

Dorfladen

An einen Haushalt.
Postengeld bar bezahlt

Karrösten

Dorfgemeinschaft - Nachhaltig Wirtschaften - Soziale und kulturelle Kompetenz - Klimaschutz

NEU – Fleischsortiment im Dorfladen

Ein Bericht von Konrad Monika

Ab Samstag, den 27. März 2004, bietet die Familie Trenkwaldler jeden Samstag im Dorfladen frisches Fleisch an. Fünf verschiedene Fleischsorten liegen auf und gegen Vorbestellung können die Kunden aus einem breiten Sortiment auswählen – die Listen für Vorbestellungen sind im Laden erhältlich.



In einer Partnerschaft mit dem Fleischhof Oberland ist es möglich eine gute Fleischqualität anzubieten. Die Metzger verpacken das Fleisch für die Karröster Kunden „frisch“ ab 04.00 Uhr in der Früh. Durch die Frischhaltepackungen (wie im Supermarkt) bleibt die Qualität garantiert über einen Zeitraum von 3 Tagen erhalten. Während der 3 Tagefrist kann das Fleisch auch tief gefroren werden, sollte aber nicht länger als ein bis zwei Monate in der Kühltruhe verbleiben.

Mit dem Fleischverkauf können wir nun im Dorfladen die kompletten Grundnahrungsmittel anbieten. Vor allem für ältere Personen und Haushalte ohne Mobilität ist dies eine wertvolle Ergänzung. Weiters müssen jene Kunden, die im Dorfladen an Samstagen einkaufen nicht eigens wegen der Fleischbesorgung nach Imst fahren.



„Wir wollen mit dem neuen Angebot eine Vollversorgung mit Grundnahrungsmitteln erreichen. Vorerst bieten wir das Fleischsortiment an Samstagen an. Es wird sich zeigen, ob auch ein Bedarf unter der Woche gegeben ist und eine Ausweitung des Fleischangebotes auf alle Öffnungstage erfolgt.“

Die Familie Trenkwaldler bezieht ihre Fleischwaren für den Gasthof bereits seit Jahren zu Großhandelspreisen über den Fleischhof Oberland. Aufgrund der guten Einkaufskonditionen und einer fairen Handelsspanne können die Fleischsorten im Dorfladen Karrösten völlig zu den Preisen des Detailverkaufes (Verkauf an Privatpersonen) vom Fleischhof angeboten werden. Je nach Kaufverhalten und den Wünschen der Kunden werden Auswahl bzw. Mengenabpackungen entsprechend angepasst.

Es bleibt nur zu hoffen, dass die KarrösterInnen vom neuen Angebot auch Gebrauch machen und das „Fleischsortiment“ zur einer nachhaltigen Einrichtung wird.

Land Tirol fördert Dorfladenprojekt mit 2.850 Euro!

In Zusammenarbeit mit der Dorferneuerung Tirol wurde das Projekt „Dorfladen“ vor einigen Wochen dem Landesbeirat vorgestellt und um finanzielle Unterstützung angesucht. Laut einem Schreiben von Landesrätin Dr. Anna Hosp (3.3.2004) genehmigte der Beirat 2.850 Euro für die Projektabwicklung. Auch wenn alle Tätigkeiten der Arbeitsgruppe „ehrenamtlich“ ausgeführt werden, benötigen wir im Zeitraum der 14-monatigen Projektarbeit für Sachaufwendungen ca. 3.000 Euro.



Gstrein Hannes – Arbeitsgruppe Dorfladen

„Die zugesagten Fördermittel für die gemeinsame Arbeit von Bevölkerung und Unternehmer sind eine Bestätigung für den eingeschlagenen Weg zur Sicherung der sozialen und kulturellen Identität von Karrösten.“

Die bisherigen Aufwendungen (Druck Newsletter, Portokosten, Veranstaltungen, Ökotaschen, Gewinnspiele usw.) belaufen sich auf ca. 1.000 Euro. Mit den verbleibenden Geldmitteln finanzieren wir die laufenden Aufwandskosten und verschiedene Veranstaltungen und Neuerungen im Dorfladen.

Klimaschutz und Nahversorgung

ein Gebot der Stunde

Klimasünder Nr.1 in Österreich ist unbestritten der Individualverkehr. Seit 1990 hat der Schadstoffausstoß durch den Verkehr von 12,7 Millionen Tonnen auf 20,6 zugenommen.

„Dieses Problem kann nur auf zwei Arten in den Griff zu bekommen sein: Durch Bewusstseinsbildung und durch die Beimischung von Biodiesel zu Diesel und Ethanol zu Benzin. Es spielt nicht der Transitverkehr die Hauptrolle, sondern vor allem der Individualverkehr“ – so Minister Pröll in einer Aussendung.

Wir schätzen in Karrösten die sonnige Lage, die Lebensqualität usw. und reihen diese Vorzüge bei der Bewertung unseres Dorfes an vorderster Stelle. Für die Aufrechterhaltung einer lebenswerten Umwelt ist der Beitrag von jedem Einzelnen gefordert. Gletscherschwund, Tropensommer und Regengüsse wie aus Kübeln sind Vorboten von drastischen Veränderungen.

Wenn jemand pro Woche zwei Einkäufe in Karrösten tätigt (anstatt im 4 km entfernten Supermarkt), sind jährlich Fahrtkosten in der Höhe von rund 120 Euro und eine Menge von 110 kg Kohlendioxid (CO₂) einzusparen. Reduzieren kann man Fahrtkosten und CO₂ – Ausstoß generell durch Bündelung von Besorgungen und Bewältigung von kürzeren Strecken zu Fuß.

Bedeutung bei 200 Karröster Haushalten

- Fahrtkosten von 24.000 Euro jährlich
- CO₂ Ausstoß von 22.000 kg jährlich

Allein mit den jährlichen Fahrtkosten – in Karrösten für Einkäufe verwendet – können wir einen Grundstein zur Sicherung der Nahversorgung in Karrösten legen.

„Das Fasten“ – Brauchtum in der Fast Food-Generation

Eine Zeit der Einkehr, des „Sich zurücknehmens“ nach der sinnesfrohen Zeit des Faschings, nach der Ausgelassenheit der „Tollen Tage“.

Körper und Seele brauchen jetzt etwas Schonung – innere Einkehr, das sich Abwenden von fleischlichen Freuden und Genüssen ist angesagt. Für viele Mitmenschen der heutigen Zeit der richtige Zeitpunkt zu entschlacken, körperlichen und seelischen Ballast abzuwerfen – eine Fastenkur zu beginnen.



Im Mittelalter – einer sehr intensiv durch die kirchlichen Riten geprägte – von den Kirchengelobten und ihrer rigorosen Vollstreckung dominierten Zeit – wurde dem Volk von der Kirchenobrigkeit genau vorgeschrieben, wie es zu leben hatte bzw. was es essen durfte – besonders in der Fastenzeit. Aus dem Einflussgebiet der Salzburger Bischöfe ist bekannt, dass seinerzeit sogar Beamte eingesetzt waren, um die Einhaltung der Fastengebote bei der Bevölkerung zu überwachen. Da wurde auch durch die Fenster der Stuben geschaut, ob sich ja nichts Verbotenes auf den Tellern der Schäflein befand. Etwas toleranter ging es da in Tirol zu: In der gutbürgerlichen Küche waren Fische seit eh und je als Fastenspeise beliebt.

In der heutigen Zeit der Fast Food - Ernährung und des Überflusses nutzen wir die Fastenzeit um die im Winter angesammelten Kilos wieder los zu werden. Jetzt nur keine fettarme Radikal-Diät. Darf man neuesten Studien glauben, bekommt man nämlich die Fettpolster am leichtesten weg, wenn die Nahrung zu rund 20% aus hochwertigen Ölen besteht – andernfalls würde zuerst nur Muskelmasse verloren gehen. Um langfristig Fettreserven ab und Muskeln aufzubauen hilft nur Bewegung – am besten an der frischen Luft. Entschlackungskuren (zum Beispiel unterstützt mit Brennesseltee) in der abnehmenden Mondphase sind zu empfehlen.

Weitere Tipps

- Carnitin, eine Substanz die in Wild-, Rind- und Kaninchenfleisch enthalten ist, beschleunigt die Fettverbrennung.
- Omega-3-Fettsäuren sind in allen Meeresfischen enthalten, sie regulieren die Blutfettwerte und unterstützen Herz und Kreislauf.

Zur Zeit im Sonderangebot

- | | |
|--|--|
| • Rocher T16, 200g 1,19 | • Ponte Weinessig 6%, 1l 1,19 |
| • Hohes C orange, 0.7l 0,99 | • Tivoli Pfirsichspalten, 1/1 1,09 |
| • Bona Öl, 2l 2,99 | • Goldaugen Rindsuppe 1,19 |
| • Blumenerde, Grün G., 40 l 2,19 | • Ariel flüssig, 1.5l 4,99 |
| • Diam. Thunfisch in Öl, 195g 1,19 | • Estragon Senf, 200g 0,55 |

Von Marianne Thurner

Frühjahrsmüdigkeit

Die dunkle und energiearme Zeit des Jahres liegt hinter uns und die Tage werden wieder länger. Die Temperaturen steigen und auch die Lebensgeister in uns. Allerdings bringt dieser Umbruch auch unsere Hormone durcheinander. Der auf Sparflamme gedrosselte Organismus braucht eine gewisse Zeit um sich umzustellen und im Wohlbefinden des Menschen äußert sich dies durch die sprichwörtliche Frühjahrsmüdigkeit. Sauerstoff tanken ist jetzt angesagt. Viel Bewegung in der frischen Luft. Belebende Wechselduschen bringen den Kreislauf wieder in Schwung. Vitamin C – beispielsweise in Zitrusfrüchten, Sanddorn, Kiwis, Paprika und Sauerkraut – und Vitamin E – enthalten in Nüssen, Karotten und Spargel – wecken die Lebensgeister. Erfrischende Massageemulsionen mit Minze-, Zitronen- oder Grapefruitölen sorgen für belebende Frische am Morgen.



Obwohl es nicht so aussieht und es sich nicht so anfühlt, der Frühling in Karrösten lässt sich nicht mehr aufhalten.

Die warmen Sonnenstrahlen bringen die ersten Frühlingsboten zum Blühen.

Ein kleiner Blumengruß von eurem Dorfladen – Team.

Impressum

Herausgeber: Arbeitsgruppe Dorfladen und Familie
Trenkwalder, alle 6460 Karrösten Nr. 66
Redaktion: Thurner Marianne, Krabacher Klaudia
Layout und Druck: Gstrein Hannes

Erscheinungsweise: Monatlich bis Juli 2004
Auflage: 300 Stück
Copyright by Dorfladen AG