



DER VENEDIGER BLICK

Nr. 70 - Ausgabe Juli 2019

Herzliche Gratulation zum 95. Geburtstag

Maria Weiskopf



v. l. n. r.: die Geschwister Gisela Steiner, Maria Weiskopf, Stephanie Egger

*Älter werden ist
wie auf einen Berg steigen.
Je höher man kommt,
desto mehr Kräfte sind verbraucht,
aber umso weiter sieht man.*

- Ingmar Bergman -



*Einen Strauss aus
Liebe, Glück, Freude, Gesundheit,
Ruhe, Humor, Zeit, Entspannung,
Heiterkeit, Träumen, Vergnügen
und ganz viel Lebenslust!*

Glückwunsch zur bestandenen Prüfung

Meisterbrief



Bianca Weiskopf
(Weiskopf Anita und Gerhards, Schöne Welt)

Bianca hat die Meisterprüfung für das

*Handwerk
„KÄLTE- UND KLIMATECHNIK“*

*mit Erfolg abgelegt und ist somit be-
rechtigt den **Meistertitel** ab sofort mit
Stolz zu führen.*



*Die Gemeinde Prägraten a.G.
gratuliert ihr ganz herzlich zu
diesem Erfolg!*

Veranstaltungen

in Prägraten a.G.

09.07.2019

Mutter-Eltern Beratung
Gemeindeamt Prägraten a.G.
14:00 Uhr bis 15:00 Uhr

19.07.2019

Vortrag mit Bruno Jelk
MZH/Dorfsaal Prägraten a.G.
20:00 Uhr

21.07.2019

Blutspendeaktion
MZH/Dorfsaal Prägraten a.G.
17:00 Uhr bis 20:00 Uhr

21.07.2019

Konzert der Musikkapelle
Pavillonplatz Prägraten a.G.
20:30 Uhr bis 22:00 Uhr

28.07.2019

Musikfest
Dorfplatz Prägraten a.G.

Gesundheits- und Soziale Dienste im Roten Kreuz

die „Soziale Servicestelle“ informiert und koordiniert diese umfassende Aufgabenbereiche

Abseits vom Rettungs- und Krankentransport engagieren sich unzählige Freiwillige seit jeher auch im Bereich Gesundheitsvorsorge und Betreuung – bei uns bezeichnet als Gesundheits- und Soziale Dienste. Diese werden über die Soziale Servicestelle gemeinsam mit den einzelnen Teamleitungen, wie jener vom Besuchsdienst, von Essen auf Rädern, der Team Österreich Tafel u.a. ... koordiniert und anschließend von unseren speziell darin ausgebildeten MitarbeiterInnen bewältigt.

Die Soziale Servicestelle Osttirol

... hilft rasch und unbürokratisch – mit besonderem Augenmerk auf die Erwachsenen-Sozialarbeit:

Diese zentrale Beratungsstelle ist mit bereits bestehenden Rotkreuz- und anderen Sozial-Einrichtungen vernetzt.

Wir bieten Information und Koordination von verschiedensten Angeboten und Möglichkeiten. Es sieht die Begleitung von Personen in schwierigen Lebenssituationen durch Beratungsgespräche und Krisenintervention vor, die primär in der Servicestelle stattfinden. Bei Bedarf sind auch Hausbesuche oder Begleitungen im Sinne eines aufsuchenden Angebotes geplant. Die Vermittlung, Begleitung und Beratung erfolgt vertraulich und anonym.

Öffnungszeiten:

**Montag bis Sonntag,
von 7:00 bis 19:00 Uhr**

Als „Brückenbauer“ zu den notwendigen Beratungsstellen und Netzwerkpartnern nehmen wir unsere Klienten „bei der Hand“ und begleiten Sie.

Eine Übersicht unserer Angebote:

- **Der Betreute Fahrdienst** ... bietet professionelle Begleitung für Patienten bzw. in der Mobilität eingeschränkte Personen.
- **Betreutes Reisen** – mit SICHERHEIT ein Vergnügen. Erreichen Sie auch mit körperlicher Beeinträchtigung Urlaubsziele in Nah und Fern mit der Sicherheit der „rund um Betreuung vor Ort“. RUEFA und das rote Kreuz machen's möglich.
- **Das Betreubare Wohnen** ... ist ausgerichtet für Menschen – alleinstehend oder zu zweit – die ihr Leben altersbedingt oder auch mit Handicap weiterhin eigenständig und selbstbestimmt in einem attraktiven Wohn- und Lebensraum verbringen möchten.

- **Der Besuchsdienst und BleibAktiv** ... sollen gegen Vereinsamung vorbeugen und der Förderung von geistiger und körperlicher Fitness dienen. (Rotkreuz-Besuchsdienste gibt es in Matrei, Sillian und Lienz).
- **Die Rufhilfe – eine Soforthilfe auf Knopfdruck** ... eignet sich als zusätzliche Absicherung in den eigenen vier Wänden – rund um die Uhr.
- **Team-Österreich-Tafel** ... die kostenlose Lebensmittel-Ausgabe durch unsere erfolgt immer am Samstag, ab 19:00 Uhr im Roten Kreuz Lienz und in unserer Ortsstelle in Sillian.



Über diese und weitere Angebote informieren wir Sie gerne.

Kontakt:

T: +43/0/4852-62321

E: soziale.servicestell@roteskreuz-osttirol.at

W: <https://www.roteskreuz.at/tirol/dienststellen/osttirol/pflege-betreuung/>



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

OSTTIROL

Aus Liebe zum Menschen.



HINWEIS Parkplatzgebühren Prägraten a.G.!

Wer bereits eine Parkkarte für die Parkplätze Wallhorn, Wiesen und Ströden besitzt, sollte auch darauf achten, diese **sichtbar hinter die Windschutzscheibe aufzulegen** - auch jene die ein Parkticket lösen.

Wir weisen hiermit nochmals ausdrücklich darauf hin, dass ohne gültiges Parkticket oder Parkkarte (Saisonkarte, EH-Parkkarte) ebenfalls mit einer **Geldstrafe von 25,00 €** zu rechnen ist.

Es ist auch darauf zu achten, dass das Ticket nicht durch die Klimaanlage oder ähnliches

verrutscht, aufgewirbelt oder erst gar nicht aufgelegt wird. Immer öfter kommt es zu Vorfällen, dass das Ticket nicht sichtbar oder ordnungsgemäß verwendet wird. Wer diesen Hinweis jedoch beachtet, bleibt von der Geldstrafe verschont.

Also immer darauf achten – bevor die Wanderung los geht, **Ticket korrekt und sichtbar auflegen**. Dadurch werden unseren Mitarbeitern die Kontrollen der Parkplätze und die Verwaltungsarbeiten erleichtert.

INFO: Zahlung nur mit Münzgeld oder Kartenzahlung (Bancomat/Kreditkarte) möglich!

An alle Vermieter in Prägraten a.G.

Wir bitten Ihre Gäste darauf hinzuweisen (unabhängig ob in Wallhorn, Wiesen oder Ströden), dass ein Parkticket einmalig gelöst werden muss und dieses Ticket anschließend mit der Gästekarte hinter die Windschutzscheibe aufzulegen. Dabei müssen **die Gästekarte sowie das Ticket sichtbar und lesbar sein**.

Wir danken für eure Mithilfe!

Dort oben sehe ich euch wachsen

Heilkräuter aus den Bergen - finden und anwenden

Das wird Kamillus vom Obersteiner Hof in Bobojach oft denken, wenn ihn die Schritte hoch ins Tinnental führen. Hier sammelt er seitdem er Pensionist ist Jahr für Jahr Kräuter, Wurzeln und Beeren. In seiner Kräuterstube können sie dann in aller Ruhe trocknen, bevor er Teemischungen, Kräuter zum Inhalieren, Erkältungsansätze und vieles mehr daraus herstellt. In zahlreichen Gesprächen und Vorträgen in Prägraten hat Kamillus sein Wissen und seine Erfahrungen mit der Heilwirkung der Pflanzen weitergegeben.

Kamillus sehnlichster Wunsch

Einer seiner sehnlichsten Wünsche geht nun in Erfüllung. In einem Buch werden sein Wissen und seine Erfahrungen mit der heilkräftigen Natur rund um Prägraten veröffentlicht. Auf unzähligen Wanderungen hat Kamillus sein Pflanzenwissen mit Liesa besprochen. Sie hat schließlich zusammen mit Beschreibungen der Kräuter und entsprechenden Rezepten ein Manuskript erstellt, viele Fotos aufgenommen. Der Löwenzahn-Verlag in Innsbruck gibt dieses jetzt unter dem Titel: „Dort oben sehe ich euch wachsen, Heilkräuter aus den Bergen – finden und anwenden“ heraus.



So kann sich jeder Mann und jede Frau auf den Weg machen, um die Meisterwurz, den Spitzwegerich oder die Schafgarbe zu bestimmen. Ebenso wichtig wie die eindeutige Bestimmung ist das Ernten, das Pflanzen und Natur nachhaltig erhalten kann. Denn nur der Schutz der Natur hilft uns dabei, dass wir jedes Jahr erneut ernten können. Informationen über die sachgerechte Verarbeitung, wichtige Inhaltsstoffe und ihre Heilwirkung finden Interessierte in diesem Buch.

Gewusst wie

Und haben wir die Kräuter erst einmal geerntet, wie können wir die Wirkstoffe erhalten und uns am besten zu Nutze machen? Kamillus

und Liesa haben Rezepte aufgeschrieben, wie man mit Hilfe der Kräuter schmerz lindert, Tees herstellt. Anregungen wie wir welche Kräuter gegen Erkältung oder Verstauchungen einsetzen, was unsere Großeltern gegen schlecht heilende Wunden getan haben oder warum wir schleimstoffhaltige Kräuter gegen Husten oder Magenreizungen mit kaltem Wasser ansetzen und nicht mit heißem Wasser überbrühen.

Inhalt in Kürze

Zunächst hat Kamillus uns etwas über sich erzählt, wie er zu den Kräutern kam und wie sie sein Leben bestimmt haben. Dann steigen wir ein in die Natur und lernen, warum wir die Natur für unsere Gesundheit und entsprechend der Volksheilkunde auch gegen Krankheiten einsetzen können. Bevor wir ernten gehen, müssen wir uns Gedanken über den Schutz der Natur und das sachgerechte Verarbeiten machen. Schließlich lernen wir aus dem Paradies Prägraten ca. 30 Pflanzen von der Arnika bis zur Wildrose kennen sowie Nadelbäume und Wildbeeren, die wir als Heilmittel nutzen können. Dabei sind Punkte wie das Erkennen mit allen Sinnen, mögliche Verwechslungen, Inhaltsstoffe und Wirkungen ebenso wichtig wie ganz praktische Tipps. Auch wenn Pflanzen, wie die Arnika zum Beispiel, geschützt sind, können wir sie über Apotheken beziehen und heilbringend einsetzen.

Im letzten Kapitel schließlich geht es um Rezepte, die gut tun. Wie können wir die Pflanze, die Blätter oder Wurzeln als Heilmittel einsetzen? Unsere Vorfahren kannten den wunderbaren Blätterverband. Auch lernen wir die Geheimnisse der Teeherstellung kennen. Kamillus stellt seine Rezepte vor. Traditionelle Heilmittel wie Honig-Auszüge oder Kräutersirupe und -tinkturen werden nach dem Studium des Buches keine große Kunst mehr sein. Heil-Öle, Salben und Cremes aus Beinwell, Johanniskraut, Ringelblume oder das altbekannte Lärchenpech lernen wir selbst herzustellen. Ein wunderbare Mischung ist die Schmerzsalbe, die für Schultern, Rücken oder Beine eine Wohltat sein kann.

Wir alle können damit Kamillus seinen sehnlichsten Wunsch erfüllen, indem wir in Achtung mit den Pflanzen uns unsere Gesundheits- und Heilmittel aus der Natur selbst herstellen.

Liesa Rechenburg, HEIMAT-Wildkräuterschule, Hinterbichl 11, 9974 Prägraten a.G.

STOPP!

mit illegalen Müll-Sammlungen!

In Osttirol sind Info-Blätter aufgetaucht, die zu einer „Sperrmüllsammlung“ durch eine „ungarische Familie“ aufrufen. Auch, wenn auf dem Flugblatt steht „Bitte kein Sperrmüll oder Abfall“ handelt es sich hier um eine illegale Abfallsammlung!

Erfahrungsgemäß wird der bereit gestellte Sperrmüll gesichtet, brauchbare Gegenstände werden mitgenommen, wertloses „Gerümpel“ bleibt liegen oder wird später in der Natur entsorgt.

Leider macht sich auch der Übergeber (also Sie) laut Bundesabfallwirtschaftsgesetz strafbar, wenn eine Sache die als Abfall eingestuft werden kann jemand übergeben wird, der dafür keine Berechtigung hat.

Wiederverwendung - JA, ABER...!



„Für viele Menschen steht bei der Abgabe ihres Mülls an osteuropäische Sammler der soziale Gedanke im Mittelpunkt. Viele glauben nach wie vor, damit arme Menschen im Inland zu unterstützen“. Tatsächlich stehen hinter den meisten dieser Sammlungen fragwürdige Strukturen und der Abfall wird illegal in östliche Nachbarländer verbracht.

In vielen Fällen werden (bes. Elektrogeräte) jedoch als „Gebrauchtware“ deklarierte Abfälle nach Afrika, Asien oder Osteuropa exportiert. Oftmals findet in diesen Ländern auch keine Wiederverwendung statt, sondern die Abfälle werden unter katastrophalen Umwelt- und Gesundheitsschutzbedingungen zerlegt. Meist werden nur wertvolle metallhaltige Bauteile entnommen und der Rest wird illegal entsorgt oder die Kunststoffummantelung von Elektrokabeln wird in offenen Feuerstellen abgebrannt.

Dazu möchte ich als Umweltberater anmerken, dass über die Gemeinde entsorgte Abfälle über ein eigenes Aufzeichnungsverfahren bis zur Verwertung oder Verbrennung nachverfolgt werden können.

Für weitere Infos zu den Themen Abfall und Umwelt unter www.avw-osttirol.at.

Gerhard Lusser

Umweltberater AVW Osttirol

Blutspendeaktion

Blut spenden rettet Leben!

Wir bitten alle Mitbürger/Innen im Alter ab dem vollendeten 18. Lebensjahr herzlich, sich an unserer geplanten Blutspendeaktion zu beteiligen.



Sonntag, 21.07.2019

Prägraten, MZH-Dorfsaal

17:00-20:00 Uhr

Blutspenden können alle gesunden Frauen und Männer ab 18 Jahren. Bitte bringen Sie einen amtlichen Lichtbildausweis mit!

Das Rote Kreuz benötigt pro Woche ca. 700 Spenden um den Tiroler Bedarf an Blutkonserven decken zu können. Wir haben daher in Zusammenarbeit mit dem Blutspendedienst des Roten Kreuzes, eine Blutspendeaktion organisiert und bitten Sie nochmals, durch Ihre Beteiligung, einen Beitrag für Mitmenschen die auf fremde Spenden angewiesen sind zu leisten (Unfälle, Operationen, Geburten und schwere Krankheiten).

Für das Rote Kreuz wird es zunehmend schwieriger junge Menschen zu motivieren welche sich freiwillig in den Dienst dieser edlen Sache stellen. Bedenken Sie, dass Sie nur ca. 20-30 Minuten Ihrer Zeit opfern müssen, um einem Menschen zu helfen, ja ihm vielleicht sogar das Leben zu retten.

1. Wer darf Blut spenden?

Jeder Mensch ab dem **vollendeten 18. Lebensjahr**. Das Alterslimit liegt bei 70 Jahren. Zu beachten ist aber, dass Erstspender nicht älter als 60 Jahre sein dürfen und Spender zwischen dem 65. und 70. Lebensjahr regelmäßig (1-mal jährlich) gespendet haben müssen. Über die Zulassung zur Blutspende entscheidet immer der Abnahmearzt bei der Blutspendeaktion vor Ort.

2. Was ist zur Blutspende mitzubringen?

Laut Blutsicherheitsgesetz ist bei allen Spender/Innen ein **Lichtbildausweis** (z.B. Personalausweis, Führerschein) mitzubringen. Mehrfachspendern/Innen erhalten zusätzlich einen Blutspenderausweis, welcher nur in Kombination mit einem Lichtbildausweis gültig ist.

3. Welche persönlichen Vorteile bringt eine Blutspende mit sich?

Bei jedem Blutspender/In wird die Blutgruppe und der Rhesusfaktor bestimmt (das bedeutet, dass bei einem Unfall schneller geholfen werden kann). Außerdem werden bei jedem Blutspender/In, als kleine **Gesundheitskontrolle**, unten angeführte Untersuchungen gemacht.

- Blutdruckmessung
- Körpertemperaturmessung
- 2 Leberfunktionsproben
- Antikörpersuchtest
- Lues-Serumprobe
- HIV-Test (AIDS)
- Neopterinbestimmung
- Cholesterinbestimmung
- PSA - Prostata Vorsorgeuntersuchung

Über die angeführten Untersuchungen erhalten Sie eine schriftliche Befundmitteilung.

4. Jedem Spender/innen werden ca. 450 ml Blut entnommen. Diese Spende ist vollkommen unschädlich und schmerzlos. Sie kann sogar gesundheitsfördernd sein.

5. Wer darf NICHT spenden?

- Wer einmal an Tuberkulose oder Malaria erkrankt war.
- Wer innerhalb des letzten Jahres eine große Operation an sich vornehmen lassen musste.
- Wer einmal an Gelbsucht (Hepatitis B, C oder unklaren Ursprungs) erkrankt war.

Wer innerhalb der letzten 4 Wochen eine infektiöse Erkrankung (auch grippaler Infekt, Fieberblase) durchgemacht hat.

WICHTIGER HINWEIS!!!

Um allen Missverständnissen vorzubeugen, stellen wir fest, dass es im Rahmen einer Blutspende unmöglich ist, mit dem HIV-Virus (AIDS-Erreger) infiziert zu werden, da seit eh und je **Einmalnadeln und Einmalbeutel** verwendet werden.

Mit Ihrer Spende helfen Sie mit, Menschenleben zu retten:

Eine Spende: ein Leben, es könnte vielleicht das eigene sein!



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

OSTTIROL

Aus Liebe zum Menschen.

Prostatakrebsfrüherkennung

Der Prostatakrebs ist heute der häufigste Krebs bei Männern.

Prostatakrebs kann meist vollständig geheilt werden, wenn er in einem frühen Stadium erkannt wird. Im Rahmen der Blutspendeaktion bieten wir allen männlichen Blutspendern **ab einem Alter von 45 Jahren an**, eine Prostatakrebsfrüherkennungsuntersuchung **kostenlos** durchführen zu lassen. Dafür müssen Sie zusätzliche zur Blutspende etwas Blut abnehmen lassen, welches dann in der Urologischen Klinik Innsbruck untersucht wird.

Mit einem einfachen und zuverlässigen Bluttest wird das „Prostata spezifische Antigen“ (PSA) gemessen, das bei einem Prostatakrebs vermehrt in die Blutbahn abgegeben wird. Aber nicht jeder erhöhte PSA Wert ist gleichbedeutend mit der Diagnose Krebs, denn auch bei einer Entzündung oder gutartigen Vergrößerung der Prostata kann der Wert erhöht sein. Gegebenenfalls werden weitere Untersuchungen durchgeführt, um die Ursache für den Anstieg des PSA Wertes zu finden.

Wenn Sie über 45 Jahre alt sind und den PSA Wert im Rahmen Ihrer Blutspende nicht bestimmen lassen wollen, empfehlen wir Ihnen, stattdessen einmal jährlich eine Gesundheitsuntersuchung bei ihrem Hausarzt bzw. bei einem niedergelassenen Urologen durchführen zu lassen.

Weitere Informationen zu diesem Thema erhalten Sie bei den Tiroler Urologen und der Universitätsklinik für Urologie Innsbruck (www.uro-innsbruck.at).

Impressum: Gemeinde Prägraten a.G., St. Andrä 35a, 9974 Prägraten a.G.

Fotos: E. Weiskopf, B. Weiskopf, Österreichisches Rotes Kreuz, L. Rechenburg, Abwasserverband Osttirol, Pixabay, Gemeindearchiv

Druck: Oberdruck Digital Medienproduktion GesmbH