

DIE SchwefelQuelle

INFORMATIONSBLETT für OLANG

7. Jahrg. Nr. 3 - Mai 2002

Das höchste Gut?

„Lieber schlank und krank oder rund und gesund?“ Die 2. Olan-ger Gesundheitswochen versuchten viele aktuelle Probleme zu beantworten, und doch bleiben gewisse Fragen immer offen.

Die Zeiten haben es sich mit sich gebracht, dass es für fast alle Lebensgrundfragen Lösungen gibt, höchstens der Preis könnte ein Problem sein. Auch Gesundheit, gutes Aussehen, Leistungsfähigkeit und ähnliche einschlägige Dinge, auf die es vielfach ankommt, scheinen allmählich zu den Dingen zu gehören, die zu einer reinen Preisfrage geworden sind.

Natürlich ist es klar: Wer körperlich angeschlagen ist, braucht fachmännische Hilfe, braucht Therapien und Medikamente, ist auf Spezialisten mit ihrem oft sehr aufwendigen Instrumentarium angewiesen. Aber es scheint mittlerweile ja fast für alles eine Hilfe zu geben. So viele der körperlichen Probleme sind mit recht simplen Griffen zu Mitteln oder Mittelchen zu lösen, und die Grenze zwischen echten Problemen und solchen, die man sich selbst macht, wird immer brüchiger, die Mittel zu schnellen und ach

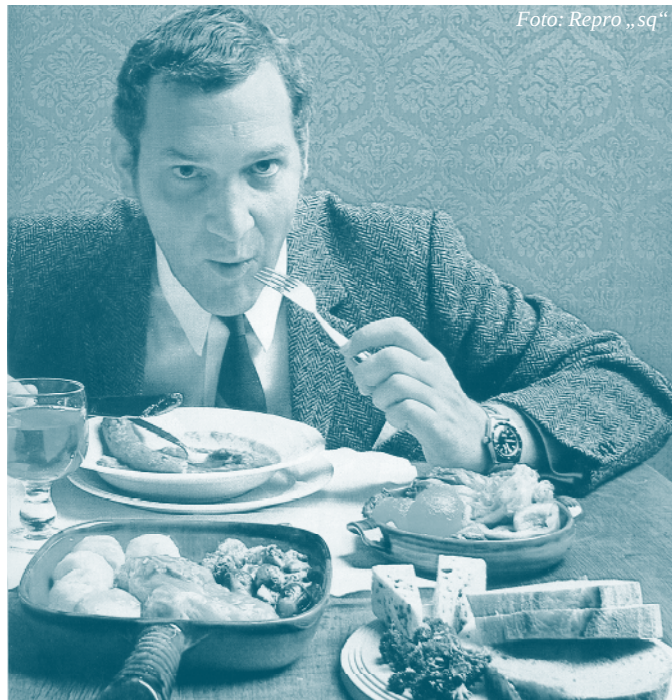


Foto: Reprö „sq“

so einfachen Lösungen immer leichter zu haben, trotz der Gefahren, die in vielen Fällen davon ausgehen.

Der Unterschied, ob das Problem beispielsweise aus echten Schmerzen besteht oder aus nichts weiter als dem Wunsch, bestimmte Dinge an uns zu verbessern, die mehr gesellschaftliche Anerkennung bringen sollen, verschwimmt ja recht leicht: Habe ich nicht die Idealfigur (was ist das schon?), so gibt's dafür was zu kaufen, stimmt die Urlaubsbräune nicht, gibt's was einzureiben, will ich die Bergtour in Rekordzeit hinter mich bringen, gibt's bestimmte Energydrinks, will ich besser in Hochstimmung kommen, gibt's gewisse Mittelchen... und ganze Industriezweige leben hervorragend davon. Viagra

ist dabei nur die Spitze eines kolossalen Eisbergs.

Doch nicht nur die Dinge, die es zu kaufen gibt, wären unter die Lupe zu nehmen. Längst ist bekannt, dass eine ganze Reihe von Faktoren Gesundheit, Wohlergehen, Aussehen, Leistungsfähigkeit usw. beeinflussen. Faktoren, die mit unserer Ernährung, unseren Tätigkeiten, Lebensgewohnheiten und Einstellungen zu tun haben. Gut (und dabei oft zu viel) essen ist in und schick, Hektik und Stress sind fast schon „Tugenden“ für Erfolgreiche, eine Modellfigur zu haben ist mehr oder weniger ein Muss, Bewegungsmangel ein geduldig ertragenes Schicksal. Gegen solche Dinge anzukämpfen erfordert oft Kraft und Mut, und echte Individualisten, denen es im Bewusstsein

des eigenen richtigen Handelns egal ist, was die Masse denkt, haben es immer schwerer, zu sehr ist die öffentliche Meinung von Medien und Werbung manipuliert. Und immer mehr ist allein, wer das Problem hat, nicht jenem Bild zu entsprechen, das von der Masse vorgegeben wird, wer nicht in den Rahmen passt oder passen will, den wir andere als „die Gesellschaft“ rechthaberisch und oft intolerant zu unserer Norm erklären.

Reinhold Beckmann

INHALT

SEITE 2-8
Aus der Verwaltung

SEITE 10
Mitteilungen der Ämter

SEITE 9
Leserbriefe

SEITE 12
Das Interview: Katharina Pörnbacher

SEITE 14
Dorfgeschehen

SEITE 43
Gratulationen Kleinanzeiger

SEITE 44
Veranstaltungen



Beschlüsse des Gemeindeausschusses

Die wichtigsten Beschlüsse des Gemeindeausschusses

Aus dem Gemeindevorstand

Die Einstellung von Maria Durnwalder Marcher als Köchin im Kindergarten Niederolang durch befristeten Vertrag wurde bis zum 08.04.2002 verlängert.

Die Einstellung von Birgit Leitgeb als Verwaltungsassistentin der VI. Funktionsebene durch befristeten Vertrag wurde bis zum 30.06.2003 verlängert.

Bediensteter	Funktion	Anzahl der mögl. Überstunden
Artur Aichner	Gemeindesekretär	keine Begrenzung
Angelika Hopfgartner	Standesamt	30
Rudi Geiregger	Straßenarbeiter	15
Johann Mair	Straßenarbeiter	30
Adalbert Egger	Straßenarbeiter	15
Monika Oberkofler	Buchhaltung	100
Johann Neunhäuserer	Bauamt	120
Andreas Weger	Bauamt	80
Maria Ladstätter	Sekretariat	10
Sabine Pellegrini	Steueramt	10
Carl Schmidbauer	Polizei	120

Den Gemeinderatsmitgliedern sowie den Mitgliedern der Gemeindebaukommission

Herrn Johann Neunhäuserer wurde ab 01. Jänner 2002 für die Dauer von 2 Jahren eine individuelle Gehaltserhöhung gewährt.

Das Personal der Gemeinde wurde zur Leistung von bezahlten jährlichen Überstunden mit Ablauf 01.01.2002 in folgendem Ausmaß ermächtigt:

sion wurden die Sitzungsgelder für das Jahr 2001 ausbezahlt.

Impressum

DIE SCHWEFELQUELLE
Informationsblatt für Olang
schwefel.olang@gvcc.net
www.olang.net/sq
Eintragung Landesgericht Bozen:
Nr. 27/95 vom 12.12.1995

Erscheint zweimonatlich

Herausgeber: Gemeinde Olang
Presserechtlich verantwortlich:
Dr. Oktavia Brugger

Chefredakteur:
Dr. Reinhard Bachmann
Redaktionsmitglieder:
Annelies Schenk, Dipl.-Ing.
Georg Untergassmair

Freie Mitarbeiter:
Margith Schnarf-Niedrist,
Dr. Claudia Plaikner, Lehrer und
Schüler der Olinger Schulen
Karikaturen „Der Schwefler“:
Adrian Kirchler
Layout: Maria Burgmann
Konzept:
EG&AL Graphics Bruneck
Druck: Dipdruck Bruneck
Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier

Unwetterschäden

Eine Honorarnote von Dr. Ing. Josef Niedermair aus Olang zur Behebung der Unwetterschäden vom August 2000 am Pracken- und Bad-Schartl-Weg und vom November 2000 am Bad-Bergfall-Weg in Geiselsberg wurde liquidiert und der Betrag von € 5.689,29 wurde ausbezahlt.

Telefonkabinen auf dem Grund der Südtiroler Sparkassen

Die Miete für den Zeitraum von 2002 – 2007 wurde liquidiert.

Die SCHWEFELQUELLE

Die Aufstellungen des Chefredakteurs Dr. Reinhard Bachmann (brutto € 1.903,94) und

der Layouterin Maria Burgmann (brutto € 1.189,17) für das 2. Halbjahr 2001 wurden ausbezahlt.

Kondominium „Steg“

Die Firma Johann Steger aus Olang wurde mit den Umbauarbeiten an der gemeindeeigenen Wohnung im Kondominium „Steg“ zum angebotenen Preis von € 4.200 und die Firma Peter Paul Ploner aus Olang mit der Lieferung und Montage von zwei Innentüren zum Preis von € 1.319 beauftragt.

Im Kondominium „Steg“ besitzt die Gemeinde eine Wohnung. (Foto: „sq“/rb)



Hauptsammler und Klärungsanlagen

Laut L.G. Nr. 39/76, Art. 13-bis wurde der Autonomen Provinz Bozen ein Beitrag von € 65.165,50

für das Jahr 2002 für die Errichtung von Hauptsammlern und Klärungsanlagen überwiesen.

SEL-Aktien

Bei der SEL AG wurde ein zusätzliches Aktienpaket gezeichnet. Bei der SELFIN GmbH wurden zusätzliche

Quoten zum Gesamtbetrag von € 2.323,55 erworben und liquidiert.

Gehsteige in Ober- und Niederolang

Die Ingenieurgemeinschaft Team 4 aus Bruneck wurde mit der Planung und Bauleitung der Gehsteige in Ober-

und Niederolang zum angebotenen Preis von € 13.531,17 beauftragt.

Sammel- und Entsorgungsanlagen

Laut L.G. Nr. 57/76, Art. 8 bis, wurde der Autonomen Provinz Bozen ein Beitrag von € 11.250,85 für das Jahr 2001

und ein Beitrag von € 13.081,91 für das Jahr 2002 für Sammel- und Entsorgungsanlagen überwiesen.

Ob Müll oder Abwasser: Die Entsorgung müssen wir uns etwas wert sein lassen.
(Foto: „sq“/
Foto Rapid/
rb)



Zentrum Mitterolang

Die Elektrikerarbeiten für die Sanierung und Potenzierung der Trinkwasserleitung und Kanalisierung im Zentrum Mitterolang wurden mittels

Privatverhandlung mit vorausgehendem halbamtlichem Wettbewerb an die Firma Hubert Leitner KG aus Bruneck vergeben.

Sicherheitskontrollen

Die Firma Peter Untergassmair & Co. OHG wurde mit der Durchführung der periodischen Sicherheits-

kontrollen der Heizanlagen in der Mittelschule Olang für den Zeitraum 2002 - 2006 beauftragt.

Wartung der Elektroinstallationen

Die Firma Walter & Georg GmbH aus Bruneck wurde beauftragt, die Wartung der

Elektroinstallation im Kindergarten Mitterolang und in der Mittelschule durchzuführen.

Recyclinghof Rasen - Olang

Die Kostenabrechnung (Führungsspesen) für das Jahr 2001 wurde genehmigt.

P e r s o n a l k o s t e n :
L.33.130.993(€ 17.110,73)
A l l g e m e i n k o s t e n :

L.52.667.711(€ 27.200,60)
Gesamt: L.85.798.704
(€ 44.311,33)
Davon gehen 50% zu Lasten der Gemeinde Olang.

Provisorische Grundzuweisung

An Rudolf Kofler wird die G.p. 3819/3 K.G. Olang, Baulos G2/ Mitte in der Erweiterungszone „D-Seefeld West“ in Oberolang zugewiesen.

An Grüner Marion wird die G.p. 3822/3 K.G. Olang, Baulos G1/ West in der Erweiterungszone „D-Seefeld West“ in Oberolang zugewiesen.

Verschiedene Ankäufe

Bei der Firma ÖKOLINE GmbH aus Bruneck wurden verschiedene Müllcontainer zum Gesamtpreis von € 420 angekauft.

Für den Kindergarten Niederolang wurden verschiedene Neuananschaffungen zum Gesamtpreis von € 2.098,66 getätigt.

Für den Spielplatz „Aue“ in Niederolang wurde bei der Firma Pedacta GmbH aus Lana eine Schutznetzanlage zum Gesamtpreis von € 5.442,73 angekauft.

*Für die Gemeinde
der Bürgermeister*

Sozialfürsorge - Sprechstunden

Am Mittwoch,

**8. und 22. Mai
5. und 19. Juni
3. und 17. Juli**

von 16 bis 17 Uhr im Gemeindehaus mit Sozialfürsorgerin Annelies Schenk.

Mitteilungen der Sozialfürsorgerin: Staatliches Geburten- und Familiengeld

Im Jahre 1998 wurde auf gesamtstaatlicher Ebene eine Geburten- und Familiengeldregelung eingeführt. Die Landesregierung hat nun beschlossen, diese staatliche Regelung zu übernehmen, ohne Abstriche beim Familienpaket des Landes zu machen, d.h. dass sowohl die Leistungen des Familienpaketes, wie auch jene des Staates in Anspruch genommen werden können, falls die Familien die jeweiligen Kriterien erfüllen.

Bis zum 5. Juni 2002 können alle Interessierten und Betroffenen rückwirkend bis zum Jahr 1999 um die Auszahlung des Geburtengeldes ansuchen. Voraussetzung jedoch ist, dass sie keine anderen Mutterschaftsgelder seitens des Nationalinstitutes für Soziale Fürsorge (INPS) bzw. des

Arbeitgebers, oder nur minimale Mutterschaftsgelder bezogen haben. Ebenso bis 5. Juni können Familien mit 3 oder mehr Kindern unter 18 Jahren rückwirkend um die Gewährung des Familiengeldes ansuchen.

Das Gesamteinkommen der Familiengemeinschaft darf einen bestimmten Wert des Indikators der wirtschaftlichen Lage (ISE) nicht überschreiten. Nähere Auskünfte dazu erteilen die Patronate und das Amt für Ergänzungsvorsorge - Tel. 0471 / 41 16 61.

Alle Neuigkeiten und wichtigen Termine sind auch im Internet unter der Adresse www.provinz.bz.it/vorsorge zu finden.

Sozialfürsorgerin Annelies Schenk

Termine: Waschung der Bioabfallbehälter

**27.05.2002
10.06. und 24.06.2002
08.07. und 22.07.2002
05.08. und 19.08.2002
02.09.2002**

Sammlung des Bioabfalls

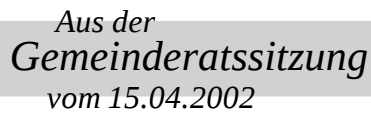
Seit Juli 2001 endgültig Pflicht!

Nachdem mit 16. Juli 2001 die Bioabfallsammlung endgültig Pflicht wurde, ersuchen wir um eine sorgfältige Mülltrennung. Jene Personen, die noch nicht im Besitz eines Biocontainers sind, möchten diesen in der Gemeinde Olang anfordern.

Aufruf an alle Ferien- wohnungen- und Zimmervermieter

Ich mußte leider immer wieder feststellen, dass Restmüllsäcke in den kleinen Containern am Straßenrand sowie in den Grünanlagen abgelagert werden. Ich ersuche Sie, die Gäste darauf aufmerksam zu machen, dass der Müll vor Ort (bei Ihnen zu Hause im privaten Container) zu entsorgen ist.

Assessorin Gisela Mair



Sommersportzone: Ein konkretes Vorprojekt für ein Mehrzweckgebäude mit Einrichtungen für Fitness bzw. Wellness an der Stelle des heutigen Schwimmbadgebäudes liegt nun vor, und die Gemeinde möchte zügig die Realisierung vorantreiben. Allerdings sind Kosten von

Die Architekten Werner Franz aus Bruneck und Ralf Dejaco aus Brixen erläuterten dem Gemeinderat den Projektentwurf. Dieser sieht an der Stelle des heutigen Schwimmbad-Hauptgebäudes (Eingangs- und Umkleebereich, Bar usw.) ein mehrstöckiges „L“-förmiges Gebäude vor, in dem verschiedene Einrichtungen unterzubringen wären (siehe Skizzen), und zwar vor allem:

◆ Im ersten Obergeschoss ein Restaurant mit einem teilweise für geschlossene Veranstaltungen abtrennba-

◆ Das Freigelände würde noch ein ganzjährig zu nutzendes (vom inneren Beckenbereich aus erreichbares) Salzwasserbecken, einen Kneipbereich und ein Kinderbecken erhalten. Vom oberen



Stockwerk aus (Gastronomiebereich) sollte ein erhöhter Übergang am Tribünengebäude des angrenzenden Fußballplatzes vorbei bis zu den Tennisplätzen führen.

Die geschätzten Kosten bezifferte Architekt Franz für den Bau samt Zusatzspesen (aber ohne Einrichtung) vorläufig mit rund 20 Milliarden Lire, falls nicht noch zusätzliche Sachen gewünscht werden oder ungeplante Preissteigerungen eintreffen würden. Die Preisfragen bei vielen Dingen würden sich aber erst dann klären lassen, sobald im Zuge der Ausführungsplanung die ganzen Details zu definieren sind.

In der Diskussion regten mehrere Ratsmitglieder an, die eventuellen Interessenten bzw. künftigen Pächter von Teilbe-

reichen bereits in der Planungsphase mit einzubeziehen, damit sie ihre Fachkenntnisse und Vorstellungen nicht erst dann einbringen könnten, wenn es für notwendige Änderungen zu spät wäre. Martin Mutschlechner vertrat die Ansicht, man solle bei einer so großen Investition sich die Zeit nehmen, sich mit der Sache ausgiebig zu befassen.

Bürgermeister Alfred Jud schlug daher vor, eine kleinere Arbeitsgruppe einzusetzen, die bei den weiteren Besprechungen kontinuierlich und in stets gleich bleibender Besetzung dabei sein sollte. Er sprach sich dafür aus, jetzt möglichst keine Zeit mehr zu verlieren. Auf Ende Juli, so meinte Arch. Franz, sollte das Einreichprojekt im Maßstab 1:100 vorliegen. Dieses wür-

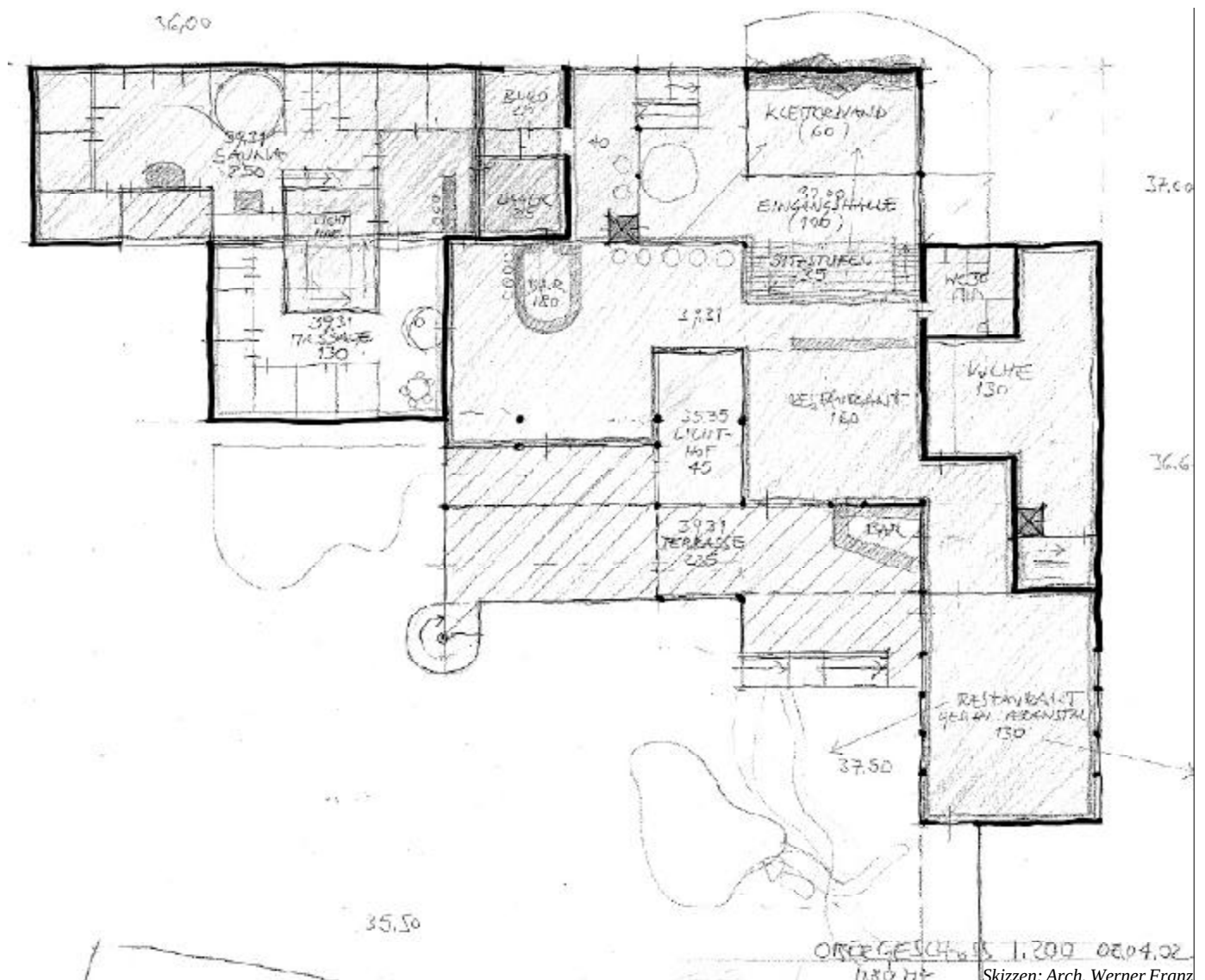
de dann besser als Unterlage für die Gespräche mit den Interessenten dienen als das jetzt präsentierte Vorprojekt, das noch zu wenige Details erkennen lasse.

Assessorin Annelies Schenk warf die Frage der Finanzierung auf. Sie sah für den Gemeindehaushalt auf viele Jahre hinaus eine starke Belastung mit hohen Folgekosten erwachsen, welche laut Erfahrungswerten zwischen 15 und 20% der Erstinvestition ausmachen dürften. Ihre Befürchtung, es würden dann Investitionen auf dem sozialen Sektor wie die Pflegeeinrichtung auf der Strecke bleiben, versuchte der Bürgermeister mit dem Hinweis zu entkräften, dass es für soziale Investitionen 60% Landesbeiträge gebe, so dass diese

viel leichter finanzierbar wären. „Die Bevölkerung hat bei der schriftlichen Befragung die nun ins Auge gefassten Sachen gewünscht“, erinnerte Jud, „daher wird der Bau nun zu realisieren sein; bei der Finanzierung dürfen auch Steuererhöhungen kein Tabu sein, dann wird sich zeigen, ob die Bevölkerung noch dahinter steht.“

So einigte man sich, eine Arbeitsgruppe von sechs Personen einzusetzen, die bei den künftigen Gesprächen mit dem Architekten dabei sein soll. Ihr werden je ein Vertreter des HGV und des Tourismusvereins angehören, je ein Praktiker aus den Bereichen Gastronomie und Wellness sowie zwei Gemeinderäte.

rb



Aktienpaket vergrößert

Die Gemeinde hat ihren Aktienanteil an der Landesstromgesellschaft SEL AG um weitere 103.291 Euro aufgestockt.

579 Millionen Lire (229.029 Euro) betrug das Aktienpaket, das die Gemeinde Olang bisher an der SEL AG gehalten hat. Im November 2001 war von der Gesellschaft den teilhabenden Gemeinden nochmals eine Kapitalaufstockung angeboten

worden, und Olang hatte um die Aufstockung um 200 Millionen Lire angesucht.

Nun war der diesbezügliche Beschluss fällig geworden, und der Gemeinderat beschloss einstimmig die Aufstockung um 103.291,46 Euro, was den beantragten 200 Millionen Lire entspricht. Ein Prozent des Betrages muss laut den Satzungen an die Tochterge-

sellschaft SELFIN GmbH eingezahlt werden, der Rest geht direkt an die SEL AG und wird über ein Darlehen finanziert. Bürgermeister Alfred Jud gab bekannt, dass für das kommende Jahr erstmals die Ausschüttung einer Dividende aus den SEL-Aktien zu erwarten sei. Christian Töchterle warf die Frage auf, ob es auf Grund der zu erwartenden Rendite wohl ratsam sei, Gelder in SEL-Aktien anzulegen und sie so anderen Vorhaben der Gemeinde vorzuenthalten. Der Bürgermeister beruhigte ihn mit der Mitteilung, der Landeshauptmann habe den Gemeinden geraten, mehr Aktien zu erwerben, da es auf längere Sicht sicher ein lohnendes Geschäft sein werde.

*Der Stausee liegt zu einem guten Teil auf Olinger Gemeindegebiet.
(Foto: „sq“/rb)*

Mehr WEG-Gelder

Jud nutzte auch die Gelegenheit, um vom Erfolg seiner Bemühungen um eine bessere Behandlung der Gemeinde Olang bei den Uferzinsgeldern des Gemeinkonsortiums des Wassereinzugsgebietes der Etsch (WEG) zu berichten. Er habe sich, so der Bürgermeister, bei verschiedenen Gelegenheiten vehement dafür eingesetzt, dass Olang als eine Ufergemeinde des Stausees einen besseren Uferzins erhalten solle. Statt 146 Millionen Lire wie im Jahr 2000 seien Olang ab jetzt 220 Millionen (= 113.620 Euro) versprochen worden.

rb



Allfälliges

Dorfgestaltung in Mitterolang

Bürgermeister Alfred Jud berichtete über die Arbeiten am Dorfplatz in Mitterolang. Die Firma Tauber habe pünktlich begonnen, an der Ostseite die Parkmauer zu entfernen und die Neugestaltung der Straße zwischen „Zenzerhof“ und Kirche vorzunehmen. Dort werde man sicher im Mai fertig werden, so dass der Rasen bis zum Sommer wieder betretbar sein sollte.

Für den Dorfbrunnen waren bereits einige Vorschläge eingelangt. So hatte die Kunstschule von Gröden Entwürfe und Modelle geschickt, und auch ein Entwurf von Architekt Georg Niederwieser aus Bruneck, dem Projektanten der Dorfplatz-

gestaltung, lag zur Einsicht auf. Dieser letztere stellt eine etwas traditionellere Lösung dar und sieht auch einen kleinen Brunnen an der südwestlichen Ecke der Kirche vor. Er wurde von den Ratsmitgliedern als dezenteste und in Betracht zu ziehende Lösung bezeichnet. Endgültig wird darüber jedoch noch zu entscheiden sein.

Von allen angenommen wurde die Idee von Assessorin Annelies Schenk, auf das Jahr 2004, zum 100-Jahr-Gedächtnis des großen Dorfbrandes von Mitterolang, eine neue zum Brunnen passende Florianistatue in Auftrag zu geben.

Der vorläufige Entwurf von Arch. Georg Niederwieser für den neuen Brunnen am Florianiplatz, endgültig ist darüber noch zu entscheiden.



Die Trinkwassersituation

Assessor Günther Pörnbacher schilderte an Hand von Zahlen die derzeitige Situation beim Trinkwasser. Der Vergleich der Schüttung der Quellen zwischen dem Zeitpunkt ihrer Projektierung und dem heurigen Spät-

winter ergab eine sehr bedeutende Abnahme der Schüttungsmengen, so dass die Situation verschiedentlich am Rande des noch Vertretbaren liege und Versorgungsengpässe aufzutreten beginnen würden.

Trinkwassersituation Spätwinter 2002

Quelle	Schüttung laut Projekt l/s	Mindestschüttung derzeit l/s
Hinterberg	1,7	nicht messbar, kein Überwasser
Bielis	8	1,8 - 2
Schwarzbrunn	6	3 - 4
Mühlbachl	ca. 22	8,5
Erschbaum	3,5	3
Raste	3	2
Lex-Schartl	1,8	0,8
Urthal	?	ca. 0,7
Finsternbrunn/Wobichl	2,3	1
Pracken	?	ca. 0,5
Rohrbrüche:		
Niederolang		5
Mitterolang		1
Geiselsberg		2

Die Abwassermengen sind im Vergleich zum Vorjahr etwas zurückgegangen, und zwar von 143.000 auf 138.000 m³. Pörnbacher führte dies auch darauf zurück, dass es heuer keine Schneeschmelze gegeben hat.

Johann Schnarf erkundigte sich, ob die Gemeinde einen Einwand gegen den Antrag der Seilbahngesellschaft auf

eine Verlängerung der Wasserzuleitung gemacht habe. Pörnbacher antwortete, die Gesellschaft habe nur ein Recht auf das Überwasser und müsse bei Engpässen in der Trinkwasserversorgung ihr Wasser zur Verfügung stellen. Was hingegen von unten in den Speicher hochgepumpt werde, sei nur nicht trinkbares Wasser.

Wasserzähler

Johann Schnarf verlangte erneut wie schon bei früherer Gelegenheit, das Ablesen der Wasserzähler solle nur durch Gemeindearbeiter geschehen, da die stets wechselnden Zivildienster die Verhältnisse zu wenig kennen und so immer wieder Fehler auftreten würden, wofür er auch Beispiele zu kennen behauptete. Da er nicht bereit war, diese in der Sitzung zu nen-

nen, forderte ihn der Bürgermeister auf, die Zweifelsfälle im Gemeindeamt zu melden, damit man der Sache nachgehen könne. Auch Assessorin Gisela Mair verlangte, alle, die Zweifel oder Unklarheiten bei ihren Trinkwasser- und Abwassergebühren hätten, sollten ihre Situation im Gemeindeamt abklären lassen.



Die Kreuzung an der Goste, wo es oft zu gefährlichen Situationen kommt. (Foto: „sq“/rb)

Gefährliche Kreuzung

Christian Töchterle schilderte die Gefährlichkeit der Kreuzung zwischen der Pustertaler Staatsstraße und der von der Goste nach Oberolang führenden Straße. Dort komme es relativ häufig vor, dass man von Welsberg kommend mitten auf der Hauptstraße stehen bleiben muss, und das hinter einer unüber-

sichtlichen Kurve. Dies bestätigte auch Vizebürgermeister Edmund Preindl, der die Strecke täglich zu befahren hat. Bürgermeister Alfred Jud konnte allerdings nur auf die Hinweis- und Warnschilder an der Staatsstraße hinweisen; eine Einreihespur werde man dort kaum erreichen.

Mehr Kontrollen

Josef Agstner forderte den Bürgermeister auf, von den Sicherheitskräften mehr nächtliche Verkehrs- und Alkoholkontrollen zu verlangen. Dieser versprach zwar sich dafür einzusetzen, gab aber gleich-

zeitig zu bedenken, dass bei der derzeit zur Verfügung stehenden Anzahl von Einsatzfahrzeugen überhaupt kaum mehr Kontrollen als bisher möglich seien.

Jugendraum

Der Jugendraum werde bis auf den Herbst fertig gestellt sein, antwortete der Bürger-

meister auf die diesbezügliche Frage von Margith Niedrist.

Gehsteig am Gamperweg

Josef Agstner erkundigte sich nach den Fortschritten in der Planung des Gehsteiges im östlichen Abschnitt des Kanonikus-Gamper-Weges. Bürgermeister Jud berichtete, der Plan sei genehmigt worden,

und die Arbeiten würden jetzt ausgeschrieben. Da die Grundeigentümer mittlerweile mündlich ihr Einverständnis erklärt hätten, werde nun das Verfahren zur Grundabläse eingeleitet. rb

„Harleys on the Rocks“

Gisela Mair wollte in Erfahrung bringen, wer die Lizenz für die Abhaltung des Harley-Treffens im Gassl gegeben habe. Jud antwortete, es sei eine Landeslizenz, so dass die Gemeinde darauf keinen Einfluss gehabt habe. Annelies Schenk bedauerte so wie mehrere Ratskollegen, dass die Veranstaltung viel größer und ganz anders ausgefallen sei, als man ursprünglich angekündigt habe. Insbesondere stießen die in den mittlerweile ausgeteilten Programmheftchen angekündigten dreitägigen

Hubschrauberflüge über die Dolomiten und ein Abend unter dem Motto „Strip & Straps“ auf heftige Kritik, da man so etwas in Olang nicht brauche und entschieden ablehnen solle. Der Bürgermeister betonte, er sei nicht um sein Einverständnis für diese Details gefragt worden. Man habe jetzt keine andere Möglichkeit mehr als abzuwarten, wie die Veranstaltung tatsächlich verlaufen würde, um für ein nächstes Mal dem zuständigen Landesamt eine Stellungnahme zukommen zu lassen.

rb



Nebenstehend das von den Gemeinderatsmitgliedern heftig kritisierte Veranstaltungsprogramm

Aus dem Bauamt

Ausgestellte Baukonzessionen vom 07.03.2002 - 30.04.2002

Nr. 25 vom 07.03.2002
Bergholz OHG des Reinhard Ladstätter & Co.,
Mühlbach 5, Olang
Neubau eines Betriebsgebäudes
Gp 2430/2, ELZ.: 168 II, Gp 2434/2, ELZ.: 1201 II, Mappenblatt: 7 K.G. Olang

Nr. 26 vom 14.03.2002
Adolf Schatzer,
Furkelstraße 19, Olang
Bau einer Dungstätte beim Rindlerhof
Gp 1116, Gp 1117, ELZ.: 75 I, Mappenblatt: 12 K.G. Olang

Nr. 27 vom 18.03.2002
Hotel Post OHG des Martin Prugger & Co.,
Kirchgasse 6, Olang
Überdachung der Westterrasse und Errichtung Veranda an der Ost-Westseite (qualitative Erweiterung Beherbergungsbetrieb)
Bp 366, ELZ.: 544 II, Mappenblatt: 4 K.G. Olang

Nr. 28 vom 19.03.2002
Alpenhotel Hubertus KG des Christian Gasser & Co.,

Furkelstraße 5, Olang
Qualitative und quantitative Erweiterung Alpenhotel „Hubertus“
Bp 599, ELZ.: 383 II, Gp 585/1, ELZ.: 1196 II, Gp 587/1, ELZ.: 1238 II, Mappenblatt: 6 K.G. Olang

Nr. 29 vom 08.04.2002
Erwin Aichner,
Rienzstraße 16, Olang
Neubau einer Wohnanlage mit Geschäftsräumen - 1. Baulos Abbrucharbeiten
Bp 518, ELZ.: 1182 II, Mappenblatt: 518 K.G. Olang

Nr. 30 vom 08.04.2002
Martin Auer,
Eggerweg 18, Olang
Variante: Sanierung „Niedereggghof“ (Endstand)
Bp 117, Gp 787, ELZ.: 140 I, Mappenblatt: 12 K.G. Olang

Nr. 31 vom 09.04.2002
Hansjörg Hainz,
Kohlschermweg 4, Olang
Ausbau des bestehenden Dachgeschosses
Bp 59, ELZ.: 124 I, Mappenblatt: 1 K.G. Olang

PROGRAMM

01.-05. Mai 2002

im Gassl an der Talstation am Kronplatz

- **01.05.02 MITTWOCH**
Traditionelle Motorradweihe in Bruneck mit anschließendem Kurs ab ca. 18.00 Uhr nach Olang (Freibier für Biker bis 18.00 Uhr)
Liveband - rootboogieband
- **02.05.02 DONNERSTAG**
Liveband - On the Rocks
Tolder Disco im Zelt (mit DJ Jury)
- **03.05.02 FREITAG**
Liveband - Milestones
Hubschrauberundflüge über den Dolomiten
Strip & Straps
- **04.05.02 SAMSTAG**
Feuerwerk, Liveband - Wild Thing
Hubschrauberundflüge über den Dolomiten
Paragliding-Nachtflugvorführung am Abend
- **05.05.02 SONNTAG**
Liveband
Hubschrauberundflüge über den Dolomiten
• Tombola (div. Preise, Hauptpreis ein Original Westernflyer)



Original Westernflyer

- bestzelt, Bars und Kneipen
- Diverse Verkaufsstände
- Biker Zubehör
- Tattoo und Piercing
- Tandem-Paragliding
- Ausgewählte Biketouren durch die Dolomiten (Tourenplan für Biker kostenlos an der Kasse)
- Bikerfrühstück und Frischschoppen
- Südtiroler Schmankerl und Spezialitäten
- Öchs am Grill
- Campground nahe des Festplatzes



TÄGLICH OPEN END

OLANG-SÜDTIROL-DOLOMITEN

Nr. 32 vom 09.04.2002
Christine Ambach Thaler,
Kirchgasse 18, Olang
Abbruch und Wiederaufbau Heuschupfe
Gp 3730, ELZ.: 38 I, Mappenblatt: 8 K.G. Olang

Nr. 33 vom 09.04.2002
Peter Arnold,
Greitweg 2, Olang
Errichtung einer Überdachung für landw. Maschinen und Produkte beim „Unterhölzlhof“
Bp 1087, Gp 3882, ELZ.: 22 I, Mappenblatt: 8 K.G. Olang

Nr. 34 vom 15.04.2002
Pasquale Pedevilla,
Furkelstraße 21, Enneberg
Bau einer Forststraße „Balsaries“
Gp 1209, ELZ.: 308 II, Gp 1210, ELZ.: 120 II, Gp 1211, ELZ.: 64 I, Mappenblatt: 21 K.G. Olang

Nr. 35 vom 18.04.2002
Gasthof Tharer OHG des Georg Franz Steurer & Co.,
Florianiplatz 2, Olang
Qualitative und quantitative Erweiterung Gasthof

„Tharerwirt“
Bp 421, ELZ.: 1057 II, Mappenblatt: 25 K.G. Olang

Nr. 36 vom 18.04.2002
Johann Reden,
Wiesenweg 9, Olang
Qualitative und quantitative Erweiterung Hotel „Markushof“; Umbau und Sanierung
Bp 711, ELZ.: 528 II, Mappenblatt: 4 K.G. Olang

Nr. 37 vom 30.04.2002
Oswald Hainz,
Prackenweg 2, Olang
Geländeaufschüttung von landwirtschaftlichen Flächen
Gp 563/1, ELZ.: 133 I, Mappenblatt: 6 K.G. Olang

Nr. 38 vom 30.04.2002
Geschwister Maria Elisabeth, Barbara, Gertrud Agnes Maria, Monika Christine Brigitte Prugger
Neubau einer Wohnanlage mit Geschäftsräumen - 1. Baulos Kellergeschoß
Bp 350/1, ELZ.: 30 I, Mappenblatt: 4 K.G. Olang

Johann Neunhäuserer

Leser
schreiben uns



Etwas zum Nachdenken

2 Bilder - als kurzer Denkanstoß für die Leser:

Das erste (Jänner 2002) zeigt einen Haufen von Rohren auf dem Waldspazierweg Kreuzweg/Böden - hätte es keinen besseren Platz für die Kompostierung gegeben, wenn die Ware anscheinend nicht mehr verwendbar war?

Das zweite (April 2002) scheint symptomatisch für unsere Zeit: Der Kran „wächst in den Himmel“ - der Kirchturm zieht sich bescheiden zurück.

Claudia Plaikner



Hegeschau in Olang

Als direkt Betroffener in der Angelegenheit „Hegeschau“, welche heuer nicht in Olang stattgefunden hat, stelle ich hiermit folgendes klar: So wie immer, wenn sich zwei um denselben Termin bemühen, muss einer nachgeben. Nun, in diesem Fall hat die Jägerschaft nachgegeben, welche damit nur eine Entwicklung beschleunigt hat, die den Wechsel zwischen zwei bis drei Standorten für die zukünftige Ausrichtung

der bezirksweisen Hegeschauen vorsieht. Olang wird dabei sicher wieder zum Zuge kommen.

Diese Klarstellung verfolgt den Zweck, dass endlich das Gerede und die gegenseitigen Schuldzuweisungen ein Ende haben mögen. Es gibt in diesem Falle keine Schuldigen, sondern nur glückliche Nutznießer einer gegebenen Situation.

Christian Töchterle, Bezirksjägermeister Oberpustertal

Ein Dankeschön

Heute möchte ich mich im Namen meiner Familie bei der Seilbahngesellschaft recht herzlich bedanken; die hat etwas Tolles geschafft. Den Familienpass hat es heuer zum ersten Mal gegeben. Wir konnten schöne Tage beim Skifahren erleben! Als Familie muß man schon kalkulieren, welche Ausgaben sind zu finanzieren? Darum waren wir sehr erfreut, als wir hörten, den Skipass gibt es verbilligt für die Leut! Gar einige hatten so beim Skifahren ihren Spaß. Deshalb liebe Seilbahngesellschaft: Danke für den Familienpass! Vielleicht gibt es ihn auch im nächsten Jahr, das wäre super, na klar.

Inge Hintner mit Familie

Gutes Beispiel ist gefragt

12.30 Uhr: Viele eilige Kinder drängen aus der Grundschule Niederolang. Mit rasantem Tempo schwirren die Schüler aus und eilen in Richtung Zebrastreifen. Links, rechts, links schauen, ob ein Auto kommt? 1,2,3, los, rüber zur Haltestelle, der Schibus kommt schon! Bevor der anhalten kann, wird noch um die Einstiegsplätze gedrängelt. So geht es beinahe jeden Tag nach Schulende zu. Die Situation entschärft sich keineswegs, wenn jetzt im Frühling die Kinder mit den Fahrrädern unterwegs sind.

Um die Verkehrssituation bei der Niederolanger Grundschule grundlegend zu verbessern, darf man nicht das Fehlverhalten anderer kritisieren. Jeder Mensch, der an dieser unübersichtlichen und äußerst gefährlichen Stelle vorbeikommt, sollte an der Entschärfung dieser heiklen Situation mitwirken!

Ein Vorschlag der Elternvertreter und Lehrer ist, daß ein Schülerlotse eingesetzt wird. Er hat die Aufgabe, nach Schulende die gefährlichen Bereiche zu sichern, um den Kindern richtiges Verhalten im Straßenverkehr zu erleichtern. Um diesen wichtigen Posten besetzen zu können, braucht es einige verlässliche, verständnisvolle und sich im Straßenverkehr kompetent verhaltende Mitmenschen, denen das Wohl ihrer Kinder und Enkelkinder am Herzen liegt. (Bei Interesse bitte an die Gemeindepolizei wenden!)

Erziehen heißt vorleben, alles andere ist Dressur. (Oswald Bumke).

Ingeborg Ullrich
für die Elternvertreter der Grundschule Niederolang



Aus
dem
Meldeamt

Volkszählung 2001

Nach Auswertung der Daten zur Volkszählung im vergangenen Herbst liegen nun die ersten provisorischen Zahlen im Gemeindeamt auf.

insgesamt 2797 Personen, davon 1401 Männer und 1396 Frauen. Familien (Haushalte) wurden insgesamt 899 gezählt.

Demnach betrug die Einwohnerzahl unserer Gemeinde im Oktober 2001

Dazu nun ein Vergleich zu den vorhergehenden Volkszählungen:

1971: 2096 Einwohner	442 Haushalte	(4,7 Pers./Haush.)
1981: 2300 Einwohner	584 Haushalte	(3,9 Pers./Haush.)
1991: 2591 Einwohner	720 Haushalte	(3,6 Pers./Haush.)
2001: 2797 Einwohner	899 Haushalte	(3,1 Pers./Haush.)

Gabi Agstner Schnarf

Sprachgruppenzugehörigkeitserklärungen

Das Meldeamt der Gemeinde teilt mit, daß in den nächsten Wochen die Briefe zur Aufbewahrung der Sprachgruppenzugehörigkeitserklärungen zugestellt werden.

sinnvoll, daß die Sprachgruppenzugehörigkeitserklärung in der eigenen Gemeinde verbleibt, weshalb an alle der Aufruf ergeht, das Formblatt innerhalb von 60 Tagen ab Erhalt bei der Gemeinde abzugeben.

Es handelt sich dabei um jene Erklärungen, welche die Bürger anlässlich der Volkszählung abgegeben haben und wo nun entschieden werden muß, wo diese aufbewahrt werden sollen.

Langt nach der oben genannten Frist kein Antrag ein, wird die Sprachgruppenzugehörigkeitserklärung zur Aufbewahrung an das Regierungskommissariat in Bozen geschickt.

Um Zeitverlust, Unkosten und unsinnige Wege (Fahrt nach Bozen) zu vermeiden, ist es

Gabi Agstner, Meldeamt

Tarife für Elektroschrott

Ab 1. Jänner 2002 gilt der einheitliche Tarif für die Entsorgung und Zerlegung von Elektroschrott:

für Firmen:	0,56 Euro pro kg + 20% MWSt.
für Private:	0,56 Euro pro kg + 10% MWSt.

Assessorin Gisela Mair



Mitteilung des Gemeindefürsorgeamtes

Der Gemeindefürsorger Dr. Martin Vieider möchte neuerlich darauf hinweisen, daß er unter der Telefonnummer

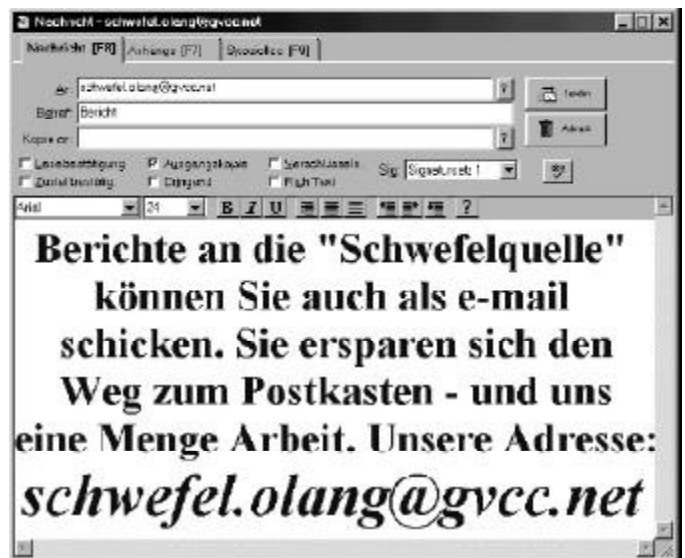
Bevor Sie sich ins Krankenhaus begeben, wenden Sie sich bitte an Ihren Hausarzt.

347 / 23 62 467

jederzeit - auch während der Nachtstunden - erreichbar ist.

Während der Ordinationszeiten kann weiterhin die Telefonnummer 0474 / 49 65 50 verwendet werden.

Dr. Martin Vieider



Aus dem Standesamt

GEBURTEN

Alex Kofler, Mitterrolang	12.03.2002
Tobias Brunner, Mitterrolang	21.03.2002
Vanessa Auer, Niederrolang	25.03.2002
Jana Albertin, Niederrolang	05.04.2002
Sebastian Kinzner, Geiselsberg	19.04.2002
Moritz Kirchler, Niederrolang	23.04.2002

TODESFÄLLE

Franz Mayr, Oberrolang	09.03.2002
Herbert Preindl, Oberrolang	22.03.2002

EHESCHLIEßUNGEN

Klaus Amhof und Angelika Obergasteiger getraut in St. Lorenzen	27.04.2002
---	------------

Immobiliensteuer ICI - Neuerungen

Zone/Baumassenindex zona/indice d'edificabilità	Mitterolang Valdaora di Mezzo	Niederolang Valdaora di Sotto	Oberolang Valdaora di Sopra	Geiselsberg Sorafurcia	
A (3 m³/m²)		510.000	510.000		
A1 - MO (7,5 m³/m²)	0				
A2 - NO (2,2 m³/m²)		470.000			
B (2 m³/m²)	520.000	460.000	460.000		
B1 (2,2 m³/m²)		470.000			
B2 (2,5 m³/m²)	545.000		485.000		
B3 (3 m³/m²)	570.000	510.000	510.000		
B4 (2 m³/m²)			460.000		
B5 (3,5 m³/m²)	595.000				
B6 (4 m³/m²)	620.000				
C (1,8 m³/m²)	510.000	450.000	450.000	325.000	(-30 %)
C1 - Bahnhof (2,4 m³/m²)	540.000				
D (1,6 m³/m²)	475.000	440.000	440.000	310.000	(-30 %)
D Oberrain		440.000			
D Garber			440.000		
D Seefeld West			440.000		
D Holzer	440.000				
D Egger	490.000				
D Widmair	500.000				
D1 - MO (2,0 m³/m²)	520.000				
Gewerbezonen/zone per insediamenti produttivi	120.000			104.000	

Die Gemeinde-Immobiliensteuer beträgt für das Jahr 2002 für alle Liegenschaften 4 Promille. Der Steuerfreibetrag für die Erstwohnung ist gegenüber dem Vorjahr unverändert geblieben und beträgt 619,75 Euro.

Meldung von Änderungen

Sollten sich in der Steuersituation Änderungen ergeben haben, so muß die entsprechende Mitteilung innerhalb von 40 Tagen ab dem Datum der eingetretenen Änderungen oder spätestens innerhalb des Abgabetermins für die Einkommenserklärung in der Gemeinde gemacht werden. Die Meldung

erfolgt mittels eigenen Vor drucken, die in der Gemeinde erhältlich sind oder über Internet (www.gvcc.net/aktuelles) abgerufen werden können.

Neuerungen

Erstmals wird die Gemeindeverwaltung heuer für alle Gebäudeinhaber die Gemeindeimmobiliensteuer berechnen und ihnen die Einzahlungsscheine zuschicken. Die Berechnung erfolgt anhand der bei der Gemeinde erklärten und dort vorliegenden Katasterdaten. Falls die Daten nicht korrekt sein sollten, muß die Immobiliensteuer aufgrund der effektiven Situation neu berechnet werden.

Das Steueramt der Gemeinde steht Ihnen für weitere Informationen, sowie für eine eventuelle Neuberechnung der Steuer zur Verfügung.

Wichtig!

Die Immobiliensteuer auf Baugründe wird nicht von der Gemeinde berechnet, weshalb die Besitzer selbst dafür sorgen müssen. Hier die für die ICI-Berechnung geltenden Baugrundpreise 2002: (Tabelle)

A = Wiedergewinnungszone
B = Auffüllzone
B (1 - 6) = Auffüllzone mit Wiedergewinnungsplan
C = Auffüllzone ohne WGP
D = Erweiterungszone.

Die Berechnungsgebühr geht vom höchsten Schätzwert der Erweiterungszone mit Bauindex von 1,6 m³/m² aus und erhöht sich bei den restlichen Zonen um 5.000 Lire /0,1.

Einzahlungstermine

1. Rate: innerhalb 30.06.2002 sind 100 % der für das erste Halbjahr geschuldeten Steuer zu entrichten (50% des Gesamtbetrages)
2. Rate: bis zum 20. Dezember 2002 ist die Differenzzahlung der für das gesamte Jahr geschuldeten Steuer einzuzahlen (restliche 50%).

Sabine Pellegrini

Die Gastwirtin von Bad Bergfall wurde 1927 am Obermoarhof in Reischach geboren, bereits in jungen Jahren kam sie nach Olang. Im Gespräch mit SCHWEFELQUELLE-Mitarbeiterin Margith Niedrist erinnert sie sich an den früheren Betrieb im Heilbad.

Im Gespräch mit



Katharina Pörnbacher

Wie kam es, daß aus einer Bruneckerin eine Olanderin geworden ist?

Ich bin in Reischach aufgewachsen und habe die Haushaltsschule in Mühlbach besucht. Meine Mutter wurde von den damaligen Besitzern von Bad Bergfall namens Pescolderung gefragt, ob sie mich zur Mithilfe ins Bad Bergfall schicken könnte. So kam ich 1947 in den Dienst nach Geiselsberg. In den Jahren der Option in Südtirol hatten die Pescolderungen in Hall in Nordtirol das Gasthaus

„Zum Hirschen“ gekauft und wollten eigentlich auswandern. Zur Auswanderung kam es nicht, doch das Bad Bergfall wurde trotzdem an einen Herrn Hausbrandt aus dem Bellunesischen verkauft. 1948 übersiedelte die Familie Pescolderung nach Innichen und übernahm dort das Gasthaus „Miramonti“. Ich verließ damals also auch, nach einem guten Jahr, meine Dienststelle wieder. Nach kurzer Zeit verkaufte der neue Eigentümer das Bad samt Gast- und Landwirtschaft an einen Herrn Dell'Antonio aus Feltre.

In kurzer Zeit hat Bad Bergfall also mehrere Besitzer gesehen?

Ja. Der Holzhändler Dell'Antonio hat seinen neu erworbenen Betrieb gleich an Frau Sansone, die vormalige Pächterin des Gasthauses „Arndtwirt“, verpachtet. Ich kam zurück und arbeitete bei Frau Sansone. Der Betrieb ging gut, aber nach fünf Jahren war die Pacht verfallen, und Bad Bergfall wurde

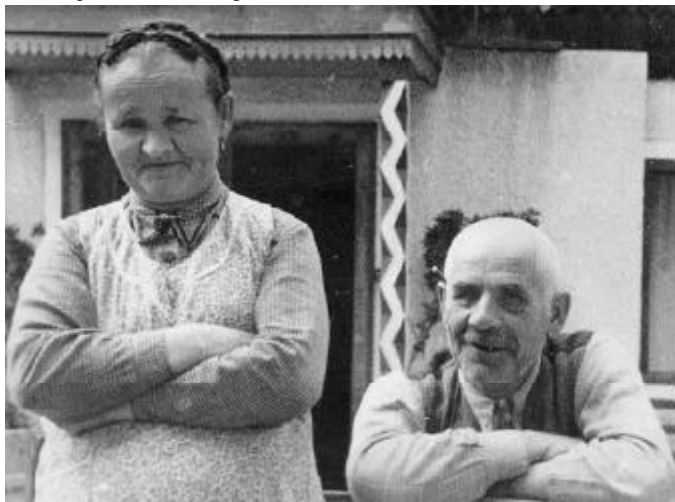
neuerdings verkauft. Dieses Mal kaufte das Bad die Familie Pörnbacher, Mitterhofer in Geiselsberg. Die Mitterhofer Mutter kam bald und fragte mich, ob ich im Bad Bergfall bleiben könnte. Den Winter 1952/53 über war ich nun ganz allein in dem großen Haus. Meinen späteren Mann, einen Sohn der neuen Besitzer, hatte ich schon vorher kennengelernt. Einige Zeit später haben wir dann geheiratet.

Wer waren die Gäste, die Bad Bergfall in den Fünfziger Jahren aufsuchten?

Einerseits Gäste aus dem In- und Ausland, welche hier badeten und ihren Urlaub damit verbanden, und andererseits Einheimische. Es waren viele Brunecker darunter, ich erinnere mich an die Geschäftsfrauen Neuhauser und Waibl, Innsbrucker Herren und Damen und andere. Gern aufgesucht wurde Bad Bergfall auch von Handwerkern, die sich einmal im Jahr eine Kur mit dem schwefelhaltigen Wasser leisteten. Aber auch Bauern und Arbeiter, die einmal in der Woche samstags zum Baden herkamen, gab es viele. Diese kamen am Samstagnachmittag

Die „Mann“-schaft in den Sechziger Jahren: Katharina Pörnbacher (Bildmitte) mit Personal und Betreuerinnen der Kindergruppen. (Fotos: Repro „sq“)

Das Ehepaar Pescolderung



nach der Arbeit. Am Samstagabend wurde dann aufgespielt und getanzt. Da ging es oft lustig zu.

Wie funktionierte denn so ein Badebetrieb?

Der Badebetrieb ging jedes Jahr von Mai bis Oktober. Dann mußte die Leitung von der Quelle nach Bad Bergfall entleert werden, somit waren den Winter über keine Bäder möglich. Gebadet wurde üblicherweise am Vormittag. Nur Samstags, wenn unsere Einheimischen aus der Umgebung nach der Arbeit zum Baden kamen, wurde das Wasser bis zum Nachmittag geheizt. Man wußte ja, ob und wie viele Badegäste im Haus waren oder ob welche zum Baden vorbeikamen. So stand ich um vier Uhr früh auf, um einzuheizen. Da war Holz nachzulegen, bis das Wasser heiß genug war und der Badebetrieb um sieben Uhr früh beginnen konnte. Zu heizen war so lange, bis das Wasser für den letzten Badenden fertig war. Im Baderaum gab es rechts und links verschließbare Kabinen, in welchen sich eine Holzwanne, ein kleiner Tisch und ein Stuhl befanden. Sobald das Wasser warm genug war, wurde es mit Schwefelwasser angereichert und in die Wanne eingelassen. Der Badegast wurde verständigt, und er begab sich in seine Kabine. Jedes Bad im Wasser dauerte 20 Minuten. Zwischendurch erkundigte ich mich immer wieder nach dem Wohlbefinden der Gäste. Ich verständigte jeden Badenden, sobald seine Badezeit um sei, worauf der Badende den Spund öffnete und das Wasser ablaufen ließ. Die Badenden verbrachten noch eine kurze Ruhezeit im Dampf in der abgedeckten Badewanne, bevor sie diese verließen. Jeder unserer Hausgäste hatte seinen eigenen Rhythmus. Manche legten sich nach dem Bad

noch einmal ins Bett, andere begaben sich gleich zum Frühstückstisch, andere wiederum gingen vorher noch in der frischen Luft spazieren.

Warum kamen die Badegäste hierher?

Sie suchten Heilung oder Linderung für verschiedene Beschwerden. Besondere Linderung erfuhren viele bei rheumatischen Beschwerden, Kreuzschmerzen, Gelenkschmerzen. Ich erinnere mich an zwei Schuster, die arbeitsbedingte Nacken- und Kreuzschmerzen jedes Jahr im Bad Bergfall auskurierten. Ebenso kamen Gäste her, um Hautkrankheiten zu behandeln.

Waren Kuren im Bad eine kostspielige Sache?

Eigentlich konnte sich jeder das Baden leisten. Natürlich war die Kur am angenehmsten, wenn Urlaub und Baden im selben Haus stattfanden. Nicht jeder aber konnte das bezahlen. Und so gab es gar einige, die bei uns nur badeten und übernachteten. Diese Gäste brachten sich die Lebensmittel selber mit und kochten sich das Essen in einer Küche, die wir für diesen Zweck eingerichtet hatten. Andere wiederum begaben sich zu unseren Nachbarn und kauften sich dort eine Suppe. So war für alle Platz, die Heilung oder Linderung durch unser Schwefelwasser gesucht haben.

Dann hat der Badebetrieb eine längere Unterbrechung erfahren. Wie ist es dazu gekommen?

Anfang der Sechziger Jahre sind Quelfassung und Wasserleitung in großem Ausmaß beschädigt worden, so dass an die Weiterführung eines Badebetriebes ohne beträchtliche Investitionen



Einweihung des neu ausgebauten Badhauses im April 2002: Ein frohes Fest mit vielen Gästen und viel Optimismus für die Wiederaufnahme des alten Gewerbes.

nicht zu denken war. Zu dieser Zeit hatten wir begonnen, Kinder- und Jugendgruppen aufzunehmen, was wir über Jahrzehnte fortführten. Nun sind unsere Kinder an der Reihe. Sie haben es sich zur

Aufgabe gemacht, Bad Bergfall wieder zu aktivieren. Das freut mich sehr, und ich wünsche ihnen und ihren zukünftigen Gästen alles Gute.

Interview: Margith Niedrist

Die Badewannen waren aus Holz. (Fotos: „sq“/mn)



Thema *Gesundheit* ein Renner

Auf zwei Wochen, vom 8. bis 19. April, erstreckte sich die zweite Auflage der Olan-ger Gesundheits-wochen. Der An- drang zu den ein- zeln Veranstal- tungen war be- achtlich.



Die Gesundheitswochen hatten einen großen Zustrom zu verzeichnen.

An allen Abenden gab es ein über alle Er- wartungen volles Haus. Offensichtlich hatte man mit den Themen- bereichen „Ernährung und Zivilisationskrankheiten“ das Interesse der Bevölke- rung getroffen.

Eröffnet wurden die Gesundheitswoche von Bür- germeister Alfred Jud und mit schwungvollen Klängen des „Blechbläserquintetts Olang“. Auf die einzelnen Veranstaltungen wird in den nachstehenden Berichten näher eingegangen.

Großen Zuspruch fand wiederum das Angebot der kostenlosen Blutuntersu-

chungen. So wurden von den beiden Sprengel- krankenschwestern Martha und Monika knapp 200 Blutdruckmessungen, Cho- lesterin- und Blutzucker- messungen durchgeführt.

Abgerundet wurden die An- gebote der Gesundheits- woche durch eine Bücher- ausstellung in der Biblio- thek. Während des gesamt- en Monats April konnte eine Vielzahl an interes- santen Büchern zu den ver- schiedensten Gesundheits- themen ausgeliehen werden.

Der Primar der medizini- schen Grundversorgung im Sanitätsbetrieb Bruneck, Dr. Josef Leitner, hat

ebenfalls eine Veranstaltung besucht und damit die Wertschätzung solcher Veranstaltungsreihen, mit denen ein wichtiger Beitrag zur Gesundheitsvorsorge und Gesundheitsförderung für die Bevölkerung geleistet wird, zum Ausdruck ge- bracht.

Als Gemeindeassessorin für Gesundheit und Soziales möchte ich im Namen der Veranstalter allen, die diese Gesundheitstage mitge- tragen haben und sich bei der Durchführung in irgend einer Weise eingebracht ha- ben, einen aufrichtigen Dank aussprechen. Uns Olangerinnen und Olangern wünsche ich, dass es uns

gelingt, die eine und andere der vielen Informationen und Anregungen, die wir in diesen Tagen erhalten ha- ben, in unseren Alltag und in unsere Gewohnheiten einzubeziehen. Es ist eine alte Weisheit, die sagt, dass Gesundheit nicht etwas ist, das einem geschenkt wird, sondern dass man selbst viel dazu beitragen kann, sich diese zu erhalten. So wünsche ich uns allen die Entschlossenheit und die nötige Ausdauer dazu, in Zukunft wieder mehr für un- sere Gesundheit und unser Wohlbefinden zu tun.

Assessorin Annelies Schenk

200 Personen ließen sich testen. (Fotos: Repro „sq“)



In der Bibliothek lagen interessante Bücher zu den Themen der Vorträge auf.



Der Darm – das Tor zur Gesundheit

Der Vortrag des Facharztes für Allgemeinmedizin Dr. Andreas Oberhofer aus Innsbruck stieß auf äußerst großes Interesse.

Das Kongresshaus war bis auf den letzten Platz gefüllt. Der Grund? Der Vortrag „Darm- Tor zur Gesundheit“ mit dem Facharzt für Allgemeinmedizin Dr. Andreas Oberhofer aus Innsbruck. Und was Dr. Oberhofer, der in Innsbruck erfolgreich eine eigene Praxis führt, zu sagen hatte, war höchst interessant.

◆ 80% des Immunsystems werden vom Darm aus gesteuert, die Gesundheit des Menschen ist deshalb stark von einer intakten Darmflora abhängig.

◆ Im Bauch sind mehr Nervenzellen vorhanden als im Gehirn, und ist der Darm nicht in Ordnung wird das vegetative Nervensystem und damit das gesamte Immunsystem sehr nachteilig beeinflusst. Die Darmsanierung ist somit ein erster und wesentlicher Schritt zur Gesundheit.

◆ Wenn Selbstreinigung, Verdauung und Peristaltik (Darmbewegung) nicht funktionieren, kommt es über Gärung und Fäulnis zu Selbstvergiftungserscheinungen. (Kopfschmerzen, Gelenkprobleme ...)

◆ Eine Reihe von Erkrankungen sind auf den Darm zurückzuführen. Sogar bei Neurodermitis, Allergien und Osteoporose liegen die Ursachen vielfach im Darm.

◆ Jede Therapie muß folgendes beinhalten: Darm schonen, Darm säubern, Darm schulen.

◆ Die Umstellung der Ernährung ist dringend notwendig. Fett-, salz- und zuckerarm soll sie sein, sowie ballaststoff- und vitaminreich. Auch mit einer Änderung der Esskultur (langsam kauen, die Mahlzeit beim ersten Sättigungsgefühl beenden...) läßt sich viel erreichen.

Nach seinem Vortrag, der geballt mit Zahlen, Fakten, Ta-

bellenden und Hintergründen zum Thema Darm war, beantwortete Dr. Oberhofer noch bereitwillig eine nicht aufhören wollende Menge von Fragen aus dem Publikum.

Resümee des Vortrages: Gesunder Darm - gesunder Mensch!

Doris Grüner



Dr. Andreas Oberhofer hatte bei seinem Vortrag einen überfüllten Saal. (Foto: Repro „sq“)

Erste Hilfe im Haushalt

Was tun, wenn sich Familienangehörige, insbesondere Kinder, zu Hause verletzen?

Alltagssituationen, vor denen sich viele Eltern und Betreuer fürchten, die aber dennoch immer wieder passieren: Ein Kind ist beim Klettern herabgestürzt und liegt bewußtlos am Boden. Ein Säugling bekommt einen Fieberkrampf. Ein Kind hat sich die Hände verbrüht.

Was ist zu tun? In diesen oder ähnlichen Fällen muß schnellstens geholfen werden. Eltern und Betreuer möchten zwar helfen, aber auch nichts

falsch machen. Aus dieser Angst heraus trauen sich viele keine Hilfeleistung zu und bringen das Kind statt dessen so schnell wie möglich zum Arzt oder ins Krankenhaus. So geht jedoch kostbare Zeit verloren.

Aus diesem Grund organisierte der KFS im Rahmen der Gesundheitswochen einen Informationsnachmittag zu diesem Thema mit dem Gemeindearzt Dr. Martin Vieider. Viele wertvolle Tipps gab er den zahlreich erschienenen Müttern, Kindern und Omas im Umgang mit Kinderunfällen. Die Erstversorgung von Verbrennungen und Vergiftungen, die Schocklage, die stabile Seitenlage kamen dabei ebenso zur Sprache wie das richtige Verhalten beim Anruf

an die Notrufzentrale (118) und das Verhalten bis zum Eintreffen eines Arztes oder Krankenwagens.

Dass man an einem Nachmittag die „Erste Hilfe“ noch nicht beherrscht, war allen Anwesenden klar. Um solche Notfälle, so Dr. Vieider, mit einem „gewusst wie“ in den Griff zu bekommen, bedarf es neben theoretischen Erklärungen unbedingt praktischer Übungen an Übungspuppen. Nur durch die Praxis ver-

liert man letztendlich die Scheu und die Angst und kann in Notsituationen aktiv Hilfe leisten.

Doris Grüner



Dr. Vieider machte vor, wie Erste Hilfe zu leisten ist. (Foto: Repro „sq“)

Herzkrankheiten - zu oft unterschätzt

Am Eröffnungstag der 2. Olang-er Gesundheitswochen gastierte Professor Dr. Friedrich Oberhollenzer zum Thema „Kampf der modernen Volkskrankheit: Arteriosklerose - Herz-Kreislauf-Erkrankungen.“

Professor Oberhollenzer war langjähriger Primar an der Abteilung für innere Medizin des Krankenhauses von Bruneck und zählt als eigentlicher Pionier der „Bruneck-Studie“, die im Jahr 2000 das zweite Mal erfolgreich die kardiovaskuläre Gesundheit der Pustertaler Bevölkerung studiert hat.

Die kardiovaskulären Erkrankungen zählen zu den weltweit häufigsten Erkrankungen überhaupt und stellen die häufigste Todesursache dar. Allein im Pustertal sind von den 440 Todesfällen pro Jahr 210 durch Herz-Kreislauf-Erkrankungen bedingt, also in etwa die Hälfte. Der Nährboden für die Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist die Arteriosklerose. Arteriosklero-

se steht für die Verkalkung unserer Gefäße. Hauptbestandteil des Kalkes ist das Cholesterin, und zwar das schlechte Cholesterin, das sog. LDL-Cholesterin. Dieses fließt durch unsere Blutbahn und lagert sich an bestimmten Stellen an der Innenseite unserer Gefäße ab und türmt sich dort ganz langsam und unbemerkt, für uns nicht spürbar auf. Mit jeder Wurstsemmel und jedem Stück fetthaltigen Käse mehr und mehr. Unter dem Einfluss von bestimmten Faktoren begeben sich diese Fettkörperchen schließlich auf die Reise hin zu den kleineren Arterien unseres Gefäßsystems, mit dem Ziel die aller kleinsten zu erreichen, um dort dann als stolze Thromben die Endbahn voll und ganz zu verstopfen. Hier passiert dann die unaufhaltsame Katastrophe. Es folgt der Herzinfarkt, es droht der Schlaganfall!

Der Weg zur Katastrophe ist bedingt durch bestimmte Risikofaktoren. Wir kennen die

beeinflussbaren Faktoren wie Übergewicht, Rauchen, Bewegungsmangel, Stress, Bluthochdruck, zu viel Cholesterin, zu viel Insulin und den nicht beeinflussbaren Faktor Vererbung. Die Säulen der beeinflussbaren Risikofaktoren sind nach dem heutigen Stand der Wissenschaft zweifelsohne Übergewicht, Bewegungsmangel und Stress. Hier liegt die Chance der Vorbeugung.

Die Therapie der Wahl ist hiermit richtige Ernährung, Bewegung und Veränderung unseres Lebensstils. Ein Kilogramm weniger Körpergewicht führt zur Senkung des Blutdruckes: Systolisch (1. Wert) um 2 mm Hg und diastolisch (2. Wert) um 1 mm Hg und zur Senkung des Cholesterins um 2 mg/dl. Das Beispiel zeigt, dass 10 Kilogramm weniger Gewicht den syst. Blutdruck um 20 und den diast. um 10 mm Hg, das Cholesterin um 20 mg/dl senken können.



Prof. Dr. Friedrich Oberhollenzer hat sich als Primar am Brunecker Krankenhaus einen großen Namen gemacht. (Foto: Repro "sq")

Der Vorzug gilt pflanzlichen Fetten, zu meiden sind tierische. Körperliche Bewegung richtet sich nach der Regelmäßigkeit. Der Faktor Zeit darf keine Rolle spielen, er ist allenfalls eine Ausrede für die menschliche Bequemlichkeit. Den Lebensstil müssen wir verändern. Eigenverantwortung ist zu übernehmen. Gesundheit ist nicht das Fehlen von Krankheit, sie ist die Folge eines bewussten Lebens.

Dr. med. Sibylle Mair

Alkohol am Steuer

Am 12. April fand im Rahmen der Gesundheitswoche ein Vortrag zum Thema „Alkohol am Steuer“ statt, den die Jugendgruppen von Oberolanz und Mitter / Niederolanz gemeinsam organisierten.

Abschließender Umtrunk: Ohne Alkohol kann es genauso amüsant sein, wie Dr. Winkler und Dr. Dorfer zeigen. (Fotos: Repro „sq“)



Zu Beginn des Vortrages stellten sich die zwei Jugendgruppen kurz vor, sie präsentierten ihr Programm und ihre Vorstellungen. Anschließend stellte Frau Dr. Doris Winkler den Psychologischen Dienst des Sanitätsbetriebes Bozen, Sektion Verkehrspsychologie, vor und gab allgemeine Informationen über die Auswirkungen von Alkohol am Steuer.

Dr. Max Dorfer zeigte dann einen Film, in dem bildlich dargestellt wurde, wie sich die Fahrtüchtigkeit verändert, wenn Alkohol im Spiel ist. Auch über seine Erfahrungen als Verkehrspsychologe berichtete

er kurz. Im Anschluss daran erklärte uns Herr Inspektor Hochgruber Josef den Alltag der Verkehrspolizei von Bruneck, erläuterte die Vorgangsweise und die Strafen bei übermäßigem Alkoholkonsum.

Zum Schluss hatten alle Anwesenden noch die Möglichkeit Fragen zu stellen, was auch sehr stark genutzt wurde. Dann hatten einige noch die Gelegenheit, den Alkomaten zu testen, und zum Abschluss gab es noch einen kleinen Umtrunk. Zusammenfassend kann gesagt werden, daß der Vortrag sehr interessant und lehrreich war.

Edith Niederbacher

Wie ist das Gefühl, wenn man ins „Sackerl“ blasen muss?



Gesunde Ernährung

Auf eine gesunde Ernährung wurde im Laufe der Gesundheitswoche immer wieder hingewiesen. Doch was ist gesund?

Der Dienst für Diät und Ernährung am Krankenhaus Bruneck gibt dazu folgende allgemeine Richtlinien, die den Regeln der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) entnommen sind:

1. Regel: Vielseitig - aber nicht zu viel

Unser Körper stellt hohe Ansprüche an die Ernährung: Er verlangt jeden Tag eine Vielzahl von Nährstoffen wie Eiweiß, Fett, Kohlenhydrate, Vitamine, Mineralstoffe, Wasser und Ballaststoffe in ganz bestimmten Mengen. Kein einzelnes Lebensmittel erfüllt diese Bedingungen, denn jedes liefert immer nur einen Teil aller lebensnotwendigen Nährstoffe. Damit der Körper alle Nährstoffe in der richtigen Menge erhält, müssen die Lebensmittel geschickt kombiniert werden. Wie, das zeigt der Ernährungskreis der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE). Je abwechslungsreicher und sorgfältiger der Speiseplan zusammen gestellt wird, desto besser lässt sich eine mangelhafte Versorgung mit lebensnotwendigen Nährstoffen vermeiden.

2. Regel: Weniger fettreiche Lebensmittel

„Zu viel Fett macht fett.“ Fett liefert doppelt so viele Kalorien wie die gleiche Menge an Kohlenhydraten oder Eiweiß. Übergewicht und viele Krankheiten können die Folge von fettreicher Ernährung sein. Essen Sie weniger Streichfette und bevorzugen Sie fettarme Zubereitungsarten. Achten Sie nicht nur auf sichtbare Fette, sondern insbesondere auch auf

die versteckten Fette, wie zum Beispiel in Fleisch, Wurst, Käse, Eiern, Sahne, Nüssen, Kuchen und Schokolade.

3. Regel: Würzen, aber nicht salzen

Kräuter und Gewürze unterstreichen den Eigengeschmack der Speisen. Zuviel Salz überbittert hingegen viele Geschmackseindrücke und kann zur Entstehung von Bluthochdruck beitragen. Es wird auch mehr Wasser im Gewebe gespeichert. Bevorzugen Sie deshalb Kräuter und Gewürze. Wo Sie auf Salz nicht verzichten können, verwenden Sie Jodsalz, um dem weitverbreiteten Jodmangel vorzubeugen. Frische Kräuter und Gewürze haben auch den Vorteil, dass sie Vitamine und Mineralstoffe liefern.

4. Regel: Süßes in geringen Mengen

Zu süß kann schädlich sein! Da Zucker den Blutzuckerspiegel schnell in die Höhe treibt, die Energie aber bald wieder absinkt, sind Obst und Vollkornbrot die besseren Energielieferanten. Ferner werden bei hohem Zuckerkonsum nährstoff- und ballaststoffreiche Lebensmittel vom Speiseplan verdrängt. Genießen Sie Süßes zwar ohne Reue, aber nur selten und in kleinen Mengen.

5. Regel: Mehr Vollkornprodukte

Vollkornprodukte wie Vollkornbrot, Naturreis, Getreidegerichte, Vollkornnudeln, Haferflocken und Müsli enthalten günstige Kohlenhydrate. Neben den für die Verdauung wichtigen Ballaststoffen liefern sie zusätzlich Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente.

6. Regel: Reichlich Obst, Gemüse und Kartoffeln

Friskost in Form von Obst,



Der Ernährungskreis der DGE:

- Wählen Sie täglich und reichlich Lebensmittel aus den Gruppen 1 bis 5.
- Essen Sie weniger Lebensmittel aus den Gruppen 6 und 7.
- Wechseln Sie vor allem bei den Lebensmitteln aus der Gruppe 6 konsequent ab.
- Bevorzugen Sie Fisch.

Rohkost und Salaten, aber auch Gemüse und Kartoffeln sollten täglich den Speiseplan bereichern. Diese Produkte sind reich an Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen und Ballaststoffen. Eine Portion Salat vor der Hauptmahlzeit stoppt den Heißhunger.

7. Regel: Weniger tierisches Eiweiß

Pflanzliches Eiweiß ist ebenso wichtig wie tierisches Eiweiß. Pflanzliches Eiweiß in Kartoffeln, Hülsenfrüchten und Getreide ist günstig für eine vollwertige Ernährung. Auch Milch, fettarme Milchprodukte und vor allem Fisch sind wertvolle Eiweißlieferanten. Ernährungswissenschaftler empfehlen, andere tierische Eiweißlieferanten wie Fleisch, Wurst und Eier seltener zu essen. Sie liefern relativ viel Fett und Cholesterin. Essen Sie statt dessen häufiger Fisch und fleischlose Speisen!

8. Regel: Trinken mit Verstand

Sie sollten mindestens eineinhalb bis zwei Liter Flüssigkeit pro Tag trinken. Als Durst-

löscher eignen sich am besten Wasser, ungesüßte Tees sowie verdünnte Obst- und Gemüsesäfte.

9. Regel: Öfters kleine Mahlzeiten

Öfters kleinere Mahlzeiten vermindern Leistungstiefs. Essen Sie anstatt der üblichen drei Hauptmahlzeiten besser fünf kleinere Mahlzeiten. Große Mahlzeiten belasten die Verdauungsorgane und machen müde.

10. Regel: Schmackhaft und schonend zubereiten

Gemüse dampfen anstatt kochen, da Vitamine und Mineralstoffe sehr empfindlich sind. Garen Sie kurz mit wenig Wasser und Fett. Durch zu lange Lagerung, falsche Vorbereitung, zu langes Kochen, wieder Aufwärmen und durch die Verwendung von zu viel Wasser beim Garen werden viele lebensnotwendigen Nährstoffe zerstört, und das Lebensmittel wird ausgelaugt. Garen Sie deshalb so kurz wie möglich und verwenden Sie dazu wenig Wasser oder Fett. So bleiben Nährstoffe und Eigengeschmack der Speisen erhalten.

Fit in den Frühling

Fasten und richtige Ernährung als Gesundheitsprinzipien

Im Dienst für Diät und Ernährung im Sanitätsbetrieb Bruneck ist Frau Maria Niederbacher tätig. Sie hat es verstanden, Wege aufzuzeigen, daß Fasten nicht hungern bedeuten muß. Eine Woche lang zu fasten, kann sehr wohl auch eine Woche zum

Wohlfühlen sein. Dies können einige Interessierte bestätigen, die eine Fastenwoche für Gesunde mitgemacht haben.

Die Betreuung dieser Gruppe hat Frau Sabine Pircher, Diätassistentin im Krankenhaus Bruneck, übernommen. Mit fachlicher Kompetenz hat sie die Teilnehmer beraten und letzte Bedenken geklärt. Ein ganz großes Dankeschön an Sabine.

Hildegard Sapelza

Sabine Pircher und Maria Niederbacher konnten wertvolle Tipps geben. (Foto: Repro „sq“)



Auch Lachen ist gesund

Viel Applaus erntete der Liedermacher Sepp Messner-Windschnur mit seinem Team. Mit humorvollen Liedern haben sie den Abend gestaltet, und es gibt wohl kaum ein aktuelles Thema, welches nicht in einem Lied, getextet von Sepp Messner-Windschnur seinen Widerhall findet. Als sogar der „Ötzi“ leib-

haftig auf der Bühne stand, war damit der Höhepunkt des Abends erreicht.

Dieser Liederabend hat sicher im Sinne der Aktivierung von Selbstheilungskräften dazu beigetragen, das psychische Wohlbefinden zu verbessern.

Hildegard Sapelza

Sepp Messner-Windschnur mit „Ötzi“ (Foto: Repro „sq“)



Fasten - mehr als ein religiöses Gebot

Fasten heißt nicht hungern, fasten heißt der Gesundheit eine Chance geben. Das tägliche Zuviel – das Überangebot – der Wohlstand - machen unseren Körper krank. Gift- und Schlackenstoffe sind eine tägliche Belastung unserer Organe, führen zu Ablagerungen an den Gefäßen und zu Übergewicht. Stress und Hektik kennzeichnen unseren Alltag und belasten Herz, Kreislauf und Verdauungsorgane.

Durch das Fasten bieten wir unserem Körper die nötige Zeit der Verdauung, der Verarbeitung und der Ausscheidung, Körperreinigung - gleichzustellen mit Frühjahrsputz ist eine einfache und bewährte Methode mit schlechten Ernährungsgewohnheiten abzuschließen und neuen Vorsätzen entgegenzusehen.

Wir beziehen unsere Kraft nicht unmittelbar aus unserer Nahrung. Unser Körper funktioniert über verschiedene Energieprogramme. Beweise dafür kennen wir aus der Tierwelt. Also gehört Fasten zur natürlichen Form menschlichen Lebens. Fasten heißt der Gesundheit eine Chance geben - nicht nur der leiblichen, noch viel mehr der seelischen Gesundheit. Diese Zeit der Ent-

haltsamkeit bedeutet auch Fitness für Geist und Seele. Konkrete Bedürfnisse, bis dahin oft mit Essen abgespeist und gestillt, werden in der Zeit des Fastens intensiv wahrgenommen. Entspannende Spaziergänge, eine wohltuende Dusche, warme Leibaufgaben, Ruhezeiten, Muse, ein mitreißendes Buch, Musik ... sollten das Fasten begleiten und zu einem Erlebnis machen. Im Fasten komm ich mir näher: meinen Bedürfnissen, meinen Möglichkeiten, meinem Wesentlichen. Essen als Ersatzbefriedigung in verschiedensten Spannungszuständen ist ein weit verbreitetes Phänomen unserer Alltags. Entspannen - zur Ruhe kommen, aber auch aufraffen, sind ebenso nicht zu unterschätzende Werte des menschlichen Lebens, wie Entschlossenheit, Durchsetzungskraft, Durchhaltevermögen und ein gesundes Selbstwertgefühl.

Im Fasten suchen und finden wir unsere Grenzen. Es durchgestanden und geschafft zu haben, gibt meinem Geist mehr Kraft als sämtliche Kalorien, die wir täglich in uns hineinstopfen.

(Auszug aus dem Referat von Maria Niederbacher)



Do Dokta håt gsågg, i sollat gsund lebm und auhiarn mit „Wein, Weib und Gsang“. I fång vorsichtshålbo amål klaan un und hear mitn Sing' au...

Wo liegt mein *Idealgewicht* ?

„Lieber rund und gesund als schlank und krank?“ lautete das Thema der Podiumsdiskussion, an der Dr. Max Regele, Dr. Erich Doná, Dr. Helene Profanter und Renate Pallhuber teilnahmen.



Diskussionsleiter Dr. Martin Vieider warf anfangs die Frage auf, inwieweit unser Wohlbefinden vom Körpergewicht abhängt.

Der Sportarzt Dr. Max Regele ging zunächst auf die Gefäßverengungen ein, die zu Herzinfarkt oder Schlaganfall führen können. Sport sei das beste Gegenmittel, allerdings müsse es Ausdauersport sein. Besonders geeignet sind Laufen, schnelles Gehen und Schwimmen. Durch ausreichend Bewegung in unserer schönen Natur - im Sommer wie im Winter - tanken wir Lebensqualität zum Nulltarif.

Bei der Ernährung ist eine ausgewogene Mischkost (Mittelmeerküche) am besten. Beim Sport muss viel Flüssigkeit aufgenommen werden, dabei soll-

te man vor allem auf unser Wasser zurück greifen. Die Frage, ob bei sportlicher Betätigung spezielle Zusatznahrung notwendig wäre, verneinte der Sportmediziner.

Dr. Erich Doná, Gemeindearzt in Kastellbell, berichtete aus seiner mehrjährigen Erfahrung in der Begleitung übergewichtiger Personen. Die wichtigste Vorsorge für alle Gesundheitsprobleme ist für ihn das Idealgewicht. Als Idealgewicht lässt er immer noch die alte Formel „Körpergröße in cm minus 100“ gelten. Fettsucht ist in der Gesellschaft nicht akzeptiert und bringt auch schon deshalb viele Probleme mit sich.

Gesunde Ernährung, regelmäßige Bewegung/Ausdauersport und eine optimistische Lebenseinstellung sind laut Dr. Doná die drei wichtigsten Säulen für unsere Gesundheit. Das Essen darf in unserer hektischen Zeit nicht zur Nebenbeschäftigung verkommen. Deshalb gilt es bewusster zu essen. Das Essen müsse wieder zum Genuss werden - ohne Zeitung und laufendes Fernsehgerät.

Die Diätassistentin Renate Pallhuber wies in ihrem Beitrag ebenfalls darauf hin, dass Übergewicht das Ergebnis jahrelangen Bewegungsmangels und falscher Ess- und Trinkgewohnheiten ist. Wer sein Gewicht reduzieren will oder muss, kann dies nicht erreichen, ohne neben der Ernährung vor allem auch die Essgewohnheiten dauerhaft zu verändern. Radikale Änderungen seien nicht zielführend. Wichtig sei eine ausgewogene gesunde Ernährung, wobei eigentlich alles gegessen werden könne, was auf den Tisch kommt: „Vielseitig - aber nicht zu viel.“ Pallhuber definierte das Idealgewicht anhand des

Body-Mass-Index, dem BMI. Er drückt das Verhältnis von Körpergewicht zu Körpergröße im Quadrat aus und wird wie folgt berechnet:

BMI = Körpergewicht (kg) geteilt durch Körpergröße (m)²

Und das sagt das Ergebnis des BMI aus:

- ◆ unter 19: Untergewicht
- ◆ 19 bis 25: idealer Bereich
- ◆ 25 bis 30: leichtes Übergewicht
- ◆ über 31: starkes Übergewicht

Zum Beispiel:

Gewicht 55 kg - Größe 1,75 m
- $55 : (1,75 \times 1,75) = 55 : 3,0625 = 17,96$, also untergewichtig

Gewicht 72 kg - Größe 1,75 m
- $72 : (1,75 \times 1,75) = 72 : 3,0625 = 23,51$, also ideal

Gewicht 79 kg - Größe 1,75 m
- $79 : (1,75 \times 1,75) = 79 : 3,0625 = 25,80$, also leicht übergewichtig.

Die Psychologin und Psychotherapeutin Dr. Helene Profanter überschrieb Ihren

Diskussionsbeitrag mit dem alten Sprichwort „Sich regen bringt Segen“. Bewegung produziert das „Gute-Laune-Hormon“ Serotonin, macht also glücklicher und fördert unser Wohlbefinden. Durch Bewegung wird das Immunsystem gestärkt und die Psyche aufgeheitert.



Wer also gesund und froh sein will, muss sich neben einer vernünftigen Ernährung regelmäßig und ausreichend bewegen.

Jochen Schenk

Sportarzt Dr. Max Regele: Viel Bewegung und normale gesunde Ernährung sind das Wichtigste, auf besondere Ernährungszusätze kann man getrost verzichten. (Foto: Repro „sq“)



Das große Hallo

Zu einem kleinen sportlichen Ereignis und einem stimmungsvollen Fest für die Dorfgemeinschaft wurde der 1. Olinger Dorflauf am 13. April im Rahmen der Gesundheitswoche.

Mehr als 200 Läuferinnen und Läufer hatten sich gemeldet. Die jüngsten Teilnehmer waren kaum mehr als drei Jahre und der älteste 80 Jahre alt. Wenn auch mit großem Einsatz hart um Sekunden gekämpft wurde, so stand doch die Gemeinschaft und die Freude am Laufen und an der Bewegung im Mittelpunkt. Für die guten Läufer war es eine willkommene Gelegenheit, sich einmal an den Zeiten unserer Olinger Spitzenathleten Christian Neunhäuserer und Georg Brunner zu messen.



Sympathisches Fairplay: Die beiden Ausnahmeathleten Christian Neunhäuserer und Georg Brunner nutzten unter großem Hallo des Publikums ihren Riesenvorsprung für einen lustigen Zieleinlauf im „Huckepacksystem“.
(Foto: „sq“/Foto Rapid/rb)

Die zahlreichen schönen Preise, die unter allen Teilnehmern verlost wurden, hatten in sehr großzügiger Weise die Raiffeisenkasse Olang sowie die Apotheke Nagler, die Baumschule Obojes, das Sportgeschäft Corones und das Obstgeschäft Niederegger zur Verfügung gestellt. Der Sportverein hatte die gesamte technische Abwicklung der Veranstaltung übernommen, wofür die Veranstalter dem Präsidenten Armin Niedermair und seinen Mitarbeitern vielmals danken möchten. Mit musikalischen Klängen der „Fidelius-Builm“ klang schließlich die Veranstaltung aus, von der sich viele eine Wiederholung im nächsten Jahr wünschten.

Die Veranstalter würden sich freuen, wenn es durch diese Veranstaltung gelungen wäre, möglichst viele zum Laufen anzuspornen und insgesamt zu mehr regelmäßiger Bewegung anzuregen.

Auch die Frauen - jeden Alters - waren zahlreich im Einsatz. (Foto: Repro „sq“)





Einsatz total: Was macht einem echten Sportler schon das bisschen Regen aus? (Foto: Repro „sq“)

Im folgenden die Sieger in den einzelnen Kategorien: (die vollständigen Ergebnislisten sind bis zum 20. Mai im Sprengelstützpunkt angeschlagen)

1. Kategorie - Mädchen Jahrgang 1996 und jüngere
Eva Maria Niederkofler 2.54,4 (1 kleine Runde)
2. Kategorie - Buben Jahrgang 1996 und jüngere
Damian Töchterle 2.56,2 (1 kleine Runde)
3. Kategorie - Mädchen Jahrgang 1993 - 1995
Kathrin Sapelza 3.52,2 (1 große Runde)
4. Kategorie - Buben Jahrgang 1993 - 1995
Marc Urthaler 3.33,9 (1 große Runde)
5. Kategorie - Mädchen Jahrgang 1990 - 1992
Julia Mayr 3.22,3 (1 große Runde)
6. Kategorie - Buben Jahrgang 1990 - 1992
Patrick Mutschlechner 3.13,4 (1 große Runde)
7. Kategorie - Mädchen Jahrgang 1987 - 1989
Evi Preindl 8.02,2 (2 große Runden)
8. Kategorie - Buben Jahrgang 1987 - 1989
Lukas Messner 6.40,7 (2 große Runden)
9. Kategorie - weibliche Jugend Jahrgang 1982 - 1986
Tamara Elzenbaumer 6.56,8 (2 große Runden)

10. Kategorie - männliche Jugend Jahrgang 1982 - 1986
Thomas Messner 9.47,0 (3 große Runden)
11. Kategorie - Frauen Jahrgang 1972 - 1981
Annja Urthaler 6.56,4 (2 große Runden)
12. Kategorie - Männer Jahrgang 1972 - 1981
Georg Brunner 8.16,7 (3 große Runden)
- Christian Neunhäuserer 8.16,7
Lukas Schnarf 10.23,2
13. Kategorie - Frauen Jahrgang 1957 - 1971
Daniela Ladstätter 8.59,0 (2 große Runden)
14. Kategorie - Männer Jahrgang 1957 - 1971
Georg Monthaler 9.04,3 (3 große Runden)
15. Kategorie - Frauen Jahrgang 1956 und ältere
Mathilde Amhof 8.27,3 (2 große Runden)
16. Kategorie - Männer Jahrgang 1956 und ältere
Josef Kofler 11.10,1 (3 große Runden)
17. Kategorie - Junggebliebene
Alfons Laner 14.22,7

Annelies Schenk

Niemand war zu klein für die große Aufgabe. (Foto: Repro „sq“)



Ob bei Alt oder Jung: Spaß gehörte dazu. (Foto: „sq“/Foto Rapid/rb)



Gesundheit *aus dem Garten*

Gemüse und Gewürze aus dem eigenen Garten, frisch in die Küche geholt: Alle wissen, wie gut und gesund das ist. Aber auch die Gartenarbeit selber kann viel Freude bereiten und zur Gesundheit beitragen.

Der Vortrag mit Diashow zum Thema „Freude und Gesundheit aus unserem Garten“, der im Rahmen der 2. Olinger Gesundheitswoche im Kongreßhaus stattfand, ist auf großes Interesse gestoßen. Die Obfrau der KVV-Ortsgruppe Mitterolam Rosa Rauter konnte dazu die Referentin Brigitte Viertler Harrasser aus Pfalzen willkommen heißen.

Die Referentin begleitete ihren Vortrag mit Dias, die zum Teil ihre eigene Gartenarbeit dokumentierten, und wies gleich einleitend auf die Vorzüge eines eigenen Gartens hin.

Nach dem Vortrag gab es auch Kostproben der schmackhaften Tees.



Kräuter aus dem Hausgarten - gut für viele Teemischungen.

Sie stellte fest, daß der Gemüsegarten sich immer größerer Beliebtheit erfreut. Immer mehr Menschen entdecken, daß selbstgezoogenes Gemüse besser schmeckt. Zudem ist Gemüse vom Eigenanbau weniger schadstoffbelastet, kann ausreifen und ist - man hat es im vergangenen Winter ja deutlich zu spüren bekommen - auch preiswerter.

In ihren Ausführungen stellte Frau Harrasser alles Wissenswerte rund um den Garten dar, beginnend vom richtigen Standort über die optimale Bodenbeschaffenheit und die Bodenbearbeitung, Pflegemaßnahmen, Saat und Aufzucht von Jungpflanzen, Kompostierung, verschiede-

ne Gemüsesorten und Kräuter sowie Gartennützlinge. Sie gab viele wertvolle Tips für die Gartenfreunde weiter: Tauschbörse für Samen und



Jungpflanzen, wie Gemüse sicher über den Winter gebracht werden kann und vieles mehr. Ihre Worte zeugten von profunden Gartenkenntnissen, die in jahrelangem Einsatz und durch Ausprobieren gereift sind.

Anschließend an den Vortrag luden die Veranstalter zur Verkostung von Olinger Kräutertees ein, die von Familie Kofler aus Niederolam zusammengestellt worden waren. So konnte man einen Senioren- oder Schlechtwettertee genießen und noch verschiedene Erfahrungen und Tips für den Garten austauschen.

Elisabeth Bachmann

Nicht nur Gemüse, Gewürze und Kräuter gibt der eigene Garten für die Gesundheit her, auch Blumenpflege gibt Freude und ermöglicht Bewegung in frischer Luft. (Fotos: „sq“/Foto Rapid/rb)

Circomix

„Wos, isch iatz schun fertig?“ hat sich Lukas – und mit ihm sicher auch viele andere – am Ende der Vorstellung vom „Circomix Vintl“ gefragt. Die Einladung erging an diesem Nachmittag an die jüngsten Gemeindeglieder/innen, und sie sind sehr zahlreich erschienen. Die Zirkus-Künstler - Sofie, Martin und Daniel - haben uns einen Einblick in die Vielfalt eines Showprogrammes gewährt. Verschiedene Einlagen wie z.B. Einrad – Jonglieren – Pantomime – Bodenakrobatik und andere künstlerische Darstellungen haben die Lachmuskeln strapaziert. Ob die Ar-

tisten noch einmal kommen? Ja, sicher. Aber dann, in einer größeren Gruppe, und es wird noch spannender.

Hildegard Sapelza



*Klein Lukas:
„Wäs, schun fertig?“*