



Mitteilungen der Gemeinde **REICHENAU**

Oktober 2023



Liebe Gemeindebürgerinnen! Liebe Gemeindebürger! Geschätzte Leserinnen und Leser!



Der Sommer, der heuer eine Jahreszeit mit großen Unwetterereignissen war, von denen wir zum Glück großteils verschont geblieben sind, neigt sich kalendermäßig dem Ende zu und wir alle hoffen, dass das spätsommerliche Wetter weiter anhalten wird und in ein beständiges, sonniges und temperaturmäßig angenehmes Herbstwetter übergeht. Herbstzeit ist Wanderzeit und wenn das Wetter passt, werden viele Menschen in unsere Region

kommen und bei Spaziergängen und Wanderungen auf den Almen Erholung und Entspannung finden.

Machen wir es auch wie unsere Gäste und nützen wir das Wander- und Freizeitangebot in unserer Umgebung und genießen wir bewusst die Natur in unserer unmittelbaren Nähe und tanken wir so wieder Energie für die Herausforderungen im Alltag.

Nun wünsche ich noch schöne Tage im Herbst, den Schülerinnen und Schülern ein erfolgreiches Schuljahr 2023/24 und den Jugendlichen, die ins Berufsleben eingetreten sind oder eintreten werden viel Erfolg und Freude bei ihrer Arbeit.

Auf den folgenden Seiten unserer Gemeindezeitung haben wir uns wieder bemüht Sie mannigfaltig zu informieren. Sie können lesen, was sich in letzter Zeit in unserer Gemeinde getan hat, aber Sie finden auch andere interessante Beiträge vor, die einen Bezug zu unserer Gemeinde haben.

Ich hoffe, dass Sie mit der vorliegenden Ausgabe der Gemeindezeitung viel Freude haben und ich grüße Sie herzlich

*Euer Bürgermeister
Karl Lessiak*

Impressum:

Amtliche Mitteilungen der Gemeinde Reichenau.
Herausgeber und für den Inhalt verantwortlich:
Gemeinde Reichenau, 9565 Ebene Reichenau 80. Tel.:
04275 7000

Verlag, Anzeigen und Produktion:

Santicum Medien GmbH, Kasmanhuberstraße 2, 9500 Villach,
Tel. 04242/30795, E-Mail: office@santicum-medien.at



Ihre Anzeigen-HOTLINE:

0650/310 16 90 • anzeigen@santicum-medien.at

SANTICUM
M E D I E N

■ Auszug aus dem Gemeinderat...

Sitzung vom 18.09.2023

Bericht des Kontrollausschusses:

Der Obmann des Kontrollausschusses Obmann Marco Schweiger berichtet über die letzte Sitzung vom 12. September 2023. Im Zuge der Prüfung wurden die Abgabebuchhaltung und hier im Speziellen das Mahnwesen und die Abgabenrückstände durch die Mitglieder des Kontrollausschusses geprüft. Obmann Marco Schweiger erklärt, dass das Abgabewesen zur vollsten Zufriedenheit erledigt wird und es keinerlei Beanstandungen gibt. Weiters wurde wie gewohnt die Kassengebarung geprüft und für in Ordnung befunden. Die Wirtschaftlichkeit, Zweckmäßigkeit, ziffernmäßige Richtigkeit und Gesetzmäßigkeit kann bestätigt werden.

Nachtragsvoranschlag 2023

Weiters wurde in der Sitzung des Gemeinderates der Nachtragsvoranschlag 2023 von allen Anwesenden einstimmig beschlossen. Im Nachtragsvoranschlag wurden die Projekte des Jahres 2023 eingearbeitet. Die dazugehörigen Zahlen sind auf der Homepage der Gemeinde Reichenau www.reichenau.gv.at für jedermann ersichtlich.

Änderung Mietvertrag BV Nockfleisch im Objekt Patergassen 57

Auf Antrag des Mieters wird die Mietfläche von 255 m² auf 100 m² reduziert.

Cities-App

Die Mitglieder des Gemeinderates beschließen einstimmig, die derzeit in Verwendung befindliche Geko-App durch die neue Cities-App zu ersetzen. Diese Gemeindeapp bietet auch allen Vereinen und Betrieben im Gemeindegebiet die Möglichkeit, diese als digitale Plattform zu nutzen. Die App ist ausgesprochen benutzerfreundlich und das Design ist ansprechend. Den Nutzern stehen viele verschiedene Funktionen zur Verfügung wie z. B. Eventkalender, Müllkalender, die Möglichkeit Anliegen an die Gemeinde zu übermitteln und vieles mehr. Einfach CITIES-App gratis downloaden und schon geht's los!

Die laufende Jahresgebühr für diese neue App beläuft sich auf € 3.030,--.

Abänderung der Verkehrswerte für Bebauungsverpflichtungen im Falle von Baulandwidmungen

Die Mitglieder des Gemeinderates beschließen einstimmig die Festlegung der Verkehrswerte im Gemeindegebiet als Grundlage für Bebauungsverpflichtungen ab 1.1.2024 wie folgt abzuändern:

Bereich Turracherhöhe einschl. Holzboden....	€ 300,00/m ²
Ortsbereich Falkertsee	€ 200,00/m ²
Übriges Gemeindegebiet.....	€ 45,00/m ²

Aufhebung Verordnung Zahl 210-1/2022

Tarifordnung für die ganztägige Schulform

Der Gemeinderat beschließt die Aufhebung der Tarifordnung aus dem Jahr 2022, da ab dem Schuljahr 2023/2024 nunmehr die gültige Verordnung des Schulgemeindevverbandes Feldkirchen als Träger bzw. Verantwortlicher der GTS Gültigkeit hat.

**Bestattung Unschwarz Niederlassung
Waldheimstraße 1a, Villach-Landskron**



Projekte 2023

Straße Plaß

Vizebürgermeister Altersberger berichtet über die Sanierung der Straße Plaß. Bauabschnitt 1 von der B 88 bis zur Gst-Nr. 1030/5 auf einer Länge von 305 m wurde durch die Firma OK-ZT GmbH ausgeschrieben und vier Firmen zur Anbotslegung gebeten. Als Vergabevorschlag wurde schließlich die Fa. Asphaltring Bau GmbH mit einer Anbotssumme von € 69.370,35 brutto für den Bauabschnitt 1 ausgewählt. Die Mitglieder des Gemeinderates beschließen daher einstimmig die Vergabe an die Firma Asphaltring Bau GmbH. Vizebgm. Altersberger berichtet, dass der Bauabschnitt 2 wesentlich höhere Kosten verursachen wird, da hier Stützmauern notwendig werden. Die Planungen und Ausschreibungen zu diesem Bereich werden 2024 durchgeführt.

Projekt Nockalan

Gemeinderätin Monika Mitter berichtet über die Umsetzung des Projektes Nockalan. Derzeit ist die Sanierung der Spielplätze in Ebene Reichenau und Patergassen im vollen Gange. Sie hofft, das Projekt in den nächsten Wochen erfolgreich abschließen zu können. Den Kindern, Jugendlichen und den Familien stehen dann vollkommen erneuerte Spielplätze und Sportanlagen zur Verfügung.

Bericht des Bürgermeisters

Der Bürgermeister Karl Lessiak berichtet, dass im Gemeinderat die Anschaffung einer Flutlichtanlage für den Eisplatz in Wiederschwing beschlossen wurde. Vizebgm. Altersberger berichtet, dass die diesbezüglichen Arbeiten bereits voll im Gange sind und pünktlich zur neuen Eishockeysaison bereits eine neue Flutlichtanlage mit LED-Technologie zur Verfügung stehen wird. Die Kosten dieser Anschaffung belaufen sich auf € 33.465,60. Weiters wurde im Gemeindevorstand beschlossen, den Eislaufplatz in Ebene Reichenau mit einer Asphalt-schicht zu versehen, womit die Eisauflbereitung im Winter erleichtert wird und auch eine entsprechende Sommernutzung des Platzes gegeben ist. Weiters werden im Gemeindegebiet auch die LED-Beleuchtungen sukzessive erneuert. Im ersten Schritt ist der Bereich Wiedweg dran. Abschließend berichtet Bgm. Lessiak noch über die geplante Umgründung der Verwaltungsgemeinschaft Feldkirchen in einen Gemeindeverband ab dem Jahr 2024. Diesbezüglich wird zeitnah eine neuerliche Sitzung des Gemeinderates notwendig werden, um die entsprechenden Beschlüsse fassen zu können.

REISEZEIT

www.bacher-reisen.at

AKTUELLE REISE-TIPPS:

Herbstsonne - Wellness-Tipps:

Poreč Valamar Diamant Hotel	23.10. - 26.10.2023*	€ 270,-
Portorož LifeClass Hotels	23.10. - 26.10.2023*	€ 280,-
Rovinj Hotel Eden	29.10. - 01.11.2023*	€ 265,-

* weitere Termine auf Anfrage!

18. bis 20. November
Venedig zur Biennale
unter dem Motto „Laboratory of the future“

€ 435,-

Adventzauber:

Kitzbühel & Chiemsee	01. - 03.12.	€ 360,-
Südtirol	05. - 07.12.	€ 365,-
Triest & Laibach	16. - 17.12.	€ 179,-
Wachau & Mariazell	16. - 17.12.	€ 245,-

... und viele Advent-Tagesfahrten!

BACHERREISEN

9545 Radenthein · Millstätter Straße 45 · ☎ 04246 / 3072 - 0
buchungen@bacher-reisen.at · www.bacher-reisen.at

Preis pro Person im Doppelzimmer. Es gelten die Allgemeinen Reisebedingungen von Bacher Reisen.

Aktuellen Katalog gleich kostenlos anfordern!

**Der Schutz unseres Planeten
ist uns allen ein Herzensanliegen.**
Deshalb wird Ihre Gemeindezeitung
ausschließlich mit **CO₂-frei**
gewonnener Energie aus 100 Prozent
heimischer Wasserkraft hergestellt.



■ Willkommen im Team!

Bereits seit einem Jahr unterstützt uns Celina Weißensteiner nun tatkräftig als Lehrling im Gemeindeamt. Das erste Lehrjahr hat sie bereits hinter sich und Celina wird auch noch viel bei uns lernen. Zurzeit unterstützt sie die Verwaltungsmitarbeiter*innen noch in allen Bereichen, bis ihr ein eigener Bereich zugewiesen wird. *Wir wünschen ihr noch viel Spaß in unserem Team und alles Gute!*



■ Aus dem Standesamt

■ Wir trauern um:

*Santner Anselm, Hinterkoflach
Huber Helmut, Hinterkoflach*

■ Aus dem Kindergarten

Mit großer Kinderanzahl an Kindergarten- und Schulkindern, ging der Sommer heuer im Gemeindegarten Reichenau zu Ende. Nach anfänglichem Badespaß und viel Vorbereitungsarbeit für das neue Kindergartenjahr 2023/2024 haben wir am letzten Sommerkindergartentag noch einen tollen Ausflug unternommen. Mit liebevoller Unterstützung dreier Mamas, Daniela Ebner, Katharina Hinteregger und Jeannette Winkler, ging es auf die Heidialm. Nach dem die An- und Abreisekosten von unserem Bürgermeister Karl Lessiak übernommen wurde, hat uns auch noch Familie Köfer herzlich empfangen und die Heidialm extra früher und kostenlos für uns geöffnet. An dieser Stelle noch einmal einen lieben Dank an unsere Mama's, Herrn Bürgermeister und der Familie Köfer. Nach einem guten Schmaus in der Seehütte beendeten wir unseren Tag sowie den Sommerkindergarten und schlossen die Türen für die Sommerpause.

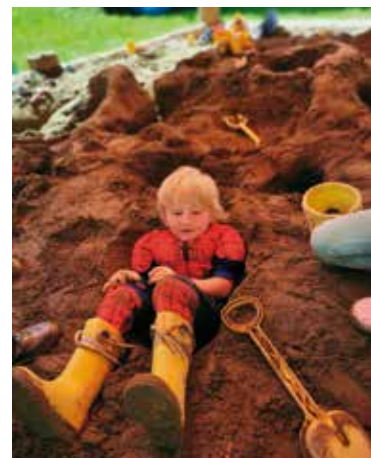


Doch ganz so eine lange Pause war es dann doch nicht... Zwischen einem brandneuen Team und vielen Planungen, liefen die Vorbereitungen auch im Sommer noch weiter. So, dass wir am 4. September 2023 gut organisiert und vor allem mit viel Freude ins neue Kindergartenjahr gestartet sind. Da unser Kindergarten Kinder von 1 – 6 Jahre betreut, wurden die Gruppennamen für die 3-6 Jährigen auf Frösche und die Gruppe der 1-3 Jährigen auf Kaulquappen umbenannt. Vielen lieben Dank an Anita Seidl, die wie früher schon immer, für uns wunderbare Gruppenschilder gezaubert hat!



Ja, und wer hütet nun all die Frösche und Kaulquappen in unserem Kindergarten? Unter der schon seit Juli agierenden neuen Leitung Melissa Gridoro und neben unseren bereits bestehenden Teammitgliedern Andrea Schusser, Kathrin Warmuth und Michaela Prodingner, haben sich noch zwei Mitglieder dazu gesellt: Sylvia Klüpfel und Marina Hinteregger.

Mit frischem Wind, motiviert und einem mutigen Händchen für Neues, starten wir nun in den Herbst 2023, und erfreuen uns an unseren neugestalteten Gruppenräumen, einem brandneuen Spielplatz, an unserem neuen Team, unseren wunderbar kooperativen Eltern und vor allem unseren bezaubernden Fröschen und Kaulquappen!



■ Arbeitskreis - GESUNDE GEMEINDE Reichenau/Patergassen – stellt sich vor!

Der Arbeitskreis der „Gesunden Gemeinde“ Reichenau/Patergassen unter der Leitung von Sonja Pertl, hat sich neu formiert, ist sehr engagiert und hat in kürzester Zeit ein Programm für die Bevölkerung der Gemeinde zusammengestellt, das sich sehen lassen kann. Die Mitglieder des Arbeitskreises hatten und haben so viele Ideen und Vorschläge, das bereits in der zweiten Sitzung ein umfangreiches Programm für alle Altersgruppen unserer Gemeinde erstellt werden konnte. Die Bevölkerung wird in regelmäßigen Abständen mit einem Postwurf, in der Gemeindezeitung oder über die Gemeindeapp

„CITIES-App“ über die **Angebote informiert und eingeladen**, daran teilzunehmen. Die Angebote sind sehr kostengünstig oder teilweise sogar kostenfrei!



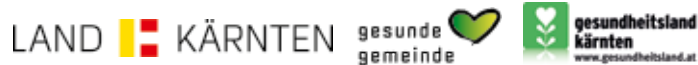
V.l.n.r.: Mitterer Hildegard, Pöcher Jennifer, Dörfler Isabella, Weißmann-Ritzinger Kathrin, Elsbacher Maria, Pertl Sonja, Schmölzer Eva, Unterweger Tanja mit Pauli. Nicht am Bild: Prettner Andrea, Bacher Heidelies/Gemeinde Reichenau, Evelyn Pototschnig/Land Kärnten.

Der Arbeitskreis hat sich über die Rückmeldung von Frau Pototschnig, der zuständigen Gemeindebetreuerin, sehr gefreut – Zitat: „Ich habe wirklich erst wenige Gemeinden erlebt, die so engagiert und so strukturiert im Rahmen der Gesunden Gemeinden gearbeitet haben“

Wir freuen uns auf IHRE TEILNAHME und hoffen, dass für jeden etwas dabei ist. Sollten wir etwas vergessen haben oder Sie einen besonderen Wunsch haben – bitte einfach dem Arbeitskreis melden!

Vizebgm. Sonja Pertl, Leitung Arbeitskreis Gesunde Gemeinde

■ Veranstaltungen der Gesunden Gemeinde Reichenau - Oktober bis Dezember 2023



MITTEN IM LEBEN startet wieder

ab 4. Oktober 2023, 10:00 Uhr

Sitzungssaal – FF Rüsthaus, 9565 Ebene Reichenau 6

Wöchentliche Treffen mit Gleichgesinnten im Seniorenalter! Gemeinsamer Austausch, Spielerisch Gedächtnis trainieren, Selbstständigkeit erhalten bis ins hohe Alter durch gezielte Übungen, noch vorhandene Fähigkeiten unterstützen und Defizite ausgleichen, Freundschaften knüpfen, Sozialen Kontakt fördern, Lebensfreude aktivieren, Umgang mit neuen Medien, Spaß haben. **Einstieg jederzeit möglich.** Nutzen Sie das Angebot, wir freuen uns auf Ihr Kommen.



Hotel Sonnalm/Bad Kleinkirchheim sucht Rezeptionist/in

- * Fremdsprachen: Englisch, Italienisch von Vorteil
- * Gästeempfang
- * Freizeitberatung
- * Korrespondenz
- * Vollzeit oder Teilzeit
- * Dienstzeiten: 08:00 - 17:00 Uhr

Schriftliche oder telefonische
Bewerbungen bitte an:
Frau Eva Schusser
E-Mail: eva@schusser.cc oder
Tel.: +43 664/ 350 1120
www.sonnalm.at



Veranstaltungen für Seniorinnen

Freitag, 13. Oktober 2023

Beginn: 14:00 Uhr

Wissenswertes zum Thema Demenz

Informativer Vortrag mit Praxisbezug.

Referentin: Frau Sabine Dietrich

Ort: Betreubares Wohnen Patergassen

(Gemeinschaftsraum)

Montag, 23. Oktober 2023

Beginn: 13:00 Uhr

„Schlaf dich fit!“

Interaktiver Vortrag mit Übungen, Praxisbeispielen und der Möglichkeit zur Diskussion. Referentin: Frau Heidemarie Jandl

Ort: Betreubares Wohnen Patergassen

(Gemeinschaftsraum)

Montag, 06. November 2023

Beginn: 13:00 Uhr

„Frauengesundheit 60+“

Interaktiver Vortrag mit Übungen, Praxisbeispielen und der Möglichkeit zur Diskussion.

Referentin: Frau Heidemarie Jandl

Ort: Betreubares Wohnen Patergassen

(Gemeinschaftsraum)

Für alle drei Vorträge wird um Anmeldung bei Frau Pöcher gebeten. Bitte **rechtzeitig** (spätestens 1 Woche vor dem Vortrag) **anmelden!!**

Einladung zum Bewegungsangebot für Kinder

Kinder, die sich viel bewegen:

- sind gesünder
- haben mehr Kraft und Ausdauer
- können sich besser konzentrieren
- haben mehr Selbstvertrauen
- sind glücklicher und ausgeglichener

Das Turnen wird altersgerecht angeboten.

(3 Altersgruppen)

1,5 Jahre bis 3 Jahre 14:30 – 15:20 (1. Einheit)

(mit Begleitung)

4 Jahre - 6 Jahre 15:30 – 16:20 (2. Einheit)

7 Jahre – 10 Jahre 16:30 – 17:20 (3. Einheit)

Mitzubringen sind Turnkleidung, Turnschuhe und eine Wasserflasche.

Der Teilnehmerbeitrag beträgt 2€/Kind/Einheit

Termine:

1. 27.09.2023	6. 15.11.2023
2. 04.10.2023	7. 22.11.2023
3. 11.10.2023	8. 29.11.2023
4. 18.10.2023	9. 06.12.2023
5. 08.11.2023	10. 13.12.2023

Bei Fragen wenden Sie sich an
Frau Tanja Unterweger,
Tel. 0664 75 17 23 99.

Einladung zum Spielenachmittag

am Freitag, 27.10.2023 um 14:00 Uhr

im Sitzungssaal FF Rüsthaus, Ebene Reichenau 6

Wir laden zum Spielenachmittag ein. Jeder ist herzlichst willkommen, der Freude an Gesellschafts- und Kartenspielen hat.

Mitzubringen sind gute Laune und Humor!

Der Spielenachmittag wird monatlich stattfinden.

Weitere Termine werden bekannt gegeben.

Weitere Informationen bei Frau Elsbacher Maria,
Tel. 0664 195 08 34

Yoga

**ab Montag, 02.10.2023 von 17:00 – 18:30 Uhr
in der Volksschule Ebene Reichenau**

Aufgrund der großen Nachfrage wird ein 2. Yoga-Kurs ins Leben gerufen. Wenn der 2. Kurs zustande kommt, können die zu viel gemeldeten Teilnehmer auf der Warteliste, diesen zusätzlichen Kurs besuchen.

Der Kurs findet nur statt, wenn die Mindestteilnehmerzahl erreicht wird.

- **8 Einheiten – Termine werden bekannt gegeben**
- **Teilnehmerbeitrag: € 3/Person/Einheit**
- **Leitung und Anmeldung: Bettina Olschowka, Tel. 0681 1023 2300**

Einladung zum Bodydance und Fitness

**ab Montag, 02.10.2023, von 18:30 bis 20:00 Uhr
in der Volksschule, Ebene Reichenau 8**

Wir laden zum Bodydance und Fitness ein. Jeder ist herzlichst willkommen, der Freude an Bewegung hat.

Bodydance-, Move- & Balance-Workout kann auch als „all in one Workout“ bezeichnet werden. Denn in dieser Gruppensportart stecken gleich mehrere Fitness-Formen: Es verbindet sowohl Tanz mit Koordinations- und Dehnübungen als auch andere kontrollierte Bewegungsabläufe aus **Wirbelsäulengymnastik, Yoga, Pilates und Tai-Chi. Genauso gehören Atemübungen, Entspannungstechniken und meditative Elemente dazu.**

Die Einheiten beginnen mit einer Aufwärmphase, einem **Dance-Workout**. Die verschiedenen Fitness-Formen und die bewusste Atmung ist gut für Körper, Geist und Seele - sorgt so für **Stressabbau, Entspannung und äußere & innere Ruhe/Balance**. Gleichzeitig fördert sie die **Wahrnehmung, Koordination und Beweglichkeit, stärkt die Bänder, Gelenke und Muskeln**. Schließlich profitiert, auch durch eine entsprechende Kalorienverbrennung, das gesamte Herz-Kreislauf-System.

- **8 Einheiten – die Termine werden bekannt gegeben**
- **Teilnehmerbeitrag € 3/Person/Einheit**
- **Leitung und Anmeldung: Bettina Olschowka, Tel. 0681 1023 2300**

Wir freuen uns auf Ihr/euer Kommen!

LAND  KÄRNTEN

gesunde
gemeinde 

Für die Gesunde Gemeinde Reichenau
Vizebgm. Sonja Pertl

 **gesundheitsland
kärnten**
www.gesundheitsland.at

■ Aktuelles von den Bänderhutfrauen Ebene Reichenau/Patergassen

1. Tag der Blasmusik – Ein Tag im Zeichen der Musik

Am 09. Juli 2023 fand der 1. Tag der Blasmusik der TK Ebene Reichenau statt. Wir durften beim Reitstall unsere Kochkünste unter Beweis stellen und die Gäste sowie die Musikanten mit Speis und Trank versorgen. Anbei möchten wir uns bei Monika Mitter für die Unterstützung bei der Herstellung des Kartoffelsalates bedanken. Wir waren überwältigt von diesem gelungenen Tag und freuen uns auf eine Wiederholung.

Kräuterweihe

Auch heuer durften wir wieder am 15. August zu „Mariä Himmelfahrt“ in der St. Anna Kirche in St. Lorenzen dabei sein. Die katholische Kirche feiert diesen Tag mit der Kräuterweihe. Dieser Brauch ist seit dem 9. Jahrhundert bekannt und ist in den letzten Jahren wieder mehr gelebt worden. Dabei werden Kräuter zu einem Strauß gebunden und in die Kirche gebracht. Wo sie von einem Priester im Rahmen eines Gottesdienstes gesegnet werden. Dem Glauben nach sollen die Kräuter vor Krankheit und Unglück schützen. Kranken Tieren wurden die geweihten Kräuter ins Futter gemischt, aus Schutz vor Blitzschlag sollte man die Kräuter ins Feuer geben und ein Tee aus den geweihten Kräutern soll besonders heilsam sein. Mit den Kräutern aus unserer Region haben wir auch dieses Jahr unsere Sträuße gebunden und nach dem Gottesdienst verteilt. Es ist schön zu sehen,



dass dieser Brauch in der jetzigen Zeit großen Anklang findet und wir freuen uns auf das nächste Jahr.

Ein herzliches Dankeschön an Julia und Lukas Köfer vom Heidi-Hotel, die großzügig die Kosten der neuen Umhänge zu unserer Tracht übernommen haben.

WIR MACHT'S MÖGLICH.

Raiffeisenbank Nockberge 

FÜR EINE LEBENSWERTE ZUKUNFT:

GEMEINSAM NACHHALTIG ERTRAG ERWIRTSCHAFTEN.

JETZT INVESTIEREN UND BONUS SICHERN.

WEITERE INFORMATIONEN ERHALTEN SIE BEI UNSEREN BERATERN.

raiffeisen.at/ktn/geldanlage

BEACHTEN SIE, DASS VERANLAGUNGEN IN WERTPAPIERE AUCH MIT RISIKEN VERBUNDEN SEIN KÖNNEN.
Die Aktion ist gültig von 1. September bis 31. Dezember 2023. Erhältlich von Raiffeisen Landesbank Kärnten, 9000 Klagenfurt am Wörthersee. Stand: August 2023.

■ Feuerwehrjugend in Patergassen

Im Oktober 2019 wurde die Feuerwehrjugend in Patergassen gegründet und umfasst derzeit 14 Mitglieder, 4 Mädchen und 10 Buben. Die Nachwuchssicherung in der eigenen Feuerwehr ist das wesentliche Ziel der Feuerwehrjugendarbeit. Deshalb können wir mit Stolz berichten, schon 4 Mitglieder von der Feuerwehrjugend in den Aktivstand übergeben zu haben. Zwei von ihnen sind auch erfolgreich bei unserer Wettkampfgruppe im Einsatz.

Was ist die Jugendfeuerwehr und wer kann mitmachen?

Jugendliche im Alter zwischen 10 und 15 Jahren können einer Feuerwehrjugend beitreten. Wenden Sie sich hierfür bitte an Ihren zuständigen Ortsfeuerwehrkommandanten oder Jugendbeauftragten, sie werden Sie über den Beitritt zur Feuerwehrjugendgruppe informieren.

Was kostet eine Mitgliedschaft bei der Feuerwehrjugend?

Die Arbeit im Feuerwehrdienst ist freiwillig und unentgeltlich! Eine Mitgliedschaft in der Feuerwehrjugend ist ebenso freiwillig und vollkommen kostenlos. Auch die notwendige Uniform und Ausrüstung für die Jugendlichen wird für die Dauer der Mitgliedschaft von der örtlichen Feuerwehr bereitgestellt. Die Feuerwehrjugendmitglieder sind auch im Rahmen der Ausübung ihrer Tätigkeit über die jeweilige Gemeinde versichert.

Was macht die Feuerwehrjugend?

Im Laufe ihrer Mitgliedschaft werden die Mädchen und Burschen auf einen eventuellen Übertritt in den Feuerwehrdienst vorbereitet. Sie erhalten eine Basisausbildung in Themenbereichen wie Aufbau, Arbeit und Verhalten in der Feuerwehr, Fahrzeug und Gerätekunde, Umgang mit den Geräten der Ersten Löschhilfe (zB Feuerlöscher), Funktechnik und Verhalten im späteren Einsatzfall. Außerdem absolviert jedes Feuerwehrjugendmitglied, welches die Basisausbildung abschließt auch einen Erste-Hilfe-Kurs beim Roten Kreuz. Ein Wissen, welches auch außerhalb der Feuerwehr sehr nützlich sein kann.

Neben der feuerwehrfachlichen Ausbildung steht aber auch die allgemeine Jugendarbeit im Vordergrund. Mit verschiedensten Aktivitäten haben die Jugendlichen die Möglichkeit Spiel, Spaß und viele Erlebnisse im Team zu erleben.

Im Zentrum der Feuerwehrjugendarbeit steht die Förderung der sozialen und persönlichen Kompetenzen der Jugendlichen. Schlagwörter wie: Teamgeist, Förderung des Verantwortungsbewusstseins, Zivilcourage, Selbstständigkeit, Zuverlässigkeit, Fairness, Toleranz und Konflikt- und Kritikfähigkeit sind keine Floskeln, sondern werden in der Gemeinschaft der Feuerwehrjugend gelebt.

Wann und wo trifft sich die Feuerwehrjugend?

Die Feuerwehrjugendtreffen finden beim Rüsthaus der Freiwilligen Feuerwehr Patergassen statt. Betreffend der Anzahl der angesetzten Übungen informieren Sie sich bitte bei Ihrem zuständigen Feuerwehrjugendbeauftragten.

Wer betreut die Mitglieder?

Der Leiter einer Feuerwehrjugend ist der/die Feuerwehrjugendbeauftragte der jeweiligen Feuerwehr und gleichzeitig Ihr erster Ansprechpartner. Er untersteht dienstlich dem Feuerwehrkommandanten, der die Aufsicht über die Tätigkeit seiner Feuerwehrjugend hat. Unterstützt wird er von einem/-r Stellvertreter/-in, sowie den Feuerwehrjugendhelfern, die alle aus den Reihen der Aktivmannschaft einer Feuerwehr stammen.

Der Feuerwehrjugendbeauftragte, der volljährig und eine entsprechende Führungsausbildung vorweisen muss, als auch Feuerwehrjugendhelfer absolvieren eine Spezialausbildung für den Feuerwehrjugendbereich an der Landesfeuerwehrschule.

Bei internen, jährlichen Erprobungen wird der Wissensstand der Feuerwehrjugendmitglieder überprüft. Auf Bezirksebene haben die Jugendlichen die Möglichkeit bei vordefinierten Prüfungsstationen, welche durch Jugendbewerter und Bezirksausbilder besetzt werden, ihr Wissen mit Gleichaltrigen unter Beweis zu stellen.

Als Zeichen der positiven Absolvierung einer Ausbildungsstufe erhalten die Jugendlichen je nach Kategorie das Wissensspielabzeichen oder das Wissenstestabzeichen, jeweils in Bronze, Silber oder Gold.

Das Wissenstestabzeichen in Gold stellt die höchste Ausbildungsstufe in der Feuerwehrjugend dar und ersetzt damit die 4-tägige Ausbildung auf Bezirksebene, welche sonst ein jedes Feuerwehrmitglied durchlaufen muss.



'Kommunikation funktioniert bei denen, die daran arbeiten.'



**Übersetzungen
Sprachkurse
Nachhilfe**

www.sprachen-niederbichler.at



Des Weiteren werden auch bei der Feuerwehrjugend diverse Leistungsbewerbe im Einzel- und Mannschaftsbewerb ausgetragen. Hierbei erlernen die Jugendlichen in den einzelnen Kategorien Bewegungsabläufe zu koordinieren sowie sich im Team gegenseitig zu respektieren und aufeinander Rücksicht zu nehmen.

■ Werde auch DU ein Held von Morgen...

... und werde Mitglied der
Feuerwehrjugend in Patergassen.



Kontakt:

Kommandant:

OBI Foditsch Andreas Tel.Nr: 0664/5930031

Jugendbeauftragter:

LM Brettner Rafael Tel.Nr: 0660/3435752

www.ffpatergassen.at

■ Besonderheiten im Gemeindegebiet wiederentdecken

(Ingeborg Steinwender, Volksschuldirektorin i.Ruhe)

Das „Bäck-Kreuz“ in Patergassen

Es handelt sich um einen Bildstock, in Österreich und Bayern oft auch als „Marterl“ oder Wegkreuz bezeichnet. Meistens befindet sich darauf ein gemaltes Votivbild oder Andachtsbild, oder eine Skulptur mit dem gekreuzigten Christus, wie das auch hier in Patergassen ist.

In den Alpenländern ist die Errichtung und Pflege von Bildstöcken eine weitverbreitete Form der Volksfrömmigkeit. Sie stehen an Wegkreuzungen als Zeichen der Dankbarkeit für überstandene Gefahren oder Seuchen, sowie zur Erinnerung an Unglücksfälle.

Oft bestehen sie seit der Pestzeit, die im Mittelalter im 14. Jahrhundert in Europa gewütet hat und ein Drittel der Bevölkerung dahingerafft hatte, wohl auch mangels geeigneter Medizinen.

So dürfte auch das „Bäck-Kreuz“ aus dieser Zeit stammen (es existieren keine Jahreszahlen der Errichtung). Seinen Namen hat es erst viel später erhalten, als daneben die Backstube Weissensteiner entstand (eines der ältesten Häuser in Patergassen). Bei diversen Verlegungen (Straßenbau und andere Baumaßnahmen) wurde es gleichzeitig auch renoviert, dabei leider auch geringfügig verändert.

Die Dorfgemeinschaft Patergassen unter Obmann Hannes Pirker renovierte den baufälligen Bildstock 1980, später noch einmal 1988. Nunmehr schmückt er den neu errichteten Dorfplatz von Patergassen.

Auf den Bildern (rechts und unten) sehen Sie mehrere Ansichten des Bildstockes im Laufe seiner Geschichte.



■ Die Johanniter

Zwei Siege beim Wettbewerb in Erster Hilfe für die Johanniter Jugend



Am 2. September fand der 22. Landesjugendwettbewerb des Roten Kreuzes statt. Mehr als 70 Jugendliche aus ganz Kärnten, aufgeteilt auf 14 Bewerbungsgruppen, gaben bei sommerlichem Wetter in Seeboden am Millstättersee ihr Bestes. In drei Kategorien, Bronze, Silber, und Silber-Gold, mussten die Jugendlichen an fünf Praxisstationen, einer Theoriestation sowie einer extra bewerteten „Juxstation“ unterschiedliche Aufgaben bewältigen und ihr Wissen in Erster Hilfe unter Beweis stellen. Im Zuge dieses Wettbewerbs müssen die Teilnehmer unterschiedliche Situationen wie Knochenbrüche, starke Blutungen, Bewusstlosigkeit, bis hin zum Atem - Kreislaufstillstand erkennen und dementsprechend schnell und richtig handeln. Die Johanniter Jugend war mit zwei Bewerbungsgruppen vertreten und konnte sowohl im Bronze-, als auch im Silberbewerb den hervorragenden 1. Platz für sich entscheiden und die Wanderpokale mit nach Patergassen nehmen. Das Betreuerteam der Johanniter Jugend ist sehr stolz und gratuliert nochmals allen Jugendlichen für ihren tollen Einsatz und den ausgezeichneten Leistungen.



1. Platz im Silberbewerb: 2. Reihe v.l.n.r.: Sebastian Posegger, Samuel Stingl, David Dörfler, 1. Reihe v.l.n.r.: Felix Maierbrugger, Sarah Rusterholz



1. Platz im Bronzebewerb: 2. Reihe v.l.n.r.: Julian Pertl, Bastian Brettner, Paula Brandstätter, 1. Reihe v.l.n.r.: Franziska Krenn, Miriam Krenn

■ Die Johanniter unterstützen Hochwassergebiete in Kärnten

Die Johanniter unterstützen die vom Hochwasser betroffenen Gemeinden in Kärnten mit Trocknungsgeräten. Am 17. August wurden die Geräte von den Johannitern aus Kärnten und dem Österreichischen Bundesheer in Empfang genommen.



45 Trocknungsgeräte werden in der Goiginger-Kaserne in Bleiburg durch die Johanniter und Mitarbeitende des Bundesheeres in Empfang genommen.

Nach heftigen Niederschlägen Anfang August sind viele Gebiete im südlichen Kärnten von Überflutungen und Murenabgängen betroffen. Nachdem die starken Regenfälle abgeklungen sind, beginnen jetzt die Aufräumarbeiten. Die Johanniter-Dienststelle in dem Kärntner Ort Patergassen wurde von den Überschwemmungen verschont, umso mehr wollen sie die Bewohner:innen der betroffenen Gemeinden unterstützen. Durch die Initiative von Christiane Rusterholz, Geschäftsführerin der Johanniter-Kärnten, wurden in Zusammenarbeit mit den Johannitern Deutschland etwa 100 Trocknungsgeräte organisiert. Mithilfe dieser Geräte können die feuchten Wände in Kellern und Wohnräumen wieder getrocknet werden. „Ich freue mich, dass die Johanniter Deutschland uns hier so tatkräftig unterstützen. Wir hoffen, dass wir den Betroffenen mit diesen Geräten helfen können“, erklärt Christiane Rusterholz. Ein LKW, beladen mit 45 Geräten startete am Mittwoch in Wuppertal und konnte am 17. August in der Goiginger-Kaserne in Bleiburg durch die Johanniter und Mitarbeitende des Bundesheeres in Empfang genommen. Die Trocknungsgeräte werden in der Kaserne gelagert und durch den Kärntner Katastrophenschutz verteilt. Interessierte Gemeinden können sich bei der Abteilung für Gemeinden- und Katastrophenschutz der Kärntner Landesregierung melden.

Die zwei Ehrenamtlichen Felix Florian Ganzow und Nicole Nora Wolters der Johanniter Nordrhein-Westfalen, Wuppertal, die den Transport der Geräte übernommen hatten, traten nach einem gemeinsamen Mittagessen wieder die Heimreise an. Am Wochenende wird eine weitere Lieferung aus Sachsen erwartet.



Die Trocknungsgeräte werden in der Goiginger-Kaserne in Bleiburg gelagert und durch den Kärntner Katastrophenschutz verteilt.

■ Kärntner-Festwochenende in der Partnergemeinde Nersingen vom 28.07. – 30.07.2023

Am Freitag, dem 28. Juli 2023 trat eine Delegation von insgesamt 21 Personen die Reise zu unserer Partnergemeinde nach Nersingen in Bayern an. Dort wurden wir bereits bei der Ankunft ausgesprochen herzlich von den Nersinger Gemeindevetretern empfangen. Bürgermeister Karl Lessiak übergab seinem Bürgermeisterkollegen Erich Winkler die Reichenauer Gemeindefahne und die Freude über das Wiedersehen wurde sogleich im gemütlichen Rahmen gefeiert.



Am Abend wurde dann in der Gemeindehalle in Nersingen eine tolle Partynacht mit Werner West, den Nersinger Schlagernbengel und unserer Reichenauer Schlagersängerin Melanie Payer gefeiert. Die Stimmung war phänomenal, es wurde getanzt, mitgesungen und bis tief in die Nacht gefeiert.



Am frühen Samstagvormittag ging es mit einem Teil der Gruppe mit dem Bus nach Illertissen ins Bienenmuseum. Beate und Dorina haben uns begleitet und vorort wurde eine Führung durch Frau Deplano durchgeführt, welche uns allen die faszinierende Welt der Bienen näher brachte. Wir haben alle viel über diese kleinen Lebewesen dazugelernt. Eine wirklich sehenswerte Location!



Nach den Bienen ging es zu Gaißmayer's Staudengärtnerei in Illertissen. Da das Wetter leider umschlug, wurde aus dem geplanten Spaziergang dort leider nichts, dafür wurden wir aber im Museums Cafe köstlich bewirtet. Ein herzliches Dankeschön für diesen unvergesslichen Ausflug ins schöne Umland von Nersingen! Am Nachmittag fand dann das 2. Nersinger Kinderfest statt. Der Rauthausplatz wurde zu einer großen Spielwiese und auch die kulinarischen Genüsse kamen nicht zu kurz. Das Highlight dieser Veranstaltung war dann das Familienmusical „Tamiko und das Land, das seine Farben verlor...“ von Kathrin Sälzle. Auch einige Vertreter unserer Gemeinde Reichenau konnten sich an der wirklich gelungenen Vorstellung erfreuen.

Der Rest unserer Reichenauer Truppe – das „Küchenteam“ hatte mittlerweile alle Hände voll zu tun: Sie bereiteten das 6-Gang-Galadinner „So schmeckt der Biosphärenpark Nockberge“ vor. Am Abend um 20 Uhr durften 120 Gäste an mit Liebe geschmückten und gedeckten Tischen einen kulinarischen Abend von höchster Güte erleben. Der Abend wurde umrahmt durch die Moderation des Leiters des Biosphärenparks Nockberge, Herrn Ing. Dietmar Rossmann. Er erzählte Anekdoten und präsentierte auch einen Film über die Nockregion. Für die musikalische Umrahmung sorgte der „Gurktaler-Viergespann“. Mit ihren Liedern trafen sie mitten ins Herz unserer Partnergemeinde.



Kredenz wurde beim Galadinner ein Tatar vom Natursaibling an Blattsalaten mit Salzstangerl, eine Alpenkräuterjoghurtterrine auf Paprikaragout, eine Heusuppe mit Schwarzbrotchips, gekochtes Rindfleisch mit Semmelkren und Röstkartoffeln, Bauernhofeis auf Fruchtspiegel mit Grantnschleck und zum Abschluss noch Kaffee mit Kärntner Reindling und gefüllter Butter. Organisiert und auch tatkräftig unterstützt wurde das Galadinner von Gemeinderätin Monika Mitter. Ein herzliches DANKE an sie und ihr gesamtes Küchenteam! Es war ein kulinarisches Erlebnis! Schließlich klang der kulinarische Abend mit einem gemeinsam gesungenen Freundschaftslied aus. Am nächsten Tag trafen wir uns alle wieder zum Weißwurst-Frühstücken. Der SV Nersingen war für die kulinarischen Genüsse zuständig und die Trachtenkapelle Nersingen unterhielt die Anwesenden mit zünftiger Stimmungsmusik. Auch der Gesangsverein Nersingen unter der Leitung von Frau Rux gab einige Lieder zum Besten. Schließlich war es dann so weit und die Reichenauer Delegation musste wieder die Heimreise antreten. Nach einem schnellen Gruppenfoto fing es auch schon an zu regnen – aber nicht nur der Himmel weinte, auch hier und da waren Abschiedstränen zu sehen...

Alles in allem ein wirklich gelungenes Partnerschaftstreffen! Nochmals herzlichen Dank für die professionelle und ausgezeichnete Organisation dem ganzen Team der Gemeinde Nersingen – allen voran Frau Beate Müller. Wir freuen uns schon alle auf das Wiedersehen im nächsten Jahr in der Gemeinde Reichenau! Bis bald!



■ Musikalische Nachrichten von der Trachtenkapelle Patergassen

Unvergessliches Wochenende in Bad Schwanberg

– Vereinsausflug

Am Freitag 28. Juli 2023 starteten die Musikerinnen und Musiker samt Anhang zu Mittag in Patergassen los mit Buschauffeur Anton Madrutter und dem Bus von Bacher Reisen Richtung Steiermark. Auf der Soboth wurde ein kurzer Halt eingelegt um die Füße zu vertreten und um ein leckeres Eis zu schleckern. Dann ging die Reise zügig weiter nach Schwanberg. Am Hauptplatz angekommen wurde die TK Patergassen von den Musiker*innen der **Spielgemeinschaft Bad Schwanberg - St. Peter im Sulmtal** mit Kapellmeister Kurt Mörth, Obmann Gerald Theussl sowie Bürgermeister Karl-Heinz Schuster und vielen weiteren Schwanbergern sowie lieben Freunden mit Musik, Wein, Willkommensgeschenk und einer herzlichen Begrüßung empfangen! Eine gelungene Überraschung! Nach dem Anstoßen und Kennlernen musizierten alle gemeinsam und genossen diese einzigartigen Momente!

Anschließend wurde das Quartier beim Hotel „Zur alten Post“ bei der Familie Mauthner bezogen. Am Abend eröffnete die TK Patergassen die Veranstaltung am großen Schwanberger Festgelände mit einem Marschkonzert.

Danach hieß es Bühne frei für „Die Seer“ und Feierstimmung mit den „Hoagis“ bis in die Nacht! Am nächsten Morgen tischte die Familie Mauthner im Hotel „Zur alten Post“ ein leckeres Frühstücksbuffet auf, wo sich alle ordentlich stärkten. Gleich danach war Abfahrt zur **Brauerei Leutschach** mit einem informativen Vortrag über die Bierbrauerei, Verkostung und hervorragenden Mittagessen.

Nach einer wunderschönen Fahrt durch die steirische Weinlandschaft erreichte die TK Patergassen das **Weingut Maser**. Hier wurden die prächtigsten Weinsorten, Traubensäfte und Dessertvariationen ausprobiert.

Die Jugend verbrachte währenddessen eine erfrischende Zeit im Strandbad von Bad Schwanberg bei strahlendem Sonnenschein mit Schwimmen, Sonnenliegen und Beach-Volleyball. Nach diesem tollen Nachmittag war dann wieder Treffpunkt „g’schneitzt und g’strieglt“ in Trachtenkleid und Lederhosn am Festgelände.

Mit einem Blasmusikkonzert der Trachtenkapelle Patergassen begann das **50. Schwanberger Strandfest**. Lucia Payer und Nadine Assinger moderierten frisch und fröhlich durch das Konzert. Danach hieß es „Bühne frei“ für die bekannte Partyband „EGON7“ von Manfred Koch. Am Sonntag fand die Einweihung und Segnung des neuen Moore Campingplatzes „Camping Bad Schwanberg“ und Namensgebung zu Bad Schwanberg statt. Die TK Patergassen umrahmte die heilige Messe und spielte ein paar Märsche zur Einleitung des Frühschoppens.

Danach gab es musikalische Unterhaltung von „Franz Posch und seine Innbrügler“.

Nach einem feinen Mittagessen und gemütlichen Beisammensein verabschiedete sich die TK Patergassen und trat die Heimreise nach Kärnten an.

Ein wunderschöner Vereinsausflug der TK Patergassen.



Patergassner Kirchtag mit Weckruf

Ein besonderer Höhepunkt im Musikjahr der Trachtenkapelle Patergassen ist der traditionelle Weckruf mit Kirchtag. Dieses Mal fand diese Veranstaltung am Samstag, den 26. August 2023 statt. Bereits um 6 Uhr früh trafen sich die Musikantinnen und Musikanten in St. Margarethen und ließen den ersten Marsch erklingen. So wurde im Laufe des Vormittages durch und um die Ortschaften von Patergassen gezogen um zum Kirchtag einzuladen. Zur Mittagszeit eröffnete die Trachtenkapelle Ebene Reichenau mit einem Gastkonzert den Kirchtag beim Feuerwehrrüsthaus in Patergassen und im Anschluss sorgte die Gruppe „Südkärntner Böhmisches“ für gute Stimmung und musikalische Unterhaltung. Viel Spaß gab's beim Wiesenkegeln, der Krügelrutsche und in der Hüpfburg. Die Musiker*innen der TK Patergassen sorgten für das leibliche Wohl und wurden von vielen fleißigen, freiwilligen Helfern unterstützt. Hierfür möchte sich die Kapelle bei jedem einzelnen herzlich bedanken! Viele schöne Bilder von den einzelnen Veranstaltungen sind auf der Facebook-Seite der TK Patergassen zu finden!



TKP auf neuen Wegen

Ein Wochenende nach dem Kirchtag fand der musikalische Spaziergang unter dem Motto „TKP auf neuen Wegen“ von der Lassen ins Tal nach St. Margarethen und Bergl statt. Weil unser schöner Ort Patergassen sehr weitläufig ist und beim traditionellen Weckruf aus Zeitgründen nicht alle Bewohner besucht werden und einige aus gesundheitlichen Gründen nicht beim Kirchtag dabei sein können, wurde vor einigen Jahren „TKP auf neuen Wegen“ ins Leben gerufen. Hier wird Musik und Tradition direkt vor die Haustüre gebracht. Zuhören, ein Winken am Balkon oder einfach Mitklatschen ist für die Musikantinnen und Musikanten ein wunderschönes Zeichen der Anerkennung. Die TK Patergassen bedankt sich herzlich bei allen Bewohnern fürs Aufwarten von Speis und Trank sowie für die großzügigen Spenden, auch beim Weckruf und Kirchtag, welche der Kinder- und Jugendarbeit im Verein zugutekommen.



■ Trachtenkapelle Ebene Reichenau

Landesmarschwertung, Bezirksmusikertreffen und Tag der Blasmusik

Ein Wochenende ganz der Musik gewidmet haben die Musiker:innen am 8. und 9. Juli.



Am 8. Juli fand das Bezirksmusikertreffen und die Landesmarschwertung in Feldkirchen statt. Beim Bezirksmusikertreffen war es drückend heiß und der Kreislauf wurde während des Gesamtspiels auf die Probe gestellt. Dank unserer mitgereisten Fans wurden wir mit kühlem Mineralwasser versorgt. Nach dem Bezirksmusikertreffen fand die Landesmarschwertung statt. In der Stufe D sind alle nominierten Kapellen angereist. Neben uns die TK Patergassen sowie die Bürgermusik Millstatt. Das Endergebnis war ganz knapp – so konnte sich die Bürgermusik Millstatt vor der TK Patergassen den Landesmeister holen. Am nächsten Tag war bereits um 7:30 Uhr Zusammenkunft für unseren ersten Tag der Blasmusik. Unsere Chauffeure Peter (mit einem Kleinbus), Karl (mit einem Traktor mit Anhänger) sowie Herbert (Verpflegung) standen bereit und so fuhren wir zur ersten Station nach St. Lorenzen, um für die Kirchgänger und die Bevölkerung von St. Lorenzen und Lorenzenberg aufzuspielen.

Nach St. Lorenzen ging es weiter nach Schuß und danach zum Bauhof, wo wir uns für den Marsch in den Ort Ebene Reichenau aufstellten. Der Marsch führte über die L79 und die B95 bis zum Feuerwehrstützhaus und danach retour zum Reitstall, wo bereits die Bänderhutfrauen Reichenau/Patergassen warteten, die für das leibliche Wohl bei dieser Station sorgten.

Nach der Stärkung und Mittagspause ging es nach Sauregg – danach nach Oberwinkl und zum Schluss nach Hinterkoflach. Um 17 Uhr waren wir dann wieder beim Probelokal retour.

Wir waren begeistert über den zahlreichen Besuch bei den einzelnen Stationen und bedanken uns recht herzlich bei allen, die zum Gelingen beigetragen haben. Im nächsten Jahr gibt es sicherlich wieder einen Tag der Blasmusik – den 7. Juli 2024 bereits einmal im Kalender vormerken.



Last-Summer-Party

Für einen vollen Nockstadl sorgte wiederum die Last-Summer-Party, veranstaltet von der Jugend der Trachtenkapelle rund um Jugendreferentin Martina Lassnig. Die DJ's vom Lond sorgten für perfekte Stimmung und auch die Karaoke-Bar im Untergeschoß wurde sehr gut angenommen und die Anmeldungsliste für die Lieder war immer prall gefüllt. Sämtliche Vorbereitungen, Organisation sowie die Durchführung werden eigenständig von unserer Jugend gemacht und dies schon fast 15 Jahre. Ein herzliches Dankeschön an Jugendreferentin Martina Lassnig mit ihrem Team für die Durchführung der Veranstaltung, die auch einen ordentlichen Beitrag zum Jahresbudget der Trachtenkapelle beiträgt und aus dem wieder Aktivitäten für die Jugend gesetzt werden können.



■ Singen und Ringen 2023 *Singkreis Reichenau*

Am Dienstag, dem 15. August, fand in Sankt Lorenzen ob Ebene Reichenau das traditionelle „Singen und Ringen“ statt. Der Singkreis Reichenau veranstaltet dieses Fest bereits zum 52. Mal und die FF Ebene Reichenau ist als zweiter mitveranstaltender Verein nicht mehr wegzudenken. Als besonderes Highlight gab es in diesem Jahr eine kurze Vorführung und eine Ehrung der Europameisterinnen in Waldarbeit. Die Reichenauerin Anna-Lena Huber konnte mit ihren Kolleginnen diesen Titel vor Kurzem bei der Europameisterschaft für Waldarbeit für Schülerinnen und Studierende erreichen. Von der Kirche St. Lorenzen gab es wieder eine Prozession zur Wallfahrtskirche St. Anna, wo im Anschluss die Festmesse mit Kräutersegnung stattfand, die von der Sängerrunde Oberhof aus dem Metnitztal gesanglich umrahmt wurde.



Als die Kirchgänger auf den Festplatz kamen, wurden sie von der Trachtenkapelle Ebene Reichenau empfangen, die erstmals unter der neuen musikalischen Leitung von Martin Schusser ein Platzkonzert gespielt hat.

Spannend ging es dann beim Preisringen von der Jugend und Allgemeinen Klasse zu und auch der Nachwuchs aus den Ringergemeinden zeigte ihr Können. Ein großes Dankeschön an dieser Stelle an alle Sponsoren, die immer großzügig Preise für die Ringer zur Verfügung stellen.

Die Wuzler sorgten mit ihren schwungvollen Klängen wieder für gute Stimmung und Unterhaltung auf der Festwiese. Das Wetter war perfekt - besser hätte das Fest nicht sein können.

Eine großes Danke allen Besucherinnen und Besuchern. Wir freuen uns schon auf das nächste Jahr, wo nicht nur die Landesmeisterschaft in Ringen bei uns stattfinden wird, sondern auch auch das 15-jährige Jubiläum mit der Partnergemeinde Nersingen gefeiert wird.



■ Ehrung beim Almfest

Beim Brauchtumstag am 15. August in St. Lorenzen gab es für das heurige Damen-Europameisterschaftsteam vom Litzlhof (mit unserer Anna Lena Huber vom Bertlhof in Saureggen) nochmals eine Ehrung. Bevor den erfolgreichen Teilnehmerinnen in der Waldarbeit Präsente überreicht wurden, zeigten sie ihr Können und ihre Schnelligkeit beim Kettenwechseln. Das Publikum war begeistert von den Darbietungen und spendete tosenden Applaus. Wir wünschen den jungen Damen weiterhin viel Erfolg und alles Gute für die Zukunft.



*Europameisterinnen mit ihrem Trainer
v.l. Stefanie Modl, Julia Modl, Ing. Daniel Koch,
Carina Modl und Anna-Lena Huber*



■ TC Patergassen-Reichenau

Am Samstag, den 9. September 2023, wurden auf der Tennisanlage in Patergassen die Finalsiege des diesjährigen Saisonturniers durchgeführt. Der Turnierleiter, Herbert Reibnegger, hat für die 32 Teilnehmer am Saisonturnier wieder einen perfekten Spielplan ausgearbeitet. Das Saisonturnier erstreckte sich von Mitte Mai bis September, d.h., der künftige Vereinsmeister des TC-PR musste bis zum Gewinn des Titels konstant gut spielen, um überhaupt das Finale zu erreichen. Begonnen wurde die Vorrunde in acht Vierergruppen, danach wurden die weiteren Spiele in einen A- und einen B-Bewerb unterteilt.

In einem spannenden Finale standen sich der Vorjahressieger, David Niederbichler und Michael Gornik gegenüber. Dieser hat dem Titelverteidiger alles abverlangt. Der dritte Satz war von sehenswerten Ballwechseln geprägt und an Spannung nicht zu überbieten. Schlussendlich konnte David Niederbichler seinen Titel aus dem Vorjahr aber verteidigen. Wir gratulieren David Niederbichler ganz herzlich zum Titel „**Vereinsmeister des TC-PR 2023**“.

Im kleinen Finale um Platz drei, konnte sich der Vizemeister aus dem Vorjahr, DI Andreas Schusser, gegen seinen Kontrahenten, Martin Müller, ebenfalls in einem spannenden Spiel in zwei Sätzen durchsetzen. Der 5.- und 6. Platz wurde ebenfalls am Samstag ausgespielt und hat sich in diesem Spiel der Kirchheimer Manfred Görttschacher gegen unseren mächtigen Vorhandhammerspieler Erwin Schusser durchgesetzt.



Der Vereinsmeister 2023 David Niederbichler mit dem Obmann links und seinem Gegner im Finale, Michael Gornik



Kleines Finale 3. Platz, DI Andreas Schusser links, 4. Platz Martin Müller



5. Platz Manfred Görttschacher

Im B Finale hat Helmut Gratzl den Obmann des TC-PR, Heribert Roßmann, besiegt. Den Mixed-Bewerb haben Irene Niederbichler und Thomas Gruber für sich entschieden. Im Doppelbewerb der Herren sind noch einige Spiele ausständig, jedoch kann aufgrund des schönen Wetters der Sieger noch ausgespielt werden. Insgesamt kann allen Turnierteilnehmern nur gratuliert werden. Trotz der vielen Regentage und Verschiebungen wurden fast alle Partien gespielt und kann man jährlich mitverfolgen, wie sich das spielerische Niveau verbessert. In den Schulferien wurde auch ein Kindertraining angeboten und sehr gut angenommen. Insgesamt haben in der Saison 2023 55 Erwachsene den Mitgliedsbeitrag zur Einzahlung gebracht und somit die Mitgliedschaft erworben.



6. Platz Erwin Schusser

Ich darf mich abschließend bei allen Mitgliedern und Helfern bedanken. Ein ganz spezieller Dank an unser Mitglied Martin Klein für die jährliche Bereitstellung des Essens beim Saisonturnier, Mitglied Huber Hans Peter für das Eis, unseren Frauen für die Mehlspeisen und Alfred Arzmann für die Rundumbetreuung im Clubhaus. Der Obmann, Heribert Roßmann.



■ Klimawandelanpassungsmodellregion (KLAR!) Nockregion

Ergebnisse KLAR! Umfrage

Die Ergebnisse der im Frühjahr durchgeführten österreichweiten KLAR! Umfrage zeigen eindeutig, dass Klimawandelanpassung von der Bevölkerung in der heutigen Zeit als notwendig angesehen wird. 93% der befragten 17 000 Personen in Österreich sehen den Klimawandel als erwiesene Tatsache an.

Und in der Nockregion?

Beinahe 400 Personen haben an der Umfrage in unserer Region teilgenommen. Einige der wichtigsten Erkenntnisse:

Über 90% der Stichprobe sind der Meinung, dass auf die Auswirkungen des Klimawandels reagiert werden muss.

Ca. 65% haben bereits selber Maßnahmen zur Anpassung an den Klimawandel gesetzt.

80% der Befragten sind der Meinung, dass Anpassung an den Klimawandel notwendig ist.

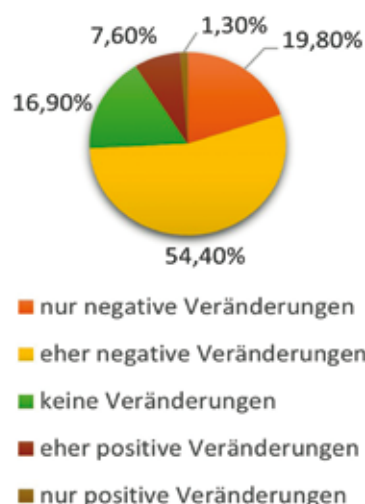
Auch bereits vor dem heißen und von Unwettern geprägten Sommer gaben **ca. 80%** an, dass Starkregenereignisse und auch Trockenheit sich in der Region im Vergleich zu früher häufen.

Über die Hälfte sind der Meinung, dass sie eher negative Auswirkungen in der Region erwarten.

Über 80% gaben an, dass sie denken, dass der Klimawandel negative Auswirkungen auf die Land- und Forstwirtschaft, Pflanzen- und Tierwelt und den Wintertourismus haben wird.



Erwartete Veränderungen in der Region durch den Klimawandel



Die KLAR! Nockregion möchte sich noch einmal für die wertvollen Inputs bei allen Teilnehmenden bedanken!

Sie haben Ideen für Projekte in der Klimawandelanpassung oder sind einfach neugierig geworden? Die KLAR! Managerin steht Ihnen jederzeit zur Verfügung und freut sich über Ihre Nachricht!

Kontakt: KLAR! Nockregion,
Mag.^a Franziska Weineiss
franziska.weineiss@nockregion-ok.at,
+43 699 1822 8801
<https://www.facebook.com/KLARNockregion>



■ KEM-Betreuung für die Region Nockberge und die Umwelt

Die Gemeinden Reichenau, Bad Kleinkirchheim und Feld am See bilden die Klima- und Energiemodellregion (KEM-Region) Nockberge und die Umwelt - mit dem Ziel, Projekte zu unterstützen, die ganz grundsätzlich den CO₂ Ausstoß senken. Um während Julia Tschabuschnigs Karenzzeit eine optimale KEM-Betreuung zu garantieren, steht nun Ernst Egger aus dem nahen Fresach ab sofort kompetent mit Rat und Tat als neuer KEM-Manager zur Verfügung. Ernst ist unter der E-Mailadresse ernst.egger@nockregion-ok.at, oder **per Telefon unter 0699 13459001** zu erreichen. Hermann Florian betreut seit Jahren die Region Lieser- und



Maltatal und fungiert hier als Unterstützung während des Überganges. Das KEM-Programm ist eine von vielen Initiativen des **Regionalverbandes Nockregion**.

Der nächste Winter ist nicht mehr weit

Da die nächste Heizsaison ja förmlich um die Ecke ist, möchten wir auf das Angebot für regionale Biomasse aufmerksam machen: <https://www.biomasse-nockregion.at/> Die Online-Plattform der Nockregion bringt Anbieter und Käufer von Biomasse in Form von Scheitholz, Hackschnitzel, Rundholz oder Pellets zusammen. Unsere Land- und Forstwirtschaftlichen Betriebe haben die Möglichkeit sich hier zu präsentieren und ihre Produkte auf kürzestem Weg an die Kunden zu verkaufen.

Die Haushalte in der Nockregion haben somit die Möglichkeit direkt Biomasse und damit erneuerbare Energie zu kaufen und zusätzlich die Wertschöpfung in der Region zu belassen.

Ihr Hermann Florian und Ernst Egger
Klima- und Energie-Modellregion
„Nockberge und die Um-Welt“
www.kem-nockberge.at



■ Erleben Sie das Ursprüngliche im Unesco Biosphärenpark Kärntner Nockberge

Inmitten der österreichischen Alpen gelegen, bezaubert der Biosphärenpark Nockberge mit hügeliger Bergwelt, malerischen Almwiesen und urigen Wäldern. Begeben Sie sich auf Entdeckungsreise in ein einzigartiges, alpines Juwel und erleben Sie hautnah den Einklang von Mensch und Natur.



Bildungsprogramme im Herbst

Auch wenn die Tage kürzer und kälter werden, bieten wir Ihnen maßgeschneiderte Einblicke in die Besonderheiten des Biosphärenparks mit seiner faszinierenden Landschaft, langbewahrten Kulturgütern und seltenen Flora und Fauna. Bei allen angebotenen Erlebnis-Touren begleiten Sie unsere professionellen Biosphärenpark-Ranger, die ihr Wissen, ihre Erfahrung und manches verborgene Geheimnis gerne mit Ihnen teilen.

Zirbenwanderung auf der Turracherhöhe jeden Donnerstag bis 2. November 2023

„Die Zirbe“ – Überlebenskünstler und Charakterbaum der Nockberge. Im Biosphärenpark Nockberge befinden sich einige der größten zusammenhängenden Zirbenwälder in den Alpen. Begeben Sie sich mit einem Biosphärenpark-Ranger auf Entdeckungstour durch den urigen Zirbenwald. Er informiert Sie über altes und neues Wissen zu dieser besonderen Baumart. Und damit Sie sich noch lange an dieses einzigartige Naturerlebnis erinnern, basteln Sie Ihr eigenes „Zirbenduftsäckchen“ zum Mitnehmen.

Treffpunkt: Talstation Kornockbahn auf der Turracher Höhe
Dauer: ca. 3 Stunden

Kosten: € 18,- pro Teilnehmer (inkl. Zirbenduftsäckchen)

Anmeldung: bis 15.00 Uhr am Vortag unter Tel.: +43(0)4275/665 oder E-Mail: nockberge@ktn.gv.at



Herbstwanderung in den Nockbergen jeden Freitag vom 22. September bis 27. Oktober 2023

Tauchen Sie ein in ein unvergleichliches Farbenmeer, das der Herbst in den Biosphärenpark Nockberge zaubert. Begleitet von einem Biosphärenpark-Ranger erhalten Sie Einblick in die heimische Tier- und Pflanzenwelt, welche nun mitten im Wandel steht und sich auf den Winter einstellt. Genießen Sie die letzten warmen Sonnenstrahlen und lassen Sie sich vom Röhren der Rothirsche beeindrucken. Auf dieser Wanderung fern ab von stark frequentierten Wanderwegen spüren Sie die Kraft der Natur noch einmal hautnah, bevor sie sich zur Ruhe begibt.

Treffpunkt: Tourismusinformation in Bad Kleinkirchheim
Dauer: ca. 5 - 6 Stunden (der erste Anstieg erfolgt mit dem Nockmobil)

Kosten: € 18,- pro Teilnehmer zzgl. Kosten für Nockmobil *
Infos: feste Schuhe, Sonnen- und Regenschutz, Getränk und Jause für die Dauer der Wanderung

Anmeldung: bis 15 Uhr am Vortag unter Tel.: +43 (0)4240/8212

Einladungen zu Veranstaltungen aus dem Bildungskalender des Biosphärenparks

Vortrag

Artenvielfalt – Landschaft zwischen Schützen und Nützen

Was wären unsere schönen Landschaften ohne die nutzvoll-pflegliche Tätigkeit unserer Bauern? Sowohl die Naturmomente als auch die Art der Landbewirtschaftung bestimmen über die Vielfalt der natürlich vorkommenden Pflanzen und Tiere, und somit über unsere Lebensgrundlagen. Die Stabilisierung und Erhaltung des Artenreichtums erfolgen durch eine kontinuierliche Nutzung. Der Schutz unserer Natur basiert auf der Erneuerung naturschonender Landnutzungen und nicht auf denkmalschützerischer Konservierung. Durch Bodenversiegelung und industrielle Landwirtschaft entstandene Landschaften sind monoton und haben keinen behaglichen Wärmecharakter.

Termin: 5. Oktober 2023

Beginn: 19 Uhr im Tourismusverband in Bad Kleinkirchheim

Referent: DI Dr. Michael Machatschek

Kosten: kostenlos

Veranstaltung gilt als Weiterbildung für regionale Naturschutzplanbetriebe in Kärnten.

Online Präsentation

Erwachsenenbildung & Nachhaltige Entwicklung im Biosphärenpark Nockberge

Cornelia Malojer setzt sich in ihrer Dissertation mit der Umsetzung des Themas „Nachhaltige Entwicklung“ im Erwachsenenbildungskalender 2021 auseinander. Ihres Erachtens nach liegt eine zentrale Aufgabe von Bildungsangeboten darin, neben Wissen auch Möglichkeiten zu schaffen, in denen ein konstruktiver Umgang mit Widersprüchen entwickelt werden kann. Im Forschungsprojekt kommen Teilnehmende der Bildungsangebote zu Wort, es werden ihre Bedeutungen von Nachhaltigkeit rekonstruiert und darauf aufbauend Überlegungen angestellt, wie diese Bildungsangebote die Umsetzung von nachhaltiger Entwicklung unterstützen können.

Termin: 14. Dezember 2023, Beginn: 19:00 Uhr

Referentin: Mag. Cornelia Malojer

Anmeldung: bis 13.12.2023, **Kosten:** kostenlos

Link: Zugangs-Link wird bei Anmeldung übermittelt.



■ Österreichischer Kameradschaftsbund Ortsverband Reichenau

Auf Grund der Einladung des Ortsverbandes des Österreichischen Kameradschaftsbundes Predlitz in der Steiermark zu dessen 110jährigen Bestandsjubiläums, rückte eine Abordnung des ÖKB Reichenau am 2. Juli 2023 aus. Die 110 Jahre alte Verbandsfahne des ÖKB Predlitz wurde heuer adaptiert und im Zuge der Veranstaltung neu eingeweiht. Bei Kaiserwetter und der Teilnahme von 26 ÖKB-Ortsverbänden aus der Steiermark, aus Salzburg und Kärnten, wurde die Veranstaltung durch den Verbandsobmann Michael PERTL hervorragend organisiert.



■ Aufklärung zur Kastrationsverpflichtung von Katzen

Katzen sind extrem vermehrungsfreudige Tiere. Eine Katze kann, theoretisch, in 5 Jahren 12 680 (zwölftausendsechshundertachtzig) Nachkommen erzeugen! Eine ungebremste Vermehrung führt zu Problemen – für die Katzen selbst, für Menschen und die Umwelt. Möglicherweise kennen Sie den Anblick von kranken, inzuchtgeschädigten Katzen. Katzen können durch ihr Verhalten, ihre Ausscheidungen, durch Geruch- und Lärmentwicklung stören. Katzen können auch Krankheiten auf Tiere und Menschen übertragen.

Aus diesen Gründen gilt in Österreich eine Katzenkastrationspflicht! Jeder Tierhalter muss seine Katze von einem Tierarzt kastrieren lassen oder eine Zucht für dieses Tier bei der zuständigen Bezirkshauptmannschaft melden oder bewilligen lassen. Unter Zucht wird eine Fortpflanzung von Tieren, durch u.a. eine nicht verhinderte Anpaarung, verstanden. Die Zuchtmeldung hat den Namen und die Anschrift des Tierhalters, den Ort der Tierhaltung und die Höchstzahl der gehaltenen Katzen zu beinhalten. Zu melden sind auch ev. nötige Untersuchungen um „Qualzucht“ zu verhindern. Jungtiere, die für die Zucht verwendet werden sollen, sind spätestens vor Ausbildung der bleibenden Eckzähne mit einem Mikrochip durch einen Tierarzt zu kennzeichnen. Der Tierhalter einer Zuchtkatze muss, wie auch für alle Hunde vorgeschrieben, eine Eintragung seines Tieres in die österreichische Heimtierdatenbank veranlassen. Bei Nichtbeachtung der gesetzlichen Grundlage sieht das Tierschutzgesetz bis zu 3 750 Euro Strafe vor.

Bitte melden Sie tierhalterlose und verwilderte Katzen auf Ihren landwirtschaftlichen Anwesen Ihrem Gemeindeamt. Mit Hilfe Ihrer Gemeinde, der Tierärzteschaft und dem Land Kärnten kann, im Rahmen der Möglichkeiten der Katzenkastrationsaktion, geholfen werden.

Dr. Jutta Wagner, Tierschutzombudsfrau, Juli 2023



Geschenkidee:

Original Zeitung von jedem Tag 1900-2022
Jahrgangs-Weine von jedem Jahr 1920-2022
Tel. 01/7180800
Stöbern Sie im Shop: www.historia.at

HISTORIA GMBH WIEN

■ Machen Sie mit!

Sie sind WaldbewirtschafterIn und Ihnen liegt die Erhaltung der Artenvielfalt am Herzen? Sie möchten Näheres über den Zusammenhang zwischen Waldbewirtschaftung und Biodiversität erfahren? *Dann machen Sie mit bei: WIR SCHAUEN AUF UNSERE WÄLDER*



Wie funktioniert?

Melden Sie sich für ein „Waldökologisches Betriebsgespräch“ an. Daraufhin wird ein/e ExpertIn zu Ihnen und Ihrem Betrieb kommen. Bei einer rund ein bis zweistündigen gemeinsamen Waldbegleitung werden besondere und vielfältige Aspekte in Ihrem Wald aufgesucht und näher betrachtet. Die Teilnahme ist kostenlos.

Sie haben zusätzlich die Möglichkeit als „Vorzeigebetrieb“ im Projekt mitzuwirken und damit andere WaldbewirtschafterInnen in Ihrer Region zu begeistern.

Informationen und Anmeldung:

Mag. Stephanie Wohlfahrt
e-mail: wohlfahrt@wildoekologie.at
Handy: +43 650 54 500 45

■ Pflegenahversorgung

Die **PFLEGENAHVERSORGUNG*** in Ihrer Gemeinde
Ein kostenfreies Service der Gemeinde Reichenau für ältere Bürgerinnen und Bürger und pflegende Angehörige

Sie benötigen

- Informationen zu Angeboten im Gesundheits-, Pflege- und Sozialbereich
- Unterstützung bei Antragstellungen jeder Art
- Hilfestellung bei der Organisation Ihres Betreuungsalltages
- Begleitung bei Arztbesuchen oder Einkäufen
- Entlastung als pflegende Angehörige/pflegender Angehörige

Die **Pflegekoordinatorin** Ihrer Gemeinde, Frau Maria Elsbacher steht Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.
Kontakt: T: 0664/1950834,
M: m.elsbacher@ktn.gdevb.at

Auf Wunsch finden Beratungsgespräche im häuslichen Umfeld, im Gemeindeamt oder telefonisch statt.

Ihre Gemeinde freut sich, Sie unterstützen zu dürfen!



■ Gut geschlafen?

Gut geschlafen ist gut regeneriert. Das ist die Rückgewinnung von verbrauchten Kräften und die Wiederherstellung des körperlichen und psychischen Gleichgewichtes. Am Tag, bei Belastung angesammelte Stoffwechselprodukte werden von den Zellen im Schlaf umgebaut, abgebaut und entsorgt. Somit sorgen unsere Zellen im Schlaf für neue Kräfte. Der Schlafrhythmus jeden Lebens ist ans Licht der Sonne geknüpft. In unserer modernen Welt sind wir von diesem Rhythmus losgelöst durch Unmengen künstlicher Lichtquellen.

„Man hat uns die Finsternis gestohlen“.

Viel künstliches Licht verringert die Bildung von Melatonin, das sog. Schlafhormon. Vor allem künstliches Licht mit viel **Blaulichtanteilen** wirkt als Muntermacher. Das sind die Computerbildschirme, Tablets und Smartphones, Fernseher aber auch die gut strahlenden Xenonscheinwerfer der Autos und die Hi-LED Lampen der Fahrräder. Bei den ersteren können wir die Belastung auf unser Schlafhormon reduzieren, einerseits mit der Verkürzung der Nutzungsdauer, wohl emotional sehr schwierig, andererseits mit dem Zurückschalten der Helligkeit. Unsere innere Uhr und unser Schlafhormon würden sich bedanken. Nebstbei ist das Melatonin eng verwandt mit unserem Wohlfühlhormon Serotonin. Beide sorgen für Entspannung und Ausgeglichenheit. Und beide entstehen aus einem Eiweiß (dem Tryptophan) das wir nicht selbst produzieren, sondern essen müssen. Viel davon ist in Haferflocken, Erbsen, einheimische Soja und in Fleisch und Ei. Als Abendmahlzeit wären da wohl die Haferflocken am geeignetsten.

Ein weiterer häufiger Schlafstörer sind die Unmengen an Informationen die so nebstbei von den digitalen Medien in uns mit „likes“ (=gefallen) und „links“ hineingestopft werden. Die könnten wir, wenn wir könnten, einfach weniger nutzen. Ein Kabarettist sagte: „Als in früheren Zeiten, die Information noch im Postkasten lag, gingen wir nicht mehrmals am Tag zum Postfach(Maileingang)nachschauen ob was gekommen ist.“

Zu echten Schlafstörungen können wirkliche Sorgen werden, die vor allem in der Nacht, sich breit machen, da sie durch keine Ablenkung abgestellt werden. Von einem Pati-



enten bekam ich einst die Rückmeldung: Herr Doktor ihre „**Schubladentherapie**“ wirkt. So hat er meine Empfehlung genannt, wie er die in seinem Kopf im Kreis sich drehenden Gedanken stoppen kann. Wir können Gedanken, vor allem wenn uns Sorgen oder wirkliche Probleme plagen, nicht bewusst aus dem Kopf hinausbringen. Können wir Probleme, vor allem in der Nacht, nicht lösen, beginnen die Gedanken sich endlos im Kreis zu drehen und rauben uns den Schlaf. Es ist jedoch möglich neue, andere Gedanken hereinzuholen. Das gelingt, indem wir uns intensiv in eine andere Sache, ein anderes Thema, gedanklich vertiefen. Es sollten Themen sein, in die wir uns gerne vertiefen. Zum Beispiel das Planen einer Reise, einer Wanderung, ein Treffen mit Freunden, Plan für eine Lieblingshandarbeit, gedankliche Beschäftigung mit einem Musikstück und vieles mehr. Die neuen Gedanken konzentrieren sich nur darauf, **WIE** der Plan funktionieren wird und nicht, ob er funktioniert. Solche Gedankenspiele schieben belastende, sich im Kreis drehende, Gedanken aus unserem Kopf. Schleichen sich belastende Gedanken ein, schieben wir sie mit einer „Schublade“ voller interessanter, Pläne wieder hinaus. Ich muss zugeben, manchmal „klemmen“ diese Laden.

Behandlungsstrategien gegen Schlafstörungen werden viele angeboten. Ob Heilpflanzen (Baldrian, Hopfen, Melisse, Lavendel, Passionsblume), Mikronährstoffe (B-Vitamine, L-Tryptophan, Vit-D, Zink,) , Meditation, Hypnose, Akupunktur, Kieferregulation, Atemtherapie, Ernährungsempfehlungen, Homöopathie, Kneippanwendungen oder Medikamente. Jeder Mensch ist einzigartig und sein Leben vielfältig. Ebenso ist die Behandlung individuell, vielfältig und dafür ist dieser Rahmen zu klein.

Ein Naturheilmittel kann ich dennoch allgemein empfehlen. Es ist die Anwendung von **Kaltreizen nach Kneipp**. Mit kalten Füßen lässt sich schlecht schlafen. Vor dem zu Bett gehen, die Füße erwärmen, danach Schenkelgüsse oder wem es gefällt im kalten, nassen Gras schlurfenden Schrittes ein paar Runden ziehen, sogenanntes Taulaufen, wirken vielfältig. Danach nur leichtes abwischen. Die körperliche Gegenregulation erwärmt die Füße und aktiviert, den Vagus, unseren Entspannungsnerv. Die Schenkelgüsse sind bequem auch bei Durchschlafstörungen in der Wanne anwendbar. Ich wünsche ihnen/Euch warme Füße und einen kühlen Kopf und einen guten Schlaf.

Euer Dr Wolfgang Hofmeister



JETZT NEU!

GOOD NEWS AUS KÄRNTEN

www.kärntenportal.at



■ Unsere „Bientankstelle“ für den Generationen-Bewerb der Blumenolympiade

Seit Mitte Mai lockt unsere innovative „Bientankstelle“ bepflanzt mit Katzenminze, Mehlsalbei, Lobelien, Fächerblumen, Lavendel und Wandelröschen neben zahlreichen hungrigen Insekten, auch den einen oder anderen schaulustigen Besucher an. Anfang Juli kam ein Fachjuryteam der Kärntner Blumenolympiade im betreubaren Wohnen vorbei, um ein bisschen Zeit mit uns zu verbringen und die harmonisch gestaltete, dreistöckig arrangierte, Blütenpracht zu bewundern.



Biosphärenpark-Kräuterwanderung mit Ranger Markus

Auch vermeintlich bekannte Pflanzen und Kräuter in der näheren Umgebung verbergen so manches Geheimnis. Viele von ihnen haben, in richtiger Menge angewandt, die Kraft zu heilen, von anderen sollte man wiederum doch lieber die Finger lassen. Der Biosphärenpark-Ranger Markus Böheim brachte den mobilen, kräuterbegeisterten Seniorinnen und Senioren, in einer kurzen, barrierefreien Wanderung im Ortsgebiet von Patergassen zahlreiche Besonderheiten der Pflanzenwelt näher. Im betreubaren Wohnen angekommen, stellten wir dann gemeinsam mit den weniger mobilen Personen eine würzig duftende, hoch wirksame „Fichtenpechsalbe“ her, die in der Volksheilkunde nicht nur bei Bronchitis, sondern auch als Wundsalbe ihre Anwendung findet. An dieser Stelle noch einmal einen herzlichen Dank an Markus Böheim und dem gesamten Team des Biosphärenparks Nockberge. Wir freuen uns schon sehr auf den nächsten, spannenden Vortrag!



Zünftige Klänge und kulinarische Köstlichkeiten beim Sommerfest

Fidele Volksmusik von den „Quetschen-Hexen“ Heidi und Friedi, gepaart mit dem Duft von herzhaft-knusprigen „Rippalan“ und saftigen Hühnerschnitzeln von der Jausenstation Staudacher, da kommt Freude auf! Danke an alle, die sich

die Zeit genommen haben, um mit uns zu feiern! Ein herzliches Dankeschön gebührt an dieser Stelle natürlich auch wieder meinen freiwilligen Helferinnen.



Wiesenmarktstimmung im Kleiderschrank

Passend zur Jahreszeit zeigt uns Gertraud ihre neueste Trachtenjackenkollektion.



TAG DER OFFENEN TÜR Herzliche Einladung zum „Tag der offenen Tür“ im betreubaren Wohnen Patergassen.

Am **Freitag, dem 29.09.2023** in der Zeit zwischen
13:00 Uhr und 18:00 Uhr.

bieten wir interessierten Bürgerinnen und Bürgern der
**Gemeinden Reichenau, Gnesau
und Bad Kleinkirchheim**

die Möglichkeit, unser barrierefreies Wohnhaus zu
besichtigen und mehr über die **Wohnungen**, das **Betreuungs-**
konzept und die **Wohnungsvergabe** zu erfahren.

Wir freuen uns auf Ihr/Euer Kommen!

Die Mieterinnen und Mieter des betreubaren Wohnens
Patergassen und ihre Alltagsmanagerin Jennifer Pöcher.



Jenny Pöcher, Alltagsmanagerin im
Betreubaren Wohnen Patergassen



Unwetter-Starkregen-Hochwasser Schutzmaßnahmen

Unwetter mit enormen Niederschlagsmengen nehmen in den letzten Jahren an Intensität spürbar zu. Starke Regenfälle lassen Bäche und Flüsse über die Ufer treten und führen lokal zu schweren Überschwemmungen. Ein absoluter Schutz vor Hochwasser ist grundsätzlich nicht möglich. Trotzdem ist es notwendig, sich auf diese Gefahren einzustellen und zeitgerecht Vorbereitungen zu treffen.

Richtiges Verhalten bei Hochwasser:

- Meiden Sie die Uferbereiche von Bächen und Flüssen! Von überschwemmten Bereichen fernhalten.
- Bleiben Sie im Haus und suchen Sie sichere Bereiche auf (z.B. Obergeschoss)!
- Beachten Sie die Zivilschutz-Sirenensignale, ORF-Mitteilungen und Lautsprecherdurchsagen. Befolgen Sie die Anweisungen der Behörden und Einsatzkräfte!
- Notgepäck und wichtige Dokumente für den Fall einer Evakuierung bereithalten!
- Vorsicht - in Kellern und Tiefgaragen besteht Lebensgefahr!
- Befahren Sie keine überfluteten Straßen. Auch als sicher angesehene Verkehrswege können Lebensgefahr bedeuten. Die Gewalt des Wassers nicht unterschätzen!
- Bei Rettungsversuchen immer auf die Eigensicherung achten.



Vorbereitungen für ein drohendes Hochwasser:

- Nehmen Sie Unwetter- und Hochwasserwarnungen ernst! Verfolgen Sie die aktuellen Wettermeldungen. Informieren Sie Mitbewohner und Nachbarn.
- Denken Sie daran, dass beim Eintreten der Hochwassergefahr eventuell nicht jedes Familienmitglied zu Hause ist. Vor allem mit Kindern abklären, wo sie dann hingehen sollen.
- Überlegen Sie, wo es eine Unterkunft gibt, falls eine Evakuierung angeordnet wird.
- Persönliche Vorsorgemaßnahmen überprüfen und ergänzen (Batterieradio, Notbeleuchtung, Notvorrat, Dokumentenmappe, Notgepäck)
- Weitere Selbstschutzvorsorgen treffen (Dichtmaterial, Sandsäcke, Schaltafeln, Räumwerkzeug, Tauchpumpe, regenfeste Kleidung, Stiefel etc.).
- Gefährdete Räume ausräumen. Feuchtigkeitsempfindliches Inventar bzw. Elektrogeräte erhöht stellen. Türen, Fenster, Garageneinfahrten und Lichtschächte abdichten.
- Dachrinnen und Bodeneinläufe vom Laub freihalten. Überprüfen Sie Hausentwässerungsanlagen und Rückstauklappen. Heizöl-Tank gegen Aufschwimmen sichern (an der Wand verankern oder mit Ballast beschweren).
- Haupthähne und Schalter für Gas, Wasser, Strom abdrehen! (Achtung: Tiefkühltruhe)
- Fahrzeuge aus gefährdeten Garagen und Parkflächen entfernen. Tiere rechtzeitig aus der Gefahrenzone bringen.





Verhalten bei Sturmgefahren Schutzmaßnahmen

Gefährlich sind bei einem Sturmereignis vor allem die Böen, also kurzzeitige Windspitzen, da sie doppelt so hoch sein können wie die durchschnittliche Windgeschwindigkeit. Eine Gefahr für Menschen stellen besonders die Gegenstände dar, die nicht (oder schlecht) im Boden verankert sind und dem Wind eine große Angriffsfläche bieten.

Zur Vermeidung von Sturmschäden:

- Mindestens einmal jährlich Dach und Kamin auf lose Ziegel, schlecht befestigte Bleche und dergleichen überprüfen lassen. Blitzschutzanlagen, Antennen und ähnliches müssen ebenso sicher befestigt sein.
- Hohe, ältere und morsche Bäume in der Nähe von Gebäuden rechtzeitig zurückschneiden oder durch neue Bepflanzung ersetzen.
- Abdeckplanen, Ersatz-Dachziegel, Folien und Befestigungsmaterial für eine Noteindeckung zur Vermeidung von Nässeschäden bereithalten.
- Wetterwarnungen und behördliche Informationen beachten.



Bei einem drohenden Sturm:

- Wenn möglich nicht im Freien aufhalten, sondern in festen Gebäuden Schutz suchen. Fenster und Türen und Fensterläden schließen. Markisen und Jalousien einziehen. Kinder zu sich rufen und beaufsichtigen.
- Bewegliche Gegenstände (Gartenmöbel, Spielgeräte) im Garten, auf der Terrasse und dem Balkon wegräumen oder sichern. Fahrzeuge, wenn möglich, in geschützte Bereiche bringen.
- Im Freien Abstand zu Gebäuden, Bäumen etc. halten. Es besteht Gefahr durch herabfallende Bauteile, Ziegel, Äste, ...
- Vermeiden Sie nach Möglichkeit Auto- oder Fahrradfahrten! Bei unbedingt notwendigen Autofahrten langsam fahren und Abstand vergrößern. Auf Seitenwind bei Tunnelausfahrten und auf Brücken achten. Waldgebiete und Alleen meiden.
- Verhaltensmaßnahmen der Behörden (Radio, TV) beachten.
- Ein Sturm kann zu Stromausfällen führen. Ein Notfallradio und eine Notbeleuchtung bereithalten!

Nach einem Sturm:

- Weiter aktuelle Informationen verfolgen.
- Vorsicht bei abgerissenen oder am Boden liegenden Stromleitungen. Mindestabstand von 20 Metern einhalten und den Schaden melden.





Bundesministerium
Inneres



LAND KÄRNTEN



FÜR IHRE SICHERHEIT

ZIVILSCHUTZ-PROBEALARM

in ganz Österreich am Samstag, 7. Oktober 2023, zwischen 12:00 und 12:45 Uhr

Mit mehr als 8.000 Sirenen sowie über KATWARN Österreich/Austria kann die Bevölkerung im Katastrophenfall gewarnt und alarmiert werden. Um Sie mit diesen Signalen vertraut zu machen und gleichzeitig die Funktion und Reichweite der Sirenen zu testen, wird einmal jährlich von der Bundeswarnzentrale im Bundesministerium für Inneres mit den Ämtern der Landesregierungen ein **österreichweiter Zivilschutz-Probearm** durchgeführt.

DIE BEDEUTUNG DER SIRENENSIGNALE:

SIRENENPROBE



15 Sekunden

Achtung! Keine Notrufnummern blockieren!

WARNUNG



3 Minuten gleichbleibender Dauerton

Herannahende Gefahr!

Radio oder Fernseher (ORF) bzw. Internet (www.orf.at) einschalten, Verhaltensmaßnahmen beachten.

Am 7. Oktober nur Probearm!



ALARM



1 Minute auf- und abschwelliger Heulton

Gefahr!

Schützende Bereiche bzw. Räumlichkeiten aufsuchen, über Radio oder Fernsehen (ORF) bzw. Internet (www.orf.at) durchgegebene Verhaltensmaßnahmen befolgen.

Am 7. Oktober nur Probearm!



ENTWARNUNG



1 Minute gleichbleibender Dauerton

Ende der Gefahr.

Weitere Hinweise über Radio oder Fernsehen (ORF) bzw. Internet (www.orf.at) beachten.

Am 7. Oktober nur Probearm!



Infotelefon Land Kärnten: 050 536 57057

7. Oktober 2023, 12:00-13:00 Uhr



Sicherheits-Informationen rund um die Uhr
www.siz.cc/reichenau

KATWARN
ÖSTERREICH / AUSTRIA
www.katwarn.at