

Nr. 41 Ausgabe Juli 2024

Heimzeitung

Lebenskreis



Bürgerheim
St. Nikolaus von der Flie
Schlanders



Der Männergesangsverein Schlanders
Seniorenmeisterschaft 2024
Wiedereröffnung der Dementenabteilung



Inhalt

| | |
|---|----|
| Dem Direktor das Wort..... | 3 |
| Seniorenmeisterschaft 2024 in Partschins..... | 5 |
| Der Männergesangverein- oder einfach MGV Schlanders..... | 8 |
| Bewohnersichterhebung und Angehörigenbefragung..... | 10 |
| Wiedereröffnung des Wohnbereichs für Menschen mit Demenz..... | 12 |
| Rückblick in Bildern..... | 14 |
| Sage aus dem Vinschgau: Maria in der Schmelz..... | 18 |
| Wir gedenken unserer verstorbenen Heimbewohner..... | 19 |
| Wir gratulieren unseren Heimgästen zum Geburtstag..... | 20 |
| Weizenmischbrot "Leabelen"..... | 22 |
| Sudoku..... | 23 |

Impressum

Eigentümer und Herausgeber: Bürgerheim St. Nikolaus von der Flüe - ÖBPB/APSP

Eingetragen in das Register der öffentlichen Betriebe für Pflege- und Betreuungsdienste, gemäß Art. 18, 1 des Regionalgesetzes vom 21.09.2005, Nr. 7; Einschreibungsnummer 015/2008

I-39028 Schlanders, Dr.-Karl-Tinzi-Str. 19

Tel. +39 0473 748600 - Fax +39 0473 748125

info@altersheim-schlanders.it

MwSt.-Nr. 00678820218 - St.-Nr. 93001110217

Verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes sind die jeweiligen Autoren

Redaktion: Dieter Dr. Pinggera, Andreas Wiesler, Gerda Frischmann (GF), Bernhard Dr. Tschenett

Erscheint 3 mal im Jahr, Druck: Unionprint KG

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 30. September 2024

Hinweis:

Zur besseren Verständlichkeit und leichteren Lesbarkeit wird in dieser Zeitung auf die Formen –In und –Innen verzichtet.

Herzlichen Dank für die finanzielle Unterstützung unserer Heimzeitung "Lebenskreis"!





**Liebe Heimbewohnerinnen und Heimbewohner,
werte Angehörige,
geschätzte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter,
geschätzte Freiwillige und Ehrenamtliche,
liebe Freunde und Förderer des Bürgerheimes,**

als sozial interessierter und aufgeschlossener Mensch bin ich seit Jahren ehrenamtlich tätig, und auch politisch habe ich mich immer für die Anliegen der Schwachen unserer Gesellschaft eingesetzt. Ich bin der festen Überzeugung, dass der Mensch im Mittelpunkt unseres Denkens und Handelns stehen muss!

Es freut mich daher, seit 1. Mai dieses Jahres das Bürgerheim als Direktor leiten zu dürfen.

Durch meine vormaligen Tätigkeiten kenne ich das Seniorenwohnheim und die vielen darin angebotenen Dienste bereits sehr gut. Aufgrund

meiner Ausbildung und langjährigen Erfahrung sind mir auch die Verwaltungsabläufe, die Personalführung, das Buchhaltungswesen, die Finanzierung sowie die Zusammenarbeit mit all unseren Systempartnern auf Gemeinde-, Bezirks- und Landesebene bestens vertraut.

Ich weiß es aber auch zu schätzen, die Leitung des Bürgerheimes in diesem vorbildlichen Zustand übernehmen zu dürfen. Die meisten Heimbewohner/innen fühlen sich sehr wohl in unserem Hause und sind glücklich, hier ihren Lebensabend verbringen zu dürfen und von unseren Mitarbeitern/innen so liebevoll und professionell begleitet, betreut und gepflegt zu werden.

Oberste Priorität hat auch für mich, unser Wohnheim weiterhin als lebenswertes Zuhause zu erhalten. Unsere motivierten Mitarbeiter/innen in allen Bereichen, von der Reinigung bis zur Pflege, von der Hauswirtschaft über die Verwaltung bis zur Therapie- und Freizeitgestaltung, jede/r einzelne trägt dazu bei, diese so wichtige Dienstleistung der Betreuung und Pflege von Senioren zu ermöglichen und so ein Altern in Würde und Selbstbestimmung zuzulassen. >



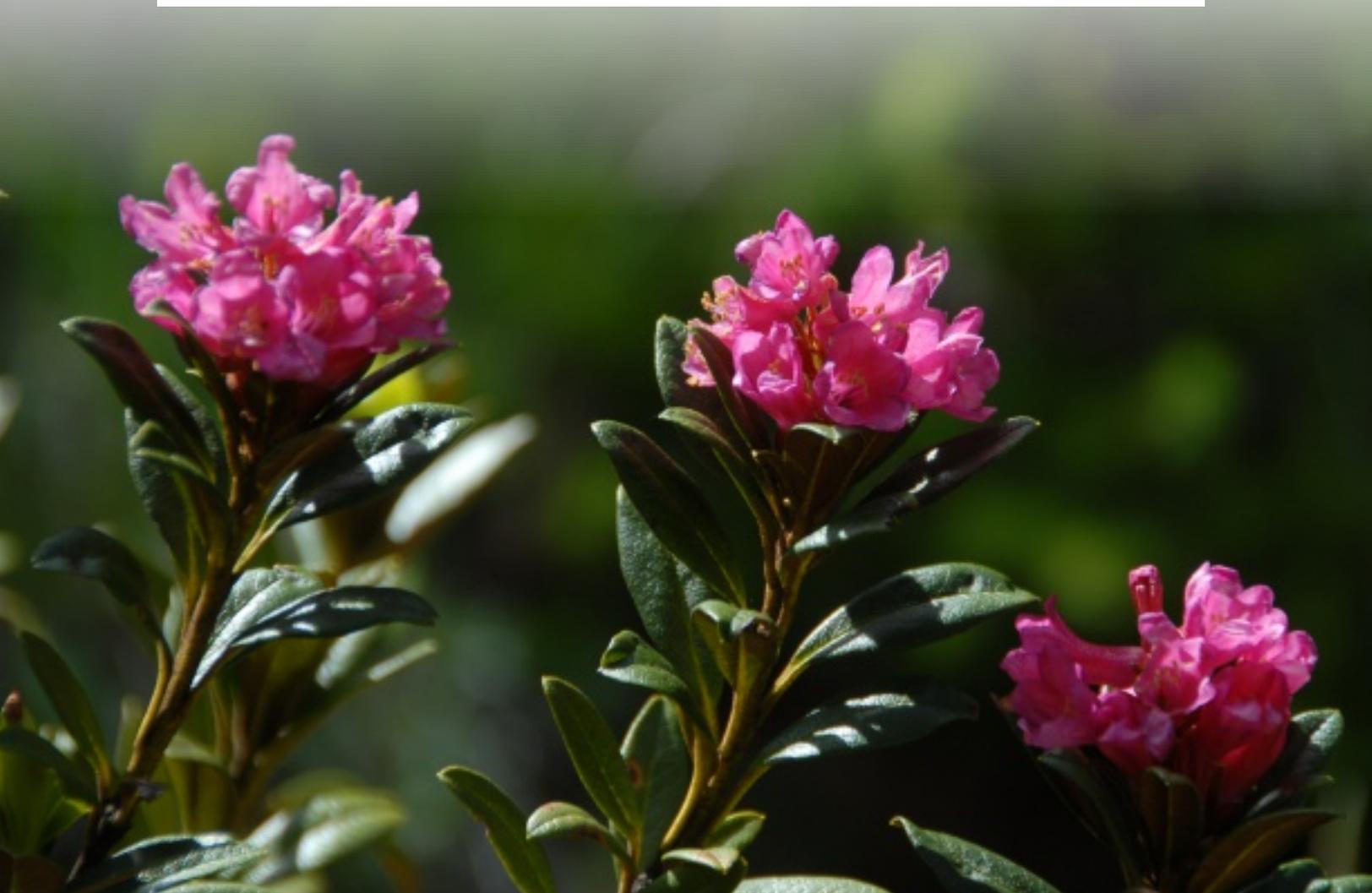


Der Schlüssel zum Gelingen dieser Mission sind engagierte, zufriedene und wertgeschätzte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Die Personalentwicklung und Personalbindung sind mit Sicherheit die größten Herausforderungen in dieser Zeit des demografischen Wandels, in der der ältere Bevölkerungsanteil und damit der Pflegebedarf jährlich steigt, während immer weniger junge Menschen in die Arbeitswelt nachrücken.

Hier gilt es für uns als Heimleitung, die richtigen Akzente zu setzen, damit die Pflege als attraktive und sinnerfüllende Arbeit wahrgenommen wird. Zum Wohle aller Mitarbeiter/innen müssen wir für ein angenehmes, kollegiales, wertschätzendes Arbeitsklima und einen guten Teamgeist sorgen. Aufgabe der Politik ist es schließlich, die richtigen Rahmenbedingungen zu schaffen, damit sich diese wertvolle Arbeit auch lohnt!

Ich danke meinem Vorgänger Christof Tumler für die vorbildliche Arbeit, mit der er über mehrere Jahrzehnte in Zusammenarbeit mit vielen Verwaltungsräten dieses Haus zu dem gemacht hat, was es heute ist. Möge es uns mit vereinten Kräften gelingen, hier anzuknüpfen. Mögen wir alle gemeinsam, Verwaltungsrat und Mitarbeiter/innen, an der Weiterentwicklung dieses Hauses und der dort angebotenen zahlreichen Dienste erfolgreich arbeiten.

Dieter Pinggera, Direktor





Seniorenmeisterschaft 2024 in Partschins

Dieses Jahr fand die alljährliche Seniorenmeisterschaft der Velpa (Verband der Ergotherapeuten, Logopäden und Physiotherapeuten in den Altersheimen) und dem VdS (Verband der Seniorenwohnheime) am 30. Mai in ihrer 10. Ausgabe in Partschins statt.

Auf dieses Ereignis bereiteten sich unsere Senioren schon seit einigen Wochen vor. Neben dem Parcours und dem Kegeln, welche fleißig wöchentlich trainiert wurden, konnten sie auch dieses Jahr wieder Teamleibchen gestalten. >





Gemeinsam mit den Therapeuten, der Zivildienenin Isabell und dem Hauswirtschaftsleiter Walter brachen Siegrun Ludwig, Maria Pircher, Sabine Holzer, Oswald Tumler, Maria Fleischmann, Herbert Stricker und Anna Weithaler gut gelaunt und mit besten Erwartungen um halb neun Uhr mit den Heimfahrzeugen auf. Aufgrund der schlechten Wetterlage wurden die Spiele im Innenbereich des Seniorenwohnheimes Johann Nepumuk Schöpf in Partischins ausgetragen, wobei das Wetter der guten Laune der Bewohner nichts anhaben konnte. Neben der köstlichen Verpflegung durch unser Küchenteam wurden vor Ort noch Kuchen, Getränke und Krapfen vom Seniorenwohnheim Partschins gestellt. Auch für Musik und Unterhaltung wurde bestens gesorgt.





Anlässlich des 10-jährigen Jubiläums wurden erstmals Luftballone mit Helium an alle Heimbewohner verteilt, welche man mit einer Postkarte samt Anschrift des jeweiligen Bewohners in den Himmel aufsteigen ließ. Die Finder dieser Postkarten können diese dem Bewohner zurücksenden. Wir warten nun gespannt, ob einige den Weg zu den Bewohnern zurückfinden werden.

Neben den vielen tollen Eindrücken konnten unsere Bewohner auch einige Preise sammeln. So erzielte Sabine Holzer den 3. Platz beim Parcours ohne Hilfsmittel, Herbert Stricker erhielt den 2. Preis beim Parcours im Rollstuhl, und Maria Fleischmann errang den 1. Platz beim Parcours mit Hilfsmittel. Dadurch konnte unser Haus den 2. Platz beim Gesamtsieg dicht hinter Naturns erringen.



Von diesem Erlebnis werden unsere Bewohner sicher noch lange erzählen, und sie freuen sich jetzt schon auf das nächste Jahr.

Deborah Öttl



MGV im Bürgerheim



Wertungssinger Leipzig 2022

Der Männergesangsverein- oder einfach MGV Schlanders

Die Entstehungsgeschichte des Männergesangsvereines geht auf das Jahr 1860 zurück. Zwölf unternehmungslustige, lebensbejahende und sangesfreudige Bürger haben - laut Dorfbuch von DDr. Heinrich Kofler- den Verein gegründet. Es ist der zweitälteste MGV im Lande. Der Erste Weltkrieg unterbrach die kulturelle Tätigkeit, die aus Konzertabenden, Cäcilienfeiern und Unterhaltungen verschiedenster Art bestand. Bereits in der Zwischenkriegszeit nahm die Chortätigkeit wieder Fahrt auf, ein erfolgreicher Neubeginn war jedoch erst nach dem Ende des Zweiten Weltkrieges möglich. Der Verein entwickelte sich nun unter den verschiedensten Chorleitern zu einem harmonischen Klangkörper. Geselligkeit und Frohsinn zogen überall dort ein, wo die Männer ihre Stimmen erklingen ließen. Gesellschaftlicher Fixpunkt war der jährliche Faschingsball mit Faschingsrevue, legendär die Auftritte der „gestandenen Mannsbilder“ in weiß-rosa Ballettröckchen. Die

Konzert des MGV und der Bürgerkapelle Kortsch 2019





Männergesangsverein Schlanders

Revue des MGV hat immer noch hohen Unterhaltungswert. Lokal- und Weltpolitik werden - einmal sanfter, einmal bissiger - auf die Schippe genommen. Passend dazu die „Brennessel“, die Faschingszeitung, in der sich mancher nach einem erlittenen Missgeschick oder einem Streich wiederfindet, nach dem Motto „Wer den Schaden hat, braucht für den Spott nicht zu sorgen“.

Das jährlich im Mai stattfindende Frühjahrskonzert ist mittlerweile Tradition. Heuer waren die Bielsteiner Freunde zu Gast, was dem Abend eine besondere Note verlieh. Die Freundschaft der beiden Chöre besteht seit 1955. Der Männergesangsverein unternimmt immer wieder bemerkenswerte Konzertreisen ins Ausland, auch über Europa hinaus. Der Chor pflegt auch die geistliche Musik, umrahmt die Messfeiern zu Herz Jesu und zu Josefi in der Pfarrkirche und gestaltet die Weihnachtsmesse im Bürgerheim mit. Zurzeit hat der Verein 28 aktive Mitglieder zwischen 40 und 81 Jahren. Seit dem Jahr 2000 wird der Männergesangsverein von Sibylle Pichler geleitet, Obmann ist Daniel Staffler. Den Sängern wünschen wir weiterhin viel Begeisterung und gute Kameradschaft.



MGV mit Bielsteiner Männerchor



(GF) Fronleichnam Messe



Bewohnersichterhebung und Angehörigenbefragung

Wie bereits vor einiger Zeit bekanntgegeben wurde, strebt unser Haus den Erhalt des Qualitätssiegels der südtiroler Seniorenwohnheime an. Im Rahmen dessen wurde eine Umfrage gestartet, welche von vielen Angehörigen ausgefüllt wurde. Mit den Bewohnern wurden Bewohner-sichterhebungen durchgeführt, bei welchen 15 HeimbewohnerInnen in zwei Kleingruppen zu unterschiedlichen Themen befragt und dazu ermutigt wurden, ihre ehrliche Meinung zu äußern. In einer netten geselligen Runde wurde über Themen wie allgemeine Pflege, Aktivitäten und Angebote im Haus, medizinische Betreuung und Verpflegung, Menschlichkeit und Respekt, sowie Autonomie und Selbstbestimmung gesprochen. Neben sehr guten Bewertungen, über die wir uns als Haus sehr freuen, gab es auch nette Kommentare, welche festgehalten wurden:

Die Bewohner gaben geschlossen an, dass sie sich sehr wohl fühlen. Die Pflege respektvoll und geduldig von sich geht. „Miar sein fescht zufrieden“. „Alles in bester Ordnung“. Sie fühlen sich gut aufgehoben und wissen die Geduld der Pfleger sehr zu schätzen.

Die Angebote der Freizeit und der Therapie gefallen den Bewohnern sehr: „es Angebot isch flott im Haus“, „die Gruppen mit die Therapeuten find i toll“, „Film schaugn tua i gern mitn Andreas“. Auf die Frage, wie es mit Ruhepausen bei den vielen Angeboten ist, antworteten alle geschlossen, dass es viele Orte gibt, um sich auszuruhen, bei den Ruhesesseln, der Loggia oder eben im Zimmer, „wenn man mol net mog, muas mans jo lai sogn“.

Auf die Nachfrage, ob denn alle immer wüssten, was es zum Essen gibt, gab es verschiedene Antworten: „i loss mi ollm iberroschen, i krieg schun eppes“, „sel steat jo afn Zettel oder es isch aufgeschlogn“. Das Essen scheint den Bewohnern zudem sehr zu schmecken: „jo schmeckt ollm guat und suscht kann man jo lai nochsolzn“. Auch bei der Bedienung gibt es Nichts auszusetzen: „fein sein sie olle, frogn ollm wos man essen mog und brengens nor a schnell, es isch olls in Ordnung so wias isch“.

Bei der Frage nach Autonomie, ob die Mithilfe der Bewohner im Alltag gefragt und gewünscht sei, antworteten zwei Bewohner: „jo di Scholn muas i decken und keh-



In gemütlicher Atmosphäre erklärt die Qualitätsmanagementbeauftragte Deborah Öttl den Ablauf der Bewohnersichterhebung



ren und di Tisch owischen, obr lai di Sunntiger.“ „I tua sell olle tog, bei olle mohlzeiten, isch obr flott dass i helfen kann.“ „[...] und a di Zeitungen terf i austaln.“ Die Aussagen wurden von allen Anwesenden bestätigt, sie lobten die beiden auch für ihre Mithilfe.

Zusammenfassend kann man sagen, dass die Bewohner gerne bei uns im Bürgerheim sind, sich wertgeschätzt und verstanden fühlen, es ihnen an Nichts zu fehlen scheint und wenn der Schuh doch mal drückt, sie sich gerne an das Personal wenden und wissen, dass sie dort ein Ohr finden.

Auch die Auswertung der Angehörigenbefragung fiel äußerst positiv aus. Dabei ging es um die Themen „Gesamteindruck unseres Hauses“, „Pflege“, „Küche“ und „Freizeit“. Einige Kommentare werden aufgelistet:

„Ein großes Lob und Dankeschön an alle Mitarbeiter“. „Ich muss sagen, dass die gesamte Belegschaft inklusive Führungskräfte sehr zum Wohle der Bewohner arbeiten und alle Heimbewohner und Angehörige immer wieder mit exzellent organisierten Feierlichkeiten überraschen, dafür sei euch allen recht herzlich gedankt“.

„Besonders schätzen wir die Öffnungszeiten des Hauses“.

„Danke an das Personal, das sehr kompetent und liebevoll in allen Belangen der alten und pflegebedürftigen Menschen da ist und ihnen auch seelisch und moralisch beisteht“.

„Man bemerkt beim Betreten des Hauses sofort, dass die Pflege und Betreuung der Bewohner sich in Zufriedenheit und Ruhe widerspiegelt. In Bezug auf unseren Vater möchte ich betonen, dass er sich sehr gut betreut und umsorgt fühlt, was für unsere Familie ein großes Geschenk ist.“

Wir als Haus sagen Danke, Danke für die aufrichtigen Meinungen und Anregungen sowie die lieben Worte und das Lob. Eine solche Rückmeldung erfüllt uns mit Stolz und bestärkt uns in unserem Handeln zum Wohle unserer lieben Heim Gäste.

Deborah Öttl





Wiedereröffnung des Wohnbereichs für Menschen mit Demenz

Am 02.05.2024 war es soweit. Nach über 3 Jahren wurde der Wohnbereich 1, welcher vor allem auf die Betreuung von Menschen mit Demenz ausgerichtet ist, im Bürgerheim wieder eröffnet. Die Schließung im Jahr 2021 war aufgrund der damaligen Situation (Coronabedingter Personalmangel,...) leider unumgänglich.

Umso mehr freuen sich die Mitarbeiter des Bürgerheims und zahlreiche Angehörige, dass mittlerweile wieder ausreichend personelle Ressourcen zur Verfügung stehen, um die Demenstation ins Leben zu rufen.

Im Wohnbereich für Menschen mit Demenz können bis zu 13 Gäste wohnen, im Gegensatz zu den anderen Bereichen, wo immerhin bis zu 25 Bewohner betreut werden können.

Zu Beginn sind acht Bewohner im Wohnbereich 1 eingezogen, die vorher in den anderen drei Wohnbereichen untergebracht waren. Aufgrund ihrer dementiellen Erkrankung wurde zusammen mit deren Angehörigen beschlossen, sie in den ersten Wohnbereiche zu verlegen.

Die Mitarbeiter konnten sich eigeninitiativ melden, um in die Demenstation zu wechseln. Mit dieser Vorgehensweise ist es gelungen, ein Team aus Krankenpflegern, Sozialbetreuern, Pflegehelfern und Heimgehilfen zusammenzustellen, welche vor allem für Menschen mit Demenz die geeigneten Qualifikationen und Passion haben. Die Aufgabe der Wohnbereichsleitung hat Ulrike Wallnöfer übernommen.

Für die Bewohner stellte der Umzug in den ersten Tagen natürlich eine Herausforderung dar. Jedoch überwiegen die Vorteile des neu eröffneten Bereichs innerhalb kürzester Zeit. Durch die überschaubare Anzahl an Bewohnern ist es möglich, individuell auf ihre Bedürfnisse einzugehen. Die Bewohner selbst schätzen die Ruhe vor allem bei den Mahlzeiten.

Direkt an den Wohnbereich 1 grenzt ein Garten, welcher ausschließlich den Bewohnern der Demenstation vorbehalten ist. Dieser wird viel und gerne genutzt. Durch die Bauweise dieses Gartens ist es den Bewohnern möglich, autonom Spaziergänge im Garten zu machen. Die Marendende wird





gerne im überdachten Außenbereich eingenommen, auch Gesellschaftsspiele werden wieder gerne gespielt. Im Garten wachsen viele verschiedene Kräuter, an denen die Bewohner gerne riechen. Durch diese Art der Wahrnehmung fällt es einigen Bewohnern leichter, ihr Wissen über Kräuter und deren Verarbeitung an die Mitarbeiter weiterzugeben.

Es werden einige Projekte angedacht, wie z.B. Lavendelsäckchen zu basteln oder Minze trocknen, um auch im Winter von den Kräutern zu profitieren.

Mittlerweile werden neun Bewohner mit dementieller Erkrankung und herausforderndem Verhalten betreut. Aufgrund des allgemein positiven Feedbacks seitens der Bewohner, Angehörigen aber auch Mitarbeiter ist angedacht, die noch freien Betten in absehbarer Zeit zu belegen.

Angelika Thaler





Rückblick in Bildern



Faschingsbesuch der Grundschüler



Ostermarende mit Bewohnern und Angehörigen





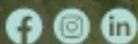
Grundschüler musizieren und singen für die Bewohner

**Höchste Qualität für Ihre Gesundheit –
Für jede Lebensphase.**

LADURNER
HOSPITALIA

1903 haben wir es uns zur täglichen Aufgabe gemacht den Menschen den Alltag und das Alterwerden zu erleichtern. Für jede Etappe des Weges und jede Situation bieten wir **individuelle Beratung und hochwertige Gesundheits- und Pflegeprodukte** an.

Entdecken Sie unser Angebot!



www.ladurner.com

Besuchen Sie uns in
Meran, Max-Valier-Str. 3a
T +39 0473 272727

und in unseren
SANITÄTSHÄUSERN in
Meran, Otto-Huber-Str. 78-80
T +39 0473 055730
oder in **Bozen und Brixen**



Auftritt der Volkstanzgruppe Schlanders



Ausflug zum Goldrainer See



Kindergartenkinder erfreuen die Bewohner mit Frühlingslieder



APOTHEKE SCHLANDERS
FARMACIA SILANDRO

Dr. Jürgen Österreicher

Krankenhausstr. 4A Via Ospedale I-39028 SCHLANDERS/SILANDRO

Tel. +39 0473 730 106 info@apotheke-schlanders.it

www.apotheke-schlanders.it



Sage aus dem Vinschgau: Maria in der Schmelz

Im Waldviertel des Martelltales steht das Schmelzer Kirchlein, ein Wallfahrtsort. Es wurde im Jahre 1711 vom Grafen Hendl für seine Knappen erbaut. Diese waren aus Schwaz in Nordtirol zugezogen. Sie schürften nach Gold und Kupfer in der Nähe des Zufrittsees und schmolzen das Erz auf der „Schmelz“. Im Hungerjahr 1816 wurden die beiden Glöckchen des Wallfahrtskirchleins verkauft. An ihrer Statt stiftete die Gemeinde Martell im Jahr 1839 ein neues, wiederum aus zwei Glöcklein bestehendes Geläute. Am 11. Juli 1872 stürzten von dem hinter dem Kirchlein befindlichen steilen Berghang Felsblöcke nieder. Ein schwerhöriges Weiblein betete gerade um diese Zeit in der Gnadenkapelle. Nach diesem Ereignis erzählte es: „Miar isch fürkemmen, i hear eppes, und sou bin i schaugn gongen, do siech i zwoa Köfl so groaß wia a Heuschupfn!“ Die zwei riesig-großen Steinblöcke waren links und rechts neben dem Kirchlein liegen geblieben. Am 10. Juli 1933 stürzten wiederum gewaltige Felstrümmer vom steilen Berghang zur Kapelle nieder. Das Kirchlein kam auch diesmal ohne Schaden davon. Die Gottesmutter wandte bisher jedes Unheil vom Wallfahrtsort ab.

Winkler, Robert: Sagen aus dem Vinschgau, Arunda, Schlanders 1995





Foto: Gianni Bodini

Wir gedenken unserer verstorbenen Heimbewohner

Leo Niedermair
† 14.02.2024

Elisabeth Walder Kobald
† 01.04.2024

Franz Müller
† 08.05.2024



Wir gratulieren unseren Heimgästen zum Geburtstag!

Wir wünschen Ihnen alles Gute!

Februar 2024

Monika Raffener Prister (85)
Anna Maria Fuchs (85)
Siegrun Maria Ludwig (84)
Waltraut Vanzo (88)

März 2024

Cäcilia Maria Gunsch (89)
Josef Mair (90)
Rosina Pichler Stricker (85)
Karl Angerer (61)
Maria Anna Raich Ratschiller (90)
Johanna Lechthaler Rechenmacher (97)
Rosa Anna Gögele Weissenhorn (76)
Maria Luciana Horrer (84)

April 2024

Ida Marianna Spechtenhauser (75)
Hedwig Rosina Mangeng Lampacher (88)
Ida Pazeller Telfser (87)
Roland Stieger (53)
Cäcilia Fleischmann Holzer (83)
Josef Mair (85)
Adolfina Lechthaler Pernthaler (89)
Ildegarda Brenner Corraini (91)

Mai 2024

Katharina Wellenzohn Lechthaler (95)
Sabine Holzer (53)
Anna Weithaler (87)

Sommerbild

Ich sah des Sommers letzte Rose stehn,
Sie war, als ob sie bluten könne, rot;
Da sprach ich schauernd im Vorübergehen:
"So weit im Leben, ist zu nah am Tod!"

Es regte sich kein Hauch am heißen Tag,
Nur leise strich ein weißer Schmetterling;
Doch, ob auch kaum die Luft sein Flügelschlag
Bewegte, sie empfand es und verging.

Friedrich Hebbel (1813 - 1863)



GLÜCKWUNSCH!

Neue Mitarbeiter

Wir wünschen unseren neuen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern viel Freude und Erfolg!

Angelika Thaler, Sozialbetreuerin
Markus Moskwita, Heimgehilfe
Marion Stecher, Heimgehilfe
Simone Telser, Verwaltungsassistentin
Evi Niedermair, Pflegehelferin
Birgit Beate Alber, Heimgehilfin
Dieter Pinggera, Direktor
Angelika Tumler, Berufskrankenpflegerin

Ankündigung

Altdekan Josef Mair zelebriert wöchentlich am Donnerstag um 17:00 Uhr eine Hl. Messe in der Kapelle des Bürgerheimes.
Die Hl. Messe am Samstag sowie das Rosenkranzgebet am Dienstag finden jeweils um 17:00 Uhr weiterhin statt.





Weizenmischbrot "Leabelen"

Zutaten

100g Weizenvollkornmehl
260g Dinkelmehl
240g Weizenmehl
400g Roggenmehl
30g Hefe
ca. 1l lauwarmes Wasser
2 EL Zucker
24g Salz
1 1/2 EL Kümmel
1 1/2 EL Fenchel
3 EL Brotklee
4 EL neutrales Öl

Zubereitung

Den Zucker mit Hefe im Wasser auflösen. Die trockenen Zutaten mit Schneebesen vermischen (so wird das Brot locker) und das Wasser mit der Hefe dazugeben. So lange rühren bis sich alles gut verbunden hat und der Teig Blasen wirft. Diesen zugedeckt an einem warmen Ort 20 Minuten gehen lassen. Der Teig wird in Portionen aufgeteilt, im Mehl geschwenkt und auf ein mit Backpapier belegtes Blech gelegt. Das Brot wird gehen gelassen bis sich kleine Risse bilden.

In der Zwischenzeit den Backofen mit Ober- und Unterhitze auf 220°C vorheizen und das Brot für ca. 30 Minuten backen lassen. Anschließend wird eine Klopfprobe gemacht und man lässt das Brot auf dem Rost abkühlen.

Paola Delago



Sudoku

Das Sudoku besteht aus 9 x 9 Feldern, die zusätzlich in 3 x 3 Blöcken mit 3 x 3 Feldern aufgeteilt sind. Jede Zeile, jede Spalte und jeder Block ist so auszufüllen, dass die Zahlen von 1 bis 9 nur einmal pro Zeile und Spalte und Block vorkommen. Viel Spaß!

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 3 | | | 5 | | | | |
| | | 7 | | | 1 | 4 | 5 | |
| | | | | | | | | 6 |
| | 7 | | | | | | | |
| | | 2 | 9 | | | 8 | | |
| 9 | | | | | | 7 | 6 | 4 |
| | 2 | 8 | | | | | 7 | |
| | | 1 | 3 | 9 | | | | |
| | | 5 | 1 | | 8 | | | |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 8 | | | 2 | 5 | | | | |
| 3 | 2 | 5 | | 7 | | | | 6 |
| | | | | | 1 | 2 | | |
| | | | | 4 | | | 3 | 7 |
| | | 2 | 3 | 9 | | | | 5 |
| 6 | | 9 | 7 | | | | | 2 |
| 4 | | | | | 6 | | | |
| | 9 | 3 | | | | | 1 | |
| | | | | 1 | | | | 4 |

Fehlerbild

Es haben sich 5 Fehler im rechten Bild eingeschlichen. Finden Sie die Unterschiede!





Viel mehr als eine Bank,

... weil meine Raiffeisenkasse eine **Genossenschaft** ist. Und bleibt.

Als Genossenschaftsbanken sind wir seit jeher mit den Bürgern aus unseren Gemeinden eng verbunden. Wir wissen, wem wir täglich verpflichtet sind, unser Bestes zu geben.



Raiffeisen

Meine Bank

Freiwilligensuche

Wir suchen Menschen, die Menschen lieben, ihnen vertrauen, sie begleiten und ihnen beistehen:

- vielleicht helfen Sie 2 Stunden in der Woche in der Bar?
- vielleicht helfen Sie uns in gemütlicher Runde bei Flickarbeiten?
- vielleicht spielen Sie gerne Karten?
- vielleicht begleiten Sie jemanden zum Friseur oder zum Arzt?
- vielleicht möchten Sie jemandem einfach nur die Hand halten?

Wir freuen uns, wenn Sie sich bei unserem Tagesgestalter Andreas zu einem unverbindlichen Gespräch melden, Tel. 0473 748360



Bürgerheim
St. Nikolaus von der Flie
Schlanders
Silandro

Lösungen von Seite 23

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 7 | 9 | 5 | 1 | 2 | 8 | 8 | 6 | 4 | 3 |
| 6 | 4 | 1 | 3 | 9 | 7 | 5 | 2 | 8 | |
| 3 | 2 | 8 | 6 | 5 | 4 | 9 | 7 | 1 | |
| 9 | 8 | 3 | 5 | 1 | 2 | 7 | 6 | 4 | |
| 4 | 1 | 2 | 9 | 7 | 6 | 8 | 3 | 5 | |
| 5 | 7 | 6 | 8 | 4 | 3 | 1 | 9 | 2 | |
| 2 | 5 | 4 | 7 | 8 | 9 | 3 | 1 | 6 | |
| 8 | 6 | 7 | 2 | 3 | 1 | 4 | 5 | 9 | |
| 1 | 3 | 9 | 4 | 6 | 5 | 2 | 8 | 7 | |

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|--|
| 2 | 6 | 7 | 1 | 8 | 9 | 5 | 3 | 4 | |
| 5 | 9 | 3 | 4 | 2 | 7 | 1 | 8 | 6 | |
| 4 | 8 | 1 | 5 | 3 | 6 | 7 | 9 | 2 | |
| 6 | 3 | 9 | 7 | 1 | 5 | 4 | 2 | 8 | |
| 7 | 4 | 2 | 3 | 9 | 8 | 6 | 1 | 5 | |
| 1 | 5 | 8 | 6 | 4 | 2 | 3 | 7 | 9 | |
| 9 | 7 | 4 | 8 | 6 | 1 | 2 | 5 | 3 | |
| 3 | 2 | 5 | 9 | 7 | 4 | 8 | 6 | 1 | |
| 8 | 1 | 6 | 2 | 5 | 3 | 9 | 4 | 7 | |

