

An einen Haushalt
Österreichische Post AG
RM 20A042143 K
6176 Völs

VÖLSER GEMEINDE ZEITUNG

Amtliche Mitteilung der Marktgemeinde Völs | Nr. 9 – September 2024



Foto: Karl Pertl

UMWELTAMT

2

Baum- und Strauch- schnitt

Die Sammlung von Baum- und Strauch-
schnitt erfolgt am 4. und 18. Oktober, je-
weils ab 6:00 Uhr.

NATIONALRATSWAHL

3

Wahlservice

Am 29. September wird wieder gewählt.
Unsere Wahlinformation erleichtert das
gesamte Prozedere der Abwicklung für
Sie und die Wahlbehörde.

GEMEINDERAT

4

Fraktionsseite

In dieser Ausgabe beziehen die einzel-
nen Gemeinderatsfraktionen zum The-
ma „In Völs fühle ich mich sicher“ Stel-
lung.

MARKTGEMEINDE VÖLS

Mitteilungen des GemeindeamtesNÄCHSTE
GEMEINDERATSSITZUNG**MITTWOCH, 18. SEPTEMBER 2024,
19.30 UHR****FEUERWEHR- UND KATASTRO-
PHENSCHUTZZENTRUM VÖLS****Nachtrag zum Beitrag
Leinenpflicht**

Ergänzend zur Thematik bezüglich der geltenden Leinenpflicht, wird auf folgende Ausnahmen für Assistenzhunde hingewiesen:

Assistenzhunde sind Blindenführ-, Service- und Signalhunde. Sie sind im Bundesbehindertengesetz (§39a) seit dem 01.01.2015 gesetzlich geregelt. Assistenzhunde sind im Behindertenpass ihrer Halter/innen eingetragen und für diese unverzichtbar. Zusätzlich gibt es seit 2021 den Assistenzhundehalter/innen-Ausweis. Assistenzhunden ist der Zutritt zu gewähren, auch dort wo Hunden normalerweise der Zutritt verwehrt ist. Aus hygienischer Sicht sind Assistenzhunde überall dort erlaubt, wo Menschen mit Straßenschuhen Zutritt haben. Wird der Zutritt verwehrt, stellt dies eine Diskriminierung dar. Dann kann es zur Einleitung eines Schlichtungsverfahrens, sowie zu einer Anzeige kommen. Assistenzhunde sind von der Maulkorb- und Leinenpflicht befreit um ihre Halter/innen zeit- und ortsunabhängig unterstützen zu können. Nicht jede Behinderung ist überhaupt



sichtbar. Ein Assistenzhund wird individuell für seinen Menschen mit Behinderung ausgebildet und kostet bis zu 38.000 Euro. Ein Assistenzhund ist für seinen Menschen unersetzbar und soll nicht von diesem getrennt werden.

**Wichtiger Hinweis zur Kinder-
und Ferienbetreuung**

Um eine geordnete Kinder- und Ferienbetreuung durchführen zu können, ersucht die Marktgemeinde Völs folgende Punkte bzw. Grundsätze zu beachten:

- Die vorgegebenen Anmeldefristen sind strikt einzuhalten.
- Verspätete Anmeldungen sind nicht möglich, da das Personal bereits im Vorfeld eingeteilt werden muss und die Vorgaben des Landes (erforderliches Personal, Gruppengrößen, usw.) einzuhalten sind.
- Die Ferienbetreuung wird von ca. 150 Kindern in Anspruch genommen, was einen sehr hohen organisatorischen Aufwand bedeutet.

- Nachmeldungen sind nur bei entsprechendem Bedarf zulässig. Kurzfristige Abmeldungen führen zu einem unnötigen und zusätzlichen Kostenaufwand (Personalkosten, usw.).
- Die Finanzierung der Ferienbetreuung ist durch die Elternbeiträge nicht kostendeckend und muss zu einem erheblichen Teil von der Gemeinde subventioniert werden (ca. 50%).
- Rechtzeitiges Abmelden des Mittagessens im Sinne der Nachhaltigkeit und um Kosten einzusparen, ist ein großes Anliegen. Überzähliges Essen durch zu spät erfolgte oder gar keine Abmeldungen, muss weggeschmissen werden.

**Sträucher und Hecken bis
an die Grundstücksgrenze
zurückschneiden!**

Laut Straßenverkehrsordnung (StVO) hat die Marktgemeinde Völs die Grundeigentümer aufzufordern, Bäume, Sträucher, Hecken und dergleichen, welche die Verkehrssicherheit, insbesondere die freie Sicht über den Straßenverlauf beeinträchtigen, auszuästen oder zu entfernen. Im Winterdienst bereiten solche überhängenden Sträucher, Hecken und Bäume bei Gehwegen und einspurigen Straßen große Schwierigkeiten. Die betroffenen Grundeigentümer werden daher gebeten, Sträucher bzw. Bäume, die in den Straßenbereich ragen, derart zurückzuschneiden, dass der Winterdienst und die Schneeräumung uneingeschränkt möglich sind.

Baum- und Strauchschnittsammlung**Freitag, 4. 10. 2024****Freitag, 18. 10. 2024**

Bitte Strauchschnitt bis spätestens 6.00 Uhr früh
am Abholtag ordentlich und gebündelt am Straßenrand
(nicht in Plastiksäcken) bereitlegen.

Es wird nur Baum-, Strauch- und Heckenschnitt entsorgt.
Bitte stellen Sie keinen anderen Abfall bereit,
dieser wird nicht mitgenommen!

Außerdem kann zu den Öffnungszeiten des Recyclinghofes Baum- und
Strauchschnitt kostenlos abgegeben werden.

Kabinenschlüssel – Rückgabe

Der Schwimmbadbetrieb schließt
am 8. September 2024.

Daher bitten wir Sie die Kabinenschlüssel bis spätestens 8. September 2024 bei der Schwimmbadkasse abzugeben!

Bereits nachgemachte **Zweitschlüssel** sind ebenfalls **abzugeben**. Ein Anspruch auf **Kostensatz** besteht nicht.

Wahlservice zur Nationalratswahl 2024

Am 29. September wird gewählt. Unsere „Amtliche Wahlinformation“ erleichtert das gesamte Prozedere der Abwicklung – für Sie und für die Gemeinde.

Wir möchten seitens der Gemeinde unsere Bürgerinnen und Bürger bei der bevorstehenden **Nationalratswahl** optimal unterstützen. Deshalb werden wir Ihnen zeitgerecht eine „**Amtliche Wahlinformation**“ zustellen. Achten Sie daher besonders auf diese Mitteilung (siehe Abbildung).

Diese ist mit Ihrem Namen personalisiert und beinhaltet einen Zahlencode für die elektronische Beantragung der Wahlkarte, einen schriftlichen Wahlkartenantrag mit Rücksendekuvert sowie einen Strichcode für die schnellere Abwicklung bei der Wahl selbst. Doch was ist mit all dem zu tun?

Zur Wahl am **29. September 2024** bringen Sie den personalisierten Abschnitt und einen amtlichen Lichtbildausweis in das Wahllokal mit. Dadurch können Sie im Wählerverzeichnis schnell und einfach gefunden werden – die Wahlabwicklung wird beschleunigt.

Können Sie am Wahltag nicht in Ihrem Wahllokal wählen, dann beantragen Sie am besten eine Wahlkarte für die Brief-

wahl. Nutzen Sie dafür bitte das personalisierte Service in unserer **Wahlinformation**.

Folgende Möglichkeiten zur Beantragung stehen Ihnen zur Verfügung:

- persönlich in der Gemeinde
- schriftlich mit der beiliegenden personalisierten Anforderungskarte inklusive Rücksendekuvert
- oder elektronisch im Internet

Die elektronische Beantragung mit dem personalisierten Code auf der Wählerverständigungskarte in der **Wahlinformation** ist rund um die Uhr auf www.meinewahlkarte.at möglich.

UNSERE TIPPS: Beantragen Sie Ihre Wahlkarte frühzeitig! Wahlkarten können nicht per Telefon beantragt werden! Der letztmögliche Zeitpunkt für **mündliche Wahlkartenanträge** ist der **27. September 2024 12:00 Uhr**. **Schriftliche Anträge** sind bis **25. September 2024** möglich. Je nach Antragsart erfolgt die Zustellung zumeist mittels eingeschriebener Briefsendung auf Ihre angegebene Zustelladresse.

Die Wahlkarte muss am **29. September 2024**, spätestens bis 17:00 Uhr, bei der Bezirkswahlbehörde abgegeben werden – alternativ ist auch die Abgabe in einem Wahllokal am Wahltag während der Öffnungszeiten möglich.

VERWENDEN SIE BITTE FÜR DIE BEANTRAGUNG DER WAHLKARTE DIE IHNEN ZUGESENDETE WAHLINFORMATION! SIE ERLEICHTERN UNS DIE ARBEIT DAMIT WESENTLICH.



Achtung: Die angebrachten Barcodes auf der „Amtlichen Wahlinformation“ dienen lediglich der automatisierten und raschen Verarbeitung bei der Wahlkartenantragstellung sowie bei der Wahldurchführung.

MARKTGEMEINDE VÖLS

Legalisatorin für Grundbuchssachen

Frau Sandra Jenewein wurde vom Oberlandesgericht zur Legalisatorin für Grundbuchssachen der Marktgemeinde Völs bestellt. Ab sofort können Beglaubigungen für Völser Gemeindebürger wieder durchgeführt werden. Dieser Bürgerservice bietet eine kostengünstige Möglichkeit zur Beglaubigung von Grundbuchsangelegenheiten und ersetzt den Gang zum Gericht oder Notar.



Eine Legalisatorin ist für die Beglaubigung von Unterschriften auf Urkunden für das Grundbuch (Kaufverträge, Darlehensverträge, etc.) zuständig.

Die Aufgabe der Legalisatorin umfasst ausschließlich die Beglaubigung der Unterschrift, nicht aber die rechtliche Überprüfung des Vertrages. Die Person, deren Unterschrift beglaubigt werden soll, muss in der Marktgemeinde Völs mit Hauptwohnsitz gemeldet sein. Die Person muss der Legalisatorin persönlich bekannt sein bzw. muss ihre Identität durch zwei der Legalisatorin persönlich bekannte Personen bestätigt werden. Die Unterschrift ist persönlich vor der Legalisatorin zu leisten. Die Gebühren für die Beglaubigung einer Unterschrift sind laut Verordnung der Bundesministerin für Justiz festgesetzt.

Für die Beglaubigung auf der Vertragsurkunde ist weiters eine Bundesgebühr von € 14,30 zu entrichten.

Eine vorherige Terminvereinbarung ist unbedingt erforderlich (Sandra Jenewein – Tel. 0512 / 30 31 11-11.

REDAKTIONSSCHLUSS
für die Ausgabe
Oktober 2024
Montag,
16. September
2024

DIE GEMEINDERATS-FRAKTIONEN AM WORT

„IN VÖLS FÜHLE ICH MICH SICHER“



VÖLSER VOLKSPARTEI

Vizebürgermeisterin Mag.^a Silvia Pöhli

Sicherheit ist ein universelles menschliches Grundbedürfnis und umfasst physische Unversehrtheit, wirtschaftliche Sicherheit, ein sicheres Zuhause und den Schutz vor Gefahr und Krankheit. Mein Leben lang habe ich mich in Völs stets sehr sicher gefühlt. Von einigen

älteren Personen weiß ich aus Gesprächen, dass sie sich nachts unsicher fühlen. Vermutlich beeinflussen die vielen negativen Medienberichte unser subjektives Sicherheitsgefühl. Die Gemeinde Völs trifft Vorkehrungen, wo immer sie kann, um Sicherheit zu gewähren (Be-

leuchtung, Frauentaxi, Kinderschutz, Kat-Pläne). Laut polizeilicher Kriminalstatistik 2023 für Völs gab es 11 Körperverletzungen (8 geklärt), 27 Sachbeschädigungen (2 geklärt), 1 Fahrraddiebstahl (ungeklärt) und 9 Einbruchsdiebstähle (2 geklärt).



SPÖ TEAM VÖLS

Gemeinderätin Daniela Gander-Neumann

Kriminalität kann es sogar in einem Pfarrwidum und im Haus eines „Heimatschützers“ geben, wirklich sicher ist gar nichts und schon die Kultband EAV hat gesungen: „...denn das Böse ist immer und überall“. Die offene Haustür gibt es auch bei uns nicht mehr, aber Völs

ist objektiv und von der Statistik gesehen, eine sehr sichere Gemeinde und ich empfinde das auch so. Aber Sicherheit spürt jede/r anders. Reden Sie mit uns, wenn Sie Ideen für mehr Sicherheit haben, schlechte Beleuchtung, Stolperfallen oder andere Gefahrenquellen. Wir

werden drauf schauen, dass Sie sich möglichst in der Marktgemeinde wohl und geborgen fühlen.



WIR FÜR VÖLS – TEAM PETER TIES

Gemeinderätin Sarah Wieser

Für jeden Menschen ist Sicherheit ein Grundbedürfnis. Ich fühle mich meistens sicher in unserer Gemeinde. Begrüßenswert wäre es, wenn in der Nacht diverse Wege in privatem Besitz noch besser ausgeleuchtet wären. Jedoch hat die Gemeinde keinen direkten Einfluss darauf.

Als Radfahrerin muss ich sagen, dass ich mich nicht immer sicher fühle. Gerade das Fahren mit Kindern in unserem Ort ist mühsam, da wir keine abgegrenzten Radwege haben. In Krisenzeiten können wir durch unsere Sozialvereine (Sozialsprengel, Vinzenzgemeinschaft und

Freunde schenken Freude), die soziale Sicherheit stärken. Diese Organisationen helfen anonym, unbürokratisch und schnell. Erfreulicherweise wird auch sehr auf unsere Schüler:innen geachtet. Dies wird von der Schulwegpolizei und dem Pedibus sichergestellt.



DIE VÖLSER GRÜNEN

Gemeindevorständin Stephanie Jud

Sicherheit ist ein subjektives Empfinden, das für jeden Menschen etwas anderes bedeutet. Viele schätzen es, sich auch nachts in Völs dank gut beleuchteter Straßen sicher bewegen zu können. Für andere steht die Sicherheit im Straßenverkehr im Vordergrund. Besonders

Radfahrer*innen sind in Völs oft mit gefährlichen Situationen konfrontiert. Die hohen Geschwindigkeiten und das erhöhte Verkehrsaufkommen stellen für Radfahrer*innen in vielen Bereichen ein erhebliches Risiko dar. Gerade deshalb setzen wir uns für eine laufende

Verbesserung zur Entschärfung von Gefahrenstellen und für das Sicherheitsempfinden der Völser*innen ein.



FPÖ UND UNABHÄNGIGE LISTE VÖLS

Gemeinderat Herbert Strickner, sen.

In Zusammenarbeit des BMI mit dem Österreichischen Gemeindeverband, wurde das Projekt „Sicherheit in der Gemeinde“ gestartet. Dazu soll in jeder Gemeinde eine „Kommunale Sicherheitsplattform“ gegründet werden, die vierteljährlich zusammentritt und die

sicherheitsrelevanten Belange der Gemeinde bespricht. Für jede Gemeinde soll ein kommunaler Sicherheitsmanager „Dorfpolizist“ bestellt werden. Für Völs ist dazu der 1. Inspektionskommandant-Stellvertreter der Polizeiinspektion Kematen vorgesehen. Der kommunale

Sicherheitsmanager soll fallweise Fußstreifen durch die Gemeinde machen, soll aber vor allem der telefonische Ansprechpartner für die Gemeindeführung und die Bevölkerung von Völs sein.



MARKTGEMEINDE VÖLS

Die Seite des Bürgermeisters

Liebe Völserinnen, liebe Völser, die Urlaubs- und Ferienzeit ist schon wieder fast vorbei, für die meisten wohl viel zu schnell. Ich hoffe, dass ihr euch gut erholen und Kräfte für den Alltag sammeln konntet. Auch für die Kinder und Jugendlichen beginnt wieder ein neues Ausbildungsjahr, für das viel Energie notwendig ist. Alles Gute dafür. Auch ein Bürgermeister braucht eine Pause. Danke meiner Stellvertreterin Silvia Pöhli, bei der ich die Gemeinde in guten Händen wusste!

Überaus verdiente Bürger unserer Gemeinde haben ihre Funktion in jüngere Hände gelegt: So ist unser Legalisator und Ortsschätzmeister Hubert Scherl in dieser Funktion in den Ruhestand getreten. Er hat durch seine Arbeit vor Ort vielen Völserinnen und Völsern den Weg zum Notar oder Gericht erspart.

„Lieber Hubert, danke für deine Arbeit und deinen Einsatz!“

Seine Arbeit als Legalisatorin übernimmt Sandra Jenewein und wir wünschen ihr viele erfolgreiche Jahre in diesem Bereich der Justizverwaltung (siehe Bericht Seite 3).

Bei der Musikkapelle Völs hat Kapellmeister Christian Zoller nach zehneinhalb Jahren seinen Taktstock an Toni Millner übergeben. Unter Zollers Leitung wurde die Musikkapelle Völs weit über die Gemeindegrenze hinaus bekannt und in Tirol prägend für die Verbindung zwischen Tradition und Neu-



em. Sein Ideenreichtum war in dieser Zeit unerschöpflich. Christian hat die Showkonzerte der MK Völs ins Leben gerufen, brachte frischen Schwung in die Traditionskonzerte und bereicherte mit neuen Musikstücken auch kirchliche Anlässe. Die größte Leistung war wohl, so viele junge Musikerinnen und Musiker zu motivieren und zu begeistern und bei langjährigen Musikantinnen und Musikanten die Leidenschaft und Freude am Musizieren zu erhalten.

In Würdigung seiner Arbeit wurde Kapellmeister Christian Zoller das Verdienstzeichen in Silber der Marktgemeinde Völs verliehen.

„Lieber Christian, danke für deine hervorragende Arbeit als Kapellmeister, für die vielen schönen Stunden, die du uns mit deiner Musikkapelle beschert hast und herzliche Gratulation zur Auszeichnung der Marktgemeinde Völs.“

Ich darf das auch gleich zum Anlass nehmen und mich bei allen Musikerinnen und Musikern im Namen der Gemeinde zu bedanken. Für euch ist viel Arbeit und

Freizeit damit verbunden, um uns viele schöne Stunden bei weltlichen und kirchlichen Anlässen zu schenken. Ihr tragt maßgebend zu einem schöneren und lebendigeren Dorfleben bei – DANKE!

Eine besondere Ehre wurde unserem ehemaligen Vizebürgermeister Toni Pertl nach fast 30 Jahren als Bataillonskommandant des Schützenbataillon Sonnenburg zu teil: Toni hat unter seiner Führung das Bataillon Sonnenburg maßgebend geprägt. Für seine Verdienste wurde er zum Ehrenmajor ernannt.

„Toni, herzliche Gratulation zu dieser hohen Auszeichnung!“

Wie ja bereits bekannt ist, finden am 29. September die Nationalratswahlen statt. Es ist keine Selbstverständlichkeit, dass wir frei wählen dürfen. Nehmen wir dieses demokratische Recht wahr!

Und nicht zuletzt darf ich den Kindern und Jugendlichen, den Lehrlingen, Eltern, Pädagogen und BetreuerInnen einen guten Start in das neue Kindergarten- Schul- und Ausbildungsjahr wünschen! Mögen sie vieles lernen und erarbeiten, was sie im Leben gut brauchen können!

Euer/Ihr Bürgermeister

Peter Lobenwein



AKTUELLES

ASFINAG: Nächste Bauphase zwischen Innsbruck-Kranebitten und Zirl-Ost mit noch mehr Vorrang für den Öffentlichen Verkehr**SANIERUNG DER A 12 INNTALAUTOBAHN LIEGT IM PLAN – ASFINAG INVESTIERT 22 MILLIONEN EURO IN MEHR SICHERHEIT**

In dieser Woche setzte die ASFINAG die nächsten Schritte bei der Baustelle Innsbruck-Kranebitten bis Zirl-Ost in die Tat um. Im Rahmen dessen startete jetzt die nächste Phase für die Priorisierung des Öffentlichen Verkehrs mit einer jetzt durchgehenden Busspur über den gesamten Baustellenbereich. Zuvor wurden bereits wertvolle Erfahrungen mit der Busspur an der Anschlussstelle Zirl-Ost gesammelt. Dort erhielten Linienbusse Vorrang bei der Auffahrt auf die Autobahn speziell während der üblichen Stauzeiten.

Für die Verkehrsteilnehmenden stehen in der aktuellen Bauphase generell zwei Spuren pro Richtung zur Verfügung – der gesamte Verkehr wird auf der Richtungsfahrbahn Bregenz mit eingeebneten Fahrspuren geführt.

Die im Bereich der Anschlussstelle Zirl-Ost bereits beginnende eigene Spur für Linienbusse steht seit kurzem durchgängig bis nach Innsbruck-Kranebitten zur Verfügung. Damit wird auch weiterhin der Öffentliche Verkehr (ÖV) im Fall von Staus priorisiert. Gleichzeitig dient die Spur auch als Autobahn-Ausfahrt bei der Anschlussstelle Innsbruck-Kranebitten vom Tiroler Oberland kommend.

Diese Bauphase der Sanierungen läuft von Anfang Juli bis voraussichtlich Anfang September. In diesem Zeitraum liegt das Hauptaugenmerk auf Asphaltierungs- und Entwässerungsarbeiten auf dem Baufeld, das sich auf der Richtungsfahrbahn Kufstein befindet.

INTEGRATION VON INDIVIDUALVERKEHR UND ÖV

Mit dem Pilotprojekt „Busse first“ in Tirol sollen wertvolle Erkenntnisse für die Priorisierung des ÖV an Stautellen gesammelt werden, die in weitere Planungen für die Zukunft einfließen. „Die Erfahrungen der ersten Tage waren sehr erfreulich. Die Staus hielten sich allerdings generell im Baustellenbereich in Grenzen. Mit dem Vorrang für den Öffentlichen Verkehr bieten wir hier aber ein wesentliches Element an, um Staus und Behinderungen speziell für Pendler:innen zu reduzieren. Denn gerade auf diesem Streckenabschnitt haben wir am Morgen und am Abend eine hohe Pendler:innen-Dichte, viele davon sind eben mit den Bussen des öffentlichen Nahverkehrs unterwegs“, bestätigt ASFINAG-Geschäftsführer Stefan Siegele.

„Es freut mich sehr, dass es durch eine umfassende Abstimmung aller Beteiligten und ein ausgeklügeltes Baustellenmanagement gelungen ist, erstmals in Tirol – bei Stau – eine Busspur in den Morgenstunden auf der Autobahn umzusetzen. Die ersten Rückmeldungen der Busunternehmen sind durchwegs posi-

tiv und das Pilotprojekt scheint zu funktionieren – und das trotz der kurzfristig notwendig gewordenen Einspurigkeit am Zirler Berg, die den Verkehrsfluss in der Region zusätzlich herausfordernd macht. Wir werden weiter Erfahrungen und Erkenntnisse sammeln, die wir dann in einem künftigen Regelbetrieb nutzen könnten“, freut sich Mobilitätslandesrat René Zumtobel nach den ersten Tagen der Umsetzung.

22 MILLIONEN EURO FÜR MEHR SICHERHEIT

Im Zuge der Bauarbeiten erneuert die ASFINAG die Fahrbahn in beiden Fahrtrichtungen, verbessert und optimiert die Entwässerung. Die ASFINAG investiert 22 Millionen Euro in mehr Verkehrssicherheit. Zusätzlich werden Beschilderung, die Wildschutzzäune sowie Leitbahnen im gesamten Bereich erneuert. Bis November 2024 sollen die Arbeiten in diesem Bereich abgeschlossen sein.

Weil es hier hauptsächlich zu Verkehrsspitzenzeiten zu Staus kommen kann, setzen alle Beteiligten auf die Bevorzugung des Öffentlichen Verkehrs an der Anschlussstelle. In Abstimmung mit dem Land Tirol wurde im vorgelagerten Kreuzungsbereich eine eigene Ampel errichtet, die automatisiert den Linienbussen Vorrang einräumen wird. Damit gewährleistet die ASFINAG, dass der Öffentliche Verkehr auch in Zeiten höherer Staudichte Vorrang erhält.



WIRTSCHAFT

CYTA Centermanagement – Ein Abschied nach über 30 Jahren

Kommerzialrat Erich Pechlaner geht in den wohlverdienten Ruhestand und übergibt die Leitung der Cyta in Völs nach über 30 Jahren an Tanja Klocker. „Erich Pechlaner hat wesentlich zum Erfolg der Cyta beigetragen. Wir bedanken uns herzlich für die großartige Arbeit über die vielen Jahre und wünschen Erich alles Gute für den neuen Lebensabschnitt!“ so Stefan Rutter, Cyta Eigentümer. Tanja Klocker wird als erfahrene Immobilien-Managerin die dynamische Entwicklung der Cyta weiter vorantreiben. In diesem Jahr werden 10 Millionen Euro unter anderem für die Sanierung und Überdachung des Parkhauses investiert. Die Bauarbeiten für die Eröffnung des neuen Media Markt laufen auf Hochtouren. Die Eröffnung findet bereits in vier Monaten, also im November statt.



V.l. Centermanagerin Tanja Klocker, KR Erich Pechlaner und CYTA Eigentümer Stefan Rutter

AKTUELLES

Ehrungen durch das Land Tirol

Die Marktgemeinde Völs gratuliert Herrn Stefan Pleger und Frau Mag.^a Gabriele Ziller, die für ihre Verdienste um das Sozialwesen (besonders um den Verein „Kindern eine Chance“) mit dem Verdienstkreuz des Landes Tirol ausgezeichnet wurden. Weiters gratulieren wir Frau Maria Niederwieser zur Verleihung der Verdienstmedaille des Landes Tirol, für ihr Engagement um das Vereinswesen und die Pfarre (besonders für ihre ehrenamtliche Tätigkeit im Hospiz).



Fotos: Land Tirol/Sediak



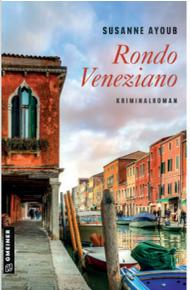
BÜCHEREI VÖLS

Aktuelles aus der Bücherei

Die Sommerferien neigen sich dem Ende und wir blicken auf viele sehr gut besuchte Vorstellungen des Bilderbuchkinos zurück. Wir bedanken uns bei allen kleinen und großen Besucherinnen und Besuchern und freuen uns schon auf nächstes Jahr. Passend zum Beginn des neuen Schuljahrs durften auch einige neue Bücher zum Thema Schulstart in unsere Regale einziehen.

Außerdem laden wir Sie am 25. September 2024 herzlich zur Krimilesung mit Susanne Ayoub ein, die ihr Buch Rondo Veneziano präsentiert. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

**KRIMILESUNG MIT
SUSANNE AYOUB**



SUSANNE AYOUB
Rondo Veneziano
KRIMINALROMAN

25. September 2024
19:30 Uhr
Bücherei Völs
Peter-Siegmair-Strasse 13

Eintritt frei




Im Anschluss an die Lesung lassen wir den Abend mit italienischen Spezialitäten ausklingen.



AKTUELLES

Pedibus startet am 10. September



Vom Dienstag 10. September bis Freitag 11. Oktober 2024 ist der Pedibus wieder durch Völs unterwegs.

Zu Fuß natürlich, denn der Pedibus ist eine von Schulwegpolizist:innen beaufsichtigte Gruppe, in der die Kinder gemeinsam zur Volksschule gehen. Ab dem zweiten Schultag werden die Kinder auf festgelegten Routen an bestimmten Haltestellen mitgenommen. Die genauen Orte und Uhrzeiten entnehmen Sie bitte der Tabelle.

■ Achtung: neue Haltestelle Josef-von-Wörndle Weg (7:25)

Elmar Neumann, Obmann des Ausschusses "Verkehr und Mobilität", ist vom Projekt Pedibus begeistert: „Die Kinder üben täglich das richtige Verhalten im Verkehr und lernen den sichersten Schulweg kennen! Elterntaxis können so reduziert

Pedibus Völs 2024						
West Friedensiedlung	West Prinz-Eugen	Mitte Seestraße	Süd Bauhof	Süd Rotental	Ost Sonnwinkel	Ost Steigäcker
Kreuzkirche (7:10)	Prinz-Eugen-Straße (7:15)	Josef-von-Wörndle Weg (7:25)	Eichberg (7:20)	Rotental (7:25)	Erich-Schwarzenberger-Weg (7:20)	Wieslanderweg (7:25)
Maximilianstraße (7:15)			Lannes (7:23)		Sonnwinkel (7:25)	Föhrenweg (7:28)
Peter-Siegmaier-Straße (7:19)	Herzog-Sigmund-Straße (7:18)	Vereins-Haus 2 (7:28)	Angerweg (7:27)	Kreuz (7:29)	Handel-Mazzetti-Weg (7:30)	Innsbrucker Straße (7:30)
Froschbrunnen (7:22)			Gänseliesbrunnen (7:33)	Pfarrgasse (7:32)		Kriegerdenkmal (7:35)
Mittelschule (7:27)						
Bahnhof (7:30)						
Moosau (7:32)						

werden und so wird die Sicherheit am Schulweg zusätzlich erhöht. Der Pedibus entlastet die Eltern und unterstützt die Selbständigkeit der Schulkinder!“

Peter Erler von der Völser Schulwegpolizei verweist auf die positiven Erfahrungen, die mit dem Pedibus in den letzten Jahren gemacht wurden: „Gemeinsam am Schulweg unterwegs zu sein, macht den Kindern Spaß! Die Bewegung an der

frischen Luft ist gesund und fördert die Konzentrationsfähigkeit in der Schule.“

Über 40 Schulwegpolizist:innen ermöglichen in diesen knapp fünf Wochen sowohl den Pedibus-Begleitedienst als auch die klassische Sicherung des Schutzweges (Zebrastrifen) vor der Volksschule.

Kontakt: Peter Erler (Schulwegpolizei) 0650 / 363 50 01

Volksschule Völs



Die Klasse 3b der zu Besuch beim Bürgermeister



Besichtigung des Recyclinghofes mit der 2. Klasse

Grill - Imbiss

Dorfladele

immer alles frisch

Montag bis Freitag
11:00 – 13:30 Uhr und
17:00 – 21:00 Uhr



Tel.: 0677 / 64 00 10 90



Die Klasse 3d der zu Besuch beim Bürgermeister

Die

GESUNDHEITSDIENSTE VÖLS

beratung | pflege | haushalt | kulinarik

informieren

Tel. Nr. Verwaltung 0512/30 26 55 | Wir stehen Montag bis Donnerstag von 08:30 bis 13:30 Uhr, am Freitag von 8:30 bis 11:30 Uhr und am Nachmittag nach telefonischer Vereinbarung gerne zu Ihrer Verfügung.

Liebe Völserinnen und Völser!

GESUNDHEITSDIENSTE VÖLS

Am 27. Juni 2024 besuchten Vertreter der Gesundheitsdienste Völs die Schweizer Demenzeinrichtung Sonneweid. Das Team erhielt Einblicke in die innovativen Pflegekonzepte der privat geführten Einrichtung, die 174 BewohnerInnen, welche alle eine dementielle Erkrankung diagnostiziert haben, betreut. Die Architektur von Sonneweid fördert offene Räume ohne Barrieren, was den Alltag der BewohnerInnen erleichtert. Besonders beeindruckend waren die individuell angepassten Pflegemodelle und das integrative Betreuungsangebot. Die Besucher erfuhren, wie die Lebensqualität der BewohnerInnen durch vielfältige Aktivitäten und eine auf Beziehung basierende Pflege verbessert wird. In vielen Ideen wurden wir bestätigt und doch konnten einige Eindrücke und Inspirationen mit nach Völs genommen werden.

TAGESPFLEGE PFLEGE

In der Tagespflege haben die Mitarbeiter schon mit den Gästen gemeinsam begonnen Ideen für den heurigen Weihnachtsbasar auszuarbeiten. Die Erarbeitung der unterschiedlichen Werke werden über die nächsten Monate ausgearbeitet. „Gut Ding braucht Weile“ – deshalb ist das Team mit den Gästen mit vollem Engagement dabei.

Philipp Moll MSc., Pflegedirektor

MOBILE PFLEGE

In der Mobilen Pflege sind wir sehr gut ausgelastet. Unser Team ist sehr darauf bedacht weiterhin eine gute Versorgung bieten zu können. Zum einen wird die Selbstständigkeit der Klienten gefördert

und zum anderen trägt unsere Betreuung dazu bei, dass die Lebensqualität jedes Einzelnen erhalten bleibt. Hiermit möchte ich mich bei meinen Mitarbeiter:innen, die mit so viel Liebe ihren Beruf ausführen und immer im Einsatz sind, bedanken für eure unzählige Unterstützung gegenüber mir und unseren Klienten. Danke.

*DGKP Anna Reindl
Bereichsleitung mobile Pflege*

BETREUTES WOHNEN

Unser Betreutes Wohnen wächst stetig und es ist uns gelungen eine feine Gemeinschaft aufzubauen. Das Miteinander tut gut, es ist wichtig soziale Kontakte zu wahren. Es hält uns fit und fröhlich. Unser Generationen übergreifendes Leseprojekt, welches über die letzten sechs Monate stattgefunden hat, war für Jung und Alt ein schönes Erlebnis. Im Juni wurde ein „Projekt-Abschlussfest“ in den Gesundheitsdiensten Völs mit der VS-Hötting West veranstaltet. Die BewohnerInnen und SchülerInnen haben dafür neben dem Vorlesen noch gemeinsam Tänze eingeübt. Wir sind stolz, dass wir immer wieder unsere BewohnerInnen für die verschiedensten Projekte zur Mithilfe gewinnen können. Ein herzliches Dankeschön an all diese HelferInnen. Danke auch an Frau Anni Lung, die uns mit den Tänzen unterstützt hat und regelmäßig für unsere BewohnerInnen das Bewegungstraining ehrenamtlich durchführt und an Frau Helene Hinterseer, die auch Lesungen im Betreuten Wohnen abhält und die „Laudatio für die Vernissage“ von Franz Kaserer ausgearbeitet und vorgetragen hat. Wir sind dankbar für so viele schöne gemeinsame Stunden und freuen uns auf weitere, wie zum Bei-

**GEBURTSTAGE IM
SEPTEMBER**

Wir wünschen
Frau Herlinde Kofler

**ALLES GUTE
ZUM GEBURTSTAG!**

spiel unser traditionales „Sommerfest“ welches am 26.6.24 stattgefunden hat.

Ein großes Dankeschön an die VS-Hötting-West, die mit uns seit Jänner 2024 an diesem generationenübergreifenden Lese-Projekt gearbeitet haben. Das Abschiedsfest war für alle der krönende Abschluss. Wir durften so viele schöne gemeinsame Stunden miteinander verbringen.



Weitere Highlights für das Betreute Wohnen waren ein Ausflug zum Eis-Essen in die „Schrebergarten-Anlage Völser Au“, ein Sommerfest bei dem die Line-Dance-Gruppe „Firewings“ für tolle Stimmung gesorgt hat. Die Linedancer wurden auch zu unserem Oktoberfest welches am 27.09.2024 stattfinden wird eingeladen. Wir freuen uns auch auf die „Quetschinger“ die das Oktoberfest musikalisch umrahmen werden. Wir wünschen allen Kindern, aber besonders den Kindern der VS-Hötting-West einen guten Start in das neue Schuljahr.

*DGKP Claudia Kolp
Betreutes Wohnen*



SOZIAL SPRENGELVÖLS

ehrenamt | bildung | information

Eine Serviceeinrichtung der Marktgemeinde Völs

6176 Völs, Bahnhofstraße 19 (im Haus der Gesundheitsdienste Völs)
Tel.: 0512 / 30 47 76; **Danja Sapper** · **E-Mail:** sozialsprengel-ehrenamt@spv.tirol
 Gerne können Sie uns auch unter der **Tel.-Nr. 0664 / 178 70 63** eine Nachricht hinterlassen.
Bürozeiten: Mo, Mi, Fr von 8:30-11:30 Uhr und nach Vereinbarung

Wir sind verantwortlich für das Ehrenamt und für die Durchführung von Veranstaltungen zum Thema Gesundheitsvorsorge. Unsere Angebote orientieren sich an den Notwendigkeiten, Bedürfnissen und Wünschen der Völser Bevölkerung und werden laufend weiterentwickelt.

Ehrenamt – „Freiwillig für Völs“

In der Marktgemeinde Völs wird freiwilliges Engagement gezielt gefördert, begleitet und entwickelt. In unserer Anlaufstelle treffen Angebot und Nachfrage aufeinander und wir versuchen geeignete Lösungen zu finden. Sie möchten sich ehrenamtlich engagieren, wissen aber noch nicht genau, was für Sie das Richtige ist? Dann kommen Sie zu uns, wir informieren Sie gerne in einem unverbindlichen, persönlichen Gespräch über mögliche Aufgaben und Einsatzort. Bei uns sind alle ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen haftpflicht- und unfallversichert!

Computeria

Die Computeria Völs findet **jeden Montag von 9:00 – 11:00 Uhr** in den Gesundheitsdiensten Völs statt. Wir bieten Hilfe im Umgang mit PC, Laptop, Tablet oder Handy. Es finden keine Kurse statt, jede/r Teilnehmer/in wird individuell betreut. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Der Besuch der Compu-

teria ist kostenlos und ohne Voranmeldung möglich!

Vorträge „Gesundheit Aktuell“

In Kooperation mit dem Ausbildungszentrum West und der Gesundheitsdienste Völs veranstalten wir Vorträge zu Themen wie Gesundheit, Prävention, Pflege und Medizin. Die Vorträge finden jeden zweiten Monat, jeweils am dritten Donnerstag um 19:00 Uhr in den Gesundheitsdiensten statt. Die Vorträge sind kostenlos!

NÄCHSTER VORTRAG:

„Einschlafen, Durchschlafen“ – Der Schlaf und seine Auswirkungen auf den Körper; am Donnerstag, 19. September 2024 um 19:00 Uhr.

NEU! Demenz Café Völs, „Miteinander – Füreinander“

Am Freitag, den **6. September 2024** von 15.00-16:30 Uhr im Café „Atrium“ in den Gesundheitsdiensten Völs. Unter dem Motto: **„Füreinander – Miteinander“, ein Stammtisch zum Austauschen und Kraft tanken**, laden wir alle Menschen mit Demenz und deren Angehörige herzlich ein. Denn wer Abläufe und Fakten über die Demenz-Erkrankung weiß, dem hilft es Ängste abzubauen und „dementsprechend“ zu reagieren. (Keine Voranmeldung notwendig!) Gerne können Sie sich bei Fragen an den Sozialsprengel wenden.

Kostenloses Erstgespräch bei Rechtsangelegenheiten

Die kostenlose Erstberatung in Rechtsangelegenheiten mit Dr. Stefan Kornberger, findet am Freitag, den **6. September 2024** in den Räumlichkeiten des Sozialsprengels, in der Zeit von 16:00-18:00 Uhr statt. (Keine Voranmeldung notwendig!)

Hilfestellung bei Ernährungs- und Diätfragen

Was kann ich essen? Was tut mir gut? Was ist gesund? Das Ernährungswissen ist groß, doch die praktische Umsetzung gestaltet sich teilweise schwierig.

Unsere Diätologin Andrea Tichy berät Sie gerne zu Themen wie: Gesunde Ernährung, Übergewicht, Diabetes mellitus, Unverträglichkeiten, u.v.m. Anmeldungen dazu werden gerne entgegengenommen. (Bitte beachten Sie unsere Bürozeiten!)

Sozialfonds „Völser helfen Völsern“

Der Sozialfonds dient zur Unterstützung hilfsbedürftiger Völser*innen. Finanziert wird der Fonds aus Spenden und Sozialerträgen (unser Osterbasar, private Spender, Firmen und Vereine, Kranzablöse und Spenden statt Geschenke, ...). Mit der Spende kann vor Ort notleidenden Familien und Einzelpersonen sowie älteren, einsamen oder kranken Menschen geholfen werden. Jeder Antrag an den Fonds wird vom Vorstand des Sprengels sorgfältig geprüft.

Es fallen keine Verwaltungskosten an, somit kommt die gesamte Spende beim Betroffenen an. Gerne kann die Spende auch für einen bestimmten Zweck (z.B.: bedürftige Familien, Kinder/Jugendarbeit, Senioren, ...) gewidmet werden.

SPENDENkonto:

RB Tirol Mitte West – **IBAN:**
AT06 3633 6000 0132 0969
Wir bedanken uns herzlich bei allen Spender*innen!

KOSMETIK
 FUSSPFLEGE
 WEIDNER

A-6176 VÖLS ANGERWEG 19
 TELEFON 0650/3049870
 info@kosmetik-weidner.at
 www.kosmetik-weidner.at


PERTL
ZIMMEREI

HOLZBAU
0664-400 92 86

GESUNDHEIT AKTUELL

Vortrag zum Thema:

„Einschlafen, Durchschlafen“, der Schlaf und seine Auswirkungen auf den Körper

mit Stephan Schlüsselberger, MSc

**Am Donnerstag, 19. September 2024
um 19:00 Uhr in den Gesundheitsdiensten Völs**

Was passiert in meinem Körper wenn ich schlafe? In meinem Vortrag werde ich Ihnen die Grundlagen des Schlafens und die Schlafphasen näherbringen. Gemeinsam werden wir die Veränderungen in den Lebensphasen, Einflussfaktoren auf das Schlafbedürfnis sowie auf Schlafstörungen, erarbeiten.



Des Weiteren möchte ich Ihnen Tipps und Tricks zu schlaf-fördernden Maßnahmen, gesunde Schlafhygiene sowie zur Vorbeugung und Verbesserung von Schlafstörungen mit auf den Weg geben.

Zur Person: Stephan Schlüsselberger, MSc. Akademischer Gesundheitspädagoge, DGuKP. Seit 11 Jahren Lehrer für Gesundheits- und Krankenpflege am AZW sowie an der FHG Tirol



Diabetesschulung in Völs – in drei Abenden diabetes- fit werden!

Unter dem Motto „wissen – verstehen – mit Diabetes leben“ veranstaltet der Sozialsprengel Völs eine kostenlose dreiteilige Schulung für Typ 2 Diabetiker und Angehörige. Große Studien zeigen, dass Schulungen bessere Stoffwechselwerte und eine bessere Lebensqualität bringen. Wer Tabletten gegen Diabetes nimmt, bekommt gegen Nachweis der Teilnahmebestätigung die Blutzucker-Teststreifen von der ÖGK kostenlos.

Termin: 23. bis 25. September 2024 jeweils von 17:00 bis 20:00 Uhr. Anmeldung erbeten beim Sozialsprengel Völs, Danja Sapper, Tel.-Nr.: 0512 / 30 47 76 oder per E-Mail unter: sozialsprengel-ehrenamt@spv.tirol

„FREIWILLIG für VÖLS“

Unser Motto „Ehrenamt macht´s möglich“ ist Sinnbild für verschiedene ehrenamtliche Tätigkeiten, wie zum Beispiel in den Gesundheitsdiensten Völs. Die Ergotherapeutin Veronika Schröcksnadel meint dazu: „Ohne die Mithilfe unserer ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen könnten viele Angebote für unsere Bewohner*innen so nicht stattfinden. Sie sind eine wertvolle Ressource in unserem Haus und wir sind sehr dankbar, dass sich viele Menschen in Völs ehrenamtlich engagieren.“

Rund 25 Ehrenamtliche sind derzeit in verschiedenen Bereichen, wie den Aktivierungsrunden, Bewegung mit Musik, der Dekoration, Begleitdienste in die Klinik, beim Musikcafé, sowie in der Tagespflege im Einsatz. Begleitet werden die Ehrenamtlichen von den professionellen Mitarbeiter*innen welche im engen Kontakt mit der Ehrenamtskoordinatorin stehen.

Heute möchten wir unsere ehrenamtlichen **Dekorateur** Judith Hell und



Peter Hoyer vorstellen. Sie schenken ihre Zeit um das Haus mit den Arbeiten der Bewohner*innen zu verschönern. Judith und Peter sind mittlerweile ein eingespieltes Team und es macht ihnen große Freude die Räume den Jahreszeiten entsprechend zu dekorieren.

Die Beiden sehen das auch als Wertschätzung gegenüber den Bewohner*innen, welche mit viel Engagement bei der Herstellung der Dekorationen dabei sind.

NEUE EHRENAMTLICHE SIND HERZLICH WILLKOMMEN!

Wenn du Interesse an einer ehrenamtlichen Tätigkeit hast und mehr Informationen möchtest, dann melde dich bei der Ehrenamtskoordinatorin zu einem unverbindlichen, persönlichen Gespräch.

**Kontakt: Sozialsprengel Völs, Bahnhofstraße 19; Danja Sapper, Bürozeiten: Mo, Mi, Fr von 8:30-11:30 Uhr
Tel.: 0664 / 17870 63
E-Mail: sozialsprengel-ehrenamt@spv.tirol**



Unter dem Motto: **Informieren – mitmachen – weitersagen**, informiert der Sozialsprengel Völs gemeinsam mit den Gesundheitsdiensten Völs in regelmäßigen Abständen zu Themen wie: **Gesundheit, Vorsorge und Pflege.**

Mischa Todeschini, Bakk.: „Im Mittelpunkt stehen Themen die für die Völser Bevölkerung von Interesse sind, insbesondere für Körper und Geist.“

INFORMIEREN - MITMACHEN - WEITERSAGEN

Diesmal gibt einige Tipps zum Thema „**Schlaf**“. Welche Auswirkungen hat der Schlaf auf unseren Körper, wann wird er zur Belastung und was kann ich dagegen tun.

Das Ticken der Uhr an der Wand, die Autos auf der Straße. Jedes Geräusch kann zur Belastung werden, wenn sich der Schlaf nicht einstellen will. Erst wenn man nicht mehr gut schlafen kann, wird einem bewusst wie wichtig es ist, regelmäßig, erholsamen Schlaf zu bekommen.

Ursachen die zu einer Verschlechterung der Schlafqualität führen können, sind Sorgen, Stress, anstehende Entscheidungen, körperliche Probleme, Alkohol und eine störende Schlafumgebung, um nur einige Ursachen zu nennen.

Je länger guter Schlaf auf sich warten lässt, umso größer können die Auswirkungen des Schlafmangels sein. Dazu zählt man **Auswirkungen** wie Konzentrationsschwäche, Reizbarkeit, lange Reaktionszeiten und Belastung des Herz-Kreislaufsystems.

Welche **Lösungsansätze** sind hilfreich um den Schlaf zu verlängern bzw. die Schlafqualität zu verbessern?

Zu Beginn überdenken Sie einfache Dinge wie die Raumtemperatur. Ist die Matratze noch gut in Schuss, benötigt man etwa einen anderen Kopfpolster oder eine neue Decke? Ist der Raum zum Schlafen ausreichend belüftet und kann bei Bedarf der Raum abgedunkelt werden?

Sind diese Punkte abgeklärt, sind Veränderungen der Gewohnheiten vielleicht der Schlüssel zum guten Schlaf. Achten Sie auf mehr Bewegung im Laufe des Tages. Liegt das Abendessen etwa schwer im Magen, oder hält mich Alkohol vom Schlafen ab? Sollte ich vor dem Schlafen gehen keine Krimis im Fernsehen ansehen?

Eine Möglichkeit wären **Schlafrituale** wie Atemübungen, Meditation oder beruhigende Musik um sich auf das Schlafengehen einzustellen.

Quellenangabe: <https://www.neurologen-und-psyhiater-im-netz.org/psychiatrie-psychosomatik-psychotherapie/stoerungen-erkrankungen/schlafstoerungen/ursachen/>; <https://reformhaus.de/blogs/ernaehrung/7-lebensmittel-fuer-einen-tiefen-schlaf/>; https://praxistipps.focus.de/schlaffoerdernde-lebensmittel-diese-nahrungsmittel-sollten-sie-kennen_126146/; <https://natuerlich.thieme.de/aktuelles/aus-der-forschung/detail/walnuesse-gegen-stress-678/>; [https://www.zentrum-der-gesundheit.de/S3-Leitlinie; Nicht-erholsamer-Schlaf/Schlafstoerungen; Update-2016; Version-2.0-\(2017\); https://register.awmf.org/de/start](https://www.zentrum-der-gesundheit.de/S3-Leitlinie; Nicht-erholsamer-Schlaf/Schlafstoerungen; Update-2016; Version-2.0-(2017); https://register.awmf.org/de/start)

Nähere Informationen zu Unterstützungsmöglichkeiten bekommen Sie bei uns in der Beratungsstelle der Gesundheitsdienste Völs.

Tipps für den Alltag – 
„Tu deiner Gesundheit etwas Gutes!“

Schlaffördernde Nahrungsmittel:
Tip 1: *Eine Handvoll Walnüsse pro Tag essen.* Walnüsse enthalten schlaffördernde B-Vitamine.
Tip 2: *Einen Kichererbsensnack am Abend essen.* Kichererbsen enthalten Vitamin B6 und fördern so die körpereigene Produktion des Schlafhormons Melatonin.
Tip 3: *Eine Banane als Nachspeise.* Bananen haben einen hohen Anteil an Magnesium. Magnesium entspannt die Muskulatur und verhindert Beinkrämpfe und fördert so das entspannte Einschlafen.
Cashewkerne und Eier enthalten zudem Eiweiß, das die Bildung des Schlafhormons Melatonin fördert.
Denken Sie bitte daran, dass alle Nahrungsmittel nur ein Vorschlag sind und bei Allergien nicht konsumiert werden dürfen!

Atemtechnik:
 4-6-8 Atemtechnik – Einatmen bis 4 zählen, Luft anhalten bis 6 zählen, Ausatmen bis 8 zählen. Die verlängerte Ausatmung lässt uns zur Ruhe kommen, senkt den Blutdruck und ist dabei behilflich unsere Aufmerksamkeit nach innen zu lenken. – Gedanken bleiben draußen!

Aromapflege:
 Lavendel – ein warmes Lavendelfußbad (2-3 Tropfen auf 2-3 Liter Wasser mit 1 EL Schlagobers, Salz oder Honig vermengen) oder eine Raumbedeftung (je nach Raumgröße mit weniger starten und Tropfenanzahl steigern) mit Lavendel über einen Diffuser kann beim Einschlafen behilflich sein.
 Es ist für alle Hilfestellungen ratsam eine regelmäßige Anwendung durchzuführen, um feststellen zu können ob die Maßnahme hilft bzw. sich die Situation verbessert.
Bei längerfristigen Ein- und Durchschlafstörungen sollten Sie in jedem Fall mit einem Arzt darüber sprechen.

Um die bestmögliche Versorgung gemeinsam mit Ihnen planen zu können, bitten wir um Terminvereinbarung unter der Tel.-Nr. 0512/302655 DW 399, oder per E-Mail: beratungsstelle@gdv.tirol.



BERATUNGSSTELLE

GESUNDHEITSDIENSTE VÖLS
beratung | pflege | haushalt | kulinarik

Die Beratungsstelle für alle Fragen zur Pflege, Betreuung und sozialen Angelegenheiten.

Mit dem „Völser Modell“ bieten wir alles aus einer Hand: Case & Caremanagement, Dienstleistungsberatung, Pflegeberatung, betreutes Wohnen und Sozialberatung.

Welche Möglichkeiten der Versorgung im Gesundheitssystem in Völs gibt es?

Im Rahmen einer Dienstleistungsberatung erhalten Sie Informationen über: Betreutes Wohnen; Essen auf Rädern; mobile und stationäre Betreuung; Tagesbetreuung.

Was kann ich persönlich tun, um bestmöglich, selbständig zu Hause leben zu können.

Im Rahmen der präventiven Seniorenberatung ab 70, stellen wir uns diesem Thema.

In einer **Pflegeberatung** bringen wir Ihnen Informationen und Schulungen zur Versorgung der zu pflegenden Angehörigen und unterstützenden Maßnahmen wie Wärme- und Kälteanwendungen, Wickel und Aromapflege näher.

Organisation von mobilen Diensten wie Hauskrankenpflege, Haushaltshilfe und vielem mehr.

In einem persönlichen Gespräch bei Ihnen vor Ort, werden Ihre Bedürfnisse und Wünsche eruiert, die Abläufe erklärt und Möglichkeiten der Versorgung besprochen. Gerne sind wir Ihnen auch bei einem Pflegegeldantrag behilflich.

Mein finanzielles Auskommen wird immer enger, welche Unterstützungen sind möglich?

Wir unterstützen Sie bei der möglichen Antragstellung von Heizkostenzuschuss, Wohnbeihilfe, Unterstützung bei Wohnraumadaptierung usw.

Vermittlung zum Sozialsprengel Völs, zur Familienhilfe und anderen Anlaufstellen wie Selbsthilfegruppen, ...

Vermietung von Heilbehelfen wie z.B.: Rollator, Rollstuhl, Toilettenstuhl, ...

Gerne führen wir ein persönliches Gespräch, das auf Wunsch in Ihrer gewohnten Umgebung stattfinden kann. Wir bitten um telefonische Terminvereinbarung.

SOZIALSPRENGEL

SOZIALSPRENGEL VÖLS
ehrenamt | bildung | information

Eine Serviceeinrichtung der Marktgemeinde Völs

Wir sind verantwortlich für das Ehrenamt und für die Durchführung von Veranstaltungen zum Thema Gesundheitsvorsorge. Unsere Angebote orientieren sich an den Notwendigkeiten, Bedürfnissen und Wünschen der Völser Bevölkerung und werden laufend weiterentwickelt.

Ehrenamt – „Freiwillig für Völs“

In der Marktgemeinde Völs wird freiwilliges Engagement gezielt gefördert, begleitet und entwickelt. In unserer Anlaufstelle treffen Angebot und Nachfrage aufeinander und wir versuchen geeignete Lösungen zu finden.

Information / Gesundheitsvorsorge:

Veranstaltungen, Vorträge, Ausstellungen und Vortragsreihen zum Thema Gesundheitsvorsorge.

- Vorträge „Gesundheit Aktuell“
- Gesundheitstag
- Fort- und Weiterbildungsangebot
- Regelmäßige Veröffentlichungen zu verschiedenen Gesundheitsthemen
- Kostenloses Erstgespräch in Rechtsangelegenheiten
- Hilfestellung bei Ernährungs- und Diätfragen

Sozialfonds – „Völser helfen Völsern“

Der Sozialfonds dient zur Unterstützung hilfsbedürftiger Völser*innen. Finanziert wird der Fonds aus Spenden und Sozialeinnahmen. Es fallen keine Verwaltungskosten an, somit kommt die gesamte Spende beim Betroffenen an.

SPENDENkonto:

RB Tirol Mitte West –

IBAN: AT06 3633 6000 0132 0969

Wir bedanken uns herzlich bei allen Spender*innen!



„Völser helfen Völsern“

BERATUNGSSTELLE:

Bürozeiten: Montag – Freitag von 8:30–11:30 Uhr

Tel.: 0512 / 30 26 55 DW 390, 399

E-Mail: beratungsstelle@gdv.tirol

Petra Maier, DGKP, Memory Beauftragte

Bianca Gutwenger, DGKP, Pain Nurse, Case Management

SOZIALSPRENGEL:

Bürozeiten: Mo, Mi, Fr von 8:30–11:30 Uhr
und nach Vereinbarung

Tel.: 0512 / 30 47 76; Danja Sapper

E-Mail: sozialsprengel-ehrenamt@spv.tirol

www.sozialsprengel-voels.at

Radparade für Klein und Groß – Sichere Wege für ALLE!

Unter dem Motto „Sichere Wege für ALLE!“ veranstaltet der Radstammtisch Völs am 20. September 2024 um 15 Uhr eine Radparade für Klein und Groß. Wir laden alle radbegeisterten Völserinnen und Völser ein mitzuradeln und sich gemeinsam für sichere Rad- und Fußwege in unserer Gemeinde einzusetzen. Treffpunkt ist am Vorplatz des Bahnhofs in Völs.

Im Anschluss an die Radparade findet ein Abschlussfest am Vorplatz der Volksschule Völs mit vielen Aktivitäten für Kinder und Erwachsene statt: Straßenkreidemalen, Fahrräder verzieren, ein Schätzspiel und musikalische Darbietungen bereichern das Programm. Mit

dabei sind neben dem Radstammtisch Völs auch der Kulturkreis Völs, die Pfadfinder*innen Völs sowie die Zupfkapelle. Wir feiern damit die europäische Mobilitätswoche, die alljährlich umweltfreundliche Mobilität in den Mittelpunkt stellt.

Sichere Wege für ALLE! Für das Radeln und zu Fuß gehen in Völs sind viele gute Wege vorhanden. Trotzdem gibt es in vielen Bereichen Verbesserungsmöglichkeiten, auf die wir mit dieser Radparade aufmerksam machen. Mit dem geplanten barrierefreien Umbau des Bahnhofs bietet sich die Jahrhundertchance auch eine Radunterführung zu bauen. Diese bringt, wenn sie umgesetzt wird, für Radfahrende besonders aus

dem Westen von Völs einen deutlichen Sicherheitsgewinn, da nicht mehr die Unterführung bei der OMV-Tankstelle genutzt werden muss. Dies kommt vor allem auch Fußgänger*innen zu Gute, da es am ohnehin sehr schmalen Gehsteig in der OMV-Unterführung dann zu keinen Begegnungskonflikten mit Radfahrenden mehr kommt.

Die Unterführung in der Kranebitterstraße ist die wesentliche Verbindung für alle aus dem Osten oder dem Dorfkern von Völs, die mit dem Rad oder zu Fuß in die Cyta wollen. Hier gibt es ebenfalls deutliches Verbesserungspotential um den Weg attraktiver für Radler*innen und Fußgänger*innen zu machen.



Radparade für Klein und Groß

 **Fr 20.9.2024, 15:00 Uhr**

 **Treffpunkt Vorplatz Bhf Völs (Südseite)**
anschließend Abschlussfest bei der Volksschule

Sichere Wege für ALLE!



organisiert vom Radstammtisch Völs im Rahmen der europäischen Mobilitätswoche

EINHEITLICHE LÖSUNGEN FÜR EUER ZUHAUSE · Völser Tischlerei - Beratung, Planung und Fertigung



AKTUELLES

HIPPY - Diplomübergabe in Völs

= Bundeskanzleramt



In einer kleinen feierlichen Zeremonie am Spielplatz in der Friedenssiedlung, wurden heute in Völs die Diplome des HIP-PY-Programms an stolze Eltern und ihre Kinder übergeben. Das HIP-PY-Programm, das für „Home Instruction for Parents of Preschool Youngsters“ steht, unterstützt Eltern dabei, ihre Kinder im Vorschulalter optimal auf den Schulstart vorzubereiten.

Die Diplomübergabe fand im Beisein von Bürgermeister Peter Lobenwein und Gemeindevorständin Nicole Mair-Enzi statt. Beide würdigten in ihren Reden die Bemühungen und Erfolge der teilnehmenden Familien. Die Veranstaltung wurde mit herzlichen Reden gefeiert, die das Engagement der Eltern und die Fortschritte der Kinder hervorhoben.

HIPPY-PROGRAMM IN VÖLS

Das HIP-PY-Programm wurde in Völs ins Leben gerufen, um Eltern dabei zu unterstützen, ihre Rolle als erste Lehrer ihrer Kinder aktiv wahrzunehmen. Es bietet ihnen Materialien und Anleitung, um spielerisch und strukturiert die frühkindliche Entwicklung ihrer Kinder zu fördern. Dabei werden Themen wie Sprachentwicklung, motorische Fähigkeiten und soziale Kompetenz behandelt.

ERFOLGE UND AUSBLICK

„Wir sind stolz auf die Eltern und Kinder, die dieses Programm erfolgreich abgeschlossen haben“, sagte Projektkoordinatorin Frau Yagmur bei der Zeremonie. „Es ist beeindruckend zu sehen, wie viel Freude und Engagement in die Förderung der Kinder investiert wird. Dieses Programm ist ein wichtiger Baustein für die Zukunft der Familien. Wir bedanken uns für die Koförderung des Projektes bei der Marktgemeinde Völs. Ein Besonderer Dank gilt auch Frau Mag. Preyer für die tatkräftige Unterstützung bei der Akquise der Familien!“

Gemeindevorständin Nicole Mair Enzi betonte in ihrer Rede die Bedeutung der frühkindlichen Bildung und die wertvolle Rolle, die das HIP-PY-Programm dabei spielt. „Die frühkindliche Bildung legt den Grundstein für den späteren schulischen und beruflichen Erfolg unserer Kinder. Das HIP-PY-Programm unterstützt Eltern dabei, ihre Kinder bestmöglich zu fördern“, sagte sie.

Die Diplome und Geschenke an die Völser HIP-PY-Kinder wurden von Frau Mair-Enzi und der Betreuerin Frau Gülsah TÜRKES, überreicht.

STIMMEN DER TEILNEHMER

Eine der Teilnehmerinnen, berichtete von ihren Erfahrungen: „Das HIP-PY-Programm hat mir nicht nur geholfen, mein Kind besser zu fördern, sondern auch mich als Mutter gestärkt. Ich habe gelernt, wie wichtig meine Rolle in der Bildung meines Kindes ist und ich lerne dabei auch Deutsch“.

ÜBER DAS HIP-PY-PROGRAMM

Das HIP-PY-Programm ist ein international anerkanntes Bildungsprogramm, das Eltern von Vorschulkindern die notwendigen Werkzeuge und das Wissen vermittelt, um ihre Kinder optimal auf die Schule vorzubereiten. In wöchentlichen Treffen erhalten die Eltern Materialien und pädagogische Unterstützung, um ihre Kinder spielerisch und gezielt zu fördern.

**ZUKUNFTSPLÄNE**

Für das kommende Jahr sind weitere Initiativen geplant, um noch mehr Familien zu erreichen und die frühkindliche Bildung in Völs weiter zu stärken. Dazu gehören zusätzliche Workshops, um aktuelle pädagogische Trends und Bedürfnisse besser abzudecken.

Das HIP-PY-Projekt wird Kofinanziert von der Europäischen Union und vom Bundeskanzleramt.

Kontakt:

Gülsah TÜRKES – Betreuerin vor Ort
tuerkes@kids-more.at • 0677 / 419 89 15

Özlem YAGMUR – Projektkoordinatorin
yagmur@kids-more.at • 0677 / 64 52 75 54



Seidemann

Bio-Gärtnerei
Bio
Qualität
Seidemann

Herbstbeginn im Blumenpark

Deine Bio-Vielfalt für Garten & Balkon

Mo-Sa 9-18 Uhr | So-Feiertag 10-16 Uhr | Michelfeld 7, Völs
www.blumenpark.at | Einfach Freund werden auf 

KATHOLISCHE KIRCHE

Ausgewählte Gottesdienste und Veranstaltungen



Alle Termine auf: www.pfarre-voels.net und auf der wöchentlichen Gottesdienstordnung. Kanzleizeiten ab 10.9.: Dienstag 9 bis 11 Uhr, Mittwoch 17 bis 19 Uhr, Donnerstag 9 bis 11 Uhr Telefon: 0512 / 30 31 09, E-Mail: pfarre-voels@stift-wilten.at

Sonntagsgottesdienste:

Samstag, 19.00 Uhr
Sonntag, 9.00 Uhr

**Werktagsgottesdienstordnung
ab Dienstag, 10.9.:**

- **Dienstag**, 19.00 Uhr Anbetung oder Vesper; der Ort wird auf der Gottesdienstordnung angegeben
- **Mittwoch**, 19.00 Uhr Pfarrkirche
- **Donnerstag**, Hl. Messe für die Bewohner im Haus der Gesundheitsdienste
- **Freitag**, 15.00 Uhr Blasiuskirche

Rosenkranzgebet in der Pfarrkirche:

Mittwoch und Samstag 18.30 Uhr
Donnerstag 16.30 Uhr

Beichtgelegenheit:

Samstags von 18.30 bis 18.45 Uhr in der Pfarrkirche und nach telefonischer Vereinbarung

Dienstag, 10.9.

19.00 Uhr Anbetung mit sakramentalen Segen
20.00 Uhr Taufabend im Pfarrheim

Freitag, 13.9.

16.00 Uhr Startfest der Jungschar und Ministranten – mehr dazu auf der Homepage

Sonntag, 15.9. – Erntedankfest

9.00 Uhr Festgottesdienst mit Segnung der Erntedankkörbe in der Pfarrkirche, anschließend Prozession durch die Dorfstraße (Musikkapelle, Kirchenchor).

Dienstag, 17.9.

19.00 Uhr Anbetung

Freitag, 20.9.

8.00 Uhr Interreligiöser Eröffnungsgottesdienst der Volksschule
19.00 Uhr Wallfahrt der Stiftspfarrn nach Heiligwasser
Treffpunkt bei der Schweller Kapelle (Olympiaexpress)

Samstag, 21.9.

9.30 Uhr **Priesterweihe** von Stephen Dsouza im Dom
14.00 Uhr und 15.00 Uhr Taufe

Dienstag, 24.9.

19.00 Uhr Vesper (Alte Kirche)

Dienstag, 1.10.

19.00 Uhr Requiem f. d. Letztverstorbenen des 3. Quartals (Vrauen Vokal Völs)

EVANGELISCHE KREUZKIRCHE

Gottesdienste im
September 2024**Sonntag, 01.09. 9 Uhr**

14. Sonntag nach Trinitatis
Evangelium Lukas 17, 11–19

Sonntag, 15.09. 9 Uhr

16. Sonntag nach Trinitatis
Evangelium Johannes 11, 1-3, 17-45

Sonntag, 29.09. 9 Uhr

18. Sonntag nach Trinitatis
Evangelium Markus 10, 17-27

Weitere Termine:

KONZERT TRIO CON BRIO

Ausgefeilte Arrangements, feinste Klangnuancen und ein kontrastreich bestücktes Programm, präsentiert von den Tiroler Klarinetten Florian Mühlberger, Stephan Moosmann und Christoph Schwarzenberger: Samstag, 21.09., 19.30 Uhr, Kreuzkirche. Veranstalter: Kulturkreis Völs.

KIRCHENKAFFEE

Im Anschluss an die Sonntagsgottesdienste im Clubraum der Kreuzkirche.

GEBETSKREIS

Jeden Donnerstag um 17.30 Uhr im Clubraum der Kreuzkirche.

Aktuelles und Wissenswertes über unsere Pfarrgemeinde finden Sie auf unserer Homepage www.innsbruck-christuskirche.at

EINFACH ZUM NACHDENKEN

Drei Dinge musst du kultivieren:
den Mut,
die Güte
und die Liebe zu
den Mitmenschen.

Drei Dinge musst du geben:
dein Mögliches für die Armen,
ein Wort des Trostes für die Traurigen,
ein Wort des Lobes denen,
die es verdient haben.

Pater Josef Marx SVD

Einladung zur

15. Männerwallfahrt am 12. Oktober 2024 nach Maria am Sand (Brixen, Südtirol)

Abfahrt: 7.30 Uhr bei der Firma Raggl
und der OMV Tankstelle in Völs (Bushaltestelle)

Ankunft: ca. 18.30 Uhr in Völs

Anmeldung bei:

Bernd Gams unter Tel.: 0676 / 41 81 608
oder im Pfarramt Völs unter Tel.: 0512 / 30 31 09

Unkostenbeitrag: € 30,- pro Person

EMMAUSSTUBE VÖLS

Schlussausflug zum Tegernsee Emmausstube

Nach einem erlebnisreichen Jahr in der Emmausstube mit allen Aktivitäten und meiner 25. Jahrsfeier, gehört auch der traditionelle Schlussausflug immer dazu. Er führte uns dieses Jahr an den Tegernsee. Unser Ziel war zuerst die dortige Pfarrkirche mit einer Dankandacht und anschließender Kirchenführung. Das Mittagessen im Brauhaus mit einem original bayrischen Bier stärkte uns für den Spaziergang entlang des wunderschönen Sees. Andere wiederum bevorzugten eine gemütliche Schifffahrt. Vor der Heimfahrt gab es noch Kuchen und Kaffee und im Bus noch eine Stärkung mit einem guten Schnapsperl von

unserem Pfarrer Christoph. Frohgelaunt kehrten wir wieder nach Völs zurück und gehen nun in die Sommerpause.

Es war ein schönes Jahr und wir freuen uns alle schon wieder auf den Herbst, wo wir uns hoffentlich wieder alle gesund und mit neuem Tatendrang treffen dürfen. Vielleicht können wir auch den einen oder anderen neuen Gast begrüßen. Jeder ist bei uns herzlich willkommen.

Treffpunkt jeweils Montag von 14 – 17.00 Uhr im Pfarrheim Völs. Neubeginn am 16.9.2024

Christa Vantsch und ihr Team



VINZENZGEMEINSCHAFT

2. Bubble Soccer Turnier – Ein sportliches Ereignis mit wohltätigem Hintergrund



Wie schon im April letzten Jahres fand am Völser Sportplatz ein BUBBLE SOCCER TURNIER statt. Die Wohltätigkeitsveranstaltung geht auf die Initiative von Frau **Gabi Gams** zurück. Die Organisation und Administration lag in den Händen von **GR Sarah Wieser**. Die Schirmherrschaft übernahm **Vizebürgermeister Peter Ties**. Durch großzügige Spenden von Sponsoren und zahlreichen Zuschauern konnte der Vinzenzgemeinschaft unter ihrer Obfrau Sylvia Neumair

ein Scheck von über € 5000.- übergeben werden. Die Vinzenzgemeinschaft unterstützt unbürokratisch und anonym Völserinnen und Völser, die in finanzielle Not geraten sind. **Die Mitglieder der Vinzenzgemeinschaft bedanken sich bei allen, die diese wohltätige Sportveranstaltung möglich gemacht und unterstützt haben. Besonderer Dank gilt allen Spielerinnen und Spielern, die dieser Veranstaltung zu so großem Erfolg verholfen haben.**



ÄRZTLICHER SONN - UND FEIERTAGSDIENST VÖLS, MUTTERS UND NATTERS

1. September

DR. KATJA KRALER

Peter-Siegmaier-Str. 11
Notordination von 10-12 Uhr
Tel. 0512/30 33 76

7./8. September

DR. WALTER BERNWICK

Natters, Feldweg 2
Notordination von 10-11 Uhr
Tel. 0512/54 65 11

14./15. September

DR. STEFAN NEUNER

Bahnhofstraße 38 A
Notordination 9-10 und von 17-18 Uhr
Tel.: 0512/30 25 30, Fax DW 2

21./22. September

DR. CLEMENS OFFER

Mutters, Dorfstraße 80,
Tel. 0512/31 97 85

28./29. September

DR. KATJA KRALER

NACHT-, SAMSTAGS- UND SONNTAGSDIENST

CYTA-APOTHEKE:

Freitag, 6. September
Montag, 16. September
Donnerstag, 26. September

ST.-BLASIUS-APOTHEKE:

Sonntag, 1. September
Mittwoch, 11. September
Samstag, 21. September
Dienstag, 1. Oktober

Emmausstube sept./Okt. 2024

Mo., 16.9. spielen, plaudern
Mo., 23.9. Bewegung mit Musik
Mo., 30.9. Bingo



Mo., 7.10. spielen, plaudern, singen
Mo., 14.10. Törggelen mit Musik
Mo., 21.10. Bewegung mit Musik
Mo., 28.10. Gedächtnistraining

WIRTSCHAFT

120 Jahre Raiffeisen in Völs

In diesem Jahr feiert die Raiffeisenbank Tirol Mitte West eGen ein besonderes Jubiläum: Seit 120 Jahren steht die Raiffeisenbank in Völs als verlässlicher Partner an der Seite ihrer Mitglieder, Kundinnen und Kunden. Was Anfang des 20. Jahrhunderts als kleine regionale Bank gegründet wurde, hat sich im Laufe der Jahrzehnte zu einem starken, modernen Finanzdienstleister entwickelt, der seine Wurzeln und Werte stets bewahrt hat. In den vergangenen 120 Jahren hat die Genossenschaftsbank zahlreiche Herausforderungen gemeistert. Wirtschaftskrisen wurden überstanden und technologische Revolutionen erlebt – doch eines hat sich nie geändert: das Engagement der Raiffeisenbank für ihre Mitglieder, Kundinnen und Kunden. Die Grundprinzipien von Friedrich Wilhelm Raiffeisen – wie Solidarität, Selbsthilfe und Verantwortung für jetzt und zukünftige Generationen – leiten die Genossenschaftsbank in ihrem täglichen Handeln. Die Geschichte ist reich an Erfolgen und Meilensteinen. Von den bescheidenen Anfängen in einer kleinen Gemeinde bis hin zu einer topmodernen Bank mit einer Vielzahl von Dienstleistungen und einer starken regionalen Präsenz.

DIE GESCHICHTE

Im Jahr 1904 legten visionäre Männer und Frauen den Grundstein für die Genossenschaftsbank in Völs. Am 2. Oktober 1904 wurde von Hans Zimmermann, Meßner in Völs, die Gründungsver-



Foto: Franz Oss

Team der Bankstelle Völs: Thomas Elhardt, Ceren Demirel, Rupert Mayrhofer, Tamara Pastorelli, Bankstellenleiter Prok. Karl Heis, Sabrina Felderer, Milos Cvetkovic, Nicole Hueber und Philipp Strauhal (v. l.)

sammlung für den Spar- und Darlehenskassenverein einberufen. Nach einem belehrenden Vortrag von Hochwürden Sigmund Auer, Stiftsherr von Wilten, wurde die Gründung beschlossen und 27 Mitglieder schlossen sich dem Verein an. Ihre Vision war klar: eine Bank zu schaffen, die nicht nur den wirtschaftlichen Erfolg im Blick hat, sondern vor allem das Wohl der Gemeinschaft fördert.

DAS JUBILÄUM

Am 28.06.2024 wurde unter dem Motto „120 Jahre Raiffeisen in Völs“ am Vorplatz der Bankstelle in Völs gefeiert – ein

Nachmittag voller Tradition, Musik und Gemeinschaft. Das Rahmenprogramm wurde von drei Völser Vereinen gestaltet: Der Trachtenverein Völs, die Bläsergruppe der Musikkapelle Völs und das Chorensemble VelleVox trugen zu einer tollen Jubiläumsfeier bei. Für die kleinen Gäste gab es Spaß und Abenteuer auf der Sumsi-Hüpfburg von Raiffeisen. Besonderer Dank gilt allen Beteiligten der Jubiläumsfeier und vor allem dem Trachtenverein Völs, der sich um das leibliche Wohl der Gäste bestens bemüht hat.

DIE NEU GESTALTETEN RÄUMLICHKEITEN

Die Raiffeisenbank Tirol Mitte West eGen nahm dieses Jubiläum zum Anlass, um die Bankstelle im Rahmen eines zweimonatigen Umbaus an die zeitgemäßen Standards anzupassen und zukunftsfit zu machen. Die renovierten Räumlichkeiten umfassen den neu gestalteten Schalteraum, der nun auch über einen diskreten Servicebereich verfügt sowie einen bequemen Wartebereich für die Kund:innen.

Die ehemaligen Geschäftsleiter der Raiffeisenbank Völs, Erich Ruetz, und Mag. (FH) Bernhard Heuschneider, zeigten sich bei der Jubiläumsfeier von den neuen Räumlichkeiten begeistert. Auch Bürgermeister Peter Lobenwein lobte den gelungenen Umbau und betonte die Bedeutung der Raiffeisenbank in Völs als wichtiger Partner für die Völser Bevölkerung und Wirtschaft.

Foto: Bernhard Stelzi



Regionaldirektor Andreas Fagschlunger, MSc, mit Bankstellenleiter Karl Heis und Vorstandsvorsitzender-Stellvertreter Hubert Kuprian (v. l.)

EMMAUSSTUBE

Seit 48 Jahren ein Begegnungsort für die Seniorinnen und Senioren in Völs



Emmausstube

Jeden Montag, außer in der Schulferienzeit, treffen sich gut 30 Frauen und Männer im Pfarrheim zu einem gemütlichen Nachmittag. Essen und Trinken, Spielen und Ratschn, das gemeinsame Singen und Tanzen, aber auch Vorträge und Gottesdienste machen die Montage von 14 bis 17 Uhr zu einer Zeit des Miteinanders. Das braucht eine gute Vorbereitung und den Einsatz vieler MitarbeiterInnen.

Christa Vantsch hat vor 25 Jahren die Emmausstube von Elisabeth Klima übernommen und leitet seither die Emmausstube mit viel Umsicht, großem Geschick und viel Freude. Über die Jahre hat sie das Team von ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen erneuert, die gerne und mit großer Freude die BesucherInnen der Emmausstube betreuen. Einige von ihnen wurden beim Fest, das wir zu Ehren für Christas 25-jährigen Einsatz feierten, in die verdiente „Pension“ begleitet.

Höhepunkte im Jahr sind die Geburtstagsfeiern, das Törggelen, die Nikolaus-



feier, der Blasiussegen, die Faschingsfeier und zum Abschluss des Arbeitsjahres der Schlussausflug. Heuer war dies ein Ganztagesausflug nach Bayern an den Tegernsee. Mit einer Andacht in der Pfarrkirche zum Hl. Quirinius, dem anschließenden Mittagessen, einem Spaziergang oder einer Schifffahrt über den Tegernsee wurde der Tag für alle zu

einem feinen Erlebnis. Liebe Christa, dir und deinem Team ein großes Vergeltsgott für eueren ehrenamtlichen Einsatz für die Seniorinnen und Senioren in unserer Gemeinde. Am 16.9. beginnt die Emmausstube wieder. Auch neue Mitglieder sind herzlich willkommen!

Pfr. Christoph





Haben Sie eine Immobilie in **Völs** zu verkaufen oder zu vermieten?

Elmar Michael
s REAL Immobilienfachberater

05 0100 - 263 96
elmar.michael@sreal.at

 www.sreal.at



Koteschowitz^{GmbH}

WÄRME MIT VERNUNFT

www.koteschowitz-gmbh.at

Mielestraße 3
6063 Rum bei Innsbruck

Telefon +43/(0)512/267020
office@koteschowitz.at

FREIZEITSPORTVEREIN

Happy Birthday VFV

Der Völser Freizeitsportverein (VFV) hat vor kurzem seinen ersten Geburtstag gefeiert. Trotzdem ist er noch nicht allen Völsern und Völsnerinnen bekannt. Der VFV bietet Kindern die Möglichkeit gemeinsam mit anderen (meist) sportliche Aktivitäten zu unternehmen. Hinter diesem Verein stehen Simon (Lehrer an der MS Völs) und Andreas Lerch, ein Zwillingenbrüderpaar mit großem Herz für Jugendliche. Ihr unentgeltliches wie freiwilliges Engagement kann sich

sehen lassen. Im ersten Jahr seit der Gründung wurden über 40 Ausflüge unternommen. Unter anderem standen Schifahren und Snowboarden in Ischgl, Obergurgl, der Lizum oder dem Stubai auf dem Programm. Auch Tennisspiele, Squash, Radausflüge, Klettersteige oder Lauftrainings wurden organisiert.

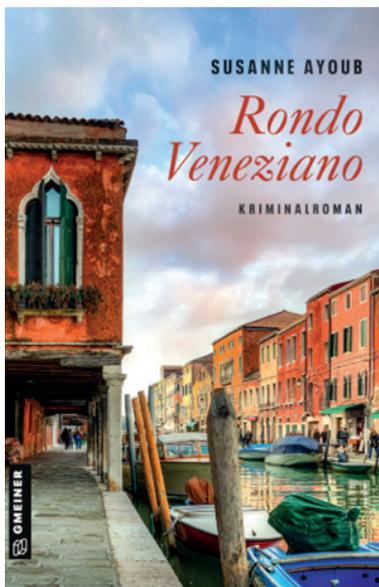
Besondere Höhepunkte waren unter anderem das Bubble-Soccer-Turnier, wo die Newcomer den dritten Platz beleg-

ten. Auch die Teilnahme von drei Staffeln am Wien Marathon darf als unvergessliches Erlebnis bezeichnet werden. Im Mittelpunkt stehen sinnvolle Freizeitgestaltung und Spaß an Bewegung in einer netten Gemeinschaft! Wer sich ein Bild vom Verein machen will, kann dies auf Instagram/ voelser.freizeitsport.verein oder im Netz unter voelser.freizeitsport.verein.webador.at gern tun!

Kerstin Kuba-Nimmrichter



KRIMILESUNG MIT SUSANNE AYOUB



25. September 2024
19:30 Uhr

Bücherei Völs
Peter-Siegmair-Straße 13

Eintritt frei

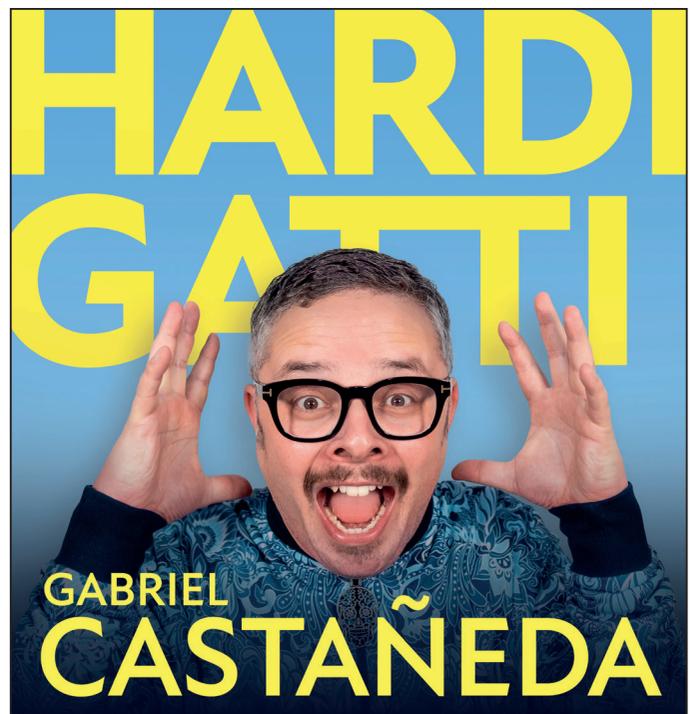


Im Anschluss an die Lesung lassen wir den Abend mit italienischen Spezialitäten ausklingen.



BÜCHEREI VÖLS

bvo



Freunde schenken Freude
präsentieren

12. Oktober 2024

Beginn: 20.00 Uhr Veranstaltungszentrum Blaike - Völs
Ticketpreis: € 29,- Vorverkauf:



eventim

 CASTANEDA.AT

PROGRAMM HERBST & WINTER 2024/25

ERWACHSENENSCHULE VÖLS



TIROLER
BILDUNGS
FORUM



SPRACHE &
KULTUR



THEATER &
SCHAUSPIEL



MUSIK &
TANZ



VEREIN &
GEMEINDE



KREATIVITÄT &
HANDWERK



KI &
DIGITALISIERUNG



KULINARIK &
GENUSS



NATUR &
UMWELT



PSYCHISCHE
GESUNDHEIT



GESCHICHTE &
DEMOKRATIE



BEWEGUNG &
GESUNDHEIT

PROGRAMM

HERBST & WINTER

Sehr geehrte
Kursinteressentinnen &
Kursinteressenten,
liebe Bürgerinnen & Bürger
von Völs!

Das Erwachsenenschulprogramm für den Herbst ist da. Wir konnten interessante ReferentInnen gewinnen und laden alle ein, das Angebot anzunehmen. Die Erwachsenenschule orientiert sich unter dem Motto „Wissen weitergeben“ speziell an den Bedürfnissen und Talenten in der Gemeinde und soll neben einem Ort der Bildung auch Ort der Begegnung in der Gemeinde sein.

Durch die Unterstützung der Gemeinde Völs kann die Erwachsenenschule kostengünstig und ortsnah Angebote organisieren.

Mit Schwung möchten wir die lange Tradition der Erwachsenenschule weiterführen und so das Dorfleben mitgestalten.

Wir freuen uns, über Ihre/deine Anregungen für das nächste Programm oder vielleicht möchten Sie/möchtest du ja auch selber ein Angebot in der Erwachsenenschule gestalten - einfach bei uns melden.

Für alle KulturpassbesitzerInnen „Hunger auf Kunst“ bietet die Erwachsenenschule Völs die Möglichkeit einer kostenlosen Teilnahme an allen Kursen.

Herzliche Grüße

Carola Feßler & Petra Triendl
Team der Erwachsenenschule Völs

'24

SPRACHE & KULTUR



AB SEITE 03

Spanisch für AnfängerInnen
Italienisch für Fortgeschrittene

MUSIK & TANZ



AB SEITE 03

Weihnachtsliederdiplom - Gitarre
Line Dance

KREATIVITÄT & HANDWERK



AB SEITE 04

Handlettering trifft Aquarell
Nähkurs
Töpfern für Anfänger, Anfängerinnen und Fortgeschrittene
Werkstatt „Zeichnen und Malen“

KULINARIK & GENUSS



AB SEITE 05

Bierbraukurs (Ab 16 Jahren)
Vietnamesischer Kochabend
La dolce vita

PSYCHISCHE GESUNDHEIT



AB SEITE 05

Mentale Gesundheit - das tut gut!

BEWEGUNG & GESUNDHEIT



AB SEITE 06

Stabile Wirbelsäule - Stabiler Körper
Mobilisation & Koordinationstraining
Funktionelles Ganzkörpertraining
Yogakurs
Zumba
Fatburner-Workout
Pilates
Strong Core - Starke Körpermitte
Yin Yoga
Kendo für AnfängerInnen
Kendo für leicht Fortgeschritten
Leichter bewegen mit Feldenkrais
Ball sport für Volksschulkinder
Bauch - Beine - Po
Fitnessgymnastik mit Musik

THEATER & SCHAUSPIEL



AB SEITE 08

Schau - Spiel: Theaterworkshop für Kinder von 8 - 11 Jahre

GESCHICHTE & DEMOKRATIE



AB SEITE 11

Vom Gauhaus zum Landhaus - ein Tiroler NS Bau & seine Geschichte

VEREIN & GEMEINDE



AB SEITE 08

Datenschutzgrundverordnung – ein Update
Barrierefreie(re) Veranstaltungen
Buchhaltung & Rechnungsprüfung
Mentale Gesundheit im Vereinsleben

KI & DIGITALISIERUNG



AB SEITE 09

Künstliche Intelligenz & soziale Gerechtigkeit - Entlarvung des Bias
CANVA kann was! - Einführung & Vertiefung

NATUR & UMWELT



AB SEITE 10

Herbst im Gemüsegarten: Aussäen, Auspflanzen, Schützen
Herbstarbeiten im Naturgarten
Käfer im Naturgarten - Liebe auf den zweiten Blick
Einen Gemüsegarten starten - jetzt planen
Vögel im Garten

Gärten naturnah gestalten - Wie Tiere unsere Gärten gestalten würde



VERANSTALTUNGEN SPRACHE & KULTUR

Spanisch für Anfängerinnen & Anfänger

Magst du spanische und lateinamerikanische Musik? Möchten Sie bei Ihrer nächsten Reise in ein spanischsprachiges Land eine andere Erfahrung machen? In diesem Kurs für Anfänger konzentrieren wir uns auf das mündliche Üben, indem wir grundlegende Vokabeln und Ausdrücke erlernen, um in der Lage zu sein, Konversationen auf dem ersten Niveau beginnen zu können. Einen Termin verlegen wir in die Küche, um gemeinsam zu kochen und zu verkosten. Wir erwarten Sie bei diesem Abenteuer des Spanischlernens auf unterhaltsame Weise und in entspannter Atmosphäre!

Kursleiterin:
Margarita Garcia de Vinuesa

Termine:
Dienstag, 24.09.2024 - 14.01.2025,
18:15 - 19:45 Uhr, 14 Abende

Kursort:
Zeichensaal Mittelschule Völs

Kursbeitrag:
€ 105,00 (21 UE)

Italienisch für Fortgeschrittene

Der Erweiterung des Wortschatzes, der Zeitenfolge im Erfinden und Erzählen von Geschichten, dem Texten und Singen gilt das Augenmerk. Ein bisschen Konjunktiv könnte möglich sein. Einen Abend verlegen wir in die Küche, um gemeinsam zu kochen. Nahrung für Körper, Seele, Geist.

Kursleiterin:
Elisabeth Kinigadner, Sprachtrainerin in der Erwachsenenbildung
elisabeth-kinigadner.at/

Termine:
Mittwoch, 25.09.2024 - 29.01.2025,
18:00 - 20:00, 16 Abende

Kursort:
Zeichensaal Mittelschule Völs

Kursbeitrag:
€ 150,00 (32 UE)

»Die Sprache ist der
Schlüssel zur Welt«

*Wilhelm von Humboldt,
Bildungsreformer, Schriftsteller &
Staatsmann*



VERANSTALTUNGEN MUSIK & TANZ

Weihnachtsliederdiplom - Gitarre Liedbegleitung auf der Gitarre für Eltern, Großeltern & Interessierte!

Im Wintersemester zielen wir mit den Grundgriffen auf Weihnachtslieder, im Sommersemester auf das „Lagerfeuerdiplom“. Man kann auf jedem Level einsteigen - Anfänger üben zunächst die Grundgriffe - Fortgeschrittene bekommen feine Akkordzerlegungen mit auf den Weg.

Kursleiter:
Wolfgang Schmitt

Kurszeiten:
Mittwoch, 25.09.2024 - 22.01.2025,
19:30 - 20:30, 15 Abende

Kursort:
Völs, Haus zum Guten Hirten

Kursbeitrag:
€ 60,00 (15 UE)

Line Dance

Line Dance ist geeignet für alle, die Tanzen lieben und sich bewegen möchten. Wir erarbeiten gemeinsam Choreographien zu den unterschiedlichsten Musikstilen (Country, Cha Cha, Polka, Pop usw.). Für sich, ohne Tanzpartner und doch in der Gruppe - Line Dance macht einfach Spaß!

Kursleiterin:
Daniela Haider

Kurszeiten:
Montag, 23.09.2024 - 22.01.2025,
19:30 - 20:30, 15 Abende

Kursort:
Völs, Disco Jugendzentrum Blaike

Kursbeitrag:
€ 95,00 (15 UE)



VERANSTALTUNGEN

KREATIVITÄT & HANDWERK



Handlettering trifft Aquarell

Hallo, ich bin Julia und liebe es mit Papier zu arbeiten, mit dem Pinsel zu malen und schöne Buchstaben zu gestalten. Ich freue mich, euch einen Einblick in diese kreative Welt zu geben und einfach eine schöne Zeit mit euch zu verbringen. Nehmt euch eine Auszeit und gestaltet mit mir zauberhafte Grußkarten. Auf meiner Webseite www.letterexperimente.art oder auf meinem Instagram-Account @letterexperimente könnt ihr ein paar Eindrücke gewinnen. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich, nur Spaß am Ausprobieren! Hochwertiges Material und Motivvorlagen werden zur Verfügung gestellt.

Kursleiterin:
Julia Jamka

Kurszeiten:
Donnerstag, 07.11.2024 - 21.11.2024,
18:00 - 21:00, 3 Abende

Kursort:
Zeichensaal Mittelschule Völs

Kursbeitrag:
€ 70,00 (9 UE)
Materialkosten sind nicht inkludiert

Werkstatt „Zeichnen und Malen“

Schon lange keinen Stift oder Pinsel in der Hand gehabt? Lust auf neue Materialien, Techniken, Anregungen und praktische Tipps? In diesem Kurs für Anfänger/innen und Fortgeschrittene kann man Grundlegendes erfahren und Experimentelles versuchen, spielerisch von Material ausgehen oder auch an einem vorgegebenen Thema arbeiten. Alles, was zum Zeichnen und Malen gebraucht wird, wird für die Kursabende zur Verfügung gestellt – wünscht euch was und freut euch über eure kreative Seite!

Kursleiterin:
Verena Weissenbach, 30 jährige Erfahrung als Lehrerin für Bildnerische Erziehung, Vortragende Kulturkreis Völs

Kurszeiten:
Montag, 07.10.2024 - 27.01.2025
07.10./14.10./21.10./04.11./18.11./02.12./
16.12./13.01./27.01.
18:30 – 20:30, 9 Abende

Kursort:
Zeichensaal Mittelschule Völs

Kursbeitrag:
€ 120,00 (18 UE)
Die Materialkosten sind im Kursbeitrag enthalten!

Nähkurs

Wollen Sie ein Kleidungsstück individuell nach Vorstellung anfertigen? Bei dem Nähkurs können Sie Ihre Wünsche verwirklichen.

Egal ob Anfänger oder Fortgeschritten - wichtig ist die Freude und Motivation an der Arbeit.

Kursleiterin:
Brigitte Marseiler

Kurszeiten:
Montag, 23.09.2024 - 02.12.2024,
19:00 - 22:00, 10 Abende

Kursort:
Textiler Werkraum Mittelschule Völs

Kursbeitrag:
€ 170,00 (30 UE)
Materialkosten sind nicht inkludiert

Töpfern für Anfänger, Anfängerinnen und Fortgeschrittene

Getöpft wird nach Lust und Laune - von Gebrauchskeramik (Schüsseln, Teller, Tassen) bis Dekorationsartikel für drinnen und draußen (Seifenschalen, Türschilder, Kräuteranstecker, Geschenkeanhänger, Windspiele, Vogeltränken...) ist vieles möglich. Im Kurspreis inbegriffen sind Ton, Glasuren, Schruh - und Glasurbrand.

Kursleiterin:
Theresa Tarmann; MA alte Geschichte und Altorientalistik, kreative Künstlerin mit Begeisterung für Selbstgemachtes

Kursort:
Technischer Werkraum Mittelschule Völs
Kursbeitrag:
€ 95,00 (12,5 UE)
Die Materialkosten sind bereits im Preis inkludiert.

Dienstagskurs

Kurszeiten:
Dienstag, 24.09.2024 - 19.11.2024,
24.09./08.10./15.10./05.11./19.11.
19:00 - 21:30, 5 Abende

Mittwochskurs

Kurszeiten:
Mittwoch, 25.09.2024 - 20.11.2024
25.09./09.10./16.10./06.11./20.11.
19:00 - 21:30, 5 Abende



VERANSTALTUNGEN

KULINARIK & GENUSS

Bierbraukurs (ab 16 Jahren)

Willkommen zum Bierbraukurs! In diesem Kurs werden wir gemeinsam die Grundlagen des Bierbrauens erkunden. Von den Rohstoffen über den Brauprozess bis zu den unterschiedlichen Bierstilen – wir tauchen in die faszinierende Welt des Brauhandwerks ein. Freuen Sie sich auf praktische Brauübungen und informative Einblicke. Prost auf eine spannende Zeit voller Hopfen und Malz!

Kursleiter:
Daniel Fischer

Kursort:
Küche Mittelschule Völs

Kursbeitrag:
€ 30,00 (4 UE)

KURS 1

Termin:
Freitag, 29.11.2024, 17:00 - 21:00

KURS 2

Termin:
Freitag, 17.01.2025, 17:00 - 21:00

Vietnamesischer Kochabend

Tauchen Sie an einem Abend in die Vietnamesische Küche ein. Dabei zaubern wir zusammen Bún Chá Hanoi (Gegrilltes Schweinefleisch auf Reismudeln mit verschiedenen Saucen zum Dippen und frischen Kräutern) sowie Cà ri gà (Vietnamesisches Hühnercurry). Wir freuen uns auf Ihr Kommen! Nga, Maria und Carola

Kursleiterin:
Nga Pan-Feßler

Termin:
Freitag, 18.10.2024,
18:00 - 22:00, 1 Abend

Kursort:
Küche Mittelschule Völs

Kursbeitrag:
€ 40,00 (4 UE)

Die Lebensmittelkosten sind im Preis inkludiert!

La dolce vita

Kommen Sie mit auf einen kulinarischen Streifzug durch die Regionen des Bel Paese. In der italienischen Feinspitzküche sprechen wir deutsch, bereiten spezielle Gerichte zu und prüfen die Qualität beim gemeinsamen Abendessen. Für das Mittagessen daheim lassen wir etwas übrig.

Kursleiterin:
Elisabeth Kinigadner

Termin:
Freitag, 27.09.2024 - 06.12.2024,
27.09./11.10./25.10./08.11./22.11./06.12.
17:00 - 20:30, 6 Abende

Kursort:
Küche Mittelschule Völs

Kursbeitrag:
€ 135,00 (21 UE)

Die Lebensmittelkosten sind im Preis inkludiert!



ONLINE - VERANSTALTUNGEN PSYCHISCHE GESUNDHEIT

Mentale Gesundheit - das tut gut!

Je mehr Menschen über kleine Tipps und Übungen Bescheid wissen, die der Psyche des Menschen gut tun, umso mehr Menschen kann es trotz vielfältiger negativer Einflüsse von außen besser gehen. Einmal im Monat lädt die Erwachsenenschule zu einem kostenlosen Online-Vortrag ein, bei dem konkrete, einfache Maßnahmen zur Unterstützung der psychischen Gesundheit vorgestellt werden.

Übungen und Tipps zu den Bereichen:

- Bewegung - Atmung - Entspannung
- Kreativität
- Schreiben - Lesen - Erzählen
- Natur - Kultur - Gesellschaft

Der erste Online-Abendvortrag findet am **World Mental Health Day**, am **Donnerstag, 10.10.2024, 19.30 Uhr** statt - dann in Folge 1 x monatlich.

Details dazu auf der Seite der Erwachsenenschule unter Onlineangebote.

»Verstehen kann man das Leben nur rückwärts, leben muss man es vorwärts.«

Sören Kierkegaard





VERANSTALTUNGEN BEWEGUNG & GESUNDHEIT

Foto: Istock_RiccoFranz

Stabile Wirbelsäule - Stabiler Körper

In unserer Trainingsstunde sorgen wir dafür, dass unser Körper Stabilität bekommt - und behält. Da Kraft und Beweglichkeit Hand in Hand gehen, wird beides seinen Platz finden. Besonders die Körpermitte wird eine zentrale Rolle einnehmen, aus ihr kommt alle Energie, Kraft und Stabilität.

Kursleiter:

Lukas Steinegger

Termin:

Dienstag, 24.09.2024 - 21.01.2025,
08:45 - 09:45, 15 Vormittage

Kursort:

Mehrzwecksaal, Mittelschule Völs

Kursbeitrag:

€ 90,00 (15 UE)

Yogakurs

Dieser Kurs im Stil des Iyengar Yoga zeichnet sich durch Präzision und Klarheit aus. Erlebe Stabilität, Flexibilität und Leichtigkeit. Für alle Levels.

Kursleiter:

Michael Riedmann, Yogalehrer

Termin:

Mittwoch, 25.09.2024 - 22.01.2025,
20:00 - 21:30, 12 Abende

Kursort:

Turnsaal Volksschule Völs

Kursbeitrag:

€ 95,00 (18 UE)

Mobilisation & Koordinationstraining

Der Schwerpunkt liegt auf der Mobilisierung und Dehnung der verschiedenen Körperregionen. Darüber hinaus werden Übungen zur Koordinationsschulung durchgeführt, die Aspekte wie Orientierung, Gleichgewicht, Reaktion und Rhythmisierungsfähigkeit umfassen. Diese Übungen werden zum Teil in spielerischer Form gestaltet.

Kursleiterin:

Anna Wedenig

Termin:

Dienstag, 24.09.2024 - 21.01.2025
20:00 - 20:50, 15 Abende

Kursort:

Turnsaal Mittelschule Völs

Kursbeitrag:

€ 80,00 (12,5 UE)

Zumba

Zumba - die schwungvolle und mitreißende Kombination aus Fitness und Tanz. Gemeinsam tanzen wir uns in Form zu lateinamerikanischer Musik und mit viel Spaß verbrennen wir auch einige Kalorien.

Kursleiterin:

Mag. Sonja Antmann, Zumbatrainerin

Termin:

Montag, 23.09.2024 - 02.12.2024,
20:00 - 21:00, 10 Abende

Kursort:

Großer Turnsaal Mittelschule Völs

Kursbeitrag:

€ 57,00 (10 UE)

Funktionelles Ganzkörpertraining

Funktionelles Ganzkörpertraining ist speziell darauf ausgelegt, den ganzen Körper zu trainieren und zu stabilisieren. Dabei werden alltagsnahe Bewegungen ausgeführt, die mehrere Muskelgruppen gleichzeitig beanspruchen. Es wird mit eigenem Körpergewicht und leichtem Zusatzgewicht oder Therabändern gearbeitet.

Kursleiterin:

Anna Wedenig

Termin:

Dienstag, 24.09.2024 - 21.01.2025,
19:00 - 19:50, 15 Abende

Kursort:

Bewegungsraum Mittelschule Völs

Kursbeitrag:

€ 80,00 (12,5 UE)

Fatburner-Workout

...ist ein gezieltes Kraftausdauertraining zur Formung und Straffung der Bein- und Pomuskulatur. Wir erarbeiten gemeinsam einen Sixpack und eine tolle Oberkörpermuskulatur. Gleichzeitig fördern wir den Fettabbau und erhöhen die Ausdauer.

Kursleiterin:

Iris Siller, ausgebildete Fitnesstrainerin (Rücken, Pilates, HIIT Fatburner, TRX usw.)

Termin:

Mittwoch, 25.09.2024 - 05.02.2025,
19:10 - 20:00, 16 Abende

Kursort:

Kleiner Turnsaal Mittelschule Völs

Kursbeitrag:

€ 85,00 (13,3 UE)

Pilates

Bei diesem Kurs erwartet dich ein systematisches Ganzkörpertraining mit dem Fokus auf die Kräftigung der Rumpf-, Rücken- und Beinmuskulatur. Pilates kräftigt nicht nur den Körper, sondern sorgt auch für mehr Beweglichkeit und Balance. Außerdem wird bei den facettenreichen Übungen auch die Atmung kontrolliert.

Kursleiterin:
Sophie Beer

Termin:
Montag 23.09.2024 - 20.01.2025,
18:00 - 18:50, 15 Abende

Kursort:
Bewegungsraum, UG, Mittelschule Völs

Kursbeitrag:
€ 80,00 (12,5 UE)

Kendo für AnfängerInnen

Kendo ist eine moderne Variante des japanischen Schwertkampfes, wie ihn die Samurai praktizierten. In Zusammenarbeit mit dem Kendoverein Tirol ist dies ein Schnupperkurs zum Erlernen erster Bewegungsübungen und Grundtechniken. Dieser Kurs ist für alle Altersstufen und Fitnesslevel geeignet.

<http://www.kendo-tirol.com/site/>

Kursleiter:
Robert Salchner, Träger des 3. Dan, Ehemaliges Nationalteammitglied

Termin:
Freitag, 08.11.2024 - 06.12.2024,
18:30 - 19:15, 5 Abende

Kursort:
Turnsaal Volksschule Völs

Kursbeitrag:
€ 25,00 (3,75 UE)

Kendo für leicht Fortgeschritten

Dieser Kurs ist für alle Altersstufen und Fitnesslevel geeignet. In diesem Fortgeschrittenenkurs vertiefen wir weiter die Grundlagen von Etikette, Fußarbeit, Grundschlägen und Haltung

<http://www.kendo-tirol.com/site/>

Kursleiter:
Robert Salchner, Träger des 3. Dan, Ehemaliges Nationalteammitglied

Termin:
Freitag, 27.09.2024 - 24.01.2025,
18:30 - 20:00, 5 Abende

Kursort:
Turnsaal Volksschule Völs

Kursbeitrag:
€ 45,00 (7,5 UE)

Strong Core - Starke Körpermitte

Es erwartet dich ein abwechslungsreiches, intensives und funktionelles Rumpf- („Core“)-training. Wir werden auf unterschiedlichste Art und Weise alle Muskeln zwischen den Knien und der Brust kräftigen und ausdauerfähiger machen. Der „Core“ ist sehr wichtig, da diese Muskelgruppen eine stabilisierende Aufgabe haben, was es uns ermöglicht, verletzungsfrei durch unseren Alltag zu kommen als auch im Sport mehr zu leisten.

Kursleiterin:
Sophie Beer

Termin:
Freitag 27.09.2024 - 24.01.2025,
18:00 - 18:50, 15 Abende

Kursort:
Bewegungsraum, UG, Mittelschule Völs

Kursbeitrag:
€ 80,00 (12,5 UE)

»Kümmere dich um
deinen Körper. Es ist der
einzige Ort, den du zum
Leben hast.«

Jim Rohn

Leichter bewegen mit Feldenkrais

Mit der Feldenkrais®Methode lernen Sie sich müheloser zu bewegen. Durch einfache, sanfte Bewegungsabläufe werden Achtsamkeit und Bewusstheit für den eigenen Körper erhöht - Schmerzen können dadurch gelindert, Muskelverspannungen gelockert und die Haltung verbessert werden. Feldenkrais-Lektionen finden zum Großteil im Liegen auf der Matte statt, es sind keine Vorkenntnisse nötig. „Mache das Unmögliche möglich, das Mögliche leicht und das Leichte elegant“ Kommen Sie in bequemer Kleidung, in der Sie sich wohlfühlen und gut bewegen können.

Mitzubringen:
wärmere Kleidung und warme Socken

Kursleiterin:
Katja Urthaler

Termin:
Donnerstag 26.09.2024 - 05.12.2024,
20:00 - 21:00, 10 Abende

Kursort:
Bewegungsraum, UG, Mittelschule Völs

Kursbeitrag:
€ 70,00 (10 UE)

Yin Yoga

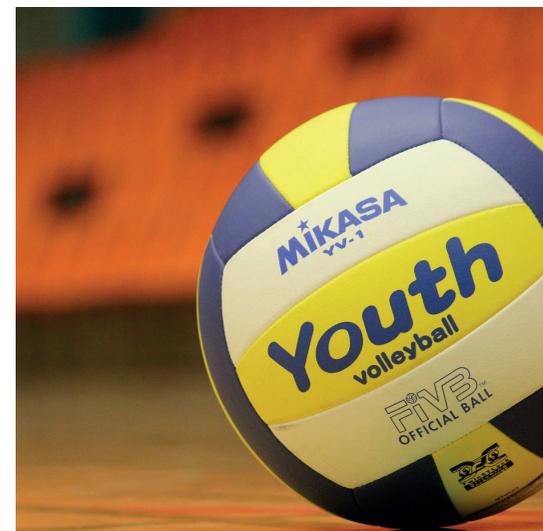
Yin Yoga ist ein „passiv orientierter Yoga-stil“, der Körper, Geist und Seele wieder in Einklang bringt, und dich mit sanften Übungen von alltäglichen Beschwerden und seelischen Belastungen befreit. Durch langes Verweilen in den Positionen im Sitzen oder im Liegen werden wir gemeinsam unsere Muskeln entspannen und loslassen, unsere Faszien dehnen, das Chi, unsere Lebensenergie wieder zum Fließen bringen und unsere mentalen Kräfte stärken. Soweit verfügbar bitte Yogamatten, -tücher, -rollen und eine warme Decke mitbringen. Ich freue mich schon sehr auf unsere gemeinsame Wohlfühlzeit :)

Kursleiterin:
Vanessa Brenner

Termin:
Donnerstag, 24.10.2024 - 23.01.2025,
18:00 - 19:30, 11 Abende

Kursort:
Bewegungsraum Mittelschule Völs

Kursbeitrag:
€ 95,00 (16,5 UE)



Ballsport für Volksschulkinder

Mit viel Spaß und Action lernen wir den spielerischen Umgang mit Bällen und sammeln Erfahrungen bei den verschiedensten Ball- und Mannschaftsspielen, wie z.B. Königsball, Zonenball, Merkbball, Völkerball, Minihandball und viele mehr.

Kursleiterin:
Karin Staudt, Volksschullehrerin, Handball C-Trainerin

Termin:
Mittwoch, 02.10.2024 - 22.01.2025,
17:10 - 18:00, 14 Nachmittage

Kursort:
Turnsaal Volksschule Völs

Kursbeitrag:
€ 50,00 (11,6 UE)



Bauch - Beine - Po

Bei diesem Body Weight Kurs ist der Name Programm. Es wird gezielt die Bein-, Rumpf- und Gesäßmuskulatur trainiert, um im Alltag fit zu sein und den Körper zu formen. Vom Intervalltraining bis zum Zirkeltraining ist hier alles zu finden.

Kursleiterin:
Sophie Beer

Kursort:
Bewegungsraum, UG, Mittelschule Völs

Kursbeitrag:
€ 80,00 (12,5 UE)

KURS 1

Termin:
Montag, 23.09.2024 - 20.01.2025,
19:00 - 19:50, 15 Abende

KURS 2

Termin:
Freitag, 27.09.2024 - 24.01.2025
19:00 - 19:50, 15 Abende

Fitnessgymnastik mit Musik

In diesem Kurs erwartet dich ein sehr abwechslungsreiches, als auch schweißtreibendes Training. Es wird anhand einfacher Choreographien vor allem die Ausdauer und die Beinmuskulatur trainiert. Der Kursinhalt setzt sich aus Elementen des klassischen Aerobic und Step-Aerobic zusammen und der Spaß an Bewegung steht im Vordergrund.

Kursleiterin:
Sophie Beer

Kursort:
Turnsaal, Mittelschule Völs

Kursbeitrag:
€ 80,00 (12,5 UE)

KURS 1

Termin:
Montag, 23.09.2024 - 20.01.2025,
20:00 - 20:50, 15 Abende

KURS 2

Termin:
Mittwoch, 25.09.2024 - 22.01.2025,
20:00 - 20:50, 15 Abende



ONLINE - VORTRÄGE VEREINE & GEMEINDE

FunktionärInnen und Mitglieder in Vereinen stehen vor vielfältigen Herausforderungen. Mit dem monatlichen kostenlosen Onlineangebot für alle Ehrenamtlichen in unseren Vereinen, sollen diese noch besser und mit höherer (Rechts-)sicherheit bewältigt werden können.

Weitere Veranstaltungen & Anmeldung auf: tiroler-bildungsforum.at

Datenschutzgrundverordnung – ein Update

Seit Mai 2018 ist die EU-weit gültige Datenschutzgrundverordnung in Kraft. Mittlerweile gibt es einige Rechtssprüche, die mehr Orientierung zur praktischen Handhabung geben. Der Vortrag gibt ein Update zur Rechtslage in Bezug auf Bilder und Texte, die im Verein erstellt oder verwendet werden.

Termin:
Dienstag, 01.10.2024, 19.00 Uhr - online

Barrierefreie(re) Veranstaltungen

Der Tiroler Aktionsplan zur Umsetzung der UN Behindertenrechtskonvention ist im Laufen. Ziel ist eine Chancen-Gleichheit von Menschen mit Behinderungen, egal, welche Behinderung sie haben. Sie sollen gleichberechtigt in allen Bereichen des Lebens teilhaben können – so auch in Verein und Ehrenamt, bei Festen & Veranstaltungen, in Sport, Kultur & Bildung, Der Abend zeigt auf, wie Angebote mit kleinen Änderungen angepasst werden können, um sie für mehr Menschen zugänglich zu machen.

Termin:
Dienstag, 05.11.2024, 19.00 Uhr - online



VERANSTALTUNGEN

THEATER & SCHAUSPIEL

Schau – Spiel: Theaterworkshop für Kinder von 8 - 11 Jahre

Vielleicht hast du schon immer geträumt auf einer Bühne zu stehen? Dich zu verwandeln, in andere Rollen zu schlüpfen, Geschichten zu erfinden, laut zu schreien, zu lachen oder manchmal ganz sanft zu sein? In einem kleinen Rahmen kannst du den Spaß am Spiel und an der Improvisation entdecken und dich ausprobieren, denn es gibt kein Richtig oder Falsch.

Kursleiterin:
Christine Stallbaumer

Kurszeiten:
Samstag, 05.10.2024 - 16.11.2024,
05.10./12.10./19.10./26.10./09.11.2024,
09:30 - 12:00, 5 Vormittage

Kursort:
Mehrzwecksaal Mittelschule Völs, /Disco Blaike

Kursbeitrag:
€ 95,00 (12,5 UE)

Mitzubringen:
Freude am Spiel und bequeme Kleidung.



**kostenloses
Angebot**

Buchhaltung & Rechnungsprüfung

Der Jahresabschluss steht an. Welche Kriterien bei der Führung einer Vereinsbuchhaltung eingehalten werden müssen, wie korrekte Prüfberichte ausgestellt werden können und wo die Verantwortlichkeiten im Verein in Bezug auf die Finanzgebahrung liegen, wird an diesem Abend beantwortet.

Termin:
Dienstag, 03.12.2024, 19.00 Uhr - online

Mentale Gesundheit im Vereinsleben

Als Funktionärinnen und Funktionäre tragen wir Verantwortung für unsere Ehrenamtlichen im Verein. Mentale Gesundheit ist im Ehrenamt und der Freiwilligenarbeit ein Thema - und das nicht erst seit uns globale Krisen beschäftigen. Der Vortragende stellt Maßnahmen für die Vereinsarbeit vor, die zur Gesundheitsförderung trotz hohen Engagements beitragen.

Termin:
Dienstag, 07.01.2025, 19.00 Uhr - online



ONLINE - VERANSTALTUNGEN KI & DIGITALISIERUNG

Künstliche Intelligenz & soziale Gerechtigkeit - Entlarvung des Bias

Bias bedeutet eine systematische Fehlschätzung. Dieser geht die Diskussionsveranstaltung in Bezug auf KI auf den Grund. KI zementiert Diskriminierung. Strategien und Ansätze zur Identifizierung und Bekämpfung sind nicht nur in der Erwachsenenbildung höchst relevant und wichtiger denn je.

Es diskutieren:

Julia Eisner BA MA, Expertin für Bias in KI im Verein Women in AI Austria und Ao. Univ. Prof. Mag. Dr. Thomas Steinmaurer, Leiter Abteilung „Center for Information and Communication Technologies & Society (ICT&S)“

Vorprogramm Watch-Party „Coded Bias“

Optional kann im Rahmen einer Watch-Party im Vorfeld der Film „Coded Bias“ angeschaut werden. CODED BIAS, ein Film von Shalini Kantyia, stellt das Forschungsergebnis der MIT Media Lab-Forscherin Joy Buolamwini dar. Sie konnte feststellen, dass z. B. die Gesichtserkennung dunkelhäutiger Gesichter nicht richtig erfolgt und beschreibt, welche Konsequenzen daraus resultieren. In Folge bemühte sie sich um die erste Gesetzgebung in den USA, die sich gegen Voreingenommenheit in den Algorithmen richtet, die uns alle beeinflussen. (Der Film ist auch auf Netflix verfügbar und kann selbständig angesehen werden. Bitte geben Sie bei der Anmeldung bekannt, falls Sie keinen Netflix-Account haben und an der Watch-Party teilnehmen möchten)

Hinweis:

Kooperationsveranstaltung mit dem Ring Österreichischer Bildungswerke - Bundesverband des Tiroler Bildungsforum.

Termin Diskussionsveranstaltung:
Montag, 23.09.2024, 14.00 - 16.00 Uhr

Termin Watch Party:
Donnerstag, 19.09.2024, 20.00 Uhr

Kursort: online via Zoom

Kursbeitrag: keiner

Anmeldung: tiroler-bildungsforum.at

Das obenstehende Bild ist KI-generiert.

CANVA kann was! - Einführung & Vertiefung Social Media Posts, Plakate oder Flyer schnell erstellt

Nach dem Einführungsseminar kennen Sie die Gestaltungsmöglichkeiten von CANVA. Im Vertiefungsseminar geht es um das Erstellen von Videos und Tondokumenten, Graphic Hacks und das Erstellen einer einfachen Website.

Ort: Online-Workshop via Zoom

Referentin:
Veronika Lamprecht, Tiroler Bildungsforum

Kosten: € 20,00

Einführungsworkshop

Termin:
Dienstag, 24.09.2024
19.00 - 20.30 Uhr, (2 UE)

Anmeldung: tiroler-bildungsforum.at

Vertiefungsworkshop

Termin:
Dienstag, 15.10.2024
19.00 - 20.30 Uhr, (2 UE)

Anmeldung: tiroler-bildungsforum.at





VERANSTALTUNGEN

NATUR & UMWELT



Alle 14 Tage finden Onlinevorträge zum naturnahen Gärtnern auf Balkon, Terrasse oder im Garten statt. Natur im Garten-SpezialistInnen stehen nach dem Vortrag für Fragen zur Verfügung. Hier einige Themen im Herbst - weitere Vorträge auf der Homepage des Tiroler Bildungsforums.

Herbst im Gemüsegarten: Aussäen, Auspenden, Schützen

Mitte bis Ende September ist viel los im Gemüsegarten. Wer Lücken im Garten hat, kann auch im September köstliches Grünzeug für Herbst und Winter noch aussäen. Zugleich ist es eine gute Zeit an Schutz zu denken, ob für unser Blattgemüse und unseren kostbaren Boden.

Termin:
12.09.2024 19.30 Uhr - online

Herbstarbeiten im Naturgarten

Der Herbst steht vor der Tür und es wird Zeit den Garten aufzuräumen... Oder doch nur fit für den Winter zu machen? Auch mal „etwas stehen und liegen lassen“ bringt oft viele Vorteile - für den Gärtner und die Gärtnerin, aber auch für die Tierwelt! Welche Arbeiten nun im Naturgarten anstehen - darum geht es an diesem Abend.

Termin:
10.10.2024 19.30 Uhr - online

»Was wir heute tun,
entscheidet darüber,
wie die Welt morgen
aussieht.«

Marie von Ebner-Eschenbach

Käfer im Naturgarten - Liebe auf den zweiten Blick

Käfer sind die artenreichste Gruppe im gesamten Tierreich. Als Bestäuber, Räuber, Zersetzer und Teil der Nahrungskette haben sie eine wichtige Funktion im Ökosystem und somit auch in unseren Gärten. Doch die „erwachsenen“ Käfer bekommen wir selten zu Gesicht. Ihre Nachkommen schauen den Eltern in keiner Weise ähnlich und werden von uns meist fälschlicherweise als Made oder Wurm bezeichnet. Ein Blick in das faszinierende Leben dieser Tiergruppe bringt Licht in das verborgene Dasein.

Termin:
26.09.2024 19.30 Uhr - online

Einen Gemüsegarten starten - jetzt planen

Eigenes Gemüse anbauen bringt's! Egal ob großer oder kleiner Garten - schmackhafte Leckerbissen kann man in fast jedem Garten anbauen. Matthias Karadar von Natur im Garten zeigt, wie ein Gemüsegarten angelegt werden kann und auf was man beim Start des Gemüseanbaus achten soll. Mit einfachen Mitteln kann der Garten so schnell zum Supermarkt - direkt vor der Haustür werden.

Termin:
28.11.2024 19.30 Uhr - online

Vögel im Garten

Welche Vögel kann man im Wintergarten beobachten? Und welche Ansprüche haben Vögel überhaupt, damit sie in den Garten kommen? Tipps zur vogelfreundlichen Gestaltung des Gartens und was man ihnen auch im Winter Gutes tun kann.

Termin:
24.10.2024 19.30 Uhr - online

Gärten naturnah gestalten - Wie Tiere unsere Gärten gestalten würde

Wenn du ein Vogel wärst - wie würdest du deinen Garten gestalten? Oder was benötigt eine Wildbiene, damit sie sich im Garten wohlfühlt?

Gemeinsam begeben wir uns auf eine Reise durch unsere Gärten, nur aus etwas anderem Blickwinkel - jenem der Tiere. Wir schauen, wie wir ihre Bedürfnisse in unsere Gartengestaltung einbinden können. So entstehen nicht nur wertvolle Lebensräume für viele Nützlinge, sondern auch ein vielfältiger und spannender Garten zum Entdecken und Genießen.

Termin:
12.12.2024 19.30 Uhr - online

Kosten:
€ 5,00 / Abend - dieser Betrag ist auf Grund einer Unterstützung des Landes Tirol möglich.

Weitere Veranstaltungen, Information & Anmeldung:
<https://tiroler-bildungsforum.at> oder
0512/581465





EXKURSION GESCHICHTE & DEMOKRATIE

Vom Gauhaus zum Landhaus - ein Tiroler NS Bau & seine Geschichte

Das Neue Landhaus ist der größte noch bestehende NS-Bau in Tirol. In den Jahren 1938/39 als Sitz der Parteidienststellen errichtet, dient es nach dem Zweiten Weltkrieg als Verwaltungssitz der französischen Militärregierung. 1955 zieht die Tiroler Landesregierung in das Gebäude ein. Die NS-Hintergründe werden verleugnet und verdrängt. Erst in der jüngsten Vergangenheit übernimmt das Land seine erinnerungskulturelle Verantwortung und diskutiert den Umgang mit dem baulichen Erbe.

Die Ausstellung in den ehemaligen Repräsentationsräumen der Gauleitung widmet sich der NS-Vergangenheit des Landhausareals. Sie zeigt in umfangreichen Dokumenten aus verschiedenen Archiven Planung, Bau und Nutzung des Gebäudes und beleuchtet seinen Bedeutungswandel bis in die Gegenwart.¹

Das Tiroler Bildungsforum organisiert für Interessierte einen Führungstermin.

Termine:

Freitag, 04.10.2024, 15.00 Uhr

Führung:

Mag. Ivan Stecher, Zeithistoriker, Mitarbeiter des Tiroler Landesarchivs

Treffpunkt:

15 Minuten vor Beginn
Eingang Landhaus,
Eduard Wallnöferplatz 3, Innsbruck

Kosten: keine

Anmeldung:

bis 3 Tage vorher auf
tiroler-bildungsforum.at

¹ <https://www.tiroler-landesmuseen.at/ausstellung/vom-gauhaus-zum-landhaus/>

ALLGEMEINE HINWEISE

ANMELDUNG

Bitte vorzugsweise über das Anmeldeformular auf der Homepage der Erwachsenenschule: www.erwachsenenschulen.at/voels

(Kurs auswählen, Online-Formular ausfüllen)

Falls dies für Sie nicht möglich ist, können Sie sich auch telefonisch bei uns melden: an Nachmittagen bitte bei Petra anrufen: 0699/81628871; an den Abenden bitte bei Carola anrufen: 0650/7528440.

Aus organisatorischen Gründen ist eine Anmeldung für jede Veranstaltung notwendig und verbindlich.

BEZAHLUNG

Sie bekommen eine Zahlungsaufforderung, wenn die Mindestteilnehmerzahl von ca. 6 Personen erreicht und somit der Kurs gesichert ist (dadurch können wir zeitaufwendige Rücküberweisungen für abgesagte Kurse vermeiden).

Bitte bezahlen Sie dann, bis spätestens 2 Tage vor der Veranstaltung, den entsprechenden Betrag auf das Konto der Erwachsenenschule ein: Raiffeisenbank Kematen, BIC RZTIAT22336, IBAN AT70 3633 0000 0142 4092.

Nicht besuchte Kursstunden können nicht nachgeholt oder im Nachhinein rückvergütet werden.



Kostenlose Teilnahme für BesitzerInnen des Kulturpasses „Hunger auf Kunst“.

ABSAGE/STORNIERUNG

Wir behalten uns das Recht vor, bei zu wenigen Anmeldungen den Kurs zu stornieren. Sie werden über eine Absage spätestens 5 Tage vor Beginn der Veranstaltung informiert.

Anmeldungen können kostenlos bis spätestens 5 Tage vor Veranstaltungsbeginn telefonisch oder per Mail storniert werden.

Erfolgt eine Absage zu einem späteren Zeitpunkt, fallen 100% der Kurskosten zzgl. Materialkosten an.

Kann eine Ersatzperson für die Teilnahme namhaft gemacht werden, entfällt die Stornogebühr.

TEILNAHMEBESTÄTIGUNG

Falls Sie eine Teilnahmebestätigung benötigen, geben Sie das bitte bei der Anmeldung bekannt. Sie erhalten die Bestätigung am letzten Veranstaltungstag.

HAFTUNG

Für Verluste, Schäden, die Teilnehmenden durch den Besuch von Veranstaltungen der Erwachsenenschule Völs entstehen, wird keine Haftung übernommen.

KURSE AUF ANFRAGE

Sie sind zu dritt, zu viert und brauchen einen Computerkurs, Sprachkurs, etc.? Wir organisieren gerne ein maßgeschneidertes Angebot.



**TIROLER
BILDUNGS
FORUM**



WWW.ERWACHSENENSCHULEN.AT/VOELS

ALLGEMEINE INFORMATION

Die Erwachsenenschule Völs ist eine Zweigstelle des Tiroler Bildungsforums und wird von Carola Feßler und Petra Triendl ehrenamtlich geführt.

Die AGB finden Sie auf der Homepage der Erwachsenenschule.

KONTAKT & INFORMATION

Informationen über unser Kursangebot für den Herbst/Winter 2024/25 finden sich auch im Internet unter erwachsenenschulen.at/voels

E-Mailadresse: es-voels@tsn.at

Telefonische Erreichbarkeit:
nachmittags bei Petra:
0699/81628871 und
abends bei Carola anrufen:
0650/7528440

DANKE DEN FÖRDERERN

Gemeinde Völs



 Bundesministerium
Bildung, Wissenschaft
und Forschung



Produziert nach den Richtlinien des
Österreichischen Umweltzeichens,
Druckerei Aschenbrenner GmbH, UW-Nr. 873

OBST- UND GARTENBAUVEREIN VÖLS

Ausflug nach Vorarlberg



Der heurige Ausflug des Obst- und Gartenbauvereins Völs führte zahlreiche interessierte Mitglieder mit einem Bus von Natterer Reisen ins Tiroler Oberland und nach Vorarlberg. Von der Obfrau Maria Dax und ihrem Gatten Egon in gekannter und geschätzter Weise perfekt vorbereitet, wurde die Fahrt für alle Teilnehmer zu einem Erlebnis.

Die Abfahrt erfolgte um 07:30 Uhr. Das erste Ziel war das „Alpinarium“ in Galtür im hinteren Paznauntal. Vielen ist die Katastrophe vom 23. Februar 1999 mit 31 Toten und zahlreichen Verschütteten in Erinnerung. Nach mehreren Wochen intensiven Schneefalls versank das Paznauntal – und nicht nur dieses Tal – im Schnee. Eine riesige Lawine, die sich oberhalb des Ortes löste und mit einer geschätzten Masse von 120.000 bis 160.000 Tonnen Schnee in den Ort raste, forderte die vielen Opfer und verursachte auch große materielle Schäden. Am folgenden Tag kamen im benachbarten Valzur neuerlich sieben Menschen durch eine Lawine ums Leben.

Das Alpinarium Galtür, im Jahr 2003 eröffnet, will kein Heimatmuseum sein, sondern, neben einer Gedenkstätte für die Opfer des Lawinenunglücks, ein Zentrum der Dokumentation zum Leben im hochalpinen Raum. Als Herzstück darf der Raum mit dem Gemälde-Tryptichon „Memento“ des einheimischen Malers Arthur Salner gelten, wie uns bei der Führung erklärt wurde. Der Dokumentationsfilm „Galtür – ein Dorf im Gebirge“ von Lutz Maurer bot viel Wissenswertes. Bereits von der Architektur her ist das Alpinarium zentraler Teil eines 345 m langen und 8 bis 19 m hohen Lawinen-

schutzdammes mit einer Aussichtsplattform, die einen herrlichen Rundblick gewährt. Den höchsten Punkt auf unserer Fahrt erreichten wir auf der Bielerhöhe (2.037 m) am Scheitelpunkt der Silvretta-Hochalpenstraße nördlich des Silvretta-Stausees und bereits auf dem Boden des Bundeslandes Vorarlberg. Der Blick auf das vielfach angepriesene Bergpanorama mit dem berühmten Piz Buin (3.312 m) wurde uns durch eine Wolkendecke leider verwehrt. Zum Erlebnis wurde die rund 22 km lange Fahrt über die Silvretta-Hochalpenstraße mit ihren 34 Kehren hinunter ins Montafon. (Zum Glück wurde keinem der Fahrgäste „schlecht“!) Alle freuten sich auf das Mittagessen im „Partener-Hof“ im gleichnamigen Ort Partenen mit seiner vielseitigen Küche. Der „große Hit“ waren die Original-Vorarlberger Käsespätzle („Kasknöpfle“).

Auf der Weiterfahrt durch das langgestreckte Montafon besserte sich das Wetter zusehends, so dass sich ein Besuch des hoch oben liegenden Ortes Bartholomäberg auf jeden Fall zu lohnen schien. Nicht nur der Blick zurück auf die Giganten der Silvretta-Gruppe war imponierend, sondern auch der Besuch der Pfarr- und Wallfahrtskirche St. Bartholomäus mit ihrer äußerst qualitativvollen barocken Ausstattung. Ein bemerkenswertes Objekt des Vorgängerbauwerks ist der sog. Knappenaltar, der auf die Bedeutung des Bergbaues im Montafon in vergangenen Jahrhunderten hinweist. Der Rückweg führte über das Klostertal, den Arlberg (kurze Rast im Gasthof Valluga) und das Oberinntal zurück nach Völs, wo wir um ca. 19 Uhr eingetroffen sind.

Ute Pizzinini



DORFBÜHNE VÖLS

Neues Stück der Dorf Bühne Völs!

Nach einer kleinen Sommerpause ist ein Spielerteam unter der Spielleitung von Marina Rangger-Kubik schon fleißig beim Proben für unser Herbststück

„Nicht meine Leiche“

**Komödie in drei Akten
von Jack Smith**

Für unsere Stücke konnten wir schon die verschiedensten Schauplätze auf die Bühne bringen. Wir spielen auf Bauernhöfen, in Büros, im Wohnzimmer, im Altersheim, an der Adria, in Krankenhäuser, in Gaststuben usw., ein Bestattungsinstitut war bis jetzt noch nie dabei.



Herbert Schmid, der Inhaber des Unternehmens „Goldene Harfe“, hat im Laufe des Stückes mit genialen Ideen, mit Verwicklungen und Lügengeschichten jede Menge zu tun. Mit dabei sind ein Brautpaar, natürlich die Schwiegermutter, eine trauernde Witwe, ein Mafiaboss, neben ganz normalen Leuten, sowie abwechselnd eine Leiche zu viel und dann wieder eine Leiche zu wenig.

Wir freuen uns auf einen lustigen und turbulenten Theaterherbst. Die genauen Spieltermine folgen in der Oktoberausgabe.

AKTUELLES

Klamottentausch 2024

Samstag, 21. September 2024

- Mittelschule Völs
- 14:00–14:45 Uhr Abgabe
- 15:00–16:30 Uhr Tausch

Gratis tauschen, statt teuer kaufen. Eine Aktion der Völser Grünen. Nichts Passendes im Kleiderschrank? Zu viele Kleidungsstücke und doch nicht die

richtigen? Dann auf zum Kleidertausch! Bring saubere, gut erhaltene Kleidung > alle Größen für Erwachsene > auch Taschen und Schuhe > aber keine Unterwäsche und nichts Beschädigtes > nur einwandfreie Stücke. Egal, wie viel Du gibst: aus allen mitgebrachten Sachen kannst Du anschließend auswählen und Dich von Kopf bis Fuß neu einkleiden.



INTERVIEW

Kapellmeisterwechsel bei der Musikkapelle Völs

Anlässlich des Wechsels bei der Kapellmeisterfunktion der Musikkapelle Völs traf sich Redaktionsmitglied Toni Pertl mit Obmann Roland Petz, dem neuen Kapellmeister Toni Millner und seinem Vorgänger Christian Zoller zu einem sommerlichen Gespräch in lockerer Atmosphäre

Toni, du bist jetzt seit 21. Juni Kapellmeister der Musikkapelle Völs, kannst du dich bitte für unsere Leser kurz vorstellen?

Toni Millner: Ich bin gebürtiger Amerikaner und bin wegen der Musik nach Wien gezogen. Dort habe ich mein in in New York abgeschlossenes Musikstudium mit dem Masterstudium fortgesetzt. Beruflich war ich auch in Wien tätig, u.a. als Substitut beim Radio-Symphonieorchester Wien und bei den Wiener Philharmonikern. Mit einem festen Engagement habe ich dann beim Tiroler Symphonieorchester Innsbruck am Tiroler Landestheater begonnen. Dort bin ich nach wie vor fix engagiert.

Wie ging es nach dem Wechsel nach Tirol neben dem Beruf privat in deinem Leben weiter?

Toni Millner: Nachdem ich meine Frau kennen lernte, bin ich nach Hatting übersiedelt und der dortigen Musikkapelle beigetreten. Einige Jahre später begann ich als Kapellmeister in Seefeld und bin dort nun fast 10 Jahre tätig.

Roland, im Vergleich zu anderen Kapellen, wo sich nach dem Ausscheiden eines Kapellmeisters die Suche nach einem Nachfolger meistens schwierig gestaltet, ging der Wechsel in Völs problemlos über die Bühne.

Roland Petz: Nachdem mir Christian mitgeteilt hatte, dass er seine Tätigkeit mit dem Showkonzert im heurigen Frühjahr beenden wird, erfolgte die nicht geplante Bekanntgabe bei der letzten Cäcilienfeier. Noch am selben Tag teilte mir Christian mit, dass Toni Interesse hätte eine neue Musikkapelle zu übernehmen.

Daraufhin erfolgten Gespräche über die Vorstellungen beiderseits. Es fand eine Ideenfindung im Jänner mit dem kleinen Ausschusskreis statt. Nach einer kurzen gemeinsamen Probe fanden wir



Sommerliches Gespräch mit (von links) Toni Millner, Roland Petz und Christian Zoller

uns zusammen und wollen nun die gemeinsamen Ziele umsetzen.

Christian was hat dich zur Beendigung der sehr erfolgreichen, zehnjährigen Zusammenarbeit mit der Musikkapelle Völs bewogen?

Christian Zoller: Für mich war von Anfang an klar, dass ich die Kapellmeister-tätigkeit 10 Jahre ausüben werde. Meine Meinung ist, dass ein Wechsel nach zehn Jahren für beide Seiten gut ist und vor allem für die Kapelle ein Wechsel an der Spitze fruchtbar ist.

Christian, woran erinnerst du dich in einem Rückblick am liebsten?

Christian Zoller: Von den tollen Frühjahrskonzerten fällt mir spontan die Durchführung des Österreichischen Reservisten mit der Schützenkompanie Völs ein. Wichtig war mir bei den Frühjahrskonzerten vor allem, dass dem Publikum ein Erlebnis für alle Sinne geboten wird. Unser Publikum sollte vom Gesamtkonzept her den Eindruck eines Events haben. Gemeinsam ist uns das von Beginn an auch gelungen. Durch besondere Einlagen, wie Solosängerin bei unserem ersten Konzert, konnte dieses bereits als Erlebnis gestaltet werden. Die Umsetzung meiner Ideen bei den Showkonzerten mit der Musikkapelle, waren auch immer etwas Besonderes. Sie waren von Anfang an mit fast 1000 Zuhörern, jedes Mal ein Highlight. Besonders erfreulich waren die positiven Rückmeldungen nach den Konzerten

von älteren Musikanten, auch nach vorangegangenen harten Proben. Sänger und Tanzeinlagen trugen zum Erfolg bei, wie das Auftreten der Luitascher Sackpfeifer.

Die zwei Filmmusikauftritte im FMZ Imst waren für uns einzigartige Erlebnisse. Die Wiener Wiesn mit der Schützenkompanie mit den Fasnachtlern und dem Völser Gemeinderat fällt mir spontan ein. Das Dreitausendmannzelt konnten wir gemeinsam, auch mit dem Auftritt eines Sängers, zum Kochen bringen. Abschließend war die Präsentation des Songs „Tirol dem Himmel so nah“ von Nadin Beiler mit einem großen Orchester, nach meiner Idee, beim Herbstkonzert und der darauffolgenden Videoproduktion, mit der Musikkapelle Völs ein weiterer Höhepunkt. Die Finalisierung des Videos erfolgt momentan mit dem Schneiden des Filmmaterials.

Christian, was ist dir zum Abschluss deines Rückblicks noch wichtig?

Christian Zoller: Ich habe in den 10 Jahren meine Vorstellungen als Kapellmeister umsetzen können. Ein Ziel, Ausarbeitung einer Rasenshow mit der Musikkapelle Völs, konnte ich leider nicht erreichen.

Toni welche Ziele hast du für die Zukunft mit der Musikkapelle Völs

Toni Millner: Als Vorteil sehe ich es, dass ich die Musikkapelle Völs durch meine Aushilfen bereits kenne. Ich war sogar

beim ersten Konzert von Christian als Aushilfe dabei. Mein erstes Konzertthema für das Herbstkonzert ist „Miteinander“. Das kann nur gelingen, wenn der Kapellmeister mit der Musikkapelle und dem Vorstand und dem Vorgänger gut harmoniert. Was nicht kaputt ist, soll man nicht ändern ist ein Grundsatz von mir. In meiner Einstiegsphase werde ich vor allem zuhören, ausreden, und dann feinschleifen. Es sind so viele positive Dinge im Verein, die ausgezeichnet laufen. Diesen Schwung möchte ich unbedingt fortsetzen. Christian und ich harmonieren sehr, weil wir mit Leib und Seele Musiker sind, mit dem Enthusiasmus, den Ideen und der Leidenschaft für die Musik befinden wir uns auf der gleichen Wellenlänge.

Mit dem Obmann der Musikkapelle Roland Petz habe ich einen sehr guten Ansprechpartner, mit ihm und dem Ausschuss werden wir sicher so tolle Projekte wie in der Vergangenheit auch in der Zukunft verwirklichen können.

Roland, was ist für dich noch wichtig?

Roland Petz: Abschließend bedanke ich mich bei Christian für die Arbeit und für das gemeinsame Umsetzen der tollen Ideen. Toni wünsche ich für die gemeinsame Arbeit, für die mindestens nächsten 10 Jahre, viel Erfolg und freue mich auf die sicherlich sehr gute Zusammenarbeit.

Ich bedanke mich für das Redaktionsteam der Völser Gemeindezeitung bei euch drei für das Gespräch und bei Christian für seine tolle Arbeit mit der Musikkapelle Völs und für unsere Marktgemeinde Völs. Toni wünsche ich viel Freude und Erfolg bei der Arbeit mit unserer Musikkapelle Völs.

Oktoberfest
6.10.2024
Pfarrwiese

9:00 Uhr
Hl. Messe:
Gestaltung Codetta

11:00 Uhr
Festbeginn
Für Speis und Trank wird gesorgt



Völser Entenrallye

Hauptpreis:
1500 € Cyta Gutschein

Beginn: 15:00 Uhr



Liebe Freunde der Musikkapelle Völs!
Vergangenes Jahr nahmen fleißige Musikantinnen und Musikanten unsere bekannten Enten aus der Entenrallye mit auf Urlaub und fotografierten sie rund um die Welt.



Heuer seid ihr an der Reihe. Schickt uns eure Entenbilder an diese Email: entenbilder@mk-voels.at
Die drei kreativsten Fotos gewinnen folgende Preise.

- 1. Platz: 20 Enten 2. Platz: 10 Enten 3. Platz: 5 Enten**

Sendeschluss: 29.09.2024

Bekanntgabe: Homepage & Soziale Medien

Die Bilder werden für die Homepage und Sozialen Medien verwendet.



KLEINANZEIGE

Wir suchen eine **Reinigungskraft**

für ein Einfamilienhaus
 in Völs ab September 2024,
 1x wöchentlich am Vormittag.

Tel.: +43 676 / 920 36 22

SENIORENBUND TIROL / ORTSGRUPPE VÖLS

Zweimal kultureller Hochgenuss



Am 26. Juli machte sich eine Gruppe von 40 Personen auf in Richtung Lechtal. Ziel war die Gemeinde **Elbigentalp**, die durch ihre **Schnitzkunst** bekannt ist. Kein Wunder daher, dass das heurige Stück auf der „**Geierwally-Freilichtbühne**“ den Titel „**Die Lechtaler Herrgottschnitzer**“ hat.

Die Aufführung war ein einzigartiges Erlebnis und fand großen Beifall. Auch für das leibliche Wohl gab es einige Lokale im Nahbereich. Auf der Heimfahrt schwärmten alle von diesem schönen Halbtagesausflug.

Am 03. August fuhren über 50 Mitglieder nach **Kufstein**, um auf der Festung den jährlichen **Musicalsommer** zu genießen. Heuer stand „**Sister Act**“ am Programm und der Landesverband machte es möglich, dass wir in den Genuss dieses kulturellen Höhepunktes kommen durften. Dafür wollen wir ein großes **DANKESCHÖN** an den Landesverband des Tiroler Seniorenbundes schicken. Alle waren begeistert von der grandiosen Aufführung auf der Festung Kufstein. **Margit Zimmermann**

Foto: Andrea Herzog



SENIORENBUND TIROL / ORTSGRUPPE VÖLS

Wandergruppe des Seniorenbundes Völs



Foto Reintalsee: Pepi Kleißl

Großer Beliebtheit erfreut sich die Wandergruppe des Seniorenbundes Völs. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erkunden ganz Tirol mit den öffentlichen Verkehrsmitteln und die Wanderungen sind von Wandergruppenbegleiter Pepi Kleißl, seiner Gattin Anni und weiteren Helferinnen und Helfern hervorragend organisiert.

Im Vordergrund steht die sportliche Aktivität im Alter, die zwar in jeder Altersgruppe wichtig ist, im fortgeschrittenen Alter aber immer wichtiger wird, um die Mobilität erhalten zu können. Kaum ein Wetter hält die Wandergruppe auf, sowohl Sommer wie Winter trifft man sich zu diesem Fixtermin.

Wir wünschen unserer Wandergruppe weiterhin viel Freude an der Bewegung, noch viele schöne Wanderungen und bedanken uns bei Pepi mit seinem Team für die perfekte Planung und Durchführung der Wanderungen. **Margit Zimmermann**

PENSIONISTENVERBAND / ORTSGRUPPE VÖLS

4 Tage Kultur im Burgenland



Gemeinsam mit der Ortsgruppe Vomp ging die Reise nach Neudörfel im Burgenland. Noch am selben Abend fand die Operaufführung AIDA in Sankt Margarethen statt. Am nächsten Tag brachten uns Bummelzug und Fähre bis zur Franzensburg, wo wir einer sehr interessanten Führung lauschten. Das Musical MY FAIR LADY in Mörbisch war das nächste Highlight. Tags darauf stand Glaskunst in Österreichs größter Glasgalerie in Weigelsdorf, am Programm. Die Chefleute persönlich führten uns in die hohe Schule der Glaskunst ein, zeigten uns Schauräume und den liebevoll gestalteten Zaubergarten. Ein Abstecher nach Ungarn zu einem uralten Heurigen durfte nicht fehlen.

Auf der Rückfahrt genossen wir die herrliche Landschaft der Wachau und den Gaumenschmaus beim Mostbaron und kehrten mit vielen neuen Eindrücken nach Völs zurück. Fazit: Es war nicht nur eine Kultur-, sondern auch eine Genußreise!

Maria Niederwieser, Obfrau



Tolle Eindrücke im Glasmuseum in Weigelsdorf.

SCHÜTZENKOMPANIE VÖLS Völser Schützenmarsch

„Tal auf und Tal ab“, so lautet das Motto für den Schützenmarsch 2024, der am 8. September 2024 bereits zum 12. Mal stattfindet.



Der Start erfolgt zwischen **8:30 und 10:30 Uhr** beim **Vereinshaus** am Dorfplatz und führt über den Kapellenweg hinauf zum Blasiusberg. Von dort geht es hinunter zur Josefskapelle und weiter zum Völser Badl. Am Parkplatz der Blaike erwarten Sie unsere Jungschützen. Alle Kinder können dort ein paar Sonderprüfungen absolvieren. Über die Seestraße und einen Waldweg geht es wieder hinauf über Afling zur Forstmeile, ehe es wieder nach unten in den Bauhof geht, wo eine Labestation eingerichtet ist. Gut gestärkt geht es dann auf der anderen Talseite zurück zum Vereinshaus. Jeder Teilnehmer erhält das neue Schützenmarsch-Abzeichen. Beim Vereinshaus werden von unserem Küchenteam die verschiedensten Grillspezialitäten und Harrys köstliche Strauben angeboten.

Die Schützenkompanie Völs freut sich auf Euer Kommen und wünscht viel Vergnügen beim Wandern. **Die Veranstaltung findet bei jeder Witterung statt!** Der Veranstalter übernimmt keine Haftung im Falle von Verletzungen oder Schäden von Personen oder Gegenständen während der Veranstaltung.



12. Völser Schützenmarsch

Sonntag, 8. Sept. 2024

Start/Ziel: Vereinshaus Völs
8:30 bis 10:30 Uhr.
Streckenlänge: ca 10 km, 2,5 Std.
Nenngeld: €7,-



Für Verpflegung auf der Strecke und im Ziel ist gesorgt. Eine Veranstaltung für die ganze Familie.

Die Wanderung findet bei jeder Witterung statt!

Die Schützenkompanie Völs freut sich auf dein Kommen!



Der Veranstalter übernimmt keine Haftung im Falle von Verletzungen oder Schäden von Personen oder Gegenständen während der Veranstaltung.




SCHÜTZENBATAILLON SONNENBURG Auszeichnung zum Ehrenmajor des Bataillons Sonnenburg



Major Anton Pertl hat sein Amt nach 28 Jahren als Bataillonskommandant des Bataillons Sonnenburg freiwillig niedergelegt. Für seine langjährigen Verdienste, welche die Namensgebung des Schützenbataillons und die Gestaltung der Standarte umfasst, wurde Anton Pertl zum „Ehrenmajor“ ernannt.

Im Rahmen des Bataillonsfestes, am 30.06.2024, wurde ihm die Ehrenurkunde von seinem Nachfolger, Bataillonskommandant Hans Knoflach, überreicht.

Theresa Lair



Foto: Paul Weber

Landeskommandant Major Thomas Saurer gratuliert Toni Pertl zur Ernennung zum Ehrenmajor, weitere Gratulanten (von links) Hauptmann Christian Holzknecht, Major Andreas Rass, Landeshauptmannstellvertreter Georg Dornauer, Batkdt. Major Hans Knoflach.

Unser Schießstand
ist ab 13. September 2024
wieder geöffnet.

Schießzeiten: jeden Freitag von 19:00 Uhr bis 22:00 Uhr,
Jungschützen (2008 und jünger) ab 18:30 Uhr –
Kassaschluß ist jeweils um 21:30 Uhr
Wir freuen uns auf euer Kommen.

REDAKTIONSSCHLUSS
für die Ausgabe
Oktober 2024

Montag, 16. September 2024

PFADFINDER VÖLS

Jubiläumslager der Pfadfinder*innengruppe Völs



Vor 45 Jahren hatte Mag. Paul Lampl eine Idee, der er Taten folgen ließ. Er gründete nach dem Vorbild von Sir Robert Baden-Powell die Pfadfinder*innengruppe Völs. Seitdem ist es zur Tradition geworden, alle fünf Jahre als gesamte Gruppe unser Gründungsjubiläum zu feiern. Auf einem Gruppenlager kommen alle Altersstufen zusammen, helfen einander – egal wie alt sie sind – und erleben gemeinsam Abenteuer. Außerdem werden Geschichten ausgetauscht, gemeinsam Spiele gespielt und selbstverständlich neue Freundschaften geschlossen.

Dieses Jahr führte uns unsere Reise nach den Lagern der Altersstufen zum Jubiläumslager in Kastl in der Nähe von Nürnberg. Dort angekommen tauchten die 61 Kinder und Jugendlichen sowie 37 Erwachsenen in die Welt von Super Mario ein. Die abendliche ZIP – Zeit im Pfadilager – lieferte neben den aktuellen

Nachrichten wie die Sperrung einer Cart-Bahn aufgrund zu hoher Lärmbelastung, dem Pilzbefall der Piranhapflanzen und dem Wetterbericht des nächsten Tages die tragische Sondermeldung: **Super Mario wurde entführt!**

Nach dieser Schreckensnachricht wurden die Kinder und Jugendlichen von Prinzessin Peach und Luigi gebeten, bei der Rettung von Super Mario mitzuarbeiten. Durch verschiedene Aufgaben, Workshops und Minispiele wurde die erforderliche Lösegeldforderung von 555 Goldmünzen und Edelsteinen knapp erreicht. Natürlich durfte ein Kart-Rennen, mit den selbstgebauten Rennautos, nicht fehlen.

Mario konnte durch gemeinsames Engagement von Jung und Alt, mithilfe von Kartenteilen gefunden und befreit werden. Die gesammelte Geldsumme



konnte damit für ein Galadinner verwendet und somit die Befreiung von Mario ausgiebig gefeiert werden.

Nach vielen aufregenden Stunden in den Lagern der Altersstufen und einem abenteuerlichen Lager der gesamten Pfadfinder*innengruppe Völs freuen wir uns schon wieder auf den Start der Gruppenstunden im Herbst!



PFADFINDER VÖLS

Start ins neue Pfadi-Jahr



Mit dem Schulstart beginnen auch wieder die Gruppenstunden der Pfadfinder*innengruppe Völs. In 5 Altersstufen aufgeteilt erleben Kinder und Jugendliche von 6 bis 20 Jahren bei den Pfadis Abenteuer, entdecken die Natur und knüpfen neue Freundschaften.

Genauere Infos zu den einzelnen Stufen, vergangenen Aktionen und kommen-

den Veranstaltungen findet ihr auf unserer Website: <https://pfadivoels.at>. Alle sind bei uns willkommen, also schaut gerne zum Schnuppern im Pfadiheim (Buch 1) vorbei!

Die erste Gruppenstunde der Biber und WiWö ist am 11. September, die GuSp, CaEx und RaRo starten am 13. September.

Gruppenstundenzeiten

Biber (1. + 2. Klasse Volksschule)
Mittwoch 18.00-19.00 Uhr

Wichel & Wölflinge
(3. + 4. Klasse Volksschule)
Mittwochs 18.00-19.30 Uhr

Guides & d Späher (10-13 Jahre)
Freitags 18.00-19.30 Uhr

Caravelles & Explorer (13-16 Jahre)
Freitags 19.00-20.30 Uhr

Ranger & Rover (16-20 Jahre)
Freitags 19.00-20.30 Uhr

AKTUELLES

Tirol ist reich an Wasser – Das ist allerdings kein Grund es zu verschwenden.

Im Gegensatz zu vielen anderen Ländern und Regionen verfügt Tirol über reichlich Trinkwasser in höchster Qualität. Um diesen vorhandenen Schatz der Natur auch angesichts der immer stärker werdenden Folgen des Klimawandels für die nächsten Generationen zu erhalten, müssen wir verantwortungsvoll mit dieser kostbaren Ressource umgehen. Dauerhafte und fortlaufende Beobachtung bringt's.

Durch Monitoring, also das Überwachen von Quellen und Brunnen, können Veränderungen bei der Temperatur, Quellschüttung, das ist die Menge an austretendem Wasser in einer bestimmten Zeit, Grundwasserstand und chemische Zusammenstellung möglichst frühzeitig erkannt werden. Durch zahlreiche und langjährige Messreihen kann beurteilt werden, ob mögliche Veränderungen auch mit dem Klimawandel zusammenhängen, beziehungsweise ob auch andere Ursachen in Frage kommen. Solche langjährigen Monitoring-Daten liegen auf Gemeindeebene aber nur von wenigen Quellen und Grundwassermessstellen vor. 30 Quellen und mehr als 500 Grundwassermessstellen in ganz Tirol werden allerdings bereits seit über 30 Jahren gemessen und liefern wertvolle Daten über die langfristige Veränderung.

ANPASSUNGSMASSNAHMEN KLIMAWANDEL

Die höhere Umgebungstemperatur hat Auswirkungen auf die Wassertemperatur und somit auf die Wasserqualität und darin lebende Organismen. Auch Starkregenereignisse werden immer häufiger. Die Anpassung an den Klimawandel ist daher auch in Bergregionen wie Tirol unerlässlich, da der Anstieg von Umgebungstemperaturen hier im Vergleich zum Flachland höher ausfällt und diese dadurch stärker betroffen sind. Deshalb wird bereits an Maßnahmen zur Entwicklung widerstandsfähiger Gemeinden in europäischen Bergregionen gearbeitet. Im Rahmen des EU-Projekts „Mount Resilience“, welches von der Energieagentur Tirol zusammen mit weiteren Partner*innen durchgeführt wird, werden Klimawandelanpassungsmaßnahmen für Gemeinden und Regionen in euro-



Foto: © Energieagentur Tirol

Tirol ist reich an Wasser. Das ist allerdings kein Grund es zu verschwenden.

päischen Gebirgsräumen entwickelt und Schritt für Schritt umgesetzt.

Auch wenn Tirols Landschaft mit Trinkwasser gesegnet ist kann es vor allem zu Spitzenzeiten, wie beispielsweise in der touristischen Hochsaison, vereinzelt zu Engpässen in der Wasserversorgung kommen. Die tageszeitlichen Schwankungen werden aber in der Regel durch Hochbehälter gepuffert. Ein solches Wasserreservoir hält in der Regel die täglich benötigte Spitzenwassermenge bereit, welche zu gewünschten Zeitpunkten durch Schwerkraft in das Wasserversorgungssystem eingespeist wird. Ebenso wichtig für eine funktionierende und ressourcenschonende Wasserversorgung ist ein möglichst intaktes Verteilungsnetz ohne Leckagen sprich Undichtheiten. Hier können Wasserversorger*innen wie Gemeinden oder Wassergenossenschaften sicherstellen, dass die kostbare Ressource nicht verschwendet wird. Durch eine passende Dimensionierung des Leitungsnetzes und regelmäßige Spülungen, gerade bei nicht im Kreis geführten Leitungen, kann ein Stagnieren des Wassers

im Netz verhindert und der hygienisch einwandfreie Zustand des Wassers gesichert werden. Mindestens zweimal jährlich wird gemäß Trinkwasserverordnung die Wasserqualität in jeder Tiroler Gemeinde geprüft und die Ergebnisse der Bevölkerung mitgeteilt.

WASSERSPARTIPPS FÜR DEN HAUSHALT

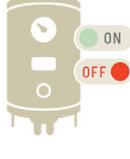
Auch im Haushalt kann die Ressource Wasser effizient genutzt werden. Bereits Kleinigkeiten verhindern, dass Wasser verschwendet wird und ungenutzt den Abfluss hinunter rinnt. Konkrete Wasserspartipps findest du im kleinen, schlaunen Energieratgeber in der Energie Bibliothek der Energieagentur Tirol.

WICHTIGE RESSOURCE ZUR ENERGIEGEWINNUNG

Für ein energieautonomes Tirol ist die Wasserkraft ein im wahrsten Sinne des Wortes elementarer Bestandteil bei der Energiegewinnung der Zukunft. In Kombination mit weiteren erneuerbaren Energien ist ein fossilfreier Strommix möglich und das in gar nicht allzu ferner Zukunft. Doch wer jetzt ausschließlich an Großprojekte denkt, liegt falsch. Gerade in Tirol können durch oft günstige Hanglagen und hohen Leitungsdruck zahlreiche kleinere Wasserkraftwerke für einen konstanten Beitrag zur Energiegewinnung sorgen. Das ist nicht nur für ganz Tirol wichtig, sondern auch für die jeweiligen Gemeinden, die diese Anlagen meist umsetzen. Sie sorgen dafür, dass der Strom, den die Gemeindebürger*innen verbrauchen, durch das entsprechende Kraftwerk zum Teil oder gänzlich gedeckt wird. Einige Tiroler Gemeinden sowie e5-Gemeinden, welche Teil des e5-Landesprogramm für energieeffiziente Gemeinden sind, haben schon Projekte umgesetzt.



energieagentur.tirol/wissen/energie-bibliothek



Wasserspartipp

Unnötiges Aufheizen von Wasser vermeiden

Verwende zum Händewaschen kaltes Wasser. Bis das warme Wasser durch die Leitung kommt, sind unsere Hände meist schon gewaschen. Das warme Wasser steht in der Leitung und kühlt ungenutzt aus. Selten benutzte Boiler können komplett ausgeschaltet oder mit einer Zeitschaltuhr betrieben werden. Nach der Inbetriebnahme sollte der Boiler einmal auf 60°C aufgeheizt werden.



Grafik: Pro-Kopf-Wasserverbrauch in Österreich

ELTERN-KIND-ZENTRUM VÖLS

Programmorschau ab September 2024



Anmeldung

- Programm Herbst / Winter 2024: ONLINE ab **Donnerstag, 12. September 2024**, ab 09:00 Uhr
- Programm Frühling / Sommer 2025: ONLINE ab **Donnerstag, 30. Jänner 2025**, ab 09:00 Uhr

Mitgliedsbeitrag

Die Jahresmitgliedschaft beträgt € 30,- pro Familie und erlischt nach einem Jahr automatisch! Die Mitgliedschaft gilt für eine Familie (2 Erziehungsberechtigte plus Kinder) **von September 2024 bis August 2025**. Um Mitglied zu werden, bitte das **ONLINE-Formular** auf unserer Homepage ausfüllen und absenden. Danach wird automatisch eine Rechnung erstellt und an euch per Mail gesendet. **Nur durch das Ausfüllen des ONLINE-Formulars ist die Zuordnung in unserem System möglich und der Mitglieder tarif bei Kursen wird automatisch berücksichtigt.**

Vorteile einer Mitgliedschaft

- **Geschwisterrabatt!** 25 % Ermäßigung für Geschwisterkinder **im gleichen Semesterkurs** oder **10er-Block!** (Bitte im Feld „Mitteilungen“ das Geschwisterkind angeben.)
- Verbilligte Kurstarife und Zusendung des neuen Kursprogramms.
- Anmietung unserer Räumlichkeiten für Kindergeburtstage.
- Die Mitgliedschaft gilt in allen Eltern-Kind-Zentren Tirols, die zur Plattform gehören.

Bei Workshops oder einmaligen Veranstaltungen ist **kein** Geschwisterrabatt möglich.

NEU IM EKIZ VÖLS – KINDERFESTE FEIERN

■ „farbenreicher Geburtstag“

(ab ca. 6 Jahren – nur Samstagnachmittag möglich)

Geburtstagspartys können im EKIZ Völs nach Terminrücksprache veranstaltet werden. Das Geburtstagskind sucht sich aus der gesamten Themenliste von „Farbenreich“ den gewünschten Workshop aus. Bis zu 10 Kinder können dann im 2-stündigen Workshop kreativ sein! Von „Farbenreich“ werden Kindersekt und Knabbereien gestellt. Gerne verspeisen wir einen mitgebrachten Kuchen und finden Zeit zum Auspacken der

Geschenke. Ebenso gibt es ein kleines Geschenk von „Farbenreich“ für das Geburtstagskind!

Leitung: Sandra Mair / www.farbenreich.co.at

Honorar: € 15,- pro Kind (Richtwert, Kosten nach Thema und Rücksprache)

Raummierte EKIZ für den farbenreichen Geburtstag: € 10,- pro Nachmittag

■ „Tanz-Kindergeburtstagsparty“ *(ab ca. 4 Jahren – nur Samstagnachmittag möglich):*

Es freut uns sehr, dass wir auch eine „Tanz-Kindergeburtstagsparty“ im EKIZ Völs anbieten können! Bis zu 10 Kinder können dann im 2-stündigen Workshop tanzen und viel Spaß haben! Knabbereien und Getränke werden zur Verfügung gestellt und selbstverständlich Kuchen mitgebracht werden.

Leitung: Sarah Aster BA, Tanz- & Bewegungspädagogin

Honorar: € 15,- pro Kind

Raummierte EKIZ für den farbenreichen Geburtstag: € 10,- pro Nachmittag

Gerne kann man auch die Räumlichkeiten für Kindergeburtstage, ohne Betreuung, mieten: **Raummierte ohne Betreuung:** € 45,- pro Nachmittag (nur Samstagnachmittag möglich). Eine Kautions von € 50,- ist vorher zu hinterlegen. Weitere Infos zu den „Geburtstagspartys“ bzw. zur Raummierte erhalten Sie zu den Bürozeiten unter +43 (0)677 / 63 86 21 32.

Offene Treffpunkte

■ Offener Treff für ALLE

Eingeladen sind alle Eltern, Großeltern mit ihren Kindern, Geschwisterkinder, Nichten, Neffen etc.

Der Treff ist offen für alle Interessierten und wird von unserer Theresa betreut. Es werden einige Stationen wie z.B. Malen, Basteln oder Turnen angeboten. Bitte bringt selbst für euer Kind und euch eine Jause mit.

Termin: Montag von 15:00 bis 17:00 Uhr
Keine Anmeldung erforderlich!

Beginn: 23. September 2024

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6

Kosten: Unkostenbeitrag € 2,- pro Besuch oder 6er Block € 12,- (6+1 gratis)

Leitung: Theresa Tarmann, Mama-Baby-Coach

■ EKIZ-Kaffee

Bei diesem Treff stellen wir euch unsere Räumlichkeiten zur Verfügung. Die Kinder können spielen während ihr Eltern Kontakte knüpft, plaudert, euch austauscht, gemütlich einen Kaffee trinkt – einfach eine gute Zeit habt. Bitte bringt selbst für euer Kind und euch eine Jause mit. Kaffee/Tee gibt es in der EKIZ-Küche um günstige € 0,50 zum selbst zubereiten. Wir freuen uns, wenn ihr unser EKIZ-Kaffee besuchen kommt!

Termin: Mittwoch von 10:30 bis 11:30 Uhr
Keine Anmeldung erforderlich!

Beginn: 20. September 2024

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6

Kosten: keine

Leitung: keine

■ Eltern-Kind-Werkstatt

Eingeladen sind alle Eltern, Großeltern, Bezugspersonen mit ihren Kindern bis zum Kindergartenalter.

Wir spielen, singen, tanzen, basteln miteinander, sprechen über verschiedene Erziehungsthemen und lernen neue Freunde kennen. Bei einem gemütlichen Frühstück klingt der Vormittag aus.

Termin: Donnerstag von 09:00 bis 11:00 Uhr

Beginn: 26. September 2024

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6

Kosten: € 4,- für das Frühstück

Leitung: Theresa Tarmann, Eltern-Baby-Coach & Bettina Mayrl, Kindergartenpädagogin

Bastelbeitrag: je nach Materialaufwand

Vor und nach der Geburt

Bitte bei allen Workshops und Kursen um Anmeldung über unsere Homepage – begrenzte Teilnehmeranzahl!

■ Geburtsvorbereitungskurs

für werdende Eltern (max. 5 Eltern-Paare)

In Kooperation mit der Mutter-Eltern-Beratung der Landessanitätsdirektion Tirol In unserem Geburtsvorbereitungskurs erfahren Sie alles rund um die Schwangerschaft und die bevorstehende Geburt. Ziel ist, Sie in ihrem Körperbewusstsein zu stärken und mögliche Ängste und Sorgen auszuräumen, damit Sie gut und voller Selbstbewusstsein in die Geburt gehen können.

Termin: Mittwoch von 17:15 bis 18:45 Uhr
4 Einheiten Herbst: 06.11., 13.11., 20.11., 27.11.2024

Ort: EKiz Völs, Blaike 6, Bewegungsraum
Kosten: € 40,- pro Paar für 4 Einheiten
(Kursbeitrag bitte in BAR mitbringen)
Leitung: Sarah Brumen, Hebamme MSc BSc

Mitzubringen: bequeme Kleidung, Wasserflasche, evtl. Decke oder Polster
Anmeldung: über unsere Homepage

■ **Yoga in der Schwangerschaft**

ab ca. 13. Schwangerschaftswoche bis zur Geburt (max. 5 Teilnehmerinnen)

Yoga ist für Schwangere eine wundervolle Möglichkeit, Ruhe im Alltag zu finden und sich liebevoll auf ihr Baby einzustimmen. Lerne Stress abzubauen und lindere mögliche Schwangerschaftsbeschwerden wie Rückenschmerzen, Verspannungen im Nacken, Müdigkeit oder Kurzatmigkeit. Beim Pränatalyoga stehen vor allem die Entspannung, die Balance, sanfte Bewegung und Atemtechniken im Fokus. Bitte halte Rücksprache mit deiner Hebamme oder Arzt, ob Schwangerschaftsyoga für dich geeignet ist!

Termin: Freitag von 09:00 bis 10:00 Uhr
Beginn: Termin 1: 27.09. – 25.10.2024
 Termin 2: 15.11. – 13.12.2024

Ort: EKiz Völs, Blaike 6, Bewegungsraum
Kosten: € 55,- pro Teilnehmerin für 5 Einheiten

Leitung: Bettina Mayrl, Zert. Mama-Baby-Yoga, Zert. Pränatalyoga, Dipl. Kinderyogalehrerin

Anmeldung & Abrechnung: direkt bei Bettina unter evanna.yoga@gmx.at oder 0676 / 920 30 51

■ **Mama-Baby Yoga**

ab ca. 8 – 12 Wochen nach der Geburt bis zum Krabbelalter bis ca. 6 Monate (max. 5 Mutter-Kind-Paare)

Die speziellen Yogaübungen zur Rückbildung sowie das Training für den Beckenboden helfen dir sanft die Muskulatur wieder aufzubauen und dich fitter, voller Energie zu fühlen. Dein Baby wird dabei liebevoll in die Yogaübungen integriert und liegt nicht einfach nur so nebendran.

Durch gezielte Atem- und Entspannungsübungen bringen wir Ruhe und Gelassenheit ins manchmal turbulente Mama-Leben.

Termin: Freitag von 10:15 bis 11:15 Uhr
Beginn: Termin 1: 27.09. – 25.10.2024
 Termin 2: 15.11. – 13.12.2024

Ort: EKiz Völs, Blaike 6, Bewegungsraum
Kosten: € 55,- pro Mutter-Kind-Paar für 5 Einheiten

Leitung: Bettina Mayrl, Zert. Mama-Baby-Yoga, Zert. Pränatalyoga, Dipl. Kinderyogalehrerin

Mitzubringen: Decke und Handtuch
Anmeldung: direkt bei Bettina unter evanna.yoga@gmx.at oder 0676 / 920 30 51

■ **FIT MIT BABY – Mama-Workout**

Rückbildungs-Workout mit Baby ab ca. 8 – 12 Wochen nach der Geburt bis zu 12 Monaten (max. 6 Mutter-Kind-Paare)

Dieses Workout soll dir helfen, nach der Schwangerschaft wieder fit zu werden. Dein Baby ist aktiv dabei und profitiert gleichzeitig von den vielen Spielen und Liedern. Im Kurs kommt keine Langleweiligkeit auf und die Babys sind friedlich und entspannt. So kannst du mit viel Spaß effektiv trainieren. Dabei wirst du von einer, für postnatales Training top qualifizierten Kursleitung, rundum gut betreut.

Termin: Dienstag 09:00 bis 10:00 Uhr und 10:15 bis 11:15 Uhr (bei zu wenig Anmeldungen halten wir uns das Recht vor die Kurse zusammenzulegen)

Beginn: Termin 1: 24.09. – 22.10.2024
 Termin 2: 12.11. – 10.12.2024

Ort: EKiz Völs, Blaike 6, Bewegungsraum
Kosten: € 58,- pro Mutter-Kind-Paar für 5 Einheiten

Leitung: Tina Pescosta, Health- Fitness & Personaltrainerin

Mitzubringen: Sportkleidung, Wasserflasche und Handtuch

Anmeldung: über unsere Homepage

■ **Baby-Massage**

für Babys ab der 4. Lebenswoche bis zum Vorkrabbelalter (max. 6 Eltern-Kind-Paare)

Die liebevollen Berührungen helfen dem Baby sowohl auf körperlicher als auch auf psychischer Ebene. Baby massage stärkt die Eltern-Kind-Bindung, entspannt, regt die Selbstheilungskräfte an und lindert Beschwerden wie Bauchschmerzen, Blähungen und Zahnen.

Bei der Baby massage handelt es sich um eine wunderschöne Art der sanften Berührung, eine liebevolle und wirksame Methode, dem Baby sehr nahe zu kommen und sein Wohlbefinden zu stärken. Regelmäßige Massage unterstützt die körperliche, geistige und auch seelische Entwicklung des Kindes.

Termin: Mittwoch von 10:15 bis 11:15 Uhr (5 Einheiten)

Beginn: Termin 1: 25.09. – 23.10.2024
Ort: EKiz Völs, Blaike 6, Bewegungsraum
Kosten: € 58,- pro Eltern-Kind-Paar

Leitung: Sarah Schnaller
Mitzubringen: Decke und Handtuch
Anmeldung: über unsere Homepage

■ **BabySteps®**

für Kinder von 2 – 12 Monaten in Begleitung (max. 8 Eltern-Kind-Paare)

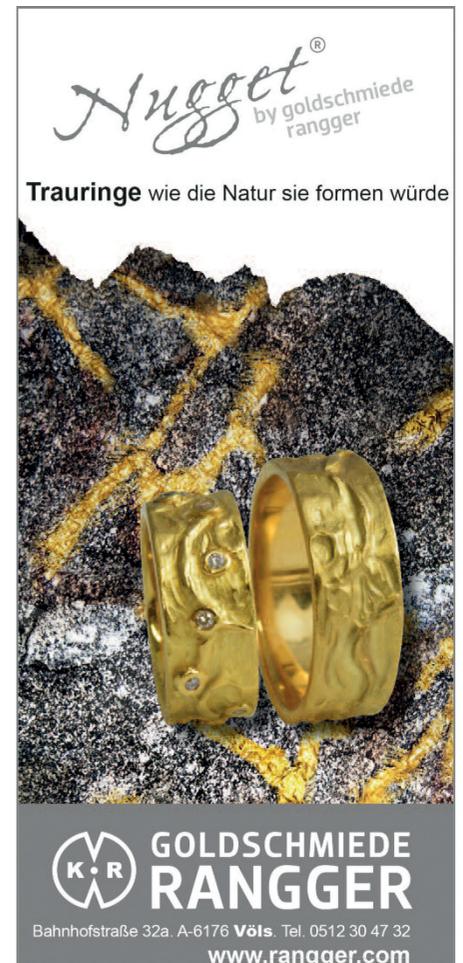
BabySteps® ist ein bindungsorientierter Eltern-Baby-Kurs für Eltern mit Baby von 2–12 Monaten. Woche für Woche sprechen wir über ein anderes Thema, das im ersten Lebensjahr interessant ist. In gemütlicher Atmosphäre geht es um Bindung, Babyschlaf, Milch, Tragen, Beikost und Kommunikation. Ganz wichtig ist dabei auch der Austausch der Mütter/Eltern untereinander. Passend zur jeweiligen Themenstunde gibt es altersentsprechende Sinnesanregungen, Spielangebote, Lieder und Fingerspiele für die Babys.

Termin: Dienstag von 09:00 bis 10:00 Uhr (6 Einheiten)

Beginn: Herbst: 24.09. – 05.11.2024 (ohne 29.10.)

Ort: EKiz Völs, Blaike 6, Gruppenraum
Kosten: € 66,- pro Eltern-Kind-Paar
Leitung: Katharina Hellweger, BabySteps®-Kursleiterin

Anmeldung: direkt über Katharina unter 0670 / 607 27 07 oder dasrabennest@outlook.com



Auguet®
 by goldschmiede rangger

Trauringe wie die Natur sie formen würde

 **GOLDSCHMIEDE RANGGER**
 Bahnhofstraße 32a. A-6176 Völs. Tel. 0512 30 47 32
 www.rangger.com

■ **MiniSings®** für Kinder von 6 – 18 Monaten in Begleitung (max. 8 Eltern-Kind-Paare)

MiniSings® ist ein Babygebärdenkurs für Eltern mit Baby/Kleinkind von 6 - 18 Monaten. Der Kurs soll in allererster Linie Spaß machen und die Möglichkeit bieten mit seinem Kind in Verbindung zu treten. Es werden alltagstaugliche Gebärden vermittelt und wie sie zuhause integriert werden können. Für die Kinder gibt es Spiel- und Entdeckungslandschaften sowie eigens für MiniSings® entwickelte Lieder und Fingerspiele. Und ganz nebenbei besprechen wir verschiedene Themen aus dem Kleinkindalltag, wie z.B. Teilen, Grenzen, Familientisch, Selbstwirksamkeit oder die Kita-Eingewöhnung.

Termin: Dienstag von 10:30 bis 11:30 Uhr (6 Einheiten)

Beginn: Herbst: 24.09. – 05.11.2024 (ohne 29.10.)

Ort: EKiz Völs, Blaike 6, Gruppenraum

Kosten: € 66,- pro Eltern-Kind-Paar

Leitung: Katharina Hellweger, BabySteps®-Kursleiterin

Anmeldung: direkt über Katharina unter 0670 / 607 27 07 oder dasrabennest@outlook.com

■ **Trageberatung**

Katharina Hellweger von „Das Rabennest“ ist geprüfte Trageberaterin der Trageschule Hamburg und bietet Trageberatungen an. Gerne zeigt Katharina dir nützliche Tipps und Tricks zum Tragen im Alltag.

Kontakt: Katharina Hellweger (Das Rabennest), Trageberaterin 0670 / 607 27 07 oder dasrabennest@outlook.com

Eltern-Kind-Gruppen

Bitte bei allen Workshops und Kursen um Anmeldung über unsere Homepage - begrenzte Teilnehmeranzahl!

■ **Krabbelmäuse/Windelwichtel** für Krabbelkinder/Kleinkinder bis 3 Jahren in Begleitung von Mama, Papa oder Großeltern (max. 12 Eltern-Kind-Paare)

„Was solch kleine Hände und Füße schon alles können“. Das Spiel mit einfachen Materialien, sich zu bewegen, Sinneserfahrungen zu machen und gemeinsam mit Mama oder Papa eine Gruppe zu erleben, wird den Kindern bei den Krabbelmäusen/Windelwichteln ermöglicht. Bei verschiedenen Angeboten wie Singen, Fingerspiele, Kneten, Malen, Basteln, Bewegung sowie beim freien Spiel der Kinder, entdecken sie ihre Fä-

higkeiten und erkunden und begreifen ihre Umwelt.

Termin: Montag von 09:00 bis 11:00 Uhr

Beginn: 23. September 2024 (Wintersemester)

Ort: EKiz Völs, Blaike 6, Gruppenraum & Bewegungsraum

Kosten: Semesterbeitrag: Mitglieder € 76,- / Nicht-Mitglieder € 100,-

Leitung: Theresa Tarmann, Mama-Baby-Coach

Anmeldungen: über unsere Homepage

■ **MUSIZI – Eltern-Kind-Musik-Gruppe** für Kinder ab 1,5 bis 3 Jahren in Begleitung von Mama, Papa oder Großeltern (max. 8 Eltern-Kind-Paare)

Gemeinsam tauchen wir in die wunderbare Welt der Klänge ein. Dabei erleben wir Musik, Klänge und Geräusche ganzheitlich und spielerisch über unsere Sinne und über unsere Bewegungen. Gemeinsam lauschen wir Liedern, singen, begleiten uns mit einfachen Instrumenten und tanzen. Im freien Spiel, in der vorbereiteten Umgebung, entdecken die Kinder mit ihren Bezugspersonen verschiedenste Instrumente und Materialien. In ihrem eigenen, ganz individuellen Tempo können sie sich dabei kreativ entfalten. Im Zulassen des natürlichen Erkundungsdranges der Kinder wird das Interesse für Klänge und Instrumente geweckt.

Termin: Donnerstag von 15:00 bis 16:00 Uhr (für Kinder ab ca. 2 bis 3 Jahre)

16:10 bis 17:10 Uhr (für Kinder ab 1,5 bis ca. 2 Jahre)

Beginn: Termin 1: 03.10. – 28.11.2024 (ohne 31.10.2024 / 8 Einheiten)

Ort: EKiz Völs, Blaike 6, Bewegungsraum
Kosten: Mitglieder € 65,- / Nicht-Mitglieder € 75,- (für 8 Einheiten)

Leitung: Stefan Hassl, Elementarer Musik- & Bewegungspädagoge, Kapellmeister

Anmeldungen: über unsere Homepage

Bewegung Eltern-Kind-Gruppen

Bitte bei allen Workshops und Kursen um Anmeldung über unsere Homepage - begrenzte Teilnehmeranzahl!

■ **Flohzirkus** für Kinder ab 10 Monaten bis ca. 2 Jahren in Begleitung (max. 10 Eltern-Kind-Paare)

In diesem Kurs stehen die Kinder im Vordergrund! Zu einigen festen Ritualen steht ein abwechslungsreiches Programm auf dem Plan. Doch den geben uns die Kids vor. Flohzirkus bietet Spaß, Sport, Spiel und gezielte Bewegungsförderung OHNE Leistungsdruck. Eine Ver-

tiefung der Eltern-Kind-Bindung durch den gemeinsamen Besuch von Kindern und Eltern. Flohzirkus ist eine Förderung der Sensomotorik, Wahrnehmung und sozialen Aspekten. Eine Abwechslung aus Hüpfen, Laufen, Kriechen, Klettern, Balancieren & Begreifen.

Termin: Mittwoch von 09:00 bis 10:00 Uhr. Termin 1: 25.09. – 04.12.2024 (10 Einheiten ohne 30.10.2024)

Ort: EKiz Völs, Blaike 6, Bewegungsraum

Kosten: € 72,- pro Eltern-Kind-Paar pro Termin für Mitglieder; € 98,- pro Eltern-Kind-Paar pro Termin für Nicht-Mitglieder

Leitung: Sarah Schnaller, Kid-Fit-Fun® Kinderfitnesstrainerin

Anmeldungen: über unsere Homepage

■ **Abenteuer-Turnstunde**

für Kinder von 2 bis 4 Jahren in Begleitung von Mama, Papa, Oma, Opa! (max. 15 Eltern-Kind-Paare)

Wir erleben ein vielseitiges und abwechslungsreiches Programm von partnerschaftlichen Übungen bis hin zum Turnen und Klettern auf den Geräten. Das Ziel ist freudvolles und sicheres Bewegen ohne Angst und Hemmungen.

Termin: Termin 1: 02.10.2024 - 22.01.2025 (ohne 30.10. / 14 Einheiten)

Ort: Turnsaal, Mittelschule Völs

Kosten: Mitglieder € 75,- / Nicht-Mitglieder € 100,- (für 14 Einheiten)

Leitung: Mag. Daniela Seebacher-Fröhlich, Kindergartenpädagogin, Studium der Erziehungswissenschaft, Freizeitpädagogin

Anmeldungen: über unsere Homepage

■ **Purzelbaum und Klettermax**

für Kindergartenkinder bis max. 6 Jahre ohne Begleitung (max. 20 Plätze)

Kinder lieben jede Form der Bewegung und werden in dieser Gruppe auf spielerische Art und Weise gefördert. Sie können ihre ersten Erfahrungen an Klein- und Großturngeräten sammeln. Lustige Turnspiele und Bodengymnastik stehen auch auf dem Programm.

Termin: Termin 1: 03.10.2024 - 30.01.2025 (ohne 31.10., 05.12. / 14 Einheiten)

Ort: Turnsaal, Mittelschule Völs

Kosten: Mitglieder € 75,- / Nicht-Mitglieder € 100,- (für 14 Einheiten)

Leitung: Mag. Daniela Seebacher-Fröhlich, Kindergartenpädagogin, Studium der Erziehungswissenschaft, Freizeitpädagogin. Monika Lener, Dipl. Montessoripädagogin, Kindergartenassistentin

Anmeldungen: über unsere Homepage

■ **Kinderyoga**

für Kinder von 5 bis 7 Jahren ohne Begleitung (max. 8 Kinder)

Lass uns stark sein wie ein Bär, summen wie die Bienen, strahlen wie die Sonne oder fest verwurzelt stehen wie ein Baum. Oder hast du Lust Planeten zu bereisen, in fremde Länder zu segeln oder auf Schatzsuche zu gehen? Gemeinsam tauchen wir in die Welt des Kinderyogas ein. Wir wollen uns viel bewegen, tanzen, spannende Geschichten erleben, uns gegenseitig und uns selbst spüren, malen, singen, lachen, auch zur Ruhe kommen, aber vor allem ganz viel Spaß haben.

Termin: Mittwoch von 15:00 bis 16:00 Uhr (5 Einheiten)

Beginn: Termin 1: 25.09. – 23.10.2024
Termin 2: 13.11. – 11.12.2024

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Bewegungsraum
Kosten: Mitglieder € 55,- / Nicht-Mitglieder € 65,- pro Termin

Leitung: Christiane Hubmann, Kindergartenpädagogin & Kinderyogatrainerin
Anmeldungen: über unsere Homepage

Zumba® Kids jr. (Kindergarten)

für Kinder von 4 bis 6 Jahren ohne Begleitung (max. 15 Plätze)

Du liebst es zu tanzen?! Bei cooler Musik kannst du nicht stillsitzen?! Dann bist du bei uns genau richtig!!! Wir lernen leichte Choreografien zu aktuellen Kinderliedern und „Guter-Laune-Musik“! Immer mehr Kinder bewegen sich im Computer- & Fernsehzeitalter zu wenig und da wollen wir entgegenwirken!

Termin: Montag von 15:00 bis 15:50 Uhr

Beginn: Termin 1: 23.09. – 09.12.2024 (10 Einheiten ohne 28.10., 11.11.2024)

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Disco
Kosten: € 72,- pro Kind pro Termin für Mitglieder / € 98,- pro Kind pro Termin für Nicht-Mitglieder

Leitung: Sarah Schnaller, Zumba® Kids und Zumba® Kids jr. Instructor
Anmeldungen: über unsere Homepage

Zumba® Kids (Volksschule)

für Kinder von 6 bis 9 Jahren ohne Begleitung (max. 15 Plätze)

Bei voller Lautstärke mit seinen Freunden abrocken! Coole Musik und coole Bewegungsabläufe heizen den Kids auf der Tanzfläche in unserer Disco ein. Dabei werden Koordination, Rhythmus & Ausdauer trainiert sowie die Muskeln gekräftigt.

Termin: Montag von 16:00 bis 16:50 Uhr
Beginn: Termin 1: 23.09. – 09.12.2024 (10 Einheiten ohne 28.10., 11.11.2024)

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Disco
Kosten: € 72,- pro Kind pro Block für Mitglieder / € 98,- pro Kind pro Block für Nicht-Mitglieder

Leitung: Sarah Schnaller, Zumba® Kids und Zumba® Kids jr. Instructor
Anmeldungen: über unsere Homepage

Kreativer Kindertanz

für Kinder von 4 bis 7 Jahren, ohne Begleitung (max. 8 Kinder)

Für alle Kinder, die sich gerne zur Musik bewegen und spielerisch neue Bewegungen ausprobieren wollen! Wir machen Tanz- und Bewegungsspiele, tauchen ein in Tanzgeschichten und beenden die Stunde mit Körperwahrnehmungs- und Entspannungsübungen. Beim kreativen Kindertanz entwickeln Kinder Spaß an der Bewegung und Freude am tänzerischen Ausdruck, so wird die optimale Grundlage für jede aufbauende Tanztechnik gelegt. Ganz nebenbei schulen wir Körperbewusstsein und Rhythmusgefühl und fördern die Koordinations- und Konzentrationsfähigkeit.

Termin: Freitag von 15:00 bis 15:50 Uhr (10 Einheiten)

Beginn: Termin 1: 27.09. – 13.12.2024 (ohne 01.11., 06.12.)

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Bewegungsraum
Kosten: Mitglieder € 72,- / Nicht-Mitglieder € 98,- (für 10 Einheiten)

Leitung: Mag. Sarah Aster BA, Tanz- & Bewegungspädagogin
Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Turnpatschen
Anmeldungen: über unsere Homepage

Belly Dance for Kids

für Kinder von 8 bis 12 Jahren, ohne Begleitung (max. 8 Kinder)

Hier wird nicht nur gemeinsam zu orientalischer Musik und arabischem Pop getanzt, wir machen auch verschiedene Bewegungsspiele und lernen Materialien wie Schleier und Fächer kennen. Nachdem wir Grundsätze des orientalischen Tanzes geübt haben, entwickeln wir daraus auch eine kurze Choreografie. Ganz nebenbei schulen wir die Körperwahrnehmung und das Rhythmusge-

fühl, trainieren Koordination und Ausdauer und stärken die Muskeln.

Termin: Freitag von 16:00 bis 17:00 Uhr (10 Einheiten)

Datum: Termin 1: 27.09. – 13.12.2024 (ohne 01.11., 06.12.)

Termin 2: 17.01. – 28.03.2025 (ohne 14.02.2025)

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Bewegungsraum
Kosten: Mitglieder € 72,- / Nicht-Mitglieder € 98,- (für 10 Einheiten)

Leitung: Mag. Sarah Aster BA, Tanz- & Bewegungspädagogin
Mitzubringen: Bequeme Kleidung, Turnpatschen
Anmeldungen: über unsere Homepage

Dance for Kids

Tanzspaß für Kinder von 5 bis 8 Jahren, ohne Begleitung

Mit Bewegungsspielen, cooler Tanzmusik und Kreativität werden Mädchen und Jungs im Alter von 5 – 8 Jahren fürs Tanzen begeistert und motiviert. Unter anderem werden den Kids spielerisch die Grundtechniken im Ballett sowie im Jazz- & Showdance nähergebracht. Im Laufe des Kurses lernen sie auch einige leichte bis leicht fortgeschrittene Choreographien und coole Tanzbewegungen.

Termin: Termine noch offen (10 Einheiten)

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Disco
Kosten: Mitglieder € 72,- / Nicht-Mitglieder € 98,- (für 10 Einheiten)

Leitung: Anna Stecher, Tänzerin

Erleben, Spüren und Verzaubern
Kurse und Workshops für Kinder

„Willkommen in der Klangwerkstatt“
für Kinder von 5 bis 7 Jahren ohne Begleitung (max. 8 Kinder)

Entspannung in den Alltag einzubauen, wird in unserer hektischen, schnelllebigen Zeit immer wichtiger. Kinder lernen mit all ihren Sinnen. Sie horchen, singen, tasten, BE-greifen und ER-fassen die Welt. Die Kinder holen sich im Klangraum Erfahrungen, die sie für ihre körperliche, seelische und geistige Entwicklung brauchen. In der Klang- und Entspannungspädagogik werden aber auch unabhängig vom Einsatz



gätnerei peer
Ullis Blumenshop
MARKTHALLE IBK
VÖLS . TEL. 303114

HOCHZEITSDEKORATIONEN BLUMEN PFLANZEN KRÄNZE

cyta apotheke
we care for you.

www.cyta-apotheke.at
office@cyta-apotheke.at
Tel.: 0512 / 30 21 30 · Fax: DW 21

der Klanginstrumente, Spiele zur Körperwahrnehmung, Atemübungen und Entspannungstechniken, Achtsamkeitsübungen sowie Fantasiereisen auf kreative & spielerische Weise angeboten. Eins ist gewiss: der Spaß kommt bestimmt nicht zu kurz!

Termin: Dienstag von 15:00 bis 16:00 Uhr (5 Einheiten)

Beginn: 05.11. – 03.12.2024

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Bewegungsraum

Kosten: Mitglieder € 55,- / Nicht-Mitglieder € 65,-

Leitung: Christiane Hubmann, Kindergartenpädagogin

Anmeldungen: über unsere Homepage

Kreativ-Workshops für Kinder

■ Willkommen in der Welt von „Farbenreich“

Kreativ-Workshops für Kinder von 6 bis 10 Jahren (Volksschule) ohne Begleitung

Alle Kreativ-Workshops „Willkommen in der Welt von Farbenreich“ werden von Sandra Mair geleitet. Bei den Kreativ-Workshops bekommt jedes Kind einen **Pinselfass**, welcher abgestempelt wird. Sobald der **Pass voll** ist, bekommt das Kind ein **kleines Geschenk**.

■ „Krabbereich“-Workshop

für Kinder ab 6 bis 10 Jahren (VS) ohne Begleitung (max. 10 Kinder)

Für die Tiere im Wald bricht bald die schwere Winterzeit an. Um den Tieren zu helfen, basteln wir ein Insektenhotel zur Überwinterungsmöglichkeit. Die kleinsten Tiere werden bei uns ganz groß und wir lernen einiges über die wichtigen Helfer der Natur.

Termin: Dienstag, 01.10.2024 von 15.00 bis 17.00 Uhr

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Gruppenraum

Kosten: € 18,- pro Kind

Leitung: Sandra Mair, Farbenreich

Mitzubringen: Kleidung, die schmutzig werden darf!

Anmeldungen: über unsere Homepage

■ „Happy Halloween“-Workshop

für Kinder ab 6 bis 10 Jahren (VS) ohne Begleitung (max. 10 Kinder)

Es wird gruselig im EKIZ Völs! Gerne dürfen die Kinder verkleidet kommen. Wir machen gruselige Halloween-Basteleien. Zudem gibt es Kinderschminken, wer möchte! Eine kleine Überraschung gibt es für jedes Kind auch noch! Es wird also eine kreative, kleine Halloweenparty!

Termin: Dienstag, 22.10.2024 von 15.00 bis 17.00 Uhr

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Gruppenraum

Kosten: € 18,- pro Kind

Leitung: Sandra Mair, Farbenreich

■ „Weihnachtliche Kartenmacherei“ (mit Upcycling)-Workshop

für Kinder ab 6 bis 10 Jahren (VS) ohne Begleitung (max. 10 Kinder)

Es weihnachtet sehr!! Wir gestalten Grußkarten und Geschenkanhänger mit Aquarellfarben. Hier wird der Umgang mit den Farben gelernt und es entstehen tolle Werke zum Verschicken und Verschenken. Jedes Kind kann 10 Karten gestalten (Kuvert gibt es dazu!) und Anhänger nach Belieben. Sollten wir noch Zeit finden, werden wir noch etwas weihnachtliches aus Upcycling-Material basteln.

Termin: Dienstag, 10.12.2024 von 15.00 bis 17.00 Uhr

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Gruppenraum

Kosten: € 18,- pro Kind

Leitung: Sandra Mair, Farbenreich

Mitzubringen: Kleidung, die schmutzig werden darf!

Anmeldungen: über unsere Homepage

Natur Kinder

■ Unterwegs mit den Eichhörnchen im Herbst

für Kinder von 5 bis 8 Jahren ohne Begleitung (max. 20 Kinder)

Die Blätter färben sich und die Nüsse und Früchte sind reif, ein Fest für das Eichhörnchen! Doch es ist auch stressig, denn es muss für den Winter vorsorgen, wo versteckt es die Vorräte, dass sie sicher sind aber auch wieder gefunden werden? Warum verlieren manche Bäume ihre Blätter...?

Termin: Freitag, 04. Oktober 2024 von 14:00 bis 16:00 Uhr

Treffpunkt: Völser Teich, Rodelhügel

Kosten: pro Kind € 20,-

Leitung: Verein NATOPIA, Führung von 2 Naturpädagoginnen

Packliste: Wasserflasche, kleine Jause, Regenjacke, evtl. Sitzunterlage

Anmeldungen: über unsere Homepage

Eltern-Kind-Workshops

■ „Wildkräuterwanderung“

Eltern-Kind-Nachmittag (max. 10 Eltern-Kind-Paare)

Vor geraumer Zeit gab es weder Einkaufszentren noch Internet. Man lebte im Einklang mit und von der Natur und gab es an die nächste Generation weiter. Bei einer Wanderung wollen wir Zusammenhänge in der Natur kennenlernen und einfache Dinge aus Kräutern herstellen. Welche Schätze verbergen sich

am Wegesrand? Ein Angebot an der frischen Luft für Groß & Klein. Praktisches Wissen auf Schritt & Tritt.

Termin: Termin noch offen (Witterungsabhängig) von 14:30 bis ca. 16:30 Uhr

Treffpunkt: EKIZ Völs, Blaike 6

Kosten: € 4,- pro Eltern-Kind-Paar (Unkostenbeitrag)

Leitung: Mag. Julia Gratzel, Elternbildnerin des Katholischen Bildungswerkes (Fit for Family)

Packliste: Wasserflasche, kleine Jause, Regenjacke, evtl. Sitzunterlage

Anmeldungen: über unsere Homepage

■ „Designer-Werkstatt“

für Erwachsene (allein oder als Eltern-Kind-Workshop buchbar!) und Teens ab 12 Jahren in Begleitung (max. 6 TeilnehmerInnen)

In unserer neuen „Designer-Werkstatt“ zeigen wir dir wie man coole Beanies, Kosmetiktaschen oder Utensilos einfach und ohne großen Aufwand selbst näht! Bei diesem Workshop darfst du deiner Fantasie und deiner Kreativität freien Lauf lassen... Gerne stellen wir euch eine Nähmaschine zur Verfügung! Probiere es einfach aus!

Termine: immer von 18:00 bis ca. 21:00 Uhr

1. Beanie: Freitag, 11.10.2024

2. Kosmetiktasche: Freitag, 29.11.2024

3. Utensilo: Freitag, 04.04.2025

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Gruppenraum

Kosten: € 20,- pro TeilnehmerIn inkl. Materialbeitrag und Leihmaschine

Leitung: Daniela Schnaller, begeisterte Näherin und Bloggerin

Mitzubringen: eigene Nähmaschine (falls vorhanden)

Anmeldungen: über unsere Homepage

Elternbildung

Workshops & Vorträge für Eltern, Großeltern, Bezugspersonen. Bitte bei allen Workshops, Kursen und Vorträgen um Anmeldung über unsere Homepage - begrenzte Teilnehmeranzahl!

■ AVOMED-Workshop

„Ernährung von Kindern im ersten Lebensjahr“ (max. 10 Eltern-Kind-Paare)
Wie alt sollte mein Baby beim Start der Beikost sein? Welche Lebensmittel kann ich geben und welche sind nicht geeignet? Ab wann braucht mein Baby Getränke?

Termin: Donnerstag, 10. Oktober 2024 um 09:00 Uhr (Kids welcome!)

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6 (parallel zur Eltern-Kind-Werkstatt)

Kosten: freiwillige Spenden

Anmeldung: per Mail an revan@avomed.at oder über unsere Homepage

■ Aktuelle Entwicklungsschritte begleiten

Diese Veranstaltung wird parallel zu einer Eltern-Kind-Gruppe bzw. Offenen Treff in Zusammenarbeit mit „fit for family“ angeboten.

Referentinnen:

Julia Gratzel, Elternbildnerin des Katholischen Bildungswerkes (fit for family)
Karin Hofbauer, Elternbildnerin des Katholischen Bildungswerkes (fit for family)

Mit diesem Angebot möchten wir euch bei den aktuellen Entwicklungsschritten und Bedürfnissen der Kinder sowie der Eltern begleiten. Wir behandeln Themen, welche die TeilnehmerInnen momentan beschäftigen, wie z.B.: „Jedes Kind kann schlafen lernen, oder doch nicht?“ „Mein Kind lässt sich seine Zähne nicht putzen!“ „Hilfe, mein Kind ist in der Trotzphase!“

Termin 1: Montag, 30. September 2024 von 09:00 – 10:00 Uhr

Termin 2: Donnerstag, 12. Dezember 2024 von 09:00 – 10:00 Uhr

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Gruppenraum

Kosten: freiwillige Spenden

Anmeldung: ohne Anmeldung

■ Heilkräuter-Workshop

Workshop für Erwachsene (max. 12 Erwachsene)

Egal ob Bauch-, Kopf- oder Halsschmerzen, die Apotheke weiß immer genau welches Kraut hilft – wäre es nicht wichtig, auch selbst Bescheid zu wissen? Leider geht im Stress der heutigen Zeit viel Wissen über Naturheilkunde verloren. Aus diesem Grund treffen wir uns zu diesem Workshop, um das Wissen über die Wirkung unserer Kräuter zu vertiefen bzw. zu erlernen.

Termin: Montag, 21. Oktober 2024

Beginn: 19:00 Uhr

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Gruppenraum

Kosten: € 18,- pro TeilnehmerIn

Leitung: - Mag. pharm. Sandra Hofer, PhD- Apothekerin und Aromaexpertin
Barbara Rangger, Dipl. Kräuterpädagogin und Aromaexpertin

Anmeldungen: über unsere Homepage

■ Erkältungskrankheiten natürlich behandeln

Workshop für Erwachsene (max. 12 Erwachsene)

In diesem Workshop lernen wir, wie hilfreich Pflanzen für die Linderung verschiedenster Beschwerden im Winter sein können. Egal ob Erkältung, Raumluftdesinfektion, Schlafprobleme oder Winterdepressionen – es gibt für jedes

Problem das richtige ätherische Öl.

Termin: Montag, 02. Dezember 2024

Beginn: 19:00 Uhr

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Gruppenraum

Kosten: € 18,- pro TeilnehmerIn

Leitung: Mag. pharm. Sandra Hofer, PhD- Apothekerin und Aromaexpertin.
Barbara Rangger, Dipl. Kräuterpädagogin und Aromaexpertin

Anmeldungen: über unsere Homepage

Bewegung für Eltern

■ Tabata-Flow

Ganzkörpertraining für Erwachsene (max. 8 Erwachsene)

Wir bringen unseren Körper wieder in Schwung. Tabata hilft bei der Fettverbrennung und dem Muskelaufbau. Wir kräftigen von unserer Mitte ausgehend unseren ganzen Körper durch abwechslungsreiche Übungen im Tabata- Rhythmus! Entspannungs- und Dehnungsübungen runden das Programm ab.

Termin: Dienstag von 19:30 bis 20:45 Uhr und Donnerstag von 19:30 bis 20:45 Uhr

Beginn: Block 1: immer dienstags 24.09.2024 – 03.12.2024 (10 Einheiten ohne 29.10.) bzw. immer donnerstags 26.09.2024 – 05.12.2024 (10 Einheiten ohne 31.10)

Block 2: immer dienstags 07.01.2025 – 25.03.2025 (10 Einheiten ohne 11.02., 04.03.) immer donnerstags 09.01.2025 – 27.03.2025 (10 Einheiten ohne 30.01., 13.02.)

Block 3: immer dienstags 22.04.2025 – 27.05.2025 (6 Einheiten) immer donnerstags 24.04.2025 – 22.06.2025 (6 Einheiten ohne 01.04., 29.05.)

Kosten: € 70,- für Mitglieder / € 80,- für Nicht-Mitglieder pro Block

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Bewegungsraum
Leitung: Christine Kapferer, Sportpädagogin

Ausrüstung: bequeme Kleidung, Wasserflasche, Handtuch

Anmeldungen: über unsere Homepage

■ Pilates mit Brigitte

Ganzkörpertraining für Erwachsene (max. 8 Erwachsene)

Pilates ist ein Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur, primär von Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur. Bessere Beweglichkeit und bewusste Atmung durch gezielt kontrollierte Übungen sollen uns helfen, unsere Körpermitte zu stärken und auch zu entspannen.
Termin: Montag von 19:00 bis 20:00 Uhr
Beginn: 23.09.2024 – 16.12.2024 (10 Einheiten ohne 21.10., 28.10., 02.12.)

Kosten: € 120,- pro Person

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Bewegungsraum

Leitung: Mag. Brigitte Köstler-Baumgartner, Pilatestrainerin (Wirbelsäule- & Beckenbodentrainerin)

Ausrüstung: bequeme Kleidung, Wasserflasche, Handtuch

Anmeldungen: direkt bei Brigitte unter +43-680 / 220 06 59 oder gitti.koestler@hotmail.com

Vorträge

→ IM EKIZ

■ Bausteine zur gesunden Entwicklung von Kindern aus der Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)

Erkältungs- und Infektanfälligkeit, chronische Rotz Nasen oder Nahrungsmittelunverträglichkeit müssen nicht sein. In diesem Workshop werden die Bausteine zur gesunden Entwicklung von Kindern aus der Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) erläutert: Kurze Einführung in die Traditionelle Chinesische Medizin, Besonderheiten und Bedürfnisse von Kindern um das Thema Ernährung, Empfehlungen zur Stärkung der Gesundheit und Vitalität.

Termin: Freitag, 08. November 2024 um 19:00 Uhr

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Gruppenraum

Kosten: € 15,- pro Person

Referentin: Marion Haas, Dipl. TCM Ernährungsberaterin

Anmeldung: über unsere Homepage

→ IM EKIZ

■ „Erste Hilfe speziell für Babys und Kleinkinder“ (Vortrag)

In Zusammenarbeit mit dem Roten Kreuz Innsbruck, veranstalten wir einen Vortrag zum Thema „Erste Hilfe speziell für Babys und Kleinkinder“. Unsere Lehrbeauftragten führen Sie in die Thematik ein und beantworten all Ihre Fragen zum Thema Erste Hilfe bei Kindern. Eure Kinder sind selbstverständlich herzlich willkommen!

Alle TeilnehmerInnen erhalten einen Gutschein im Wert von € 10,- für weiterführende Erste-Hilfe-Kindernotfallkurse beim Roten Kreuz Innsbruck. **Termin 1:** Donnerstag, 21. November 2024 von 09:00 bis 10:30 Uhr

Termin 2: Donnerstag, 23. Jänner 2025 von 09:00 bis 10:30 Uhr

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6 (parallel zur Eltern-Kind-Werkstatt)

Kosten: € 10,- pro TeilnehmerIn

Referentin: Lehrbeauftragte des Roten Kreuz Innsbruck

Anmeldung: über unsere Homepage oder ausbildung@roteskreuz-innsbruck.at



Das Juze konnte sehr gut in den Sommer starten. Zuerst feierten wir den Schulschluss vieler Schüler:innen mit frisch gegrillten Burgern. Außerdem begannen wir mit den Vorbereitungen für den Graffiti-Streetartworkshop, bei dem wir wieder Peks the Pekser als Profi einluden. Dabei wurde die Wand im Eingangsbereich des Juzes gestaltet.

Musik spielt bei vielen Menschen eine große Rolle – so war es auch bei der Ideenfindung zum Motiv. Den Jugendlichen war wichtig, dass das Graffiti mit Musik zu tun hat und deshalb stand Rap im Vordergrund. Das Motiv ist sehr cool geworden – bleibt beim Vorbeigehen mal kurz stehen und seht es euch an.



Außerdem durfte Pippi Langstrumpf mit dem wunderbaren Leitspruch „Ich mach mir die Welt, wie sie mir gefällt“ nicht fehlen.



Weiters gab es einen Kinoabend, der wetterbedingt von draußen nach drinnen verlegt werden musste. Kurz vor dem Betriebsurlaub gingen wir nochmal Mountaintankart fahren, bis wir die Pforten vom 3.8. bis 2.9. zu unserer Erholung geschlossen haben.

Wir hoffen ihr hattet alle einen großartigen Sommer. Wir sind schon gespannt auf eure Geschichten und freuen uns auf viele aufregende Momente!

→ ONLINE

„Bewegung macht schlau!“

Das Schulkind wird mit der Hausaufgabe nicht fertig, das Kindergartenkind wird immer lauter und unruhiger, das Kleinkind ist ungeschickt und unsicher. Selbst ist man müde... Bewegung? Heute nicht... Dabei hilft BEWEGUNG sich zu konzentrieren, ruhiger zu werden, sicherer zu werden und steigert nebenbei die Intelligenz. BEWEGUNG sorgt für Entspannung im familiären Alltag und unterstützt die körperliche und geistige Entwicklung. BEWEGUNG - das Tor zum Lernen und Leben! Alltagsintegriert, einfach, lustvoll! Mach mit!

Termin: Donnerstag, 26. September 2024 um 20:00 Uhr

Ort: ONLINE

Kosten: kostenloses Angebot

Referentin: Julia Gratzel, Elternbildnerin des Katholischen Bildungswerkes (fit for family)

Anmeldung: über unsere Homepage

→ ONLINE

„Das wirft mich nicht um“ – Was Kinder stark und widerstandsfähig macht

Misserfolge, Notsituationen und Unglücksfälle spielen im Leben eines jeden Kindes eine Rolle. Eltern und andere Betreuungspersonen können eine große Ressource dabei sein, Kinder in belastenden Lebenssituationen zu unterstützen und deren Widerstandsfähigkeit zu fördern. Was bedeutet Widerstandsfähigkeit? Wie wird ein Kind mental stark und widerstandsfähig? Wie können Eltern und andere Betreuungspersonen Kinder konkret dabei unterstützen, schwierige Lebenslagen zu meistern?

Termin: Donnerstag, 28. November 2024 um 20:00 Uhr

Ort: ONLINE

Kosten: kostenloses Angebot

Referentin: Claudia Neuwirth, Elternbildnerin des Katholischen Bildungswerkes (fit for family) und Elternbildung Tirol

Anmeldung: über unsere Homepage

Impressum:

Medieninhaber, Herausgeber und Verleger: Gemeinde Völs, 6176 Völs; Redaktion: Michael Muglach, Anton Pertl, DDr. Erwin Niederwieser. Für den Inhalt sind die jeweiligen Verfasser der Beiträge selber verantwortlich. Redaktion: Tel.: 0512/30 31 11-27 email: redaktion@voels.gv.at; Gesamtherstellung: Arnold Druck Ges.m.b.H. & Co. KG

Veranstaltungen

Martinsfest

Termin: Samstag, 09. November 2024

Treffpunkt: 17:00 Uhr beim Gänselislbrunnen am Völser Dorfplatz.

Bei schlechtem Wetter treffen wir uns um 17:15 Uhr in der Pfarrkirche.

Mit Kasperl durch das Jahr für Kinder ab 3 Jahren (Dauer: ca. 50 Minuten)

Passend zur Jahreszeit wird der Kasperl gemeinsam mit seinem besten Freund Seppel zwei NEUE spannende Abenteuer meistern. Keine Hexe kann da zu wackelzahnig sein, kein Räuber zu polterig und kein Krokodil zu grün (beißi-beißi-beiß!) als dass die beiden sie nicht überlisten würden. Und natürlich rechnen sie dabei mit der tatkräftigen Unterstützung zahlreicher Kinder, die ihnen den Rücken stärken – wir freuen uns auf euer Kommen.

Damit auch jedes Kind den Kasperl gut sehen und hören kann, begrenzen wir die Besucherzahl auf 25 Kinder mit je einer Begleitperson. Bitte unbedingt die Altersgrenze ab 3 Jahren beachten!

Termine: Freitag, 20. Dezember 2024 15:30 Uhr – Weihnachtsvorstellung. Freitag, 11. April 2025 um 15:30 Uhr – Ostervorstellung

Ort: EKIZ Völs, Blaike 6, Bewegungsraum
Kosten pro Vorstellung: Kinder € 4,- / Erwachsene € 6,-

Es spielen für Euch: Corinna Wallinger, Kindergartenpädagogin; Christiane Hubmann, Kindergartenpädagogin und Früherzieherin

Anmeldung: über unsere Homepage

Wir bedanken uns bei der Marktgemeinde Völs, bei unseren Sponsoren, Unterstützern und Mitgliedern für das entgegengebrachte Vertrauen und freuen uns auf ein spannendes, abwechslungsreiches und lustiges Kursjahr!!!

Das vollständige Programm für das EKIZ-Kursjahr 2024/2025 ist auf www.ekiz-voels.at online! Die gedruckten Programmhefte liegen in vielen Völser Betrieben sowie im Gemeindeamt, Bücherei, Apotheken, Ärzte ect... auf!!

Euer EKIZ-Team

Folgt uns auch auf Facebook und Instagram! Änderungen, Satz- und Druckfehler vorbehalten.

AKTUELLES

Neophyteninfo: Einjähriges Berufkraut (*Erigeron annuus*)

In den letzten Jahren breitet sich das Einjährige Berufkraut auch in Völs massiv aus.

PROBLEMATIK

Das Einjährige Berufkraut ist ein invasiver Neophyt. Die hohe Reproduktionsrate und die Anpassungsfähigkeit dieser Pflanze an verschiedene Standorte begünstigen ihre rasche Ausbreitung.

Hinzu kommt, dass sie durch Abgabe von sekundären Pflanzenstoffen das Wachstum anderer Arten hemmt und damit zum Verlust der Biodiversität beiträgt. Obwohl sie nicht giftig ist, meidet

das Weidevieh die Pflanze – ihre Verbreitung wird dadurch weiter gefördert. Das Berufkraut sieht zwar nett aus, ist aber für Insekten weitgehend uninteressant.

BEKÄMPFUNG

Das Ergreifen wirksamer Managementmaßnahmen ist für den Erhalt der Artenvielfalt unerlässlich.

Rechtzeitiges **mehrmaliges Mähen** vor der Blüte sowie das **vollständige Ausstechen bzw. Ausreißen der Pflanze mit allen Wurzelteilen** verhindert die Ausbreitung.

**ERKENNEN**

Es sieht aus wie Gänseblümchen, jedoch ist die Pflanze weit größer und höher und versammelt viel mehr Blüten.

Jeder kann etwas für die Artenvielfalt tun

Artenvielfalt ist entscheidend für unser tägliches Leben, aber durch menschliche Aktivitäten wie Bodenversiegelung und den Klimawandel erleben wir einen dramatischen Rückgang, mit bis zu 150 aussterbenden Arten täglich. Dennoch besteht Hoffnung: Individuelles Handeln und umweltfreundliche Praktiken können die Artenvielfalt bewahren und unseren Planeten für kommende Generationen schützen.

OBSTBÄUME RICHTIG SETZEN

Wer eigenes Obst genießen möchte, muss im Herbst zu Hacke und Schaufel greifen. Viele Obstgehölze werden optimalerweise im Spätherbst gepflanzt, und dabei gibt es einiges zu beachten: Besonders wurzelnackte Obstgehölze sollten am besten im Oktober und November gepflanzt werden.

Denn bei frostfreiem Wetter können die jungen Bäume noch vor dem Winter Wurzeln bilden und Feuchtigkeit speichern. Wenn man die Gehölze erst im Frühjahr setzt, haben sie Stress, da sie neben den Wurzeln auch Triebe, Blätter und Blüten bilden müssen. Der optimale



Pflanztermin ist also, wenn im Herbst bereits die Blätter abgefallen sind.

NUR REGIONALITÄT IST NACHHALTIG

Die heute noch vorhandene Vielfalt bei den Obstsorten in Österreich ist eng mit dem Streuobstbau verbunden. Nur bei dieser traditionellen Kulturform ist die Sortenvielfalt erhalten geblieben. Nach Schätzungen gibt es in den Streuobstgärten Österreichs ca. 3000 Obstsorten. Viele dieser Sorten sind jedoch heute in ihrem Bestand bedroht! Die für Neupflanzungen im Handel erhältlichen Obstbäume werden oft europaweit vertrieben. Eine eigene Aufzucht wird nur noch vereinzelt von regionalen

Baumschulen betrieben. Aufgrund all dieser Entwicklungen droht ein Verlust an genetischer Vielfalt und regionaler Identität. Damit rücken alte Sorten und Kulturpflanzen auch zunehmend in das Interesse des Naturschutzes.

OBSTBÄUME ALS LEBENSÄUEN

Achten Sie also beim Kauf von Obstgehölzen auf die Regionalität, denn diese steht auch für die Nachhaltigkeit in der Natur. Die großen Baumkronen von Obstbäumen sind nämlich ein Lebensraum für sich! Baumhöhlen in alten Bäumen bieten Nistmöglichkeiten für Vögel wie den Steinkauz und die Zwergohreule, aber auch für baumbewohnende Fledermäuse. Das Totholz älterer Bäume ist ein wichtiger Lebensraum für Insekten, die wiederum Nahrungsquelle für viele Vogelarten sind. Auch als Futterpflanzen für Schmetterlingsraupen sind Obstbäume wichtig. Die Wiesen unter den Obstbäumen sind Lebensraum für verschiedene seltene oder gefährdete Pflanzen wie z.B. diverse Orchideenarten.

Weitere Informationen finden Sie auf www.argestreuobst.at

**TIERARZT**

Dipl. Tzt. Mag. med. vet.

VOLKER A. BÜCHELE

A-6176 Völs
Innsbrucker Straße 45
Tel. 0512/30 25 25
Fax 0512/30 24 62
Notfallnummer:
0 664 / 223 15 53

Mag. Pharm. Adelheid Knitel

6176 Völs · Aflingerstraße 7
Tel. 30 20 25 · Fax 30 40 25
blasius.apo@aon.at
www.blasius-apotheke.at



CHRONIK

Frau Anna Lindner war 25 Jahre Schulwartin der Volksschule Völs**DER HILFREICHE GEIST**

Im Schulhaus, da wohnt ein hilfreicher Geist.
Ihr kennt ihn alle und wisst, wie er heißt.

***Refrain: Frau Lindner, Frau Lindner!
schallt's durch das Haus.
Frau Lindner, Frau Lindner!
die hilft uns schon aus.**

Wen sieht man am Morgen jahrein, jahraus
die Blumen pflegen im ganzen Haus? *
Und kommen wir morgens mit großem Gebräus,
wer steht an der Tür, wer lässt uns ins Haus? *
Brauch ich ein Werkzeug, ein Messer, eine Scher',
wo kann ich sie finden, wo hol' ich es her? *
Wir bringen so gerne Blumen ins Haus.
Wer hat eine Vase für gar jeden Strauß? *
Gibt die Glocke um zehn Uhr das Zeichen zur Pause,
wer hat schon gerichtet die Schulmilch zur Jause? *
Vom Morgen bis abends, tagein, tagaus,
wer sorgt für Sauberkeit im Haus? *
Und wurde der Turnsaal am Abend beschmutzt,
wer hat ihn am Morgen schon gründlich geputzt? *
Wird jemandem übel, oh Schrecken, oh Graus!
Wer kommt mit dem Kübel, als macht's ihm nichts aus? *
Möcht' ich mich legen, brauch ich ein Bett,
wer leiht einen Diwan, wer ist da so nett? *
Wer geht einkaufen? Wer holt mir die Post?
Du brauchst nur zu rufen, sie kommt, sei getrost. *
Nach zwanzig Jahren und fünfen dazu,
wer sollte nun rasten, genießen die Ruh'?
Frau Lindner...
... die half immer aus.

Wir möchten danken von Herzen sehr
für all Ihre Mühe – der Abschied wird schwer.

Quellen: Aus der Schulchronik, Friedl Toepfer; Gemeinderats-
protokollbuch Völs

„Bei der Schulschlussfeier am 5. Juli 1979 wurde Frau Anna Lindner als Schulwartin verabschiedet. Sie hat diese berufliche Tätigkeit durch volle 25 Jahre mit größter Gewissenhaftigkeit ausgeübt. Vor allem gebührt ihr Dank und Anerkennung für die erzieherische Mitarbeit bei den Schulkindern. Frau Lindner war allen ein Vorbild für Pünktlichkeit, Ordnungsliebe, Verlässlichkeit und Hilfsbereitschaft. Möge sie nach all den Jahren treuester Pflichterfüllung und Verbundenheit mit ihrer Schule noch viele Jahre den wohlverdienten Ruhestand genießen können!“ Schuldirektor Friedl Toepfer schrieb diese prägenden Worte und das von ihm verfasste Gedicht in die Schulchronik.

Dabei war der Beginn des Schulwartdienstes von Frau Lindner eher etwas ungewöhnlich. Die fünfköpfige Familie Lindner bewohnte längere Zeit eine Mietwohnung in Völs, die sie aber wegen Eigenbedarfs des Vermieters in relativ kurzer Zeit räumen musste. Um aus dieser prekären Lage herauszukommen, wurde die Gemeindeleitung um Hilfe gebeten, die der Familie mit einer Wohnung im Gemeindehaus behilflich war. Als Dank bot Frau Lindner der Gemeinde ihre Hilfe als zukünftige Schulwartin an, die gerne angenommen wurde.

Zu diesem Zeitpunkt übte Bartl Hildebrand, bereits 71 Jahre alt, diese Arbeit aus. Er und die Gemeinde werden froh gewesen sein, eine junge, dynamische Kraft für diese Tätigkeit gewonnen zu haben, die im Herbst 1954 ihren Dienst antrat.

Vor 70 Jahren begann also Frau Lindner ihre Arbeit als „guter Geist“ der Schule und bestimmt werden etliche der mehr als 1000 Völser Kinder, die in den 25 Jahren des Wirkens von Frau Lindner die Schulbank drückten, manch gute Erinnerung an diese hilfsbereite Schulwartin haben.

Frau Lindner war auch jahrelang bei den Seelenrosenkränzen für die Verstorbenen als Vorbeterin tätig. Auch diese Tätigkeit übte sie mit großem Mitgefühl für die Hinterbliebenen aus.

Karl Pertl

KULTURKREIS VÖLS

Aktuelles Kulturprogramm



Malen mit Straßenkreiden

- Freitag 20.9.
- 16:00-18:00 Uhr
- Vorplatz Volksschule

Der Völser Radstammtisch veranstaltet zur Europäischen Mobilitätswoche im September einen Aktionsnachmittag am Freitag, den 20. September. Wir vom Kulturkreis beteiligen uns beim anschließenden Fest. Von 16:00-18:00 können da alle kleinen und großen Kinder mit Eltern und Großeltern auf dem Vorplatz der Volksschule mit Straßenkreiden ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Wir freuen uns auf viele, die sich künstlerisch betätigen wollen (natürlich nur, wenn es trocken ist).

KONZERT

Trio con brio

- Evangelische Kreuzkirche
- Friedensstraße 1, Völs Samstag, 21.09.2024
- Beginn 19:30 Uhr
- Eintritt freiwillige Spenden

Der Begriff „con brio“ stammt aus der italienischen Sprache und steht für die Vortragsbezeichnung, die den Noten „Schwung und lebhaft-feurig“ gespielten Charakter verleihen soll. Ausgefeilte Arrangements, höchste Perfektion im Zusammenspiel, feinste Klangnuancen und ein kontrastreich bestücktes Programm erwartet das Publikum. Die drei Tiroler Klarinetten verbindet zum



Foto: Sybilla Wunderlich

einen das zurückliegende Studium am Tiroler Landeskonservatorium bei Maximilian Bauer sowie der rege musikalische Einsatz in renommierten Ensembles in ganz Österreich. Vom Orchester der Wiener Volksoper, dem Kammerorchester InnStrumenti bis hin zum Mozarteum Orchester Salzburg erstreckt sich der Wirkungskreis der drei virtuosens Musiker.

Florian Georg Mühlberger: Soloklarinetist im Orchester der Wiener Volksoper, Kammermusiker in verschiedensten Besetzungen, u.a. mit dem Ensemble Working Clarinets.

Christof Schwarzenberger: Musikpädagoge im Tiroler Musikschulwerk. Mitglied im Kammerorchester InnStrumenti und dem Orchester der Akademie St. Blasius.

Stephan Moosmann: Musikpädagoge im Tiroler Musikschulwerk, Gastmusiker am Tiroler Landestheater, Mitglied im Tiroler Ensemble für Neue Musik (TENM) sowie dem Orchester der Akademie St. Blasius.

FÜR UNSERE KULTURFAHRT ZU
EUROPAS GRÖSSTEM

Skulpturenpark Bad RagARTz

SIND NOCH PLATZE FREI
UND ANMELDUNGEN MÖGLICH

- Tagesfahrt nach Bad Ragaz
- Termin Samstag, 05.10.2024
- Abfahrt 07:30 Uhr OMV, T&G, Ost
- Rückkehr ca. 20:30 Uhr
- Fahrtbegleitung Markus Köchle
- Preis Fahrt pro Person € 54,- für Mitglieder
- € 59,- für Nichtmitglieder

Anmeldung unter
info@kulturkreis-voels.at

Seit dem Jahr 2000 findet in Bad Ragaz unter dem Titel „Bad RagARTz – die Schweizerische Triennale der Skulptur“ alle drei Jahre eine Kunstaussstellung unter freiem Himmel statt. Der Kurort Bad Ragaz liegt im Sarganserland im Schweizer Rheintal und ist eine Nachbargemeinde von Maienfeld (bekannt durch die Heidi-Bücher von Johanna Spyri).



CK **conzeptkeramik**

Büro: Otto-Kubik-Weg 6
6176 Völs
Lager: Dorfstraße 2
6175 Kematen

NEU!!!
Umbauarbeiten und Sanierungen
im Wohnbereich

Ofenbau

Rainer Hutter 0664 / 846 4326

E-mail: office@conzept-keramik.at
www.conzept-keramik.at

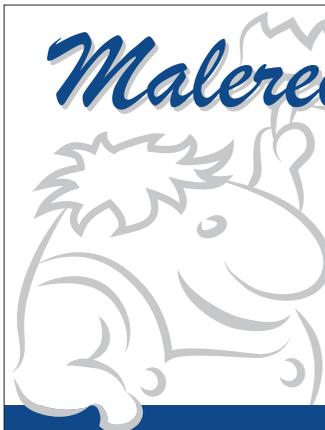
Malerei Posch OG

verlässlich - sauber - kreativ

6176 Völs
Angerweg 20

Tel./Fax: 0512 / 30 32 12 - 4
Mobil: 0664 / 34 10 335

E-Mail: malerei-posch@aon.at
www.malerei-posch.at



VÖLSER VEREINE IM PORTRÄT

Tiroler Teufelspack



Obmann: Christoph Bretter-Triendl
Obmannstv.: Denise Bretter-Triendl
Gründungsjahr: 2017
Masken: Stefan Koidl
Fellausstatter: Gerberei Koch, Kärntner Krampusshop und Rieser Gwandl

GESCHICHTE DES VEREINS:

Anfang 2017 hatten wir uns dazu entschlossen, einen eigenen Verein zu gründen, um unsere Ideen zu verwirklichen und auch Frauen ein Teilhaben an diesem Brauch zu ermöglichen.

Mit Ende März 2017 gründeten wir den Verein Tiroler Teufelspack.

Bereits bei der Gründersitzung durften wir 12 Personen zu unseren Mitgliedern zählen. Im Laufe der Jahre kamen neue Mitglieder dazu und nun dürfen wir mit stolzen 28 Mitgliedern in die nächste Saison starten.

Unser Verein besteht aus 23 Teufel, 5 Ordner und Helfern. Die Interessen unsere Mitglieder sowie die Aufrechterhaltung des Brauches stehen bei uns an erster Stelle.



BUILD YOUR BASE – die Location für Training und Therapie in Völs

BASEFIVE

WER WIR SIND

Die BASEFIVE ist eine Location für Training und Physiotherapie, die nun schon seit über 5 Jahren in der Zentrale der Bäckerei Therese Mölk ansässig ist. Unser Ziel ist es, für einen gesunden Lebensstil in der Gesellschaft zu sorgen. Durch unser umfangreiches Angebot und den Community Gedanken, bringen wir Menschen zusammen und unterstützen sie auf dem Weg zu mehr Wohlbefinden, Gesundheit und Energie im Leben.

WIE WIR DICH UNTERSTÜTZEN

Lerne unser innovatives Gruppentrainingkonzept kennen und trainiere dank der Betreuung unserer Coaches gemeinsam mit anderen Teilnehmer:innen so, wie es für dich und deine Bedürfnisse optimal passt.

In der Physiotherapie und im Personal Training helfen wir dir Verletzungen auszukurieren, langjährige Beschwerden loszuwerden und unterstützen dich dabei deine Ziele nachhaltig zu erreichen. Unser Ernährungsangebot hilft dir dabei



mit praktikablen Tipps und Tricks dein Essverhalten zu optimieren und deine Nährstoffaufnahme zu verbessern.

Wenn du Lust hast, die BASEFIVE kennenzulernen, an einer Trainingssession teilzunehmen oder Fragen zu unserem Physioangebot hast, kannst du dich gerne jederzeit unter office@basefive.at für

ein unverbindliches Gespräch melden. Wir freuen uns schon darauf dich kennenzulernen!

BASEFIVE Völs
 Florianiweg 16a, 6176 Völs
 Tel.: 0678/132 9054
info@basefive.at
www.basefive.at

FRÜHSCHOPPEN
 am Völser Monatsmarkt

Samstag
14. September
 von 9:00 - 13:00 Uhr
 Volksschule

Völser Monatsmarkt

DA zamm- g'würfelte HAUFEN
 musikalische Unterhaltung mit der Tanzmusik

7. VÖLSER Markttag
 bei jeder Witterung

12. Oktober von 10:00-17:00 Uhr
 Parkplatz Volksschule Völs

Ein unvergessliches Erlebnis mit mehr als 30 Marktständen
 altes Handwerk neu erlebt

Trachtenverein Völs
 Auftritte Jugend
 Pfiffbar
 Tanzmusik
 Kinderprogramm

10. OKTOBER 2024 - BLAIKE VÖLS



VÖLS GEGEN GEWALT

AM 10.10.2024
UM 19:00 UHR
BLAIKE VÖLS

Moderation
DDr. Erwin Niederwieser

MIT DABEI

LRin Mag. Eva Pawlata

die Mannsbilder

Frauenhaus Tirol

Polizei

Verein gegen Vergewaltigung

INFORMIEREN - SCHÜTZEN - HELFEN