Zugestellt durch Post.at
Amtliche Mitteilung

# HITTE HATTE

Heft 02 | 13 1. Mär[illegible] Jahrgang 16

**Die Faschingszeit ist vorüber, die Masken wurden verräumt. Viel Energie wurde in aller Art von Verkleidung für Groß und Klein gesteckt, das Ergebnis kann sich sehen lassen! Die Bilder sprechen für sich!**

## Feuerlöscher Prüfaktion

**Wie schon seit einigen Jahren, führt die Freiwillige Feuerwehr Tarrenz mit der Firma ATEX Gerätebau Ges.m.b.H. eine Prüfaktion für Handfeuerlöscher durch. Es werden Ihre Feuerlöscher zum Aktionspreis (pro Stk.) um € 10,90 überprüft.**

**Dieser Preis beinhaltet:**
- → Überprüfung
- → Amtliche Ö-Norm Prüfplakette
- → Klein- und Dichtungsmaterial
- → Fahrtkostenanteil sowie die gesetzliche Mehrwertsteuer.

Ihr Servicetechniker (Dietmar 0664/9050221 oder Florian 0664/2668992) ist angewiesen, Sie in der Handhabung Ihres Feuerlöschers zu unterweisen.

Sie können im Zuge dieser Aktion auch neue Feuerlöscher (Listenpreis minus 25 %), Löschdecken und Rauchmelder zu Sonderpreisen erwerben. Ihr Servicetechniker berät Sie gerne.

Die Prüfaktion wird von Haus zu Haus durchgeführt und beginnt am Montag, den **4. März 2013** Ortsrand Lager, Dollinger, Walchenbach, Strad, Tarrenz Dorf, Rotanger, Obtarrenz. Zeitaufwand ca. 2 Monate.

Bei Nichtantreffen wird eine Nachricht hinterlegt und um einen Termin gebeten.

Auf Wunsch werden auch RWA Anlagen sowie Not und Fluchtwegleuchten mit Prüfprotokoll überprüft.

Die Freiwillige Feuerwehr erinnert Sie daran, dass Feuerlöschgeräte alle 2 Jahre lt. TRVB 124 überprüft werden müssen.

*Mit freundlichen Grüßen*
*Der Kommandant*
*HBI Stefan Rueland*

## In dieser Ausgabe

Stierer´s Lois ..... 2
Auskehren 2013 ..... 2
Mutter-Eltern-Beratung ..... 2
Suche Putzfrau ..... 2
Schafbauern aufgepasst ..... 2
Buch des Monats ..... 3
Kinderfasching Bibliothek ..... 3
Magazine in der Bibliothek ..... 3
´s Chaos-Eck ..... 3
Knappenwelt: neue Führung .. 4
Abschied Thomas Seelos ..... 4
Helfen Sie uns helfen ..... 4
Die Hexen sind los! ..... 4
Linktipp Gurgltalloipe ..... 4
Gemeinderatssitzung ..... 5
Bankeinzug Gemeinde ..... 5
Hundegeschichte ..... 5
Weinbauern laden ein ..... 5
Gottesdienste ..... 6
Liebe Pfarrgemeinde ..... 7
Caritas Haussammlung ..... 7
Firmung 2013 ..... 7
Medjugorje-Wallfahrt ..... 8
Aktion Fastensuppe ..... 8
Rodelnachmittag Ministranten 8
Brief an Rattengiftfreund ..... 8
Fasnachter sagen „Danke“ ..... 8
Zivilcourage Tirol ..... 9
Landtagswahl 2013 ..... 9
Pensionistenverband ..... 9
Allrounder sucht ..... 9
Lawinenübung Bergrettung .... 9
SU Tarrenz Meisterschaft ..... 10
ÖAV Winterprogramm ..... 10
Theater Tiroler Hospiz ..... 10
Aus dem Kindergarten ..... 11
Schützengilde-News ..... 11
Fit oder was? ..... 12
Zwiderwurz ..... 12
Seminar Tierkommunikation .. 12
Wochenend-Dienste Ärzte ..... 12

BMH
BAU MIT HAPPACHER
Manfred Happacher
Baumeister
Oberer Rotanger 18
6464 Tarrenz
Tel+Fax: 0541264123
Handy: 0664 73 63 11 11
E-Mail: bmh@oni.at
Bauausführung-Statik-ENERGIEAUSWEIS

DER THERAPIESTALL
Brigitte Danzinger
Physiotherapie – Hippotherapie
Craniosacrale Therapie
Physiotherapie für Pferde
6464 Tarrenz, Lehnenweg 1
Telefon: 0664 320 13 05
email: office@therapiestall.at
www.therapiestall.at

## Stierer´s Lois

*Der Hirscher hot koan „Bock geschossen", die WM mit „Gold beschlossen"!*
*Er konn sei Gschäft, aber redt nit viel, fohrt kompromisslos, entschlossen und mit Stil.*
*(Gabs grod mehr Politiker mit seim „Profil"!)*


## Impressum

**Herausgeber, Medieninhaber und Verleger:**
Gemeinde Tarrenz

**Redaktion:**
Jürgen Kiechl (örg)
Roland Flür (mac)
Beda Widmer (beda)
Mike Baumann (bau)
Richard Flür (richo)
Iris Rataitz-Kiechl (i.ra-kie)
Julia Schönnach (loju)
Armin Kirschner (kir)

**Freie Mitarbeiter:**
Elke Kirschner (elke)
Michaela Wuzella (mi)
Nathalie Posch (nap)
Christoph Immler (ci)
Christiane Kurz (cK)
Thomas Rinner (thor)

**Layout:**
Philipp Perktold

**Anzeigenannahme:**
Gemeindeamt Tarrenz
Tel. 63352, Fax 63352-75
E-Mail:
gemeinde@tarrenz.tirol.gv.at
hittehatte@gmx.at

**Redaktionsschluss nächste Ausgabe:**
Freitag, 22. März, 20:00 Uhr

**Die nächste Ausgabe erscheint am:**
Freitag, 29. März


# Auskehren 2013

**Bei beinahe weihnachtlich anmutendem Schneetreiben bahnten sich am Abend des Faschingsdienstag die Fasnachtsmasken ihren bereits traditionellen Weg durch die Trujegasse, angeführt von den Hexen mit einer überdimensionalen der Ihrigen auf einem Schlitten.**

**…in flagranti, aber nicht zu stoppen…**

Auch wenn heuer etwas weniger „Publikum" mit von der Partie war, so tat dies der Stimmung keinen Abbruch. Schmäh und Klamauk hier, ein bisschen auf die Schaufel (bzw. in den Schubkarren) nehmen dort – jeder konnte auf seine Kosten kommen! Schließlich schafften es auch heuer wieder eine Gruppe von „Übeltätern", die Hex in Brand zu setzen – somit konnte dieses fast schon archaische Schauspiel wieder seinen Lauf nehmen und zog die Zuschauer (ob gewollt oder nicht) in seinen Bann. (i.ra-kie)

Fotos: i.ra-kie

**So nah am Geschehen riskiert man schon mal einen „Blauen"**

**Då kånn ou d'Hexemuatter nimme halfe!**

# Mutter-Eltern-Beratung

Die Geburt eines Kindes bringt viel Freude, Veränderung aber auch Unsicherheit. Die Mitarbeiterinnen der Mutter-Eltern-Beratung beraten, begleiten und unterstützen Sie bei allen Fragen, die sich aus dem Zusammenleben mit einem Kind ergeben.

**WANN?**
jeden 2. Mittwoch im Monat
von 9:00 bis 11:00 Uhr

**WO?**
Gemeinde Tarrenz „Brugge"

Die Mutter-Eltern-Beratung ist eine Einrichtung der Landessanitätsdirektion für Tirol

**Hebamme:**
Stecher Ingrid
Brenjurweg 38
6464 Tarrenz
Tel. 0676 70 371 63


meditier
TIERARZT Andreas LANBACH

**Suche Putzfrau ...**

... für Tierarztpraxis in Tarrenz, geringfügige Beschäftigung, 8 Stunden die Woche.

Bei Interesse bitte unter Tel. **05412-66043** melden.


## Achtung Schafbauern!

Wer Interesse hat, seine Schafe von einem professionellen Schafscherer scheren zu lassen(€ 3,– pro Schaf) meldet sich bitte bei Oppl Manuela unter **Tel. 0660 5486364** oder in Happi´s Hütte.

BIBLIOTHEK Tarrenz

## DER HOBBIT – Hin und Zurück

*J.R.R. Tolkien*

Willkommen in Mittelerde, 60 Jahre vor den Ereignissen von „ Der Herr der Ringe „ – Trilogie! Der angesehene Hobbit (nur zur Information: Hobbits sind kleine menschenähnliche Wesen) Bilbo Beutlin führt ein herrliches und sehr gemütliches Leben in seiner komfortablen Hobbithöhle. Hätte er die Konsequenzen geahnt, die der unerwartete Besuch des großen Zauberers Gandalf mit sich ziehen würde, so hätte er ihn wohl nicht so freundlich in seiner Höhle zum Tee eingeladen. Mit Gandalf fallen noch dreizehn Zwerge in seine Wohnung ein. Gandalf bittet Bilbo Beutlin die Zwerge auf eine lange, gefährliche Reise zu begleiten. Ziel des Abenteuers wäre die Befreiung der Heimat der Zwerge von dem grausamen Drachen Smaug. So kommt es, dass sich der Hobbit auf eine Reise einlässt, bei der er sich nicht nur einmal nach seiner gemütlichen Hobbithöhle zurück sehnt …

Unglaublich, dass dieses Buch bereits 1937 von J.R.R. Tolkien geschrieben wurde. Die einzelnen Etappen in diesem Fantasieland Mittelerde sind so ausführlich und ausgeschmückt beschrieben, dass einer spannenden, unglaublichen und fantastischen Reise im Kopf nichts mehr im Wege steht.

(elke)

# Kinderfasching!!!

**„König Zumba“ regierte heuer beim alljährlichen Kinderfasching der Bibliothek Tarrenz und brachte so richtig Schwung ins bunte Treiben. Damit die große Party auch in diesem Jahr wieder ein Erfolg wurde, waren einige HelferInnen nötig.**

Allen Prinzessinnen, Prinzen und Königen sei nun hier gedankt, denn ohne sie wäre dieser Kinderfasching nicht möglich: Beate H. und Claudia, Brigitte und Erdmuth, Elke und Nina, Beate, Lena und Lea, Friedburg und Pia, Simone und Waltraud, Catherina, Sigrid, Peter und Wolli, sowie Rainer und den TortenbäckerInnen. Ein Dankeschön vor allem auch Zumba Queen Natalie Rizzi.

Euch allen ein herzliches DANKE!
Es ist jedes Jahr wieder ein Erlebnis, wenn so viele kleine und große BesucherInnen, kostümiert oder „in natura“ kommen und ausgelassen bei Spiel, Kaffee und Kuchen den Nachmittag verbringen! Mit dem Erlös kauft die Bibliothek wie immer Medien für Kinder, in diesem Jahr vor allem DVDs für Kinder.
Also dann bis nächstes Jahr!

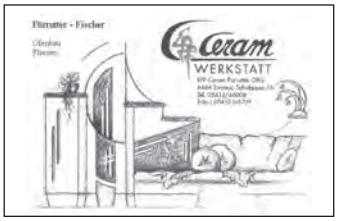
# Magazine der Bibliothek Tarrenz 2013

| | |
|---|---|
| **Miss** | Bibliothek Tarrenz |
| **Konsument** | Bibliothek Tarrenz |
| **GEO** | Bibliothek Tarrenz |

| **Für folgende Magazine danken wir unseren Sponsoren:** | |
|---|---|
| **Focus Schule** | Fam. Lanbach, Tabak Trafik |
| **Anna** | Fa. Otto Posch |
| **Servus in Stadt&Land** | Fa. Heel & Demml |
| **Welt der Wunder** | Rauchfangkehrer Stefan Friess |
| **Garten + Haus** | Gärtnerei Brand |
| **Gusto** | „Der Wörle“ |
| **Schöner Wohnen** | Tischlerei Tiefenbrunner |
| **Vital** | Fa. Nowo-Bau Praxmarer OEG |

## ´s Chaos-Eck

„Nerven Sparen – Bahn fahren“ lautete ein Werbeslogan der Bahn in den 60er-Jahren. Heutzutage jedoch ist man gut beraten, eine ordentliche Portion Baldriantropfen auf eine Bahnreise zur Schonung der Nerven mitzunehmen. Als Beispiel sei von folgendem Vorfall am Bahnhof Bregenz vom 31. 1. des Jahres berichtet.
Die Anzeigetafel für den Zug nach Innsbruck – Planabfahrt 16:11 Uhr kündigte eine ca. 60-minütige Verspätung an, aus welcher schließlich 95 Minuten wurden, ohne dass ein Lautsprecherhinweis erfolgte (also bitte Brille nicht vergessen). Kurz vor Eintreffen des verspäteten Zuges auf Bahnsteig 4 ist die Anzeige auf der Anzeigetafel verschwunden und nur mit detektivischen Fähigkeiten und scharfen Augen konnte die Einfahrt des Zuges auf Bahnsteig 1 (!) entdeckt werden. Auch für diese gravierende Änderung gab es keinerlei Lautsprecherhinweise. Jetzt kam also tatsächlich „Bewegung rein“: Koffer geschnappt, Stiege rauf – 100 m Hindernislauf – Stiege runter – und mit rasendem Atem doch noch den Zug glücklicherweise erreicht.
Verständlicher werden diese Vorkommnisse erst, wenn man erfährt, dass alle Anzeigen, Lautsprecherdurchsagen etc. zentral (von Wolfurt aus) gesteuert werden und die Bediensteten vor Ort (z.B. am Bahnhofsschalter) keine Ahnung haben. Der Slogan der Bahn stimmt: „Jetzt kommt Bewegung rein!“ (beda)



# Knappenwelt: Neues Führungsteam

**Inge Eder, Andy Tangl und Petra Gommée freuen sich schon auf die kommende Knappenwelt-Saison.**

Diese Woche wurde die neue Leitung der Knappenwelt Gurgltal fixiert. Die Tarrenzerin Petra Gommée, 24 Jahre im Management bei „Escada" und Energetikerin, aus München stammend, wird die Geschäftsführung übernehmen. Ihr zur Seite steht Inge Eder, die wohl nicht vorgestellt werden muss. Obmann Andy Tangl ist voller Energie und Tatenkraft, steht doch in den kommenden Monaten viel Arbeit vor dem gesamten Team. Film, das Haus der Heilerin, Einarbeitung der neuen Mitarbeiter in die bevorstehende Saison … Ein Netzwerk an Helfern arbeitet im Hintergrund an der Ausarbeitung der Details. Die HitteHatte wünscht Petra Gommée und Inge Eder viel Freude an der neuen Aufgabe! (örg)

# Sag zum Abschied leise Glück Auf!

Anlässlich meines Abschiedes als Geschäftsführer der Knappenwelt Gugltal möchte ich mich auf diesem Wege für das Vertrauen bedanken, welches mir von den Tarretern in den vergangenen fünf Jahren entgegen gebracht wurde. Ich bin stolz die Knappenwelt Gurgltal einige Jahre begleitet zu haben. Besonders danken möchte ich aber meinem gesamten Team und allen, die mich bei meiner Arbeit unterstützt haben. Es war mir ein Fest!! Alles Gute und viel Erfolg für die Zukunft!

*Euer Thomas Seelos*

# Helfen Sie uns helfen

Es werden Sammlerinnen und Sammler für die Landesblindensammlung des Tiroler Blinden- und Sehbehinderten-Verbandes gesucht. Freie Zeiteinteilung vom 1. April bis zum 31. Mai 2013. Für jeden Sammler gibt es als Dankeschön eine Aufwandsentschädigung!

**Mehr Informationen bei**
Sabrina Canal
Tel. 0512 / 33 4 22 17 oder
per E-Mail: info@tbsv.org

# Die Hexen sind los!

**Im Fasching drehte sich in der Kinderkrippe Schneggahaisle alles rund um das Thema „Hexen".**

**Die Kinder vom Schneggahaisle präsentieren ihre selbstgebundenen Hexenbesen ...**

Die Tarrenzer Fasnachtshexen kamen sogar zu uns auf Besuch, um mit den Kindern einen echten Hexenbesen zu binden! Dafür nochmals ein großes Dankeschön an Mathias, Pius, Albin, Seppl und Thomas! Die Hexenbesen fanden dann ihren Einsatz bei der großen Hexenparty am Unsinnigen Donnerstag. Dabei wurden alle Eltern eingeladen und die kleinen Hexen präsentierten einen tollen Hexentanz. Mit Spiel und Spaß wurde dann der wunderschöne Nachmittag abgeschlossen.

**... die Tarrenzer Fasnachtshexen standen mit Rat und Tat zur Seite.**

**Linktipp:** Aktuelle Informationen über die Gurgltalloipe: Bedingungen, Temperatur, Fotos, Links, Videos uvm. auf **http://gurgltalloipe.blogspot.co.at**

## Gemeinderatssitzung

Bei der Gemeinderatssitzung am 11. Februar 2013 wurden folgende Punkte behandelt:

**Öffentlicher Teil**

**1.** **Sitzungsprotokoll** GR/001/2013 vom 22.01.2013

**2.** **Bericht des Bürgermeisters**

**3.** **Beschluss Budget 2013** (inkl. MFP)

**4.** **Änderung Raumordnungskonzept**

**4.1.** **Änderung einer Teilfläche der Gp. 690** von Hr. Auderer Franz – Ausdehnung des baulichen Entwicklungsbereiches lt. Plan

**5.** **Flächenwidmungsplanänderungen**

**5.1.** **Änderung einer Teilfläche der Gp. 690** von Hr. Auderer Franz von Freiland § 41.1 in Wohngebiet § 38.1

**6.** **Allgemeine und ergänzende Bebauungspläne**

**6.1.** **Bebauungsplan B42/4** - Obere Wiese Köll/Bubik

**7.** **Festsetzung der Waldumlage** gem. Tiroler Waldordnung für das Jahr 2013

**8.** **Ansuchen Anmeldung Musikschule Telfs –** Wörle Andreas

**9.** **Diverse Ansuchen**

**10.** **Anträge, Anfragen und Allfälliges**

Der Text zu diesen Beschlüssen liegt im Gemeindeamt auf und ist unter **www.tarrenz.at** nachzulesen.

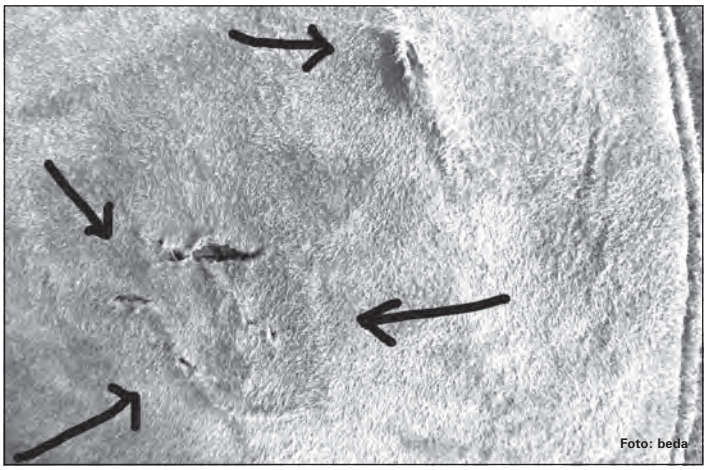
Gemeinde Tarrenz

## Thema Bankeinzug

Viele Bürger und Bürgerinnen nutzen bereits unseren Service „Bankeinzug“ für die vierteljährliche Vorschreibung.
Pünktlich am Tag der Fälligkeit wird die offene Vorschreibung abgebucht. Es gibt kein Vergessen und Mahnspesen (ab der 1. Mahnung) werden vermieden. Das Formular können Sie gerne bei uns im Gemeindeamt ausfüllen oder unter www. tarrenz.at (Bürgerservice – Formulare) ausdrucken und an uns übermitteln. (bau)

**Richtigstellung:** Der hervorragende Silverster-Schnappschuss in der Jänner-Ausgabe der HitteHatte stammt nicht wie angegeben von Beda Widmer, sondern von Jürgen Neururer.

## Hundegeschichte




Vor ein paar Wochen begegnete mir auf einem Spaziergang eine Dame mit vorauseilendem, freilaufendem Hund. Dieser wollte offenbar mit mir „spielen“ und ist mich von hinten angesprungen. Zwar ärgerlich, aber nach dem tröstlichen Zuspruch der Frau – „der tuat nichts“ habe ich mir nichts weiter gedacht. Erst nach Wochen, als ich meine Lederjacke wieder einmal anziehen wollte, entdeckte ich die kleinen Löcher auf der Rückseite, die ganz klar von diesem Hund stammen mussten (siehe Foto). Das hat man von der Toleranz! (beda)

## Die Freien Weinbauern Tarrenz laden herzlich zur Weinsegnung

... am Josefstag, dem 19.03.2013 – Landesfeiertag

**Programm:** um 18:00 Uhr Hl. Messe mit Weinsegnung des neuen Jahrganges 2012 durch unseren Hr. Pfarrer Josef Ahorn.
Darauffolgend um etwa 19:00 Uhr Weintaufe in Staners Weinkeller. Anschließend eine gemütliche Weinrunde mit Tarrenzer Weinen, zu der alle TarrenzerInnen und Tarrenzer, sowie alle Weinfreunde willkommen sind.
Wir halten es mit dem Volksmund: *„Wer da trinket guten Wein, dem schaut Gott ins Herz hinein.“*

Geben Sie Ihrem Leben mehr Jahre und Ihren Jahren mehr Leben!
RAMCO
Hauptstraße 39 a – 6464 Tarrenz
(05412) 61061

PUB • CAFE POST TARRENZ

A.T.S. Dani
Auto . Teile . Service
Reifen
Winkler Daniel
6464 Tarrenz, Walchenbach 1
Mobil 0650/5240242

Elektrotechnik
Holztechnik
Brennerservice
Kegelanlagentechnik
Pangratz
Walter Pangratz
Brenjurweg 13
Tel.: 05412/64344
Mobil: 06645256242
e-mail: w.pangratz@aon.at

# Gottesdienste der Pfarre Tarrenz

| | | |
|---|---|---|
| **Fr. 1.3.** | 19:00 Uhr | Herz-Jesu-Andacht |
| **Sa. 2.3.** | 18:00 Uhr | Vorabendmesse für Kurt Haselwanter und Ang.; Martha Huber; Reinhold Juen; Trude Nothdurfter |
| **So. 3.3.** | | **3. Fastensonntag** |
| | 10:00 Uhr | Heilige Messe für Maria Krabacher Eltern und Geschwister; Verstorbene der Familie Pohl und Doblander; Johanna Kurz; Elfriede Doblander; 30.f. Maria Auderer<br>*Das ewige Licht brennt in dieser Woche im Gedenken an Ulrich Zoller und Eltern* |
| **Di. 5.3.** | 18:30 Uhr | Rosenkranz für geistliche Berufungen und Beichtgelegenheit |
| | 19:00 Uhr | Heilige Messe für die armen Seelen, Martha Huber |
| **Mi. 6.3.** | 19:00 Uhr | Kreuzwegandacht |
| **Do. 7.3.** | | **Hl. Perpetua und hl. Felizitas** |
| | 19:00 Uhr | Heilige Messe in Obtarrenz für Anna Unsinn; für die armen Seelen |
| **Sa. 9.3.** | 17:30 Uhr | Rosenkranz |
| | 18:00 Uhr | Vorabendmesse für Hans Zoller; Johann und Johanna Witting; Ulrike Fleischhacker; Otto Unsinn und Johanna Flür; 30. f. Alois Stafler |
| **So. 10.3.** | | **4. Fastensonntag Laetare** |
| | 10:00 Uhr | Heilige Messe für Germann und Berta Doblander und verst. Söhne; Alois und Anna Schlapp; Olga Greuter; Fritz Donnemiller<br>*Das ewige Licht leuchtet in dieser Woche im Gedenken an Georg Wörle* |
| **Di. 12.3.** | 18:30 Uhr | Rosenkranz um geistliche Berufe und Beichtgelegenheit |
| | 19:00 Uhr | Heilige Messe für Adolf Zoller und Aloisia und Albert Pangratz; Herbert Kuen; Alois Tiefenbrunner |
| **Mi. 13.3.** | 19:00 Uhr | Kreuzwegandacht |
| **Do. 14.3.** | | **Hl. Mathilde** |
| | 19:00 Uhr | Heilige Messe in Strad für Anna Unsinn und Josef Großkopf; für die armen Seelen und zu Ehren des Hl. Florian |
| **Sa. 16.3.** | 11:00 Uhr | Taufe von Emanuel und Sebastian Auderer |
| | 17:30 Uhr | Rosenkranz |
| | 18:00 Uhr | Vorabendmesse für Josefa und Walter Waibl und Ang.; für die armen Seelen; Alfred Tangl |
| **So. 17.3.** | | **5. Fastensonntag** |
| | 10:00 Uhr | Heilige Messe für Bernhard Sterzinger; Amalia Witting; Rosa, Alois, Franz und Norbert Baumann; Verst.d.Fam. Oberhofer Alois;<br>*Das ewige Licht brennt in dieser Woche im Gedenken an Hubert Perktold und Angehörige* |
| **Di. 19.3.** | | **Hl. Josef, Bräutigam der Gottesmutter Maria, Landespatron** |
| | 18:00 Uhr | Heilige Messe für Josef Doblander; Reinhold Juen; Blanka Zoller und Angehörige; Hubert und Paula Höllrigl; Weinsegnung |
| **Mi. 20.3.** | 17:30 Uhr | Kreuzwegandacht |
| **Do. 21.3.** | 19:00 Uhr | Heilige Messe in Dollinger für Edwin Kössler und Eltern und Albert Hammerle und Eltern |
| **Sa. 23.3.** | | **Hl. Turibio von Mongrovejo** |
| | 17:30 Uhr | Rosenkranz |
| | 18:00 Uhr | Heilige Messe für Gustav Oppl 1.Jt.; Emma Auderer; Alfred Flür Jm; Norbert Rieder; Kirchensammlung für die Christen und Heiligen Stätten im Heiligen Land |
| **So. 24.3.** | | **Palmsonntag – Beginn der Heiligen Woche - Karwoche, Feier des Einzugs Christi in Jerusalem** |
| | 10:15 Uhr | Palmweihe beim Trujekreuz und Palmprozession; Heilige Messe für Ehrenreich und Julia Holzknecht; Franz Strasser und Eltern; Maria Berktold, Amalia Berktold und Bernhard Sterzinger; Albertina Prantl; Kirchensammlung für die Christen und Heiligen Stätten im Heiligen Land<br>*Das ewige Licht brennt in dieser Woche in Gedenken an Herbert Fürrutter* |
| **Di. 26.3.** | 18:30 Uhr | Rosenkranz um geistliche Berufe und Beichtgelegenheit |
| | 19:00 Uhr | Heilige Messe für Alois und Anna Ganner und Großeltern; Hermann Sterzinger und Katharina Kuster; für die armen Seelen; Martha und Robert Ruetz |
| **Mi. 27.3.** | 19:00 Uhr | Kreuzwegandacht |
| **Do. 28.3.** | 10:00 Uhr | Ministrantenprobe<br>**Die drei österlichen Tage vom Leiden und Sterben; von der Grabesruhe und der Auferstehung des Herrn** |
| | 18:00 Uhr | Gründonnerstag, Messe vom letzten Abendmahl, Heilige Messe; Kirchenchor |

| | | |
|---|---|---|
| **Fr. 29.3.** | | **Karfreitag – Fasten und Abstinenztag** |
| | 10:00 Uhr | Ministrantenprobe |
| | 13:30-14:30 Uhr | stille Anbetung vor dem Allerheiligsten am Seitenaltar |
| | 18:00 Uhr | Die Feier vom Leiden und Sterben Christi |
| **Sa. 30.3.** | | **Karsamstag** |
| | 10:00 Uhr | Ministrantenprobe |
| | 13:30-14:30 Uhr | stille Anbetung vor dem Allerheiligsten |
| | 21:30 Uhr | **Hochfest der Auferstehung des Herrn – Die Osterzeit** Die Feier der Osternacht: Feuerweihe und Lichtfeier – Wortgottesdienst – Tauferneuerung – Eucharistiefeier – Speisensegnung; Die Kerzen für die Mitfeier gibt es beim Kircheneingang; Kirchenchor |
| **So. 31.3.** | | **Ostersonntag – Hochfest der Auferstehung des Herrn – Die Osterzeit** |
| | 10:15 Uhr | Heilige Messe für Konrad Doblander und Ang.; Erich Fringer; Sigmund Tangl; Franz und Anna Huber (Heuer); Kirchenchor |
| **Mo. 1.4.** | | Ostermontag |
| | 10:00 Uhr | Heilige Messe für Amalia Berktold; Herbert Fürrutter Jm; Maria und Alois Tangl; Hermann und Anna Reich und Angehörige |
| | | *Das ewige Licht brennt in dieser Woche im Gedenken an Bruno Kumpusch und Angehörige* |

**Am 12.5.2013 um 10:30 Uhr ist Firmung in Tarrenz**

*Die Namen der Firmlinge und deren Firmgruppenleiterinnen:*
**In der Gruppe von Sabina Lisowska:** Simon Hild; Florian Reich; Patrick Reich; Fabio Guem; Jessica Lisowska; Hanna Schöpf; Johanna Zangerl
**In der Gruppe von Bettina Struc:** Alexander Juen; Daniel Juen; Guido Walch; Lukas Walch; Eva-Maria Kirschner; Lena Lanbach; Jasmin Struc; Lea Schöpf
**In der Gruppe von Christine Oberhofer:**
Martin Agerer; Simon Greil; Armin Lechleitner; Elias Pohl; Susanne Lung; Andrea Tangl; Theresa Lechleitner;

**Gebetsanliegen des Heiligen Vaters**
- Um Respekt vor der Schöpfung, die uns als Geschenk Gottes überantwortet ist.
- Für die Bischöfe, Priester und Diakone: Lass sie nicht müde werden, das Evangelium überall zu verkünden.

**9.3.2013 Ganztägiges Treffen der Pfarrkirchen- und der Pfarrgemeinderäte in Innsbruck**

# Liebe Pfarrgemeinde!

In der Mitte der Fastenzeit schauen wir aus nach der Feier der Heiligen Woche und des Osterfestes. Für die Vorbereitung weisen wir hin auf die Mitfeier der Heiligen Messe, die Beichtgelegenheiten und die Kreuzwegandachten. Besonders laden wir ein zur Mitfeier der Gottesdienste der Karwoche: Abendmahlsgottesdienst am Gründonnerstag. Feier des Leiden und Sterbens Christi am Karfreitag und die Anbetungsstunden. Wir wünschen allen eine gesegnete Fastenzeit, Karwoche und Osterzeit! Pfarrer Josef Ahorn und Jürgen Kleiner

Vielen Dank den Firmlingen, Betreuerinnen und den Suppenköchinnen für den Fastensuppentag am Aschermittwoch. Es wurden € 232,-- für die katholische Frauenbewegung gespendet. Vielen Dank!

# Caritas Haussammlung

**Im März ist es wieder soweit und rund 2.700 Freiwillige machen sich in ganz Tirol auf und gehen im Namen der Caritas von Tür zu Tür. Die Haussammlerinnen und Haussammler sind wieder unterwegs.**

Eine sagte letzthin „Ich helfe damit, Not zu lindern, das ist meine Motivation. Aber es macht mir auch Freude, Menschen zu treffen, die ich nicht so oft sehe". Haussammlerinnen und –sammler erzählen, dass sie meistens gerne aufgenommen werden von den Menschen. Es findet sich die Möglichkeit für ein Gespräch und ein Nachfragen wie es geht. Man spürt auch selbst die Anteilnahme und das Interesse und das tut ja auch gut. Wenn einmal eine Tür nicht aufgemacht wird, berichtet uns eine Haussammlerin, dann spricht sie in Gedanken einen Segen, wünscht den Menschen dort alles Gute und versucht es beim nächsten Haus aufs Neue. „Laufkraftwerke der Solidarität" werden die HaussammlerInnen und –sammler der Caritas von uns genannt. Aber auch Sie, die unsere Ehrenamtlichen nicht abweisen, sondern für Menschen, die in Not geraten sind ein offenes Herz haben, sind „Kraftwerke der Solidarität", sind „Brückenbauer". Danke für Ihre offenen Augen, die offenen Ohren und Ihr offenes Herz. Danke für diese Botschaft des Zusammenrückens. Danke für Ihre Hilfe!

**Spendenkonto:**
Raiffeisen-Landesbank Tirol
Kontonummer 670.950,
BLZ 36.000
Kennwort:
Haussammlung 2013

**Dekanat Brautleutetag am 22. bis 23. März in Karres**

Bildungshaus St. Stephanus,
Jeweils am Freitag, von 16:00 bis 22:00 Uhr und
am Samstag, von 9:00 bis 13:00 Uhr.

Kursgebühr: € 20 pro Person (ohne Abend- und Mittagessen)
Anmeldung: Pfarramt Imst, 6460 Imst, Pfarrgasse 15,
Tel. 05412/66227, E-Mail: pfarre.imst@cni.at
Die Zahl der Teilnehmer/innen ist auf 12 Paare begrenzt.

# Kommt mit nach Medjugorje

… zur Wallfahrt nach Medjugorje, einem kleinen Dorf in Bosnien-Herzegowina. Dort erscheint seit dem 24. Juni 1981 die Gottesmutter Maria.

**Termin:**
22.03.2013 – 28.03.2013

**Kosten:** € 300,– (inkl. Übernachtungen mit Halbpension, Busfahrt und ein zusätzliches Mittagessen)

**Anmeldung und weitere Informationen bei:**
Martha Köll
Tel. 0650/63 95 300
koell.martha@me.com

# Brief an einen Rattengiftfreund

**„Mama, warum tun Menschen das?" Mit dieser Frage unserer kleinen Tochter Viktoria konfrontiert, fällt es mir schwer, eine Erklärung dafür zu finden, warum ihr Hund „Whisky" auf diese Art und Weise sterben musste.**

Zur Vorgeschichte: Mit Rattengiftköder vergiftet, verblutete unser vierbeiniger Freund letztendlich innerlich wie äußerlich, trotz der guten ärztlichen Hilfe seitens unseres Tierarztes Dr. Lanbach.
Wir wünschen diesem Rattengiftfreund, dass er seiner großen Ratten- und Mäuseplage, die offenbar sein Haus heimsucht, Herr wird und gleichzeitig aber Verständnis dafür bekommt, wie man solche Köder verantwortungsbewusst und gefahrlos für andere Tiere ausbringt.
Sollte der Grund für das viele Rattengift jedoch der gewesen sein, dass es unseren Hund von seinem Grundstück fernhalten sollte, so entschuldigen wir uns für das, was „Whisky" auch immer angestellt haben mag. Sollte ihm zukünftig etwas an einem Hund nicht passen, wünschen wir ihm so viel Courage und menschliche Größe, zuerst ein klärendes Gespräch mit dem Hundebesitzer zu suchen, statt Tiere so qualvoll zu töten.

**Du hast uns sehr großes Leid damit zugefügt.**

*Evelin Fürrutter-Fischer*
*mit Familie*

Foto: i.ra-kie

# Aktion Fastensuppe

Foto: Bettina Struc

**Am Aschermittwoch servierten die heurigen Firmlingen wieder die traditionellen Fastensuppen. Danke den Müttern für die Zubereitung der Suppen und den Gästen für die Spenden.**

# Rodelnachmittag der Ministranten von Tarrenz

**Als Dank für die Treue im Ministrantendienst lud der Pfarrgemeinderat Tarrenz am 16.02.2013 die Ministranten zu einem gemeinsamen Rodelnachmittag nach Hoch-Imst ein.**

Foto: Eduard Martin

**Ministranten beim Einkehrschwung vor der Latschenhütte**

Nach der gemeinsamen Liftfahrt auf die Untermarkter-Alm und einem kurzen Einkehrschwung in der Latschenhütte (gemeinsames „Kaiserschmarren-Essen") genossen die Ministranten eine lustige Rodelfahrt nach Imst. Allen Begleitpersonen für die unkomplizierte Mithilfe ein herzliches DANKE.

Im Namen aller Ministranten von dieser Stelle aus für die Gratiseinladung auf Speis und Trank ein aufrichtiges „Vergelt´s Gott" an die Wirtin der Latschenhütte. Waltraud, herzlichen Dank!

*Der Pfarrgemeinderat*

## Vergelt's Gott

... tausendmal an Alexandra Hauser-Tangl für die gestickten Aufnäher der Târreter Bärekappen!

**Die Bärenbande**

## Danke

Die Roller und Schaller Gruppe bedankt sich bei allen Tarreterinnen und Tarreter für die vielen Verköstigungen bei den Proben recht herzlich!

**Benjamin Köll, Säckelmeister**

ZIVILCOURAGE TIROL

## Vortrag

**Die Bionator Therapie nach Prof. DDr. W. Balters – Die ganzheitliche Kieferorthopädie ohne Nebenwirkungen**

Dienstag, 5. März 2013
um 19:30 Uhr
Fahrtechnikzentrum
Driving Village / Tarrenz
**Referent:** Dr. Christoph Herrmann, Heidelberg

- → Hilfe zur Selbsthilfe – Das Prinzip der Implosion nach Viktor Schauberger
- → Der Bionator – Kieferorthopädie ohne Schrauben, Federn und andere Mechaniken
- → Wirkung der Bionatortherapie
- → Die Bedeutung der Psychoanlayse- und therapie nach M. Lüscher
- → Hinter Kieferanomalie stehen Neurosen oder Psychosen
- → Beispiele – Diskussion

**Filmabend**
Dienstag, 19. März 2013
**I won't go quietly!**
6 Frauen – 1 Diagnose: HIV positiv und trotzdem gesund

*Die Veranstaltungen sind kostenlos, freiwillige Spenden werden erbeten, um die Unkosten zu decken. Danke!*
**www.zivilcouragetirol.at**
**info@diezivilcourage.at**

GeneralAgentur Versicherungsagent
Ulrich Plattner
UNIQA
Ing. Baller Straße 1
6460 Imst
www.uniqa.at
Tel.: 05412 63507
Fax: 05412 63507-30
ulrich.plattner@uniqa.at

DIETMAR GOTSCH
Josko Partner
Gewerbepark 14
6460 Imst
05412.61 312
www.josko.at
josko FENSTER & TÜREN

# Landtagswahl Tirol 2013

**Zur Landtagswahl Tirol erhält jeder Wahlberechtigte eine Amtliche Wahlinformation durch die Post zugestellt (siehe Abbildung). Diese Amtliche Wahlinformation bildet somit die Grundlage für die Abgabe Ihrer Stimme. Wahltag ist Sonntag, der 28. April 2013.**

Nehmen Sie zur Wahl bitte den gekennzeichneten Abschnitt der Amtlichen Wahlinformation (Wählerverständigungskarte) und ein Ausweisdokument mit.
Sollten Sie an diesem Tag verhindert sein, haben Sie die Möglichkeit eine Wahlkarte zu beantragen. Die entsprechende Anforderungskarte erhalten Sie ebenfalls mit der Amtlichen Wahlinformation. Falls Sie über einen Internetzugang verfügen, besteht auch die Möglichkeit, die Antragstellung online über www.wahlkartenantrag.at durchzuführen.

**Wichtig:**
- → Wahlkarten können nicht per Telefon beantragt werden!
- → Der letztmögliche Zeitpunkt für schriftliche und Online Anträge ist der 24.04.2013, für persönlich im Gemeindeamt Tarrenz eingebrachte Anträge der 26.04.2013 12:00 Uhr.
- → Die Wahlkarte muss bis zum 26.04.2013 bei der zuständigen Bezirks wahlbehörde (Bezirkshauptmannschaft Imst) eingelangen
- → Die Wahlkarte kann bis zum 26.04.2013 in einem Tiroler Gemeindeamt (während der Amtsstunden) abgegeben werden.
- → Die Wahlkarte kann in einem Wahllokal, das Wahlkarten annimmt, während der Öffnungszeiten des Wahllokals abgegeben werden.
- → Wahlkarten werden voraussichtlich ab Anfang April 2013 ausgegeben, da diese erst ab diesem Zeitpunkt der Gemeinde vorliegen.

Eine detaillierte Beschreibung zur Vorgehensweise ist in der Amtlichen Wahlinformation enthalten. Für weitere Fragen stehen Ihnen die Mitarbeiter im Gemeindeamt Tarrenz jederzeit gerne zur Verfügung.

pensionisten verband ÖSTERREICHS

## Einladung

Am Donnerstag, den **14. März 2013** findet um 14:00 Uhr „in der Brugge" wieder unser gemütlicher Nachmittag statt.

*Alle Pensionistinnen und Pensionisten sind recht herzlich eingeladen.*
***Obfrau Eva Keplinger***

tirol Juff Seniorenreferat

## Allrounder sucht ...

**... neue Herausforderung (Vollzeit) im Großraum Imst.**
Verantwortungsbewusster solider und umsichtiger Dienstleister, 56 Jahre jung, NR, NT, Vegetarier, Naturverbunden, Tierliebhaber, gepflegt, kultiviert, z.Z. wohnhaft in Mieming, ohne körperliche Einschränkungen sucht neue Herausforderung (auch in Privat- Senioren- oder Unternehmerhaushalt).
**Thomas Schulze**
**Tel. 0650/710 4893**
**schulzegenius@web.de**

# Lawinenübung Bergrettung

**Die Bergrettung Ortsstelle Imst hielt am 2. Februar 2013 ihre diesjährige Lawinenübung im Bereich der Latschenhütte ab. Insgesamt 27 Bergretter und 3 Kameraden des Roten Kreuzes wurden in einem Stationsbetrieb geschult.**

Geübt wurden unter anderem das Sondieren mit Rasterschnur und Sondierpfad, die Suche mit Recco Lawinenverschütteten-Suchsystem, die Erste Hilfe nach Bergung eines Verschütteten und Unterkühlten, sowie eine Vorführung zur Suche mit Lawinenhunden (Wörz Toni Imsterberg mit Lawinenhund Asta).

Foto: Bergrettung Imst

Ausbildungsleiter Michael Jäger und Obmann Gerhard Schwetz zeigten sich sowohl mit den Leistungen zufrieden, als auch mit der Tatsache, dass trotz dichtestem Schneefall und Regen im Tal so viele an der Übung teilgenommen haben.

# Michaela Wuzella und Walter Zangerle verteidigten den Schi-Vereinsmeistertitel

**Über 50 Rennbegeisterte, erfreulicherweise viele Kinder und Schüler, folgten der Einladung zur Vereins- Dorfmeisterschaft der SU Tarrenz am 17.02.2013 ins Bungerloch.**

Foto: i.ra-kie

Bei herrlicher Kulisse und bestens präparierter Piste gingen die Vereinsmeistertitel wie letztes Jahr an Michaela Wuzella und Walter Zangerle.
**Weitere Klassensieger:** Carolin Hafele, Florian Ritter, Eva Kiechl, Julian Seelos, Hanna Wuzella, Elias Deutschmann, Susanna Lung, Simon Hild, Stefanie Lanbach, Alexander Flür, Lukas Juen, Ingrid Berghammer, Margit Ladner, Killian Tangl, Matthias Tangl, Jürgen Kiechl; Ergebnisliste und Fotos auf der Gemeindehompage/Fotogalerie.

(SU-Tarrenz)

tiroler
Felsenfest versichert.
Ihr Berater
Benedikt Schmid
mobil: 0676 82 82 81 69
e-mail: benedikt.schmid@tiroler.at
Telefon: 05412 66 092 FAX DW75

BAUUNTERNEHMEN
NoWo-Bau
A-6464 Tarrenz
Walchenbach 9a
Tel./Fax 05412/64786
Mobil 0676/4613739
www.nowobau.at
e-mail:office@nowobau.at
NEUBAU-UMBAU-RENOVIERUNG-SANIERUNG

Foto: shutterstock.com

ÖAV Österreichischer Alpenverein

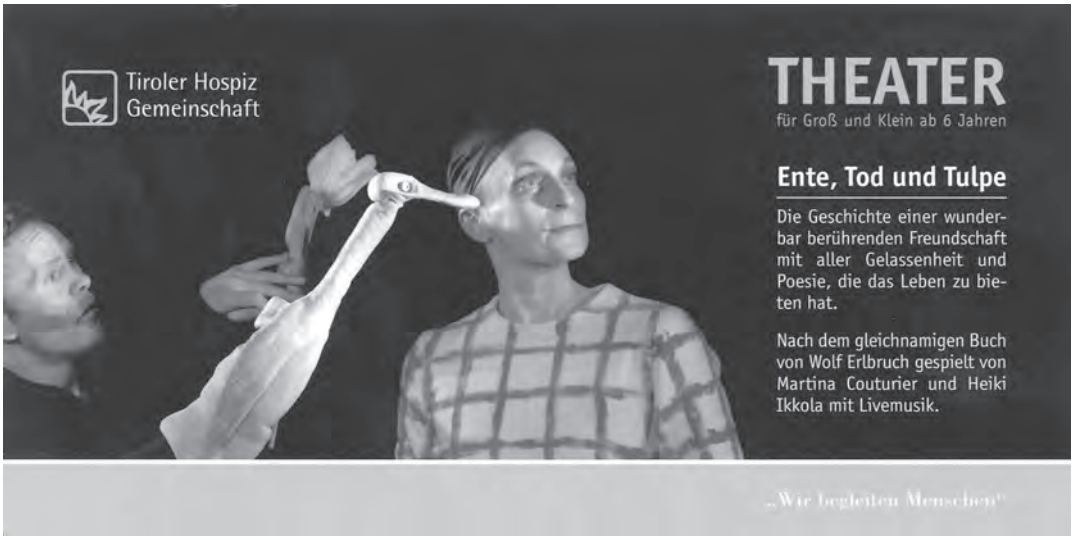
## Winterprogramm 2013

**Skitour auf den Stanskogel 2.757 m)**

| | |
|---|---|
| Termin: | **Samstag, 2. März. 2013** |
| Treffpunkt: | Shell Tankstelle Tarrenz, 6:30 Uhr |
| Tourenverlauf: | Fahrt nach St. Jakob am Arlberg (Fahrgemeinschaft) – von St. Jakob zur Leutkircher Hütte - Hirschpleiskopf – Stanskogel |
| Gehzeit: | Aufstieg 3,5 bis 4 Stunden |
| Charakteristik: | mittelschwere Skitour ca. 1.550 Hm, |
| Ausrüstung: | Komplette Skitouren und Notfallausrüstung |
| Anmeldung/Info: | bei Georg Fluer, Tel. 0650/6141460 georg.fluer@inode.at |
| Kosten: | Nichtmitglieder € 7,- |

**Schitour ins Langtaufers – Äusserer Bärenbartkogel 3.471 m**

| | |
|---|---|
| Termin: | **16. März 2013** |
| Treffpunkt: | Shell Tankstelle Tarrenz, 6:00 Uhr |
| Tourenverlauf: | Melag (1.919 m) – Melageralm – Freibrunner Ferner – Äußerer Bärenbartkogel (3.471 m) |
| Gehzeit: | ca. 5,5 – 6 Std. (1.550 Hm) |
| Charakteristik: | Hochalpine Schitour – Gletscherausrüstung |
| Anmeldung/Info: | bis 10.März 2013 bei Bgf. Günter Fringer, guenter.fringer@tirol.gv.at oder Markus Grüner Tel. 0664/4009609 |
| Kosten: | Nichtmitglieder € 7,- |




# Ente, Tod und Tulpe

**Theater für Groß und Klein ab 6 Jahren**

Samstag, 9. März 2013
19:30 Uhr Musikmittelschule Imst

**Eintritt:** freiwillige Spenden zu Gunsten regionaler Hospizgruppen

Fotos: Kindergarten Tarrenz

# Bei uns im Kindergarten ist immer was los!

**Fasnacht im Kindergarten**

Die Kindergartenkinder wurden auf die Fasnacht besonders gut eingestimmt. Trotz der stressigen Vorbereitungen auf die Fasnacht nahmen sich einige Männer für unsere Kleinen Zeit und stellten die einzelnen Masken vor. Sie erklärten ihr Aussehen und ihre Bedeutung: Roller und Scheller zeigten ein Gangl vor, die Hexen und Sackner tanzten, der Hofnarr schlug ein Rad und so manches Kind durfte dem Ochsenhorn einen Ton entlocken. Wir freuten uns über die schönen, großen Fasnachtsbilder, die den Kindergarten schmückten und die Faschingskrapfen. Vielen Dank!

**Faschingsfest im Kindergarten**

Unsere Kinder kamen sehr kreativ verkleidet, schön geschmückt und geschminkt zu unserem Fest. Alle hatten bei Musik, Tanz und Spielestationen großen Spaß. Der Höhepunkt des Festes war unsere Vorführung für die Eltern. Wir präsentierten: Gedichte, Fingerspiele, Lieder und verschiedene Volkstänze mit supertoller Livemusik von Alfred Lang. Danke vielmals!

*Unser Faschingsmotto „Die Tiroler sind lustig, die Tiroler sind froh!“*

# Schützengilde-News

## Gildenmeisterschaft 2013

**Mitte Februar rief die Schützengilde zur Vereinsmeisterschaft. 27 Mitglieder folgten dem Ruf und maßen ihr Können.**

Es wurden auch heuer wieder einige hervorragende Leistungen erzielt. So erreichte Pistolenschütze Rene Engensteiner 377 Ringe und schoss dabei erstmals eine 10er-Serie mit dem Maximum von 100 Ringen.
Hervorzuheben sind auch die 318,7 Ringe (30 Schuss mit Zehntelwertung) von Aufgelegt-Schützin Edeltraud Kurz.

**Die Gildenmeister:**
**Stehend frei:**
Junioren: Jan Horvath; Damen: Michaela Wuzella; Senioren1: Wolfgang Tiefenbrunner; Senioren2: Franz Wille; Pistole: Rene Engensteiner

**Sitzend aufgelegt:**
Jungschützen: Carmen Strele; Damen: Waltraud Tiefenbrunner; Herren: Artur Pydzik; Senioren1-Damen: Edeltraud Kurz; Senioren1-Herren: Gebhard Kurz; Senioren2-Damen: Monika Krabacher; Senioren2-Herren: Bruno Kurz; Senioren3-Damen: Elisabeth Agerer; Senioren3-Herren: Hermann Kirschner

(mac)

Mehr Infos dazu auf:
**www.sgtarrenz.at**

**Beste Aufgelegt-Schützen der Gildenmeisterschaft: Gebhard und Edeltraud Kurz**

Alex Haus & Gartenservice
Alexander Kumpusch
Brenjurweg 10
6464 Tarrenz
Mobil: 0664-3223655
Fax: 05412-21007
Mail: alex.k@cni.at
www.alex-k.at

Panoramahotel
Gurgltaler Hof
Familie Hoppacher
6464 Tarrenz, Rotanger 1
Tel. 05412/66048 · Fax 6636(1)11

Ihr Nahversorger in Tarrenz
"Der Wörle"
frisch & freundlich
Hauptstraße 15 6464 Tarrenz
fon: 05412/66236 fax: 05412/61367
http://www.der-woerle.com

Perktold Georg
Tel. (05412) 66333
Allianz
Versicherung Vorsorge Vermögen

## Zwiderwurz

### Skandale grande

Pferdefleisch in aller Munde! Wenn schon nicht leibhaftig, dann zumindest sprichwörtlich. Jedoch zu unrecht. Wenn es verdorbenes Fleisch wäre („Gammelfleisch"), DANN wäre es ein Fleischskandal, so handelt es sich „nur" um Etikettenschwindel. Trotzdem mussten zigtausende Produkte vom Markt genommen werden.
So wie damals, als in Chips ein möglicherweise krebserregender Stoff gefunden wurde. Alles musste weg, keiner kaufte sie mehr.
Ich habe gerade das Bild vor mir, dass sich jemand über die obigen Sachen maßlos aufregt … und sich dann eine Schachtel Zigaretten kauft!
Kann man nicht vergleichen? Stimmt. Pferdefleisch schadet ja nicht. Und auf den Zigarettenschachteln steht ja groß drauf, dass Rauchen schädlich sein KÖNNTE. Außerdem sind sie ja nicht Lebens- sondern Suchtmittel. Also eh alles gut, kein Grund, dieses Produkt vom Markt zu nehmen. Es lebe die Scheinheiligkeit. Und das gute Geschäft.
Nur noch eine Bitte an die Essens-Gen-Tester: Bloß nie nach Hund und Katze suchen! Prost Mahlzeit!

(mac)

Mehr von mir unter:
**www.rolandfluer.at**

## Fit oder was?

# Arbeit ist kein Sport (Training)

**Eins vorweg: Ich möchte keineswegs sagen, dass Arbeit nicht anstrengend und hart sein kann. Im Gegenteil, wer mit einer neuen Arbeit beginnt, wird zu Beginn mitunter sogar Muskelkater haben.**

Training bedeutet, dass Sie Ihren Körper immer wieder an seine Grenzen bringen und ihm diese aufzeigen. Da Ihr Körper schlau ist, lernt er hieraus und passt sich an. Ihre Muskeln wachsen oder Ihre Ausdauer nimmt zu. Je nach Art des Trainings unterschiedlich und Sie stoßen beim nächsten Mal nicht mehr so schnell an Ihre Grenze.

Da die meisten in Ihrem Beruf mehr oder weniger immer wieder gleich ablaufende Arbeiten durchführen, stößt Ihr Körper hierbei nicht mehr an seine Grenzen. Da er sich an die Anforderung Ihrer Arbeit angepasst hat, findet auch kein Training mehr statt. Im Idealfall sind Sie bestens für Ihren Alltag trainiert. Doch wenn dies so ist, wieso kommt es dann immer wieder bei Arbeiten zu Verletzungen oder Schmerzen?
Ein Teil davon entsteht durch Unterforderung bei sitzenden, statischen Tätigkeiten. Was nicht bewegt wird, wird auch schlecht durchblutet und hierdurch entstehen viele Probleme.
Der andere Teil entsteht durch Überforderung, wenn Sie beispielsweise nie etwas heben müssen und plötzlich gebeten werden, eine Kiste mit 60 kg hochzuheben. Da Ihr Körper auf diese Last nicht vorbereitet ist, kann es zu Verletzungen kommen.
Um beidem vorzubeugen, empfehle ich Ihnen 2-3 Mal pro Woche für ca. 1 Stunde Sport zu treiben. Leiden Sie an körperlichen Gebrechen, sollten Sie vorher Ihren Arzt konsultieren.

*Physiotherapeut*
*Thomas Rinner*
**www.therapie-next.at**
(thor)

# Tierkommunikation I – „Der Anfang"
mit Nadja Bacchi

Mit dem Seminar Tierkommunikation I – „Der Anfang" biete ich Ihnen eine fundierte Einführung in die Welt der mentalen Telepathie. Mit Meditations- und Atemübungen aus der Energiearbeit, führe ich Sie Schritt für Schritt zur mentalen, telepathischen Verbindung mit Mensch-Tier-Natur.

Samstag/Sonntag
**16. & 17.03.2013** in Tarrenz

**Kursbeitrag:** € 230,–
(inkl. Kursunterlagen,
exkl. Verpflegung)

**Anmeldung:** Brigitte Danzinger, office@therapiestall.at,
Tel. 0664 320 1305

therapieNEXT
praxis für physiotherapie
thomas RINNER
leinenweg 1 | 6464 tarrenz
0676 9035454
praxis@therapie-next.at
www.therapie-next.at

Fidelius
LARCHER
der steinmetz
Dollinger Lager 14, Tel.: 05412/64623

## Wochenend-Dienste praktische Ärzte

| | | | |
|---|---|---|---|
| **02./03.03.** | Dr. Werner UNSINN | Imst, Stadtplatz 4 | 05412 62500 |
| **09./10.03.** | Dr. Florian ALBRECHT | Imst, Dr.-Carl-Pfeiffenberger-St. 24 | 05412 66100 |
| **16./17.03.** | Dr. Kurt JENEWEIN | Imst, Pfarrgasse 7 | 05412 66248 |
| **23./24.03.** | Die Termine standen bei Redaktionsschluss noch nicht fest. | | |
| **30./31.03.** | | | |

## Wochenend-Dienste Zahnärzte

| | | | |
|---|---|---|---|
| **02./03.03.** | Dr. Martin WAGNER | Ötz, Hauptstr. 61 | 05252 2500 |
| **09./10.03.** | Dr. Franz LADINIG | Ehrwald, Innsbrucker Str. 16 | 05673 2146 |
| **16./17.03.** | Dr. Hans GUMBRECHT | Lermoos, Kirchplatz 5 | 05673 22510 |
| **23./24.03.** | Dr. Andreas WUTSCH | Arzl i. Pitztal, Hauptstr. 210 | 05412 63557 |
| **30./31.03.** | Dr. Rudolf ZSIFKOVITS | Tarrenz, Hauptstr. 14 | 05412 64738 |