelobt. Die Soldaten leisten seit Juli und September dieses Jahres ihren Präsenzdienst beim Bundesheer in Tirol. Die Angelobung fand im kleinen Rahmen mit einer begrenzten Zahl an Ehrengästen unter Ausschluss der Öffentlichkeit statt.

## Würdige Angelobung im kleinen Kreis

Unter Beisein des Vizebürgermeisters von St. Johann, Dr. Georg Zimmermann und des Abgeordneten zum Nationalrat, Hermann Gahr, wies der Militärkommandant von Tirol, Brigadier Ingo Gstrein auf die aktuelle Covid-Lage in Tirol hin.

Der Abgeordnete zum Nationalrat, Hermann Gahr überbrachte die Grüße des Landeshauptmanns von Tirol Günther Platter und bedankte sich für die Unterstützung des Bundesheeres in dieser so schwierigen Zeit für Tirol.

Den Rahmen zu dieser Feier bildete ein Ehrenzug des Stabsbataillons 6 und Fahnenabordnungen der Traditionsvereine. Für die musikalische Umrahmung dieses Festaktes sorgte die Militärmusik Tirol unter der Leitung von Oberst Prof. Hannes Apfelterer. Der besinnliche Teil des Festaktes wurde vom katholischen Militärseelsorger, Christoph Gmahl-Aher, sowie vom evangelischen Militärseelsorger, Oliver Gross und dem Vertreter der islamischen Glaubensgemeinschaft Nuri Ozan gestaltet.



Stellvertretend für ihre Kameraden stehen 4 Soldaten an der Fahne und leisten das Treuegelöbnis.

Martin Hoefl Foto Media

# Kommandoübergabe im Heereslogistikzentrum

IN DER KASERNE ST. JOHANN



Oberst Hermann Tischler (li), Brigadier Siegfried Bognar (mitte) und Major Thomas Preissler (re) bei der symbolhaften Schlüsselübergabe.

Foto: Valt Maximilian Appeltauer / MilkCo Tirol

Am Donnerstag, dem 01. Oktober, fand der Führungswechsel beim Heereslogistikzentrum St. Johann i.T. statt. Wegen den strengen Auflagen zur Abhaltung militärischer Veranstaltungen zur COVID-Lage, wurde der Festakt unter Ausschluss der Öffentlichkeit auf das Wesentliche reduziert. Der Stellvertretende Kommandant der Streitkräftebasis, Brigadier Siegfried Bognar, hat Oberst Hermann Tischler von der Kommandoführung entbunden und Major Thomas Preissler symbolisch, in Form eines Schlüssels, die Führungsverantwortung über das Heereslogistikzentrums St. Johann i.T. übergeben.

## Ein Logistikzentrum für die Alpintruppe

Das Heereslogistikzentrum St. Johann i.T. ist spezialisiert auf die Wartung und Instandsetzung der Feldküchen sowie der gesamten Feldkoch- und Alpingerate. Im hauseigenen Tischlerbetrieb werden zudem Möbel für das Bundesheer angefertigt.

Im Besonderen ist das Logistikzentrum verantwortlich für die Versorgung der Truppen des Österreichischen Bundesheeres mit Wirtschafts- und Versorgungsgütern wie Teile des Gebirgsmobiles vom Kampfanzug 03, der gesam-

ten Gebirgsausrüstung und des Feldkochgerätes. Weiteres für die Anfertigung und den Aufbau von Einrichtungsgegenständen durch die Tischlerei. Ebenfalls ist hier das Zentrum der Expertise über die Alpin-Ausrüstung im Bundesheer mit dem Auftrag, den aktuellen Markt für Gebirgsausrüstung zu überprüfen und gemeinsam mit der Gebirgstruppe Erprobungen durchzuführen. Junge Menschen können hier auch eine Lehre für Betriebslogistiker und Tischlerinnen absolvieren.

## Der neue Kommandant mit seinen Zielen

„Meine Verbundenheit zum Heereslogistikzentrums St. Johann i.T. und seinen Bediensteten ist durch die langjährigen Kontakte, elf Jahre als Wirtschaftsoffizier der 6. Gebirgsbrigade und die letzten 17 Monate als Referent Wirtschaft des Militärkommandos TIROL, entstanden und gewachsen.“, so Major Preissler, der neue Kommandant, bei seiner Antrittsrede. Sein Ziel ist es, auch weiterhin die Truppen des Bundesheeres bestmöglich und schnellstens mit Wirtschafts- und Versorgungsgütern zu versorgen und die Instandsetzung der Gebirgsausrüstung und des Feldkochgerätes durchzuführen, um deren Einsatzfähigkeit zu gewährleisten.

**AUTOCENTER**  
*Oblasser*  
ST. JOHANN

A-6380 St. Johann i.T. • Paß-Thurn-Straße 21  
T: +43 5352 62129 • info@autocenter-oblasser.at



**Jeep**





# Aussichtsreich wohnen am Schlossberg

DIE ERSTEN EINHEITEN DER „RESIDENZ AM SCHLOSSBERG“  
IN FIEBERBRUNN WURDEN BEREITS ÜBERGEBEN, FÜNF WEITERE  
STEHEN NOCH ZUM VERKAUF.



# Herrliche Ruhe und viel Sonne

Als die RIT (Raiffeisen Immobilien Treuhand) im Frühling 2017 das Grundstück ankaufte, war klar, dass das Projekt, das hier entstehen sollte, sich des Platzes würdig erweisen musste. Der Schlossberg zählt zu den schönsten Wohngebieten Fieberbrunn, von der Sonne verwöhnt, ruhig und mit einer wunderbaren Rundumsicht in die Bergwelt. Die Menschen, die hier wohnen werden, sollten die Aussicht möglichst uneingeschränkt genießen können, die umgebende Natur sollte unmittelbar in das Wohnkonzept mit einfließen – das waren die Grundüberlegungen bei der Konzeption, für die Geschäftsführer DI (FH) Harald Hagelmüller persönlich verantwortlich zeichnet. Aus jahrelanger Erfahrung wissen er und sein Team, worauf es beim Wohnen ankommt, welche Grundrisse sich als vorteilhaft erweisen. „Durch die österreichweite Zusammenarbeit der Raiffeisen Immobilien haben wir auch Zugang zu den Ergebnissen aus nationalen Umfragen und wissen ziemlich genau, wie der Immobilienmarkt tickt, was er braucht, gerade auch in Zeiten von Corona“, schildert Hagelmüller.

## Durchdachte Planung

Die schematische Skizze, die Hagelmüller mit seinem Projektteam auf Basis jahrelanger interner Expertise und

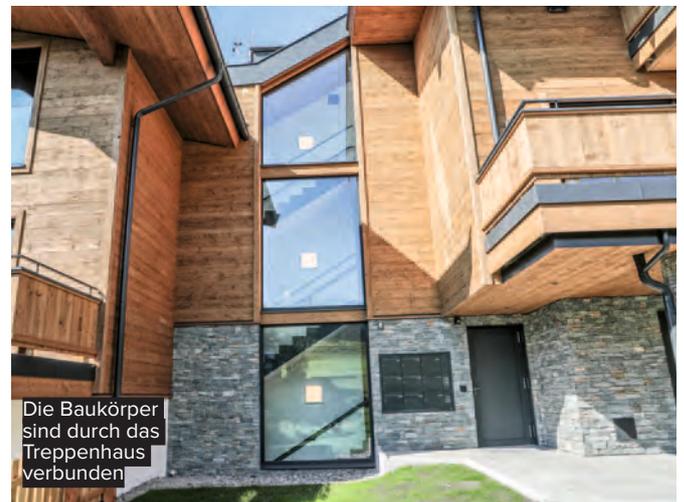


So sah die erste Skizze aus ...

Umfrageergebnissen fertigte, wurde von Professionisten im Detail- und Einreichplan umgesetzt. Das zirka 1.400 Quadratmeter große Grundstück fällt von Norden nach Süden leicht ab. „Das Merkmal und das Wesentliche in der Konzeption war, dass man zwei Baukörper schafft, die nur durch das Stiegenhaus und den Aufzugsschacht miteinander verbunden sind“, erläutert Hagelmüller und erklärt weiters: „Die Baukörper fügen sich harmonisch in das Gefüge des bestehenden Wohngebiets ein, sie sind unterschiedlich angeordnet und vor allem

in der Ausrichtung und Höhe um ein halbes Stockwerk versetzt gebaut.“ Dieses Konzept sichert jedem Wohnungseigentümer eine gewisse Intimität, sie schützt vor ge-

bis zum finalen Feinschliff vor ein paar Wochen setzte die RIT dabei ausschließlich auf ortsansässige Unternehmen. „Die Kooperation mit der heimischen Wirtschaft ist



Die Baukörper sind durch das Treppenhaus verbunden

gegenseitigen Einblicken bei gleichzeitigem ungehinderter Ausblick in die Bergwelt. „Die Planung hat sich total bewährt“, zeigt sich Hagelmüller zufrieden. Die aufgelockerte Bauweise verleiht ein heimeliges Gefühl.

## Partner der heimischen Wirtschaft

Der Baubeginn der „Residenz am Schlossberg“ erfolgte im März 2019, von der Planung

uns sehr wichtig“, bestätigt Hagelmüller. Mit ihren Aufträgen stärkt die RIT regionale Unternehmen und sichert damit auch Arbeitsplätze. Die EigentümerInnen am Schlossberg genießen zudem eine gewisse Sicherheit: „Bei Bedarf sind die Professionisten sofort zur Stelle, und das ist gut zu wissen.“

Als Immobilien-Sachverständige haben die MitarbeiterInnen der RIT immer einen brei-



Das Konzept der Anlage stammt von DI (FH) Harald Hagelmüller



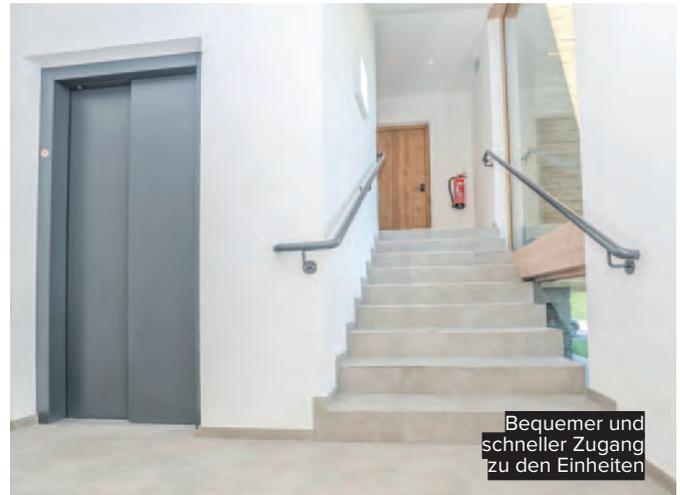
... die Umsetzung entspricht fast zur Gänze dem Erstentwurf.

ten Blick auf ein Projekt. Die Werterhaltung war auch bei der Residenz am Schlossberg von Anfang an ein wichtiges Thema. Die Wohnungen wurden sehr hochwertig ausgeführt, immer in Begleitung eines Bauphysikers. „Wir stellen nicht einfach etwas hin und hinter uns die Sintflut. Was wir bauen, soll langfristig Bestand haben, seinen Wert halten und mehreren Generationen ein Zuhause bieten.“

#### Hochwertige Ausführung

Die hochwertige Ausstattung der Einheiten fällt sofort ins

Auge: Holz, Stein und Glas dominieren bei den Materialien. Die Räume sind hoch und von Licht durchflutet, sie vermitteln Großzügigkeit und Leichtigkeit. Überall (mit Ausnahme der Eingangsbereiche, Bäder und Abstellräume) sind hochwertige Eichendielenböden verlegt, die Wärme und Behaglichkeit ausstrahlen. In den Nassbereichen schaffen großformatige Fliesen und verputzte Wandflächen ein edles Ambiente, Außenwandverschalungen und Balkongeländer sind in edlem Altholzstil ausgeführt.



Bequemer und schneller Zugang zu den Einheiten



Großzügig, hell und mit Blick hinaus in den Garten: So lässt es sich wohnen.

Alle Wohnungen verfügen unter anderem über eine hochwertige Komfortlüftung, elektrische Raffstore/Sonnenschutz sowie eine durchdachte Elektroinstallation; alle Schlaf- und Wohnräume sind mit TV-Anschlüssen sowie Internet versorgt. Im Erdgeschoß befinden sich Allgemeinräume wie der Fahrrad- und Kinderwagenraum, im Keller ist ein Skiraum untergebracht.

Wert wurde auch darauf gelegt, ausreichend Parkmöglichkeiten zu schaffen: Die große Tiefgarage umfasst 15

Stellplätze, weitere sechs bis acht Außenparkplätze sind vorhanden. Die Allgemeinräume wie der Eingangsbereich sind großzügig gehalten. Das zentrale Stiegenhaus und kurze Wege in die Wohnungen sind weitere Aspekte, die eine durchdachte Planung offensichtlich machen.

#### Zuhause an einem der schönsten Plätze Fieberbrunn

Vier Einheiten sind verkauft, die ersten Übergaben bereits erfolgt. Die Eigentümer genießen nun die ruhige, sonni-

## Factbox Residenz am Schlossberg, Fieberbrunn:

verfügbare Einheiten: **5**

Bezug: **ab sofort**

Zimmer/Räume: **ab 2**

Wohnfläche in

Quadratmetern: **ab 47**

Etagenzahl: **3**

Personenaufzug: **ja**

Balkon/Terrasse: **ja**

Heizungsart:

**Fußbodenheizung**

Befuerung/Energieträger:

**Gas**

Heizwärmebedarf: **37,00**

Gesamtenergieeffizienz:

**0,71**

Keller: **ja**

**Kaufpreis**

**direkt vom Bauträger**

Euro 325.000,-

bis Euro 735.000,-

Tiefgaragenstellplatz

Euro 25.000,-

### Verfügbare Wohnungen

Top 1:

**Erdgeschoß-Wohnung**

ca. 47 m<sup>2</sup> mit Garten

Top 2:

**Erdgeschoß-Wohnung**

ca. 89 m<sup>2</sup> mit Garten

Top 3:

**Erdgeschoß-Wohnung**

ca. 85 m<sup>2</sup> mit Garten

Top 4:

**Wohnung im 1. Stock**

ca. 47 m<sup>2</sup>

Top 7:

**Wohnung im 1. Stock**

ca. 47 m<sup>2</sup>

ge Lage ihres neuen Zuhauses auf dem Schlossberg-Plateau, nur wenige Autominuten vom Ortszentrum und seiner Infrastruktur entfernt. Vor allem genießen sie von ihrer Terrasse aus den Blick auf den Wilden Kaiser, das Kitzbüheler Horn, das zum Greifen nahe scheint, auf die Loferer Steinberge und in die Fieberbrunner Bergwelt. Am Schlossberg wohnen, bedeutet das Leben genießen vom schönsten Standpunkt aus ... PR

Doris Martinz



Raiffeisen Immobilien Treuhand  
Kitzbüheler Alpen GmbH  
Bahnhofstraße 5a, A-6372  
Oberndorf

Ansprechperson:

**Christine Unterrainer**

Staatlich geprüfte

Immobilientreuhandlerin

Tel: +43 (0)5352 63326 44882

Mobil: +43 (0)664 627 228 3

Email: c.unterrainer@rit.tirol

## Wir bedanken uns bei den ausführenden Firmen

Planungsbüro  
**OBERTOSER**  
Ing. Franz Obermoser · Baumeister  
A-6370 Kitzbühel/Tirol · Wegscheidgasse 2 a  
Telefon 05356/66556 · Fax 05356/71627  
office@obermoser.kitz.net · www.obermoser.kitz.net

Gmunden · Saalfelden · Oberalm · Kitzbühel  
**mjp**  
ZIVILTECHNIKER  
GMBH  
Ingenieurkonsultanten · Geologie und Hydrogeologie  
Geotechnik und Bauingenieurwesen · Naturgefahren und Umwelt

Rendl Planungs GmbH  
Ingenieurbüro  
für Elektrotechnik

**Metallbau Huber GmbH**  
Schlosserei Stahl- u. Aluminiumbau  
A-6345 Kössen, Kaltenbach 15  
Tel.: +43 5375 20526  
www.metallbau-huber.eu

**HEIZUNG  
LÜFTUNG  
SANITÄRE  
KÄLTEANLAGEN**  
PLANUNGSBÜRO  
**WIESER**  
Salzburger Straße 22 b  
6380 St. Johann in Tirol  
www.hls-wieser.at

architektur · planung · projektleitung  
**SEIWALD**  
BAUMEISTER  
www.bmbau-seiwald.at

**HAUS  
BAU**  
MITTERSILL

Josef Installationen GmbH  
**Brunner**  
Fieberbrunn, Tel. 05354/563065760 · Saalfelden, Tel. 06582/75280  
www.brunner-installationen.at  
Wärme Wasser Luft

**JOSKO**  
FENSTER & TÜREN

**ARTESANIA**  
FLIESENLEGER · OFENBAU · BAUSTOFFHANDEL  
Tel.: 05354 / 570 60 · 6391 Fieberbrunn · www.artesania.co.at

**SCHENK** | Auffallend unauffällig. Seit 1919.

**kirchmair** alles wohnen

**RED ZAC**  
Lechner

**Raiffeisenbank  
Kitzbühel - St. Johann**



## Optimal und sicher finanziert

... mit Ihrer Raiffeisenbank Kitzbühel - St. Johann

Bauen Sie bei der Realisierung Ihres Wohntraums auf einen kompetenten und verlässlichen Partner. Egal ob Hausbau, Wohnungskauf oder Sanierung: Wir bieten zum jeweiligen Vorhaben passende Kredite und Darlehen sowie kompetente Beratung zu Fördermöglichkeiten. Unsere Wohnbauberater freuen sich schon auf Ihre Anfrage zur Finanzierung Ihrer Wohnung am Schlossberg.

### Unsere Leistungen für Sie

- ✓ Professionelle Finanzierungsberatung
- ✓ „Alles aus einer Hand“
- ✓ Förderungsberatung und -abwicklung
- ✓ Vorteile durch starke Netzwerkpartner
- ✓ Persönliche Betreuung
- ✓ Immobilienservice



**Lukas Kirchmair**  
Wohnbauberater  
Raiffeisen Haus Kitzbühel  
Tel. +43 5356 6960 44 114  
wohnbau@rrb.at



**Markus Zachenhofer**  
Wohnbauberater  
Bankstelle Fieberbrunn  
Tel. +43 5354 56232 42 222  
markus.zachenhofer@rrb.at



BAUPHYSIK · WÄRME · SCHALL · AKUSTIK

Franz Wilhelm  
Malermeister



Spachteltechniken | Dekormalerei | Schriften

Mobil ++43 (0) 664 249 10 32

Tobahofweg 4 | A-6380 St. Johann in Tirol | office@malerei-wilhelm.com | www.malerei-wilhelm.com



ERFAHRUNG AUF DIE SIE BAUEN KÖNNEN!



dach glas fassade  
III Breitfuss

Leogangerstraße 59, 5760 Saalfelden, Austria  
Telefon: +43 6582 724 81  
E-Mail: office@dach-glas-breitfuss.at  
www.dach-glas-breitfuss.at



WO SICH  
DIE NATÜRLICHE UMGEBUNG  
WIEDERFINDET



A-6364 Brixen im Thale · Gewerbegebiet 1  
Tel: +43(0) 664 / 415 96 17 • Fax: +43(0) 5334 / 30097  
e-mail: office@estrich-auer.at • www.estrich-auer.at

# Gesundheits- & Sozialsprengel

Hilfe mit Herz!

St. Johann - Oberndorf - Kirchdorf

## Ernährungs- und Diätberatung

**Nächster Termine: Dienstag 03.11.**

Der Gesundheits- und Sozialsprengel St. Johann – Oberndorf – Kirchdorf bietet über den Verein „AVOMED Arbeitskreis für Vorsorgemedizin und Gesundheitsförderung in Tirol“ fachmännische Beratung in allen Ernährungs- und Diätfragen, die von jedermann egal welchen Alters in Anspruch genommen werden kann. In erster Linie hilft diese Beratung übergewichtigen Kindern und Erwachsenen, Diabetikern sowie Personen mit Fettstoffwechselerkrankungen. Es werden hier aber auch ganz allgemeine Informationen vermittelt, die Ihr Wohlbefinden nachhaltig verbessern können. Das Gespräch erfolgt als Einzelberatung streng vertraulich! An Kosten fallen als Selbstbehalt € 10,- pro Stunde an. Auf Wunsch werden Folgetermine angeboten. (Dauer jeweils eine halbe Stunde, € 5,-)

Nähere Information und Anmeldung beim Gesundheits- und Sozialsprengel St. Johann – Oberndorf – Kirchdorf unter 05352/61300. (8.00 bis 12.00 Uhr)

Bitte beachten: Maskenpflicht!



Christina Feiersinger

## Gesundheit geht über die Füße

**Vortrag Conversiologie am 17. November 2020, 19 Uhr**

Die erfahrene medizinische Fußpflegerin Gertrude Albrecht arbeitet mit der Conversiologie – der Methode, basierend auf Zustand und Aussehen der Füße um Rückschlüsse in Bezug auf die Gesundheit des Menschen zu nehmen. Am 17. November 2020 lädt Gertrude Albrecht zu einem kostenlosen Vortrag über Conversiologie im Sozialsprengel St. Johann. Beginn: 19 Uhr

Anmeldungen bitte unter Tel. 0676/7256481 oder galbrecht202@gmail.com, Infos: www.conversiologie.at

Bitte beachten: Maskenpflicht!



PFLEGEHEIM ST. JOHANN

## Vollgas am Therapierad

Mit dem Erlös des Adventbasars 2019 wurde für die BewohnerInnen des Pflegeheimes St. Johann ein neues Therapierad angeschafft. Die Freude darüber ist riesengroß. Für viele BewohnerInnen ist das Therapierad eine große Bereicherung und Abwechslung im Pflegealltag. Die Aktivierungsgruppe St. Johann bedankt sich nochmals bei allen Basar BesucherInnen.

Von der Idee bis zum Versand ...

alles aus einer Hand

**HUTTER**  
DRUCKMEDIEN  
www.hutterdruck.at

6380 St. Johann i. T.  
Tel.: 0 53 52/626 16-0  
office@hutterdruck.at



St. Johann in Tirol

**Programm November****Öffnungszeiten**

Mi u. Do 18–21:30 Uhr

(14–25-Jährige)

Fr 16–18 Uhr (12–14-Jährige)

Fr 18–22 Uhr (14–25-Jährige)

Sa 18–22 Uhr (12–25-Jährige)

**Termine:****Mötnz Treff**

Sa, 14. November, ab 9:30 Uhr

für Mädels ab 11 Jahren – wir

stellen Naturkosmetik selber

her, bitte anmelden

**JUZ Küche**, jeden Fr. ab 18 Uhr**JUZ Kindernachmittag**

Volksschulkinder ab 8 Jahre:

mittwochs 15:30–17:30 Uhr

**Termine:**

Mi, 04. November:

**Merkballturnier**

Mi, 11. November:

**Slime**, mit Anmeldung

Mi, 18. November:

**Rätseltturnier**

Mi, 25. November:

**Bouldern**, mit Anmeldung**JugendTreff** für Schüler/innen

MS u. Gymnasium, 1./2. Klassen

donnerstags 16:00–18 Uhr

Mi, 05. November:

**Merkballturnier**

Mi, 12. November:

**Slime**, mit Anmeldung

Mi, 19. November:

**Bouldern**, mit Anmeldung

Mi, 26. November:

**Gauditurnier**

Zusätzlich zum offenen

Angebot (unter anderem

Tischfußball, Spielekonsolen,

Tischtennis, Mädchenraum)

gibt es ein wechselndes

Programm.

**Anmeldung und Kontakt:**

Jugendzentrum

Marktgemeinde St. Johann i.T.

Leiterin: Gudrun Krepper

Salzburger Straße 17b

6380 St. Johann in Tirol

E-mail: [juz@st.johann.tirol](mailto:juz@st.johann.tirol)[www.st.johann.tirol/jugendzentrum](http://www.st.johann.tirol/jugendzentrum)

## FITNESSVEREIN FIT-GYM

# Jumping Fitness für Kinder

Der Fitnessverein Fit-Gym bietet Kindern ab 6 Jahren eine Schnupperstunde an, um Jumping-Fitness für Kinder mal auszuprobieren.

Da nur eine begrenzte Trampolinanzahl zur Verfügung steht ist eine Anmeldung erforderlich.

Jumping Kids ist ein besonders effektives Fitness-Programm auf speziell entwickelten Trampolinen.

Die Bewegung auf dem Trampolin ist ein kontinuierlicher Wechsel von Anspannung und Entspannung, von Belastung und Entlastung. Das Jumping Kids-Training besteht aus verschiedensten Sprüngen, dynamischen Sprints, Balance- und Muskelaufbau-Übungen – verpackt in Spiele und Musik.

Infos unter [www.fitgym.at](http://www.fitgym.at)



©sonya etchison - stock.adobe.com

**Schnupperstunde:****Samstag, 7. Nov 2020****9:30 Uhr bis 10:30 Uhr**

Anmeldung erforderlich unter

[info@fitgym.at](mailto:info@fitgym.at).

Begrenzte Teilnehmerzahl -

bitte gleich anmelden.

Ort:

**Badewelt Panorama****St. Johann in Tirol**

DER NOTAR

**Alles, was Recht ist.**  
Wir haben den Überblick.

ÖFFENTLICHER NOTAR

MAG. JOSEF BEIHAMMER



Brauweg 14 | Kashaus

6380 St. Johann in Tirol

Tel.: +43 5352 90448

[www.beihammer.com](http://www.beihammer.com)[notariat@beihammer.com](mailto:notariat@beihammer.com)

# „Pate“ kommt von „Pater“

WISSENSWERTES ÜBER DIE TRADITION DER PATENSCHAFT

Schon wenn sich das freudige Ereignis ankündigt, überlegen viele Paare, wer für das Kind als Pate oder Patin in Frage kommt. Sie wünschen sich jemanden, der eine enge und vertrauensvolle Verbindung zum Patenkind aufbauen wird, der ihm in allen Belangen des Lebens zur Seite steht. Dass es bei der Taufpatenschaft um eine christliche Einrichtung geht, dass der Pate/die Patin vor allem an der religiösen Entwicklung des jungen Menschen teilnehmen soll, tritt heute immer mehr in den Hintergrund. Dabei kommt das Wort „Pate“ von „Pater“ und bedeutet sozusagen „geistlicher Vater“.

## Welche Voraussetzungen muss ein Pate erfüllen?

Martin Luther forderte im 16. Jahrhundert, dass die Pa-



©Tomy - stock.adobe.com

ten „besonders feine, sittige, ernste und fromme Gevattern“ sein sollten. Das klingt in unseren Ohren heute zwar befremdlich, doch im Prinzip

ist es noch immer so: Wir wünschen uns für unsere Kinder einen Paten, eine Patin, der wir zu hundert Prozent vertrauen können. Meist sind

das Geschwister oder sehr gute Freunde. Letztere haben den Vorteil, dass sie nicht in Familieninterna verstrickt sind, die Eltern gut kennen und auch einmal zwischen den Eltern und dem Kind vermitteln können, wenn es notwendig ist.

Entscheidend ist, dass die Paten wissen, in welchem Sinn das Kind erzogen werden soll und welche Werte den Eltern wichtig sind. Darüber hinaus muss die Patin/der Pate einer christlichen Kirche angehören und gefirmt sein. In der katholischen Kirche kann der Pate bei der Firmung, also der Vollendung der Taufe, entweder bestätigt oder neu bestellt werden und das Amt ist dann lebenslang gültig.

Doris Martinz



## Kathrin's Kinderwelt

ALLES FÜR DEN GODENPACK  
LIEBE PATINNEN UND PATEN, HEREINSPAZIERT!

- GROBE AUSWAHL AN SPIELWAREN
- KINDERMODE VON 0 BIS 16 JAHRE
- ACCESSOIRES
- GESCHENKARTIKEL
- UMSTANDSMODE
- LIEBEVOLL ZUSAMMENGESTELLTES SORTIMENT
- PERSÖNLICHE BERATUNG
- EINPACKSERVICE

PERSÖNLICH, FAMILIÄR, GANZ NAH FÜR EUCH DA

Speckbacherstraße 15 • 6380 St. Johann in Tirol • T +43 53 52 62220 • www.kinderwelt.tirol • info@kinderwelt.tirol

# Godenpack und Godenbrot

ZU ALLERHEILIGEN STÜRMEN DIE PATEN WIEDER GESCHÄFTE UND BÄCKEREIEN – ES IST „GESCHENKE-ZEIT“!

Während Geburtstag und Weihnachten den Eltern (und dem Christkind) vorbehalten sind, steht zu Ostern und zu Allerheiligen in unserer Region die Patinnen und Paten in der Pflicht. Natürlich schenkt man Bekleidung: Socken sind zum Beispiel ein „Dauerbrenner“, aber auch warme Winterjacken, Mützen und Schals oder schickes und „g’fiariges“ Gewand für die Schule. Was der Pate oder die Patin schenkt, wird beim Nachwuchs nicht selten zum Lieblingsstück im Kleiderschrank. Auch Spielzeug steht bei Paten, Patinnen und den zu beschenkenden Kids hoch im Kurs. Besonders beliebt sind wieder Gesellschafts- und Brettspiele, die dann gemeinsam mit der ganzen Familie gespielt werden.



©Tierney - stock.adobe.com

Doch was und wie viel auch immer überreicht wird: Erst das traditionelle Godenbrot macht das Schenken perfekt. In früheren Zeiten

gab es meist „nur“ das süße Milchbrot, das aber rar war und freudestrahlend in Empfang genommen wurde. Für die Mädchen wurde das Brot

in die Form einer Henne gebracht, die Buben bekamen einen Hirschen oder Hasen. Und so ist es noch heute. Die Formen sind nicht zufällig gewählt: Die Henne ist als Sinnbild der Fruchtbarkeit aus der germanischen Mythologie bekannt. Auch der Hase steht für Fruchtbarkeit und Sinneslust, der Hirsch für Männlichkeit, Stärke und Führungskraft. Vielerlei verschiedene Tiere, aber auch Menschengestalten oder Brezen sind beliebte Formen für das Godenbrot, unsere Bäcker sind in dieser Hinsicht sehr kreativ. In den traditionsreichen Bäckereien setzt man dabei auf überlieferte Formen und Rezepte. Wie auch immer: Erst das Godenbrot macht das Godenpack perfekt.

Doris Martinz



# Alles muss schnell gehen, auch das Abschiednehmen

WIE VIEL RAUM GEBEN WIR DEM TOD UND DER TRAUER NOCH?  
EIN GESPRÄCH MIT BESTATTER HELMUTH TREFFER UND SEINER FRAU HEDY.

**N**ovember. Die Natur zieht sich zurück, sie bereitet sich auf den Winterschlaf vor. Die Bäume verlieren ihre Blätter, die letzten Blumen verblühen, ein Abschiednehmen überall. Es ist wohl kein Zufall, dass auch der Tag, an dem wir in unserem Kulturkreis der Verstorbenen gedenken, in diese Zeit fällt. Zu Allerheiligen sind die Gräber geschmückt, und selbst viele von jenen, die das ganze Jahr über keine Kirche von innen sehen, nehmen am Gedenkgottesdienst und an der Gräberweiheteil. Obwohl: Es sind ihrer weniger geworden, weiß Helmuth Treffer, Bestatter in St. Johann. „Gerade die Jungen haben oft keinen Bezug mehr zur Kirche, für sie ist Allerheiligen einfach ein willkommener Feiertag“, sagt er. Es sind aber nicht nur die Jungen, die mit dem Thema Tod nichts anfangen können, sondern auch ihre Eltern. Denn der Tod hat in unserer Gesellschaft keinen Platz mehr.

## Als ob wir ewig lebten

Bis in die erste Hälfte des 20. Jahrhunderts war das anders: Großfamilien lebten meist gemeinsam unter einem Dach, und wenn die Alten oder auch jüngere Familienmitglieder starben, wurden sie daheim aufgebahrt. Schon die Kleinsten nahmen Abschied, sie lernten den Tod als Teil des Lebens kennen. Spätestens nach den beiden Weltkriegen wurde der Tod aus unserer Mitte verbannt. Vielleicht, weil er zu viele Wunden riss. Seitdem sterben die meisten Menschen im Krankenhaus oder im Pflegeheim. Wir sprechen nicht darüber. Und noch schlimmer: Wir setzen uns mit der eigenen Endlichkeit nicht auseinander, wir verdrängen sie. Tun so, als ob wir ewig lebten. Viele von uns



wagen es nicht einmal, gegenüber sehr alten, kranken Menschen das Thema anzuschneiden. Dabei verliert gerade für die Alten das Thema oft den Schrecken. Mit ihnen über den Tod zu sprechen, über das Sterben, kann heilsam sein – für alle.

Auch Kindern gegenüber sollten wir einen offeneren Umgang mit dem Tod pflegen, ihre kindliche Neugierde befriedigen. „Manchmal haben Kinder den Wunsch, noch einmal in den Sarg zu schauen, um sich von Oma oder Opa zu verabschieden,“ erzählt Treffer. Wenn es möglich sei, solle man diesem Wunsch entsprechen. „Kinder haben viel Phantasie. Die Bilder, die sie sich selber ausmalen und vielleicht auch im Fernsehen gesehen haben, können viel schlimmer und beängstigender sein als die Realität.“

## Alles muss schneller gehen

Auch die Rituale rund um das Sterben haben sich verändert, das stellen Helmuth Treffer und seine Frau Hedy täglich fest. „Früher hat man vor dem Begräbnis mindestens zweimal abends den Rosenkranz gebetet, wenn es über das Wochenende ging, sogar mehrmals. Jetzt hat es sich

eingebürgert, dass nur mehr einmal zum Beten geladen wird“, erklärt Treffer. Kaum jemand will es sich „antun“, sich als Angehörige(r) mehrmals „hinzustellen“, um Bekannte und Freunde des/der Verstorbenen „abzunicken“. Händeschütteln und Umarmungen wurden schon vor Corona mehr oder weniger abgeschafft mit dem Zusatz auf der Trauerpartei: „Wir bitten, von Beileidsbekundungen Abstand zu nehmen“. Was sich nun abzeichnet – vielleicht auch unterstützt durch die Corona-Pandemie – ist eine weitere Beschleunigung beim Abschiednehmen: Der Sarg wird immer öfter direkt vom Krankenhaus oder dem Ort, wo der oder die Angehörige verstorben ist, zur Kremation überführt. Der Trauergottesdienst oder die Trauerfeier findet mit der Urne statt, die anschließend gleich eingeseigt wird. Wieder ein Weg gespart – bei einer Kremation nach der Trauerfeier muss die Urne nämlich nochmal extra beigesetzt werden. Und wer hat schon Zeit für Extratouren? Alles muss schnell gehen ... Mit dem Hinweis auf das Virus wurde sogar nach Lockerung der Beschränkungen so manche Trauerfeier abgesagt, der Leichnam kremiert

und die Urne im engsten Familienkreis mit einem Vater-unser bestattet – fertig. Ist das die Zukunft?

## Drei Tage oder mehr?

Bestatter Treffer sieht diese Entwicklung mit Skepsis. Aus seiner Erfahrung weiß er, dass das Abschiednehmen Zeit benötigt. „Es heißt ja auch immer, dass die Seele eines Menschen drei Tage braucht, um sich vom Körper zu lösen“, erklärt er. Ob dem tatsächlich so sei, könne niemand mit Gewissheit sagen, räumt er ein. In anderen Kulturkreisen aber geht man sogar von einem noch viel längeren Zeitraum aus, von 21 Tagen und mehr. Vielleicht geht es auch weniger um den Verstorbenen, als um die Zeit, die wir als Hinterbliebene brauchen, um uns von ihm zu lösen? Vielleicht geht es uns einfach zu schnell, wenn der Leichnam sofort nach dem Todesfall kremiert wird? Vielleicht brauchen wir die sterbliche Hülle – den Leichnam im Sarg – bei der Trauerfeier, weil sie uns noch ein Gefühl von Nähe zum Verstorbenen gibt? „Wir wissen von Fällen, in denen die Hinterbliebenen bis heute Probleme mit dem Bewältigen ihrer Trauer haben, weil beim Begräbnis alles so schnell ging“, sagt Treffer.

## Der Abschied wird kühler

Covid-19 hat in der Region, die Treffer abdeckt (St. Johann, Pillerseetal, Waidring, Kirchdorf, Kössen ...) für eine geringere Sterblichkeit gesorgt und damit auch für weniger Umsatz beim Bestatter. Das ist es nicht, was ihn nachdenklich werden lässt, sondern „dass alles immer kühler wird“, formuliert er es. Dass wir uns keine Zeit für Rituale nehmen, für das Abschiednehmen und Trauern. „Kommt der Geist da

mit?“, fragt er sich, „werden die Menschen das verkraften, wenn die Rituale so beschnitten werden?“

Helmuth Treffer, 63 Jahre alt, hat das Bestattungsgewerbe von seinem Vater übernommen, seit dem 15. Lebensjahr beschäftigt er sich mit dem Tod. Seine Frau Hedy, 62, unterstützt ihn dabei seit zwanzig Jahren. Sie kommt ursprünglich aus dem Gastgewerbe. „Das war das genaue Gegenteil von dem, was ich jetzt mache: Von Halligalli

zu so einem sensiblen Thema. Aber es ist eine schöne Aufgabe“, erzählt sie. Wenn Angehörige zu ihr kommen, um die Details für das Begräbnis zu regeln, reden sie sich bei Hedy oft den ersten Schmerz von der Seele. Für Hedy ist es ein schönes Gefühl, ihnen Zeit geben zu können, einfach da zu sein.

**Die Natur tut der Seele gut**

Sie und ihr Mann versuchen, möglichst wenig von ihrer Ar-

beit mit nach Hause zu nehmen. Das ist nicht immer leicht, gerade bei tragischen Todesfällen. Lilly, die lebhafteste einjährige Mischlingshündin, die nach unserem Gespräch hereinkommt, hilft beim Abschalten. Jeden Tag sind Hedy und Helmuth mit Lilly in der Natur unterwegs, es geht über Wiesen und durch Wälder, das tut dem Körper und der Seele gut.

Der geschäftliche Alltag ist dann wieder geprägt von Bestattung und Trauer. Inzwi-

schen werden zirka 75 % aller Verstorbenen kremiert. Viele alte Menschen wünschen sich ganz bewusst, eingäschert zu werden, weil sie ihren Lieben keine Last sein wollen. Grabpflege ist mit Zeitaufwand verbunden, ein Urnengrab ist pflegeleichter. Und Zeit ist alles, wie wir wissen. Vielleicht nützen wir heuer den November – die Zeit, in der sich die Natur zurückzieht – dafür, über das Abschiednehmen nachzudenken? Es könnte heilsam sein. *Doris Martinz*

# In Stein gemeißelt

GRABSTEINE SIND DER AUSDRUCK UNSERER EWIGEN VERBUNDENHEIT MIT VERSTORBENEN.

Es ist immer ein trauriger Anlass, der dazu führt, dass wir einen Grabstein aussuchen müssen. Und doch: Ein schöner Stein, ganz individuell von Meisterhand gestaltet, ist ein Symbol für die ewige Verbundenheit mit unseren Verstorbenen. Ihnen eine würdige Grabstätte zu errichten, ist ein letzter Liebesdienst. Stefan Neumayr und sein Team wissen aus Erfahrung, wie schwierig die Situation manchmal ist und gehen mit viel Fingerspitzengefühl auf ihre Kundschaft ein.

Bei der Auswahl ihres Materials, des Steins, bleiben sie vorzugsweise regional. „Wir schauen, dass wir Billigimporte aus China oder Indien vermeiden, denn bei ihrer Gewinnung leiden die Menschen unter schlechten Arbeitsbedingungen, und auch

Kinderarbeit ist keine Seltenheit“, erklärt Neumayr. Außerdem seien ganz in der Nähe wunderschöne Steine zu bekommen wie der typische Hahnenkammstein mit seiner rot-bunten Färbung. Er schätzt auch den „Tiroler Marmor“ (auch Kramsacher Marmor), der etwas heller ist. Trends gibt es bei Grabsteinen keine, er und sein Team fertigen, was gefällt und gravieren vorzugsweise händisch: „Jeder Bildhauer und Steinmetz hinterlässt seine eigene Handschrift, so wird aus jedem Grabstein ein kleines Kunstwerk.“

**Das älteste Handwerk der Welt**

Stefan Neumayr hat die Fachschule für Holz- und Steinbildhauerei in Innsbruck besucht, sein Handwerk ist

vielleicht das älteste der Welt – schon Höhlenmenschen bearbeiteten Steine. Die Fertigung von Grabsteinen macht nur einen kleinen Teil seiner täglichen Aufträge aus: Stein als Material bei der Innenausstattung hat sich in den letzten Jahren einen festen Platz erobert. So stellen in seinem Betrieb in Oberndorf 15 Mitarbeiter hochwertige Küchenarbeitsplatten her, sie fertigen einzigartige Flusssteinbecken, Eingangsportale und Skulpturen. Aufträge, an die sich der 49-Jährige gerne erinnert, sind die Renovierung der Schwarzmanderkirche in Innsbruck im Jahr 1992, bei der er sein Können unter Beweis stellen konnte, und die Fertigung des Taufbeckens in der Kirche von Strass im Zillertal. Feine Arbeiten wie zum Beispiel das Formen gefalteter

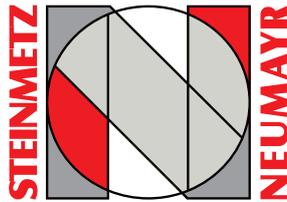


Hände für den Grabstein erfordern viel handwerkliches Geschick und Erfahrung als Steinbildhauer. Das schönste für Stefan Neumayr ist aber, dass jeder Tag Neues bringt. Kein Stein ist wie der andere, die Aufträge sind ebenso unterschiedlich, das macht den Reiz aus. Und hält die Liebe zum Stein am Leben ...

*Doris Martinz*



- Wohnraumgestaltung
- Außenanlagen
- Alles rund ums Grab



*Ihr Spezialist in Sachen Naturstein.*

6372 Oberndorf in Tirol • Tel. 05352/67233  
[www.steinmetz.tirol](http://www.steinmetz.tirol)



Mark Winkler  
Geschäftsführer  
iNetworks

## Professionelle Skiverleih-Systeme powered by iT networks Tirol

Beim Skiverleih ist charmantes Personal gefragt. Aber nicht nur.

Vor allem ist es auch die leistungsfähige Software, die den Skifahrerinnen und Skifahrern schnelle und komfortable Abwicklung garantieren. Als Partner einer der führenden Verleih-Softwaresysteme – Wintersteiger – wissen wir genau, welche Hardware Ihr Skiverleih benötigt und sind schnell zur Stelle, sollte es mal Probleme geben.

Mittlerweile vertrauen über zehn namhafte Skiverleih-Anbieter im Bezirk und ganz Tirol auf unsere Leistungen und können auf uns zählen. Natürlich stehen wir auch am Wochenende und an Feiertagen auf der Matte, sollte es mal brenzlich werden.

Speziell kurz vor dem Winter gibt es wieder den iT networks Wintercheck, damit Ihre Geräte vor dem kommenden Winter wieder Up-to-Date sind und Ihr Betrieb für die bevorstehende Saison bestens gerüstet ist. Wir überprüfen, ob der Virenschutz aktiv ist, wir machen notwendige Updates, kontrollieren die Drucker auf ihre Funktion etc. und stellen damit sicher, dass im Winter, wenn es losgeht, alles bereit ist und bestens funktioniert. Viel Erfolg!

Gerne beraten wir Sie umfassend und persönlich.

Toni Bindhammer und  
Mark Winkler  
Oberndorf / Söll  
Tel. 05333 20777  
www.it-networks.eu

## 20 Jahre Mitterer-Kalender –

ODER 276 FOTOGRAFIEEN IN RUND 125.000 DRUCKWERKEN



Der neue Fotokunst-Kalender „KITZBÜHEL 2021“ von Markus Mitterer vereint in sich gleich zwei Jubiläen: Seit 20 Jahren gestaltet der Kitzbüheler Fotograf erfolgreich großformatige Kalender - und

Kitzbühel feiert kommendes Jahr sein 750-jähriges Stadtjubiläum.

Der fotografische Themenbogen der letzten 20 Kalenderjahre spannte sich von den Kitzbüheler Alpen, über das

Motiv Wasser, den Wilder Kaiser bis hin zur Stadt Kitzbühel. „Ohne die Treue und das kreative Verständnis meiner Firmenkunden wäre eine Kalenderreihe über so einen langen Zeitraum kaum möglich“, resümiert Mitterer mit großer Dankbarkeit.

Fotokunst-Kalender  
„KITZBÜHEL 2021 – 750 Jahre Stadt“,  
Einzelpreis: 27,00 EUR,  
Infos und Bestellungen:  
www.markus-mitterer.com  
weitere Bezugsquellen:  
Kitzbühel Tourismus,  
regionaler Buchhandel,  
Kitzbüheler Tabak-Trafiken

## Kalender „Tiroler Wirtshausküche“

MIT 13 FOTOS VON TIROL UND 12 REZEPTEN AUS DEM BUCH TIROLER WIRTSCHAUSKÜCHE

Jänner: **Tiroler Knödel**

Februar:

**Gebackene Graukasknödel**

März: **Rindfleischgröstl**

April: **Forelle Müllerin**

Mai: **Alplersteak**

Juni: **Schlipfkrapfen**

Juli: **Eierschwammerlgulasch**

August: **Pressknödel**

September: **Käsespätzle**

Oktober: **Tiroler Rostbraten**

November: **Martinigansl**

Dezember:

**St. Johanner Krautschmaus**



ISBN 978-3-9504205-7-9, Fotokarton, glänzend

Verlag Hannes Hofinger, € 17,90. Erhältlich bei Tyrolia oder direkt bei [www.hannes-hofinger.at](http://www.hannes-hofinger.at)

EISHOCKEYCLUB ST. JOHANN/T.:

## Nachwuchs gesucht!

Die St. Johanner Eisbären starten mit 07.11. auf heimischen Platz in der Panorama Badewelt in die neue Saison und suchen wieder Eishockey-Nachwuchs. Interessierte Kinder ab 5 Jahren können jeden Donnerstag ab 17 Uhr zum Schnuppern kommen,

auch ohne Voranmeldung. Du brauchst nur eigene Schlittschuhe und dann kannst du den schnellsten Mannschaftssport der Welt kennenlernen. Die Ausrüstung wird dir zur Verfügung gestellt, Training ist 3x die Woche und in der U7 und U9-Alterklasse wer-



den nur sg. „Learn to play Turniere“ gespielt. Weitere Infos unter Tel. 0664 3892075 bzw. unter [www.eisbaeren.tirol](http://www.eisbaeren.tirol).

# Seinrihansa

## Ansichten – damals und heute

**MUSEUMS- UND KULTURVEREIN**  
**ST. JOHANN IN TIROL**  
[www.museum1.at](http://www.museum1.at)



1932



2020

Foto: St. Johanner Zeitung

Aufnahme links, zur Verfügung gestellt vom Museum St. Johann: Die Speckbacherstraße im Jahr 1932. Im Vordergrund die „Krämererei Berger“ (heute Haus Gurschler, in dem sich vorne der Billa befindet), dahinter der „Untersattler“ (heute Raiffeisenbank), dann die beiden Gebäude des Hotels Post und schließlich das Schellhornhaus sowie die Kirchtürme. *Peter Fischer/Doris Martinz*



**Holz ist der Stoff, aus dem Träume gemacht werden**

- Neubau
- Umbau/Zubau
- Aufstockung/Sanierung
- Fassaden/Balkone/Terrassen
- Carports



**Zimmermeister - Baumeister**  
 6353 Going am Wilden Kaiser, Innsbrucker Straße 82  
 T +43 5358 2211, [office@holzbau-mitterer.at](mailto:office@holzbau-mitterer.at)  
[www.holzbau-mitterer.at](http://www.holzbau-mitterer.at)

**Ihr Fachbetrieb für den gesamten Bezirk Kitzbühel**

Foto: Adobe Stock



--- Bahnhofstraße 13 --- 6380 St. Johann in Tirol ---  
 --- T: 05352/62238 --- [www.brunnschmid.at](http://www.brunnschmid.at) ---





**DER NISSAN JUKE.**  
Der Coupé-Crossover.

**NISSAN JUKE VISIA**  
DIG-T 117 6MT, 86 kW (117 PS), Benzin

mit **5 Jahren Garantie**  
sowie **gratis Winterrädern**  
oder **Action-Paket**

- Manuelle Klimaanlage inkl. Pollenfilter
- Audio-System mit Bluetooth®-Schnittstelle, USB-Schnittstelle, DAB Empfang
- Voll-LED-Scheinwerfer
- Intelligenter autonomer Notbremsassistent

**Verbrauch: 5,9 l/100 km, CO<sub>2</sub>-Emissionen: 135,0 g/km.**

Abb. zeigt Symbolfoto. Angebot gültig für Konsumenten bei Kaufvertrag und Zulassung bis 30.11.2020, inkludiert 5 Jahre Garantie bis 100.000 km (3 Jahre Herstellergarantie und 2 Jahre kostenfreie Anschlussgarantie) sowie vier NISSAN Winterkomplettäder (Alufelgen und Winterreifen, exkl. Montage) oder Action-Paket (Dachbox exkl. Montage oder Servicegutschein). Keine Barablässe.

**Autocenter St. Johann - Rupert S. Oblasser**  
Paß-Thurn-Straße 21  
6380 St. Johann/Tirol  
Tel.: 05352 / 62129  
Mail: autocenter@aon.at

**Autohaus Schwarzenauer GmbH**  
Lofererstraße 26  
6322 Kirchbichl  
Tel.: 05332 73755  
Mail: info@nissan.tirol

# Investitionsprämie für Betriebe

14 % INVESTITIONSPRÄMIE BEI DER ANSCHAFFUNG VON ELEKTROFAHRZEUGEN

Die aws (austria wirt-schaftsservice) Investitionsprämie soll ein Anreiz für Unternehmen sein, in den Bereichen Ökologisierung, Digitalisierung und Gesundheit zu investieren. Die Aktion soll einen Beitrag dazu leisten, in der krisengebeutelten Corona-Zeit Betriebsstätten zu sichern, Arbeits- und Ausbildungsplätze zu schaffen und zu sichern und die internationale Wettbewerbsfähigkeit des Wirtschaftsstandorts Österreich zu stärken. Gefördert werden Unternehmen aller Branchen und Größen, die über einen Sitz oder eine Betriebsstätte in Österreich verfügen und rechtmäßig im eigenen Namen und auf eigene Rechnung betrieben werden.

## Die Höhe der Förderung:

Gefördert werden Neuinvestitionen mit 7 % der Investitionskosten in Form eines nicht-rückzahlbaren Zuschus-

ses. Bei Investitionen in folgenden Bereichen beträgt der Zuschuss 14 %: Digitalisierung, Ökologisierung/Klimaschutz, Gesundheit.

## In den Bereich Ökologisierung fällt auch die Anschaffung von Elektrofahrzeugen.

**Investitionszeitraum:**  
1. August 2020  
bis 28. Februar 2022.

**Antrag stellen:** 1. September 2020 bis 28. Februar 2021 (im aws Fördermanager)  
weitere Infos:  
[www.aws.at/investitionspraemie](http://www.aws.at/investitionspraemie)

## Es gibt noch weitere staatliche Förderungen:

Wer sich ein vollelektrisches Fahrzeug kauft, erhält 5.000,- Euro Umweltförderung, beim Kauf eines Plug-In Hybrid-

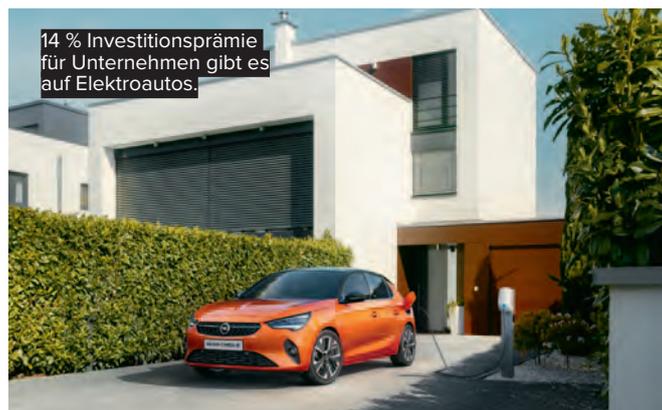
Fahrzeugs sind es 2.500,- Euro und für den Erwerb eines E-Zweirads gibt es 1.200,- Euro Zuschuss.

600,- Euro Bonus gibt es zudem beim Ankauf einer Wallbox oder eines intelligenten Ladekabels.

Förderanträge können auf [www.umweltfoerderung.at](http://www.umweltfoerderung.at) gestellt werden.

Zusätzlich zu den vielfältigen Förderungsmöglichkeiten machen auch einige **Steuervorteile** die Anschaffung eines Elektrofahrzeuges noch attraktiver. Neben der NOVA (maximal 16 %) entfällt in Österreich auch die jährliche motorbezogene Versicherungssteuer. Die Anschaffungskosten betrieblich genutzter E-Fahrzeuge sind zudem von der Vorsteuer absetzbar. Wer den E-Firmenwagen privat nutzt, muss bei der Lohnsteuer keinen sogenannten Sachbezug hinzurechnen.

Doris Martinz



# Bereit für die Zukunft – 100 % Hybrid – 100 % Jeep®

DIE NEUEN JEEP® RENEGADE UND COMPASS 4XE PLUG-IN-HYBRID MODELLE

Seit dem heurigen Jahr geht es bei Jeep® mit einer neuen Ära los.

Jeep® betritt die Welt der Elektrifizierung mit der neuen 4xe-Technologie, die Allradantrieb mit einem innovativen elektrischen Antriebssystem kombiniert. Eine neue Art, Mobilität zu erleben, basierend auf einem Ökosystem von Diensten und Lösungen, die sich parallel zur legendären Jeep®-Welt weiterentwickeln.

Jedenfalls dürfen die Besteller Compass und Renegade auch als Plug-In-Hybrid ihr Bestes geben. Der zusätzliche Elektromotor beim Renegade und Compass unterstützt den Benzinmotor für einen möglichst geringen CO<sub>2</sub>-Ausstoß. Der Benzinmotor



treibt dabei die Vorderräder an. Für die Hinterräder ist der Elektromotor zuständig. Der Allradmodus wird somit kraftstoffsparend mit beiden Antriebsarten gleichzeitig ermöglicht.

Im reinen Elektromodus können Sie 40 bis 50 Kilometer komplett emissionsfrei fahren. Somit fahren Sie nachhaltiger und zukunftsweiser als traditionelle SUVs mit Verbrennungsmotor.

Der Jeep Renegade® und der Jeep Compass® sind perfekt geeignet für Straße sowie auch für das Gelände. Ausgestattet mit erstklassigen Sicherheits- und Technologiesystemen, ermöglichen sie Ihnen unter sämtlichen Bedingungen stets die Kontrolle zu behalten. Dank der modernen 4xe Technologie bieten sie nicht nur verbesserte Performance, sondern auch eine Brücke in eine grüne Zukunft.

Schaut am besten bei Auto Sparer am Standort Niederhofen vorbei und überzeugt euch selbst von den sensationellen Plug-In-Modellen von Jeep.

Der Jeep® Compass und Renegade stehen für euch für eine Probefahrt bereit.

DIE NEUEN JEEP® 4XE PLUG-IN-HYBRID-MODELLE  
INSPIRIERT VON DER NATUR



**JETZT MIT € 4.444,- JEEP®-ZUKUNFTSBONUS  
BEI FCA BANK FINANZIERUNG\***

**Jeep®**

Gesamtverbrauch kombiniert (WLTP): 2,1-2,3 l/100 km, CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert (WLTP): 47-53 g/km.

\*€ 4.444,- Zukunftsbonus für Jeep 4xe Modelle, gültig bei Finanzierung über die FCA Bank GmbH/FCA Leasing GmbH. Freibleibendes Angebot, gültig bei Kaufvertragsabschluss bis 31.12.2020. Voraussetzung: Bankübliche Bonitätskriterien, Wohnsitz/Beschäftigung in Österreich. Nicht kumulierbar mit anderen Finanzierungsaktionen. Symbolbild, vorbehaltlich Satz & Druckfehler. Symbolfoto, Stand 10/2020. 2 Jahre Neuwagengarantie und 2 Jahre Jeep® Care mit Fahrleistung von 120.000 km. Jeep® ist eine eingetragene Marke der FCA US LLC.

**FCA BANK**  
ustria

**Auto Sparer**  
WEGE DER MOBILITÄT »

A&H Sparer GmbH  
Niederhofen 14a, 6380 St. Johann/Tirol  
Tel: +43 5352 20755, www.jeep-sparer.at

# Völlig schwerelos ...

DER NEUE VW ID.3 VON VOLKSWAGEN IM TEST. ÜBER INTELLIGENTE SYSTEME UND EBENSOLCHE SCHEINWERFER, EINEN HEIDENSCHRECKEN UND VIEL GENUSS.

„Schwarz“ sage ich, „nein, dunkelgrau“, korrigiert mich Patrick Gabriel, Autoverkäufer bei Porsche in St. Johann. Egal, der VW ID.3, den ich für zwei Tage ausleihen darf, sieht gut aus, schnittig, modern und größer als erwartet. Ein wenig kenne ich mich mit E-Autos ja schon aus, nach einer kurzen Einweisung geht es los, natürlich bequem im „Automatic“-Modus ohne Schalthebel. Anders als bei allen bisherigen Marken ist der „Schalthebel“ beim VW ID.3 oben rechts hinter dem Lenkrad angebracht. Das ist anfangs etwas ungewohnt, aber bald kein Thema mehr, finde ich gut. Der Screen mit der digitalen Geschwindigkeitsanzeige, Ladestand der Batterie, etc. ist nicht integriert, sondern steht frei hinter dem Lenkrad. Von der Optik her auch ungewohnt, aber gut so! Der gesamte vordere Innenraum ist sehr reduziert, das schafft ein gutes Raumgefühl. Keine Spielereien, kein Kinkerlitzen, dafür freie Sicht auf die Straße – mag ich. Das Display für Navi, Radio und Co ist groß und übersichtlich. Nachdem ich geschnallt habe, dass der Button links für das Hauptmenü steht, finde ich auch alles schnell.

## Man gönnt sich ja sonst nichts

Ich wechsle vom Komfort- in den Sportmodus, mal schau-



Innovatives Design macht den ID.3 zum Hingucker.

Fotos: St. Johanner Zeitung

en, was der VW ID.3 in puncto Beschleunigung zu bieten hat. 204 PS hat er, verrät Patrick, da sollte sich schon was tun, wenn ich aufs Pedal steige. Und so ist es auch, nämlich einfach herrlich! Man tippt leicht, und sofort zischt der VW ID.3 ab. Das bewährt sich vor allem, als ich an einer unübersichtlichen Stelle auf die Bundesstraße einfahre. Irgendwie habe ich an dieser Stelle sonst immer ein etwas unguutes Gefühl, man muss schnell sein beim Linksabbiegen. Mit dem VW ID.3 bin ich schon auf dem richtigen Fahrstreifen, noch ehe ich mir überlegen kann, ob ich fahre oder noch warte. Das

geht unglaublich schnell und ist ein sehr, sehr gutes Gefühl der Sicherheit. Wow! Auf der Geraden zwischen St. Johann und Kitzbühel lasse ich mich zurückfallen, gebe dann Gas (bzw. Strom, wie es beim Elektroauto heißt) und genieße es, in die Rückenlehne gedrückt zu werden und nach vorne zu schießen. Ich kann ein Jubeln nicht unterdrücken. Klar, das soll man nicht machen. Aber es war wirklich wenig Verkehr. Und man gönnt sich ja sonst nichts. Yippie!

## Zukunft – jetzt

Später fahre ich dann durch das Brixental nach Hause Richtung Mariastein und bei Wörgl auf die Autobahn. Der VW ID.3 ist mit einer digitalen Vignette ausgestattet, das muss ich ausnützen! Die Beschleunigung – der pure Genuss. Ich aktiviere das ACC-System (Active Cruise Control), den automatischen Distanzregler. Geht ganz einfach per Knopfdruck am Lenkrad. Was dann kommt, ist wie Zukunft, die sich schon jetzt abspielt: Das System hält nicht nur die Geschwindigkeit,

sondern beschleunigt und bremst je nach Verkehrslage. Ich nehme also auch den rechten Fuß vom Pedal und lasse das Auto machen. Das fühlt sich anfangs sehr komisch an. Der VW ID.3 hält brav den Abstand, den ich eingestellt habe, er wird schneller und bremst. Das Auto ist jetzt nicht nur Fortbewegungsmittel, sondern auch Fahrer, und zwar ein überaus vorausschauender. Abruptes Bremsen gibt es nicht. Ich probiere das System am nächsten Tag auch auf der Landstraße im Frühverkehr aus – cool. Es scannt Geschwindigkeitsbeschränkungen und verzögert auch bei Ortseinfahrten. Über das Navi fährt es sozusagen „voraus“, bremst vor Kurven oder Kreisverkehren und zeigt den Verlauf mittels Hinweis über dem Lenkrad auch an: „Tempo 60 voraus“ oder „scharfe Linkskurve voraus“. Natürlich hält es auch ausreichend Abstand zum Vordermann, das Ding ist ja kein Rüpel.

## Hilft beim Sparen

Zurücklehnen und entspannen ist angesagt. Als ich neulich mit meinen Schwestern



Reduziertes Cockpit – cool!

unterwegs war, hätte mir das System viel Geld erspart. Mit fünf Mädels im Auto und entsprechendem Gequatsche habe ich nämlich zweimal ein Tempolimit übersehen. Mit dem VW ID.3 kann das nicht passieren. Der hält sich an alle Limits, und das ist super – vor allem auch auf Strecken, die man nicht kennt. Daheim weiß man ja, wo die Radarkästen platziert sind.

Nur lenken muss ich noch selber. Wie lange noch, fragt sich. Wenn ich den Mittelstreifen überfahre, ohne zu Blinken, dann rüttelt das Lenkrad – beim ersten Mal jagt mir das einen Heidenschrecken ein, und es gibt sogar einen Signalton. Bei aktiviertem ACC lenkt das System ziemlich vehement dagegen, wenn ich den Fahrstreifen ohne Blinken wechseln will. Man muss sich schon durchsetzen, wenn man einen Fahrfehler machen will. Oder es besser lassen, es kann Leben retten, gerade auf der Autobahn.

Auf der Bundesstraße wird es mir mit dem ACC aber irgendwann zu langweilig. Ich mag mich nicht sklavisch an die Tempolimits halten, und mein Vordermann vermisst meine Nähe im Rückspiegel bestimmt schon. Ich mach das wieder selber, fahre zu schnell und halte zu wenig Abstand, wie immer.

### Nicht einmal Fliegen ist schöner

Am Abend fährt dann mein Mann eine Runde. Auch er will gleich auf die Autobahn, um sich beim Beschleunigen in die Sitze drücken zu lassen.



Sieht sportlich aus – fährt sich auch so.

Kann er haben! Er grinst über das ganze Gesicht.

Es ist schon stockdunkel und nass, wieder auf der Landesstraße, schaltet er das Fernlicht ein. Wow, es wird hell, aber wie! Die LED-Matrix-Scheinwerfer leuchten nicht nur die Straße vor uns aus, sondern schaffen ein großes, hell ausgeleuchtetes Blickfeld, intelligent an die Umgebung angepasst. Bei Gegenverkehr blendet der Wagen automatisch ab, eh klar.

Wir fahren durch Angath und freuen uns auf die steil ansteigende Strecke auf den Angerberg. Da taucht vor uns plötzlich ein großer Traktor mit Anhänger auf, aus der Traum vom hinauf Düsen. Das Gefährt kann man auf der kurzen Strecke nicht überholen. Oder doch? Mein Mann tritt beherzt aufs Pedal, und ehe wir uns versehen, sind wir schon vorbeigeflogen, steil bergauf, wie schwerelos, völlig losgelöst von der Erde ... einfach nur geil.

Mein Mann kommt so richtig auf den Geschmack, und ich kralle mich an der Halte-

rung oberhalb der Beifahrertür fest. Der ID.3 hält auch in den Kurven gut, zum Glück. Abends ist das Fahrzeug mit seinen LED-Lichteffekten innen vorne und an den Türen ohnehin ein Hit. Die Farbe kann man individuell einstellen, mir gefällt das geheimnisvolle Blau super gut.

Der Wagen sperrt sich übrigens selbst auf, sobald man sich mit dem Schlüssel nähert. Sehr bequem. Abends zaubert er auch noch ein hübsches Lichtbild auf den Boden. Der Wagen ist innen sehr geräumig, auch auf der Rückbank ist super viel Platz. Ich war erstaunt, dass selbst der Kofferraum noch ausreichend Platz für die Familieneinkäufe bietet.

**Mein Fazit:** Der VW ID.3 ist super. Für junge und auch ältere Fahrer, für Singles und Familien. Die Reichweite mit über 300 Kilometern reicht für den normalen Tagesgebrauch locker aus. Sicherheitssysteme machen Sinn und das Fahren wirklich sicherer, ein gutes Gefühl. Ob ein Elektroauto eine bessere ökologische Bilanz als ein „Verbrenner“ aufweist, sei dahingestellt und hier nicht diskutiert. Aber eines ist sicher: der Fahrspaß ist unübertroffen. Yippie! *Doris Martinz*

Das Auto wurde uns zur Verfügung gestellt von **Porsche St. Johann** Birkenstraße 18 6380 St. Johann in Tirol [www.porschestjohann.at](http://www.porschestjohann.at)

## Daten und Fakten:

Getestetes Modell:

### VW ID.3 1ST Edition Plus (Elektro)

Automatik, Systemleistung 204 PS/150 kW **EUR 44.090,-**

**Ausstattung:** Automatische Distanzregelung (ACC) mit Verkehrszeichenerkennung, LED-Matrix Scheinwerfer, Sitzheizung, Parksensoren vorne und hinten, Rückfahrkamera, Spurwechselassistent, Spurhalteassistent, Navigation, schlüsselloses Schließ- und Startsystem, öffnen bei Annäherung, Vorbereitung für Car2X, dynamische Fernlichtregelung, uvm.

### Den ID.3 gibt es mit 2 Batteriegrößen sowie verschiedenen Ausstattungslinien bereits ab **EUR 36.490,-**

58 kWh mit einer Reichweite von 426 km (nach WLTP)  
77 kWh mit einer Reichweite von 549 km (nach WLTP)

### Preisbeispiel:

VID.3 Pro Performance Basis	EUR 36.490,-
E-Mobilitätsbonus	- EUR 2.400,-
Umweltförderung	- EUR 3.000,-
	<b>EUR 31.090,-</b>

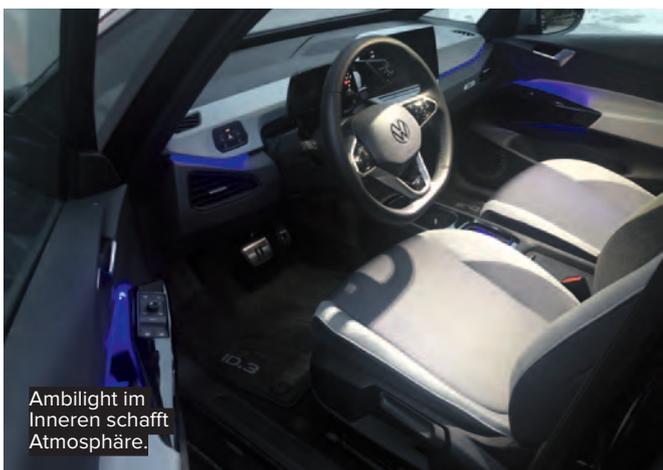
### Ladedauer: (Beispiel bei der 58 kWh Batterie):

AC 7-kW-Ladestation ca. 8 h

AC 11-kW-Ladestation ca. 5 h

DC 100-kW-Ladestation ca. 30 min.

(entspricht einer Reichweite von 290 km nach WLTP)



Ambilicht im Inneren schafft Atmosphäre.

# Den Ball nur nicht flach halten

VOM BAGGERN UND PRITCHEN, TEAMGEIST UND ERFOLGEN – PETER WALLNER, OBMANN DES VC ST. JOHANN, ÜBER SEINE PASSION VOLLEYBALL.

Zu unserem Treffen erscheint Peter Wallner – wie könnte es anders sein – im offiziellen Outfit des VC St. Johann, in der lässigen weißen Jacke mit den roten und schwarzen Einsätzen. Der 57-Jährige ist fit wie ein Turnschuh, das ist nicht zu übersehen. Und immer etwas im Stress, wie mich einer seiner Kollegen in der Schule wissen lässt. Mir von „seinem“ Verein zu erzählen, ist Peter aber eine Herzensangelegenheit, und dafür nimmt sich der St. Johanner gerne Zeit.

Es fing alles im Jahr 1987 an. Damals war Peter als junger Sportlehrer auf der Suche nach einem Mannschaftssport für Jungen und Mädchen im Ort. Nach einem, bei dem alle mitspielen konnten. Volleyball schien ihm perfekt zu sein. Gegründet wurde der VC St. Johann von Josef Rass. Ab 1989 spielten die Teams in den unteren Tiroler Ligen mit, 1996 begann man mit der Nachwuchsarbeit. „Richtig ernst“ wurde es, als eines Tages Anastasios Theodorakopoulos, kurz Tassos, bei Peter anrief und fragte, ob er im Verein „ein wenig mitmachen“ dürfe. Der Grieche war einst Profi der griechischen Volleyballszene, verfügt über internationale Verbindungen und verbrachte im Jahr 2008 einen mehrmonatigen Ur-



Peter Wallner mit der aktuellen U16 Mannschaft

laub in der Region. Die Chemie zwischen ihm und Peter stimmte sofort. Die Chemie zwischen Tassos und St. Johann auch – er entschloss sich, seinen Lebensmittelpunkt in die Marktgemeinde zu verlegen. Vielleicht war ein Grund dafür auch, dass er im hiesigen Club Möglichkeiten fand, seine Leidenschaft zu pflegen. Gemeinsam mit Tassos begann Peter, den VC in Richtung Leistungssport auszurichten. „Aber die Leistung steht nit über allem, des wär für uns klär, Gesundheit und

Spaß an der Bewegung sind bei uns des Wichtigste“, betont der Vereinsobmann.

## Tiroler Meister in der höchsten Liga

2010 wurde der Verein neu strukturiert, die Damenmannschaft aufgebaut – auch, weil es in St. Johann sonst kaum einen Mannschaftssport für das weibliche Geschlecht gab und gibt. „Stars“ des Teams waren Ria Diamanti, Tassos Frau, und Krissi Kasperski, eine ehemalige deutsche Nationalspielerin. Um sie herum formte sich die Mannschaft, gecoacht von Tassos. Das Konzept ging auf: 2017 wurden die St. Johanner Damen Tiroler Meister in der höchsten Liga. Peter erlebte den Sieg als einen der schönsten Momente in seinem Leben – „weil ihm so viel Arbeit voran‘gangen ist“, sagt er, „weil damit a Traum wahr g‘worden is.“

Tassos wechselte danach ins Sportmanagement des Vereins und arbeitet inzwischen beim Ortsmarketing in St. Johann. Seine Stelle als Damentrainer übernahm Daniel Gavan, ehemaliger öster-

reichischer Nationalspieler rumänischer Herkunft. Auch Daniel macht einen großartigen Job: St. Johanns Volleyball-Damen spielen in der obersten Tiroler Liga immer ganz vorne mit.

Die Herren haben sich zu einer Spielgemeinschaft mit dem VC Mühlbach in Salzburg zusammengeschlossen und werden von Ria Diamanti, Tassos Frau, gecoacht. Auch sie sind immer im Spitzenfeld der Liga zu finden.

Peter ist überglücklich mit der aktuellen Konstellation. „So hãb i mir des immer vorg‘stellt“, sagt er strahlend. „Die Trainerstellen bei den Kampfmannschaften san mit Top-Leuten besetzt, dã lernen scho die Kloan von den Besten.“

## Familienbetrieb

Die derzeitige Struktur verschafft Peter Freiraum für die Nachwuchsarbeit. Unterstützt wird er dabei von Tochter Brigitte und auch seiner Frau Monica. Der VC St. Johann ist in gewisser Weise also ein Familienbetrieb. Über 80 Kinder trainieren regelmäßig, insge-



samt sind auf der Mitgliederliste des Clubs bis zu 170 aktive SpielerInnen eingetragen. Damit ist der Volleyball- nach dem Fußballverein der zweitstärkste Club in „Saini Häs“. Die jüngsten, die sich im „Baggern“ und „Pritschen“ – den beiden Grundtechniken beim Volleyball – üben, sind sechs Jahre alt.

Der VC bietet Trainings und Matches in mehreren Hallen an. Besonders stolz ist Peter auf die eigene Beachvolleyball Site – die JoeRASSic Beacharena, die wie viele andere Beachvolleyplätze in der Umgebung von Josef Rass gebaut wurden. Aber auch der Sport selbst hat viel zu bieten: Teamgeist, Ballgefühl und Athletik begeistern und machen Volleyball zur weltweit am häufigsten gespielten Mannschaftssportart.

Da der Ball nicht auf den Boden fallen darf und dabei recht schnell unterwegs ist, bleiben für die Reaktion teilweise nur Bruchteile von Sekunden. Die SpielerInnen sind körperlich und geistig also enorm gefordert. Das Spielfeld ist zwar vergleichsweise klein, aber man muss sich sehr schnell und viel bewegen. Wer einmal zugesehen hat, weiß, wie viel Dynamik und Power in einem Match stecken.

### Ein Geben und Nehmen

Genauso wichtig wie der Sport, ist für den Obmann auch der gesellschaftliche Aspekt. Der Club erhält Fördergelder von der Gemeinde und vom Land Tirol, „und mei Verständnis ist, wenn i wås kriag, dass i a wås zurückge-



A-Liga Damenteam – das Herzstück des Vereins

be“, sagt Peter. Es bedeutet ihm viel, dass sich der Verein als Teil der Dorfgemeinschaft sieht und sich einbringt, wann und wo immer es möglich ist – etwa zu Jäggasen, beim Weihnachtsmarkt, bei der St. Johanner Faschingsgaudi ... Für Peter hat der Verein auch die Aufgabe, das Dorfleben mitzugestalten und zu beleben. Freilich nicht ganz uneigennützig, wie er gesteht: „Je mehr ma in der Öffentlichkeit steht, desto leichter is's, Sponsoren aufzutreiben.“ Der St. Johanner Wirtschaft, den eingesessenen, heimischen Betrieben, streut er dabei Rosen: Sie seien es, die das Dorfleben mit aufrecht erhalten würden – durch das Beisteuern von Tombolapreisen sowie ihre finanzielle und ideelle Unterstützung. „Des muss ma a amoi sãg'n“ betont er. „Es is a Geben und Nehmen, und des klappt bei uns super.“

Für funktionierende lokale Strukturen brauche es immer

das gute Zusammenwirken von Wirtschaft, Gesellschaft und Politik, stellt er fest. Seit 2010 ist Peter Mitglied des Gemeinderats in St. Johann – um von innen heraus mitgestalten zu können. Seine politische Einstellung entspreche dabei nicht dem Mainstream in der Marktgemeinde, sagt er. Ich rate also und frage ihn, ob er denn „Pink“ sei oder ein „Grüner“. Er lacht und antwortet: „Na, i bin rot. Dunkelrot, a richtiger Sozialist.“ Das sei aber kein Problem im Miteinander. „I kimm mit Andersdenkenden gãnz hervorragend aus, wir hãm dã a super Ebene von Diskutieren, man akzeptiert sich gegenseitig.“

### Volleyball ist wie Radfahren

Um den Nachwuchs macht man sich beim VC keine Sorgen. Es hat sich wohl herumgesprochen, dass die Kids hier gut aufgehoben sind. Mobbing zum Beispiel hat beim Volleyballspielen keinen Platz. Peter weiß als Pädagoge, wie man Strukturen für ein faires Miteinander schafft. Für ihn ist Volleyball eine der schönsten Sportarten überhaupt. Der Einstieg sei gar nicht einfach, weil der Ball ja nie den Boden berühren darf, aber man mache schnell Fortschritte, „und dãn is des wia a Sucht!“ Was vielen besonders gefällt: Es kommt zu keinem direkten Kontakt mit dem Gegner, es gibt also keine „Fouls“. Das verringert das Verletzungsrisiko. Besonders schön ist es für Pe-

ter, wenn er sieht, wie Frauen, die er vor 30 Jahren in der Mädchen-Schülerliga betreute, mit ihren Kindern jetzt wieder in den Sport einsteigen. Das sei gar nicht so schwierig, denn „Volleyballspielen ist wia Radfãhnr, des verlernt ma nit.“ Immer ging es Peter vor allem darum, seinen SchülerInnen und den SpielerInnen im Verein Freude an der Bewegung zu vermitteln. Dass die Mädchen von einst heute als Mütter wieder kommen, ist ein Beweis dafür, dass ihm das wohl gelungen ist.

Nicht gelungen ist es ihm heuer, den Beachcup nach St. Johann zu holen – doch das lag nicht an Peter oder am Verein, sondern an Covid-19. Dafür laufen die Planungen für 2021: Zum vierten Mal sollen nächstes Jahr internationale TopspielerInnen im Sand, der vor der Gemeinde aufgeschüttet wird, BeachVolleyball vom Feinsten zeigen. Eine „Beachweek“ soll es gar werden mit Side-Events und Kindertrainings und und und. Tassos als Eventmanager ist bereits am Planen und Organisieren. Peter unterstützt ihn dabei. Als Lehrer und Gemeinderat hat er „nebenbei“ aber auch noch einiges zu tun. Kein Wunder also, dass seine Kollegen ihn hin und wieder als gestresst erleben. Ihm scheint das nichts auszumachen. Wenn er von „seinem“ Verein spricht, leuchten die Augen. Beim Volleyballspielen holt er sich viel Energie ...

Doris Martinz



Die Herren spielen in einer Spielgemeinschaft mit dem VC Mühlbach



**-15%**  
**WINTERSTART**  
**AKTION\***

**VON 5. BIS 7.11.**  
**UND 9.11.2020**

\* Gültig auf die gesamte lagernde Winterware.  
Prozente gültig vom ursprünglichen Listenpreis.  
Nicht mit anderen Gutscheinen und/oder (Rabatt-)Aktionen kombinierbar.

**-50%**  
**AUF UNSEREN**  
**SKISERVICE**

Aktion nur gültig auf Olympic Skiservice

**BIS ZUM 8.12.2020**



**AUS LIEBE ZUM SPORT**

ZENTRUM | Speckbacherstraße 17  
EICHENHOF | Winkl-Schattseite 6b  
6380 St. Johann i.T. | T +43 5352 20730 | office@intersport-patrick.at

[www.intersport-patrick.at](http://www.intersport-patrick.at)

**INTERSPORT®**  
**PATRICK**