

lingenauer blickpunkt



ziele bis 20

KLUS BEI KOMMUNALEN ANLAGEN 100% ENERGIEEFFIZIENTE STRASSENBELEUCHTUNG
Klimagipfel
Wasserk...
...nau, Riefensberg, Sibratsgfür, Sulzberg

Inhaltsverzeichnis

Informationen aus der Gemeinde

Vorwort	3
Mitarbeiterausflug	4
Tischleindeckdich	5
Heimatbuch Band III	5
Energierregion Vorderwald	6
Energieförderungen	7
Jobrad	8
Weihnachten im Lindohus	9
Bürgermeister von Lingenau	9
Verstärkung für das Gemeindeteam	10
Gebührenverordnung	11
News aus dem Naturpark Nagelfluhkette	14
Neuer Augenarzt Dr. Winsauer	15
Barockbaumeister Vögel	16
Weihnachtsbaum	16
Abfallkalender & Abfall richtig trennen	17
Bomhus	19
Kindergarten	20
Volksschule Lingenau	22

Statistisches aus der Gemeinde

Geburten	24
Eheschließungen	24
Sterbefälle	24
Geburtstagsjubilare	25

Berichte von den Vereinen

Seniorenbund	26
Krankenpflegeverein	27
Kameradschaftsbund	28
Schiclub	30
Obst- und Gartenbauverein	31
Ortsfeuerwehr	32
Bäuerinnen & Viehzuchtverein	34
Familienverband	36

Gesundes Lingenau

Radius - Match the Bürgermasta	37
Kursreihe Gesundes Lingenau	38
Blutspendeaktion	38
Tipps aus der Apotheke	39
Kommunale Covid-Impf-Kampagne	40

Vorwort



Wohin geht die Reise eigentlich?

Diese Frage stelle ich mir derzeit relativ oft. Jeden Tag stehen Entscheidungen an, die nicht nur für morgen oder übermorgen, sondern für lange Zeit relevant sind. Und derzeit habe ich das Gefühl, dass dies immer wieder vergessen wird. Was wir heute tun, hat immer auch Auswirkungen auf morgen.

Mir ist bewusst, dass gewisse Entscheidungen auf Gemeindeebene im ersten Moment nicht immer für jede:n Einzelne:n nachvollziehbar sind. Doch eines möchte ich hier hervorheben – wir, also die gewählten Vertreter in Lingenau, treffen keine dieser Entscheidungen leichtfertig. Wir informieren uns, diskutieren ausführlich und gehen dann den Weg, der unserer Ansicht nach für die Allgemeinheit der Richtige ist – auch mit Blick in die Zukunft.

Eine alte chinesische Lebensweisheit sagt: „Auch die längste Reise beginnt mit dem ersten Schritt.“ Und gerade derzeit stehen wir vor Herausforderungen, die einen ersten Schritt benötigen, und zwar jetzt. Sei dies die räumliche Entwicklung, wo mit dem REP eine Grundlage für die Zukunft geschaffen wird, oder auch die Themen Klima und Energie. Mit dem „Klimagipfel“, der auf dem Titelblatt abgebildet ist, haben wir uns in der Energieregion Vorderwald klare Ziele gesetzt. Somit ein erster Schritt, dem nun weitere folgen werden.

Auf die Frage, wo denn die Reise hingehet, gibt es wohl keine klare Antwort. Trotzdem wird es wohl viele, erste Schritte benötigen, um für die Zukunft gerüstet zu sein. Und eines ist klar, jede:r kann mitmachen, jede:r kann mit seinen Entscheidungen auch die Zukunft von uns allen beeinflussen.

Ich wünsche allen einen besinnlichen Jahresausklang und eine gute „Reise“ ins neue Jahr – mit vielen, spannenden und guten ersten Schritten auf unserem gemeinsamen Weg.

Bürgermeister Philipp Fasser

Auf Erkundungstour in der Nachbargemeinde Hittisau Mitarbeiterausflug



Mit einem gemütlichen Frühstück im Hotel s'Matt 3 starteten wir in den Tag. Dabei lernten wir auch gleich unsere neue Mitarbeiterin Cornelia Marxgut die im Herbst Teil des Kindergarten-Teams wird, kennen. Nach einer Stärkung am umfangreichen Frühstücksbuffet ging es mit dem Bus weiter nach Hittisau.



Dort konnten wir bei traumhaftem Sommerwetter den Wasserwanderweg erkunden und im Schatten der Engenlochschlucht der Hitze etwas entkommen.



Auf dem Rückweg ins Zentrum von Hittisau, ergatterten wir bei Kindergartenpädagogin Veronika Leidinger noch einen Durstlöcher bevor wir von Bgm. Gerhard Beer eine sehr interessante Führung zum neuen Denk.Mal neben der Kirche erhielten.



Nach einem kurzen Einkehrschwung im Gasthaus Krone, ging es zu Fuß zurück nach Lingenau, dort erwartete uns bereits Barbara vom Wälderhof mit einem 3-gängigen Menü. In gemütlicher Runde ließen wir den Abend ausklingen.

60+ aktiv

Tischlein Deck Dich

Um die Organisation „Tischlein Deck Dich“ zu unterstützen haben wir bei unserem letzten Treffen von unserem Team 60+ fürs Klima vereinbart, Klaus Natter zu fragen ob wir einen Korb mit einem Schild „Tischlein Deck Dich - Wir danken für eure Spenden - Wir benötigen dringend Grundnahrungsmittel“ in seinem ADEG-Geschäft aufstellen dürfen.



Klaus Natter hat uns dies erlaubt und es ist sehr erfreulich, dass dies von unserer Bevölkerung so gut angenommen wurde. Der Korb füllt sich laufend und auch Herr Stütler freut sich und bedankte sich recht herzlich für die vielen Spenden.

Das ADEG Geschäft wird von „Tischlein Deck Dich“ jeden Mittwoch angefahren und kann außerdem die Lebensmittel die abgelaufen oder kurz davor sind mitnehmen, auch dies ist eine schöne Unterstützung der Familie Natter zur Vermeidung von Lebensmittelverschwendung (diese müssten ja sonst entsorgt werden).

Häuser, Gebäude, Objekte, & Parzellen in Lingenau

Heimatbuch III



Im Jahre 2020 haben wir im Blickpunkt das Heimatbuch III mit der Dokumentation aller Häuser, Gebäude, Objekte und Parzellen von Lingenau angekündigt.

Zwischenzeitlich war es möglich alle wichtigen Daten von jedem Wohn- und Geschäftshaus zu erhalten und für spätere Zeiten und Generationen festzuhalten. Viele Objekte wurden in den schönen Herbsttagen 2020 von Peter Moser fotografiert. Des Weiteren ermöglichte er mittels Drohne sensationelle Aufnahmen von oben über alle Lingenauer Parzellen einzuholen. Es ist eine schöne Ergänzung in unserem Heimatbuch III.

Die Herausgabe war im Jahre 2021 vorgesehen. Leider hat die herausfordernde Zeit der Corona vieles nicht mehr zugelassen und musste verschoben

werden. Nun liegt der Band III vor und ist eine gelungene Ergänzung zum Heimatbuch Band I und Band II. Spannend überrascht das Werk mit Situationen und kurzen Begebenheiten aus der Dorfgeschichte und zeigt die Natur- und Kulturlandschaft in der jetzigen Zeit auf. Es ist der Spannungsbogen zwischen den über einige Jahrhundert alten Häusern und neu gebauten Häusern sichtbar. Viele Geschichten verbergen sich hinter den Fenstern und Türen und wären selbst eine Erzählung wert. Auf 440 Seiten entdecken Sie ihr Heimatdorf, ihr Haus einmal von einer ganz anderen Seite.

Die Bänder des Heimatbuchs sind im Gemeindeamt von MO-FR von 8 - 12.15 Uhr erhältlich:

Vorverkauf Band 3

■ € 35,00 (bis 31.12.2022)

Weihnachtsangebote:

■ Alle 3 Bände = € 65,00

■ Band 3 & Band 1 = € 50,00

■ Band 3 und Band 2 = € 50,00

Einzelpreise:

■ Band 1 = € 39,00

■ Band 2 = € 39,00

Energieregion Vorderwald



Die neun Gemeinden der Energieregion Vorderwald haben beim Klimagipfel auf dem Renkknie in Sibratsgfall zum ersten Mal regionale Klimaziele verabschiedet. Sie sollen die Umsetzung der Energieautonomie in der Region weiter beschleunigen.



Bis 2030 werden alle gemeindeeigenen Gebäude und Anlagen zu 100% mit erneuerbarem Strom aus der Region versorgt und heizölfrei sein. Zudem wird die Straßenbeleuchtung in der gesamten Region zur Gänze auf effiziente Leuchtmittel umgestellt. Diese drei Ziele haben die Bürgermeister der Energieregion am 22. September beim ersten Klimagipfel im Vorderwald stilecht auf 1.411 Metern Höhe unterzeichnet.



Ein Fußballfeld Photovoltaik bis 2030

Damit die Ziele kein Papiertiger bleiben, wurden die grundlegenden Beschlüsse zur Umsetzung in den Gemeinden bereits gefällt. Und die sind durchaus ambitioniert, meint der Langenegger Bürgermeister und Sprecher der Energieregion Vorderwald Thomas Konrad: „Um den Stromverbrauch der Gemeindegebäude und der gemeindeeigenen Anlagen wie Straßenbeleuchtung, Schulen, Kindergärten, öffentliche Gebäude oder der Wasserversorgung zu 100% mit Strom aus der Region abzudecken, müssen wir zusätzliche Photovoltaik-Anlagen mit 1.600 kWp Leistung installieren. Das entspricht der Fläche eines großen Fußballplatzes, knapp 10.000 m².“

Zudem müssen noch verbleibende gemeindeeigene Ölheizungen und rund 120 Straßenlampen getauscht werden. Die Umsetzung der Gipfelziele wird außerdem einen wesentlichen Beitrag zur jüngst gegründeten Erneuerbaren Energiegemeinschaft leisten.

Auch die Bürgerinnen und Bürger können sich beteiligen

Um auch die Bürgerinnen und Bürger mit ins Boot zu holen, sind schon im kommenden Jahr im Rahmen einer vorderwaldweiten Aktion Beteiligungen an den neuen gemeindeeigenen PV-Anlagen möglich, stellt der Bürgermeister in Aussicht.

Das begrüßt Energielandesrat Daniel Zadra: „Um die Ziele der Energieautonomie erreichen zu können, braucht es den Ausbau erneuerbarer Energieträger genauso wie den sparsamen Umgang damit. Die Gemeinden im Vorderwald setzen – auch mit Unterstützung des Landes – schon seit etlichen Jahren engagierte Schritte und wollen diesen Prozess nun sogar beschleunigen. Als Energielandesrat freut es mich, dass die Region hier zum Vorreiter wird.“ Stilechter Startschuss beim Klimagipfel auf dem Renkknie



Den Startschuss für das engagierte Programm gaben die neun Bürgermeister im Rahmen des ersten Klimagipfels der Energieregion Vorderwald – und zwar auf einem echten Berg. Schritt für Schritt wanderten zahlreiche Verantwortliche und Interessierte auf das 1.411m hohe Renkknie – so wie auch die Klimaziele der Region Schritt für Schritt zu erreichen sind.

Beeindruckt davon zeigt sich auch Klima- und Energiefonds-Geschäftsführer Ingmar Höbarth: „Die 120 Klima- und Energiemodellregionen in Österreich sind Pioniere auf dem Weg zur energetischen Unabhängigkeit. Die Klimaziele der Region Vorderwald bis 2030 sind ambitioniert. Doch dank der engagierten Arbeit vor Ort werden sie Schritt für Schritt Realität. Vorderwald ist ein echtes Vorbild für das ganze Land, auch mit diesem Klimagipfel!“

Text: Energieinstitut Vorarlberg

Energieförderungen 2023



Deckelung aller Energieförderungen 2023: max. 2,- Euro/Einwohner/Jahr

First come first serve: die Förderungen werden nach Eintreffen der Anträge vergeben bis der Fördertopf je Gemeinde erschöpft ist; es besteht kein Rechtsanspruch auf die Förderungen.

1. Förderung des „KlimaTicket Österreich Jugend“ für Studierende

Die Gemeinden unterstützen die umweltfreundliche Mobilität ihrer Studierenden, die außerhalb von Vorarlberg eine mehrsemestrige Bildungseinrichtung besuchen. Ziel der Unterstützung ist es, die Verbindung der Studierenden zur Region zu erleichtern und aufrechtzuerhalten.

Wer kann die Unterstützung beantragen:

Studierende einer ordentlichen Fachhochschule, Hochschule (inkl. Pädagogischen Hochschule) oder Universität im In- und Ausland sowie von weiterführenden mehrsemestrigen Bildungseinrichtungen aus dem tertiären Bildungsbereich (Akademie, Kolleg, u.ä.)

Voraussetzungen und Rahmenbedingungen:

- Die Förderung gilt für Studierende unter 26 Jahren (es gelten die gleichen Bedingungen wie beim KlimaTicket Österreich Jugend).
- Antragstellende müssen ihren Hauptwohnsitz in der Gemeinde haben, die die Förderung ausbezahlt; der Wohnsitz muss für die Gültigkeit des KlimaTickets in der Förderge-

meinde belassen werden; mit der Förderung stimmt der Förderwerber zu, dass GemeindemitarbeiterInnen den Meldestatus zur Überprüfung – auch rückwirkend – einsehen dürfen

- Antragstellende bestätigen, dass sie keinen Fahrtzuschuss der öffentlichen Hand bzw. des Unternehmens/Arbeitgebers beziehen.
- Für den Bezug der Förderung ist eine aktuelle Studienbestätigung und Meldebestätigung nachzuweisen.
- Zu Unrecht bezogene Förderungen werden zurückverlangt.

Höhe der Förderung:

Die Gemeinden fördern den Kauf des KlimaTickets Österreich Jugend mit 50 % des Kaufpreises (50 % sind derzeit 411 Euro). Bei Bezug der Förderung ist es nicht möglich, das Ticket vor Ablauffrist zu stornieren.

Ablauf:

- Antragstellende kommen mit den oben genannten Nachweisen und dem KlimaTicket zum Gemeindeamt.
- Nach Prüfung durch die Gemeinde wird der Förderbetrag bar ausbezahlt.

Dauer:

- 01.01.2023 bis 31.12.2023, pro Person wird max. 1 Ticket gefördert

2. Förderung der vorderwaldweiten Photovoltaik Bürgerbeteiligungsaktion

Die Gemeinden fördern die Beteiligung von Bürgerinnen und Bürgern an der vorderwaldweiten Aktion: Die Gemeinden bieten BürgerInnen Sonnenscheine (PV Module) auf gemeindeeigenen Dächern an.

BürgerInnen kaufen zur Finanzierung der Anlagen einzelne PV Module um je 500,- Euro. Die Rückzahlung erfolgt im Laufe von 10 Jahren. Im Rahmen der Energieförderung wird eine jährliche Verzinsung von 10,- Euro je Sonnenschein gewährt.

3. Förderung von Fahrradanhängern/Lastenfahrrädern

Mit der Verbreitung von Elektrofahrrädern ist die bewegte Topografie kein Hindernis mehr für Alltagsfahrten mit dem Fahrrad. Die Förderung soll die Alltags-Nutzung von Fahrrädern als Ersatz zum im Auto zurückgelegten Weg unterstützen, z.B. für Einkaufsfahrten oder Kinderhol- und bringdienste.

Kosten und Finanzierung

- Gefördert werden bis zu 50% der Anschaffungskosten eines Fahrradanhängers/Lastenfahrrads
- Kinderanhänger/Lastenfahrrad mit max. 150,- Euro
- Lastenanhänger mit max. 80,- Euro

Die Förderung kann pro Haushalt nur einmalig Anspruch genommen werden.

Voraussetzungen:

- Kauf bei einem niedergelassenen regionalen Fachhändler
- Anhänger/Lastenfahrrad muss den gültigen Richtlinien der StVO entsprechen

Die Auszahlung der Förderung erfolgt in Form von Einkaufs-Gutscheinen der jeweiligen Gemeinde nach Rechnungsvorlage im Gemeindeamt. Die Förderung ist vorerst zeitlich nicht beschränkt.

Für Transportfahrräder gibt es attraktive Bundesförderungen (Förderzeiträume beachten), weitere Infos: <https://www.umweltfoerderung.at/betriebe/elektro-fahrraeder-und-transportraeder-2022/navigator/fahrzeuge-2/e-fahrraeder-und-e-transportraeder-2022-2.html>

Gut für Gesundheit und Klima Jobrad



Die Unternehmer Laurin Zündel und Stefan Bischof von Bischof/Zündel haben zwei Jobräder für das Mitarbeiterteam angeschafft. Gerade für Kurzstrecken ist das Fahrrad die gesunde und klimafreundliche Alternative. Die Firmeneinhaber unterstützen das Team mit den Jobrädern.

Die Gemeinden der Energieregion Vorderwald setzen sich für das Umsteigen vom PKW auf das Fahrrad ein. Bei Kurzstrecken gibt es viel Potential: 50% aller Autofahrten in Vorarlberg sind kürzer als 5 km, zwei Drittel kürzer als 10 km.

Die Gemeinden schätzen das Engagement von Arbeitgebern, die Jobräder unterstützen. Für Regentage stellen sie jedem Jobradler und jeder Jobradlerin einen hochwertigen Regenponcho „All Tag ufm Rad“ zur Verfügung.

Wieder gemeinsam Weihnachten feiern

Lindohus

Nach zwei Jahren Pause laden wir alle, die alleinstehend sind und Weihnachten gerne mit anderen feiern möchten, herzlich zu einer gemeinsamen Feier (gestaltete Feier und Weihnachtssessen) in den Gemeinschaftsraum im Lindohus ein:

Freitag, 23. Dezember 2022
15.00 Uhr

Anmeldung bitte bis Freitag, 16. Dezember 2022, beim Gemeindeamt, 05513/6464 oder gemeinde@lingenau.at.

Ein Selbstbehalt in der Höhe von € 12,-- ist direkt im Lindohus zu entrichten. Wer einen Bring- und Abholdienst benötigt, kann dies gerne bei der Anmeldung angeben.

Das Vorbereitungsteam



6 Bürgermeister in 45 Jahren

Politische Geschichte Lingenau

1977 - 1995 Georg Bereuter
1995 Peter Bilgeri
1996 - 2010 Peter Bereuter

2010 - 2020 Annette Sohler
2020 - 2021 Carmen Steurer
seit 2021 Philipp Fasser



Wir stellen uns vor

Verstärkung für Gemeindeteam



Mathias Bilgeri - Bauhof

Mit Anfang September hat unser Bauhof Unterstützung erhalten. Mathias Bilgeri aus Lingenau, greift Gregor und Georg unter die Arme und unterstützt das Bauhof-Team.



Cornelia Marxgut - Kindergarten

Als neue Mitarbeiterin im Kindergartenteam Lingenau, stelle ich mich kurz vor. Ich bin 41 Jahre alt und lebe mit meinem Mann und unseren zwei Kindern in Hittisau. In meiner langjährigen Arbeit als Kindergartenpädagogin in Andelsbuch & Sulzberg, durfte ich viele Erfahrungen & wunderbare Erlebnisse sammeln. In der Naturgruppe habe ich die Chance bekommen, meine Begeisterung für Natur & Kräuter an die Kinder weiterzugeben. Ich freue mich sehr, ein Teil des Kindergarten Lingenau zu sein.



Sabrina Liebschick - Bomhus

Sabrina Liebschick unterstützt seit Dezember unser Bomhus-Team. Aufgrund des starken Zuwachses in der Kinderbetreuung, ist Sabrina eine große Unterstützung für das bestehende Bomhus-Team.



Malgozata Huber - Essensausgabe

Auch in der Essensausgabe hat es eine Veränderung gegeben. Germana ist in den wohlverdienten Ruhestand übergegangen. Deren Aufgaben hat mit Anfang September Malgozata Huber übernommen. Sie unterstützt die Damen der Essensausgabe und schaut dazu, dass alle Kinder eine warme Mahlzeit erhalten.



Johanna Wendlinger - Verwaltung

Seit Ende Oktober unterstützt Johanna Wendlinger aus Dornbirn das Gemeinde-Verwaltungsteam im Bereich „Kommunikation“. Johanna ist für gestalterische Themen wie Layoutsprache, Grafische Aufarbeitung von Informationen usw. zuständig.

Gebührenverordnung 2023



Liebe Lingenauerinnen und Lingenauer!

Auf Grund der §§ 16 und 17 des Finanzausgleichsgesetzes 2017, i.d.F. BGBl. Nr. 116/2016 und des Beschlusses der Gemeindevertretung vom 07.11.2022 gelten für das Jahr 2023 folgende Steuerhebesätze und Gebühren:

1. Grundsteuer:

- für land- und forstwirtschaftliche Betriebe Bemessungsgrundlage € 656,87 Hebesatz 500%
- für sonstige Grundstücke und Gebäude Bemessungsgrundlage € 26.246,95 Hebesatz 500%

2. Kommunalsteuer:

von der Bemessungsgrundlage beträgt der einheitliche Steuersatz 3%

3. Tourismusbeitrag:

Ortsklasse C
veranschlagtes Gesamtaufkommen 50.000,00
in % der Bemessungsgrundlage 0,80%

4. Gästetaxe:

Der § 4 der Verordnung über die Einhebung einer Gästetaxe der Gemeinde Lingenau wird im Folgenden geändert.

Der § 4 hat zu lauten: Die Gästetaxe wird für das gesamte Gemeindegebiet und während des ganzen Jahres mit € 1,80 festgesetzt. Für Gäste in Ferien- oder Jugendheimen und Campingplätze pro Person und Nächtigung mit € 1,80 festgesetzt.

5. Zweitwohnsitzabgabe:

Die Verordnung über die Erhebung einer Zweitwohnsitzabgabe der Gemeinde Lingenau wurde am 05.11.2012 beschlossen.

Der § 3 (1) lautet: Die Abgabe für Ferienwohnungen, ausgenommen Wohnwagen, beträgt je m² € 8,24 maximal je Ferienwohnung € 906,82

Der § 3 (3) lautet: Die Abgabe für Wohnwagen beträgt für jedes Halbjahr der Aufstellung € 51,69

6. Hundesteuer:

Gemäß § 2 der Verordnung über die Einhebung einer Hundeabgabe wird die Höhe der Hundesteuer wie folgt festgesetzt:

- für den ersten Hund € 66,00
- für jeden weiteren Hund € 118,00

Gebühren für die Benützung von Gemeindeeinrichtungen:

7. Abfallgebühren (einschließlich 10 % USt.)

Grundgebühr jährlich gemäß § 4 Abfallgebührenverordnung:

- Ein- und Zweipersonenhaushalt € 55,00
- Drei- und Mehrpersonenhaushalt € 67,00
- Ferienhaus, - wohnung € 55,00
- Sonstige Abfallverursacher einschl. Haushalt des Betriebsinhabers € 67,00

Abfuhrgebühren

- 8l Bioabfallsack € 0,95
- 15 l Bioabfallsack € 1,55
- 20 l Restabfallsack € 1,95
- 40 l Restabfallsack € 3,90
- 60 l Restabfallmarke € 5,85
- 120 l Rest- und Bioabfalltonne € 11,70
- 240 l Rest- und Bioabfalltonne € 17,54
- 660 l Rest- und Bioabfalltonne € 38,49
- 660 l Rechengut ARA € 65,43
- 800 l Restabfalltonne € 46,65
- 1.100 l Restabfalltonne € 64,13
- 120 l Bioabfalltonne € 9,84
- 240 l Bioabfalltonne € 19,56
- 600 l Bioabfalltonne € 32,18
- 240 l Gestrasack € 1,40

Sämtliche Entsorgungsgebühren des ASZ Hittisau, welche in der Gebührenverordnung der Gemeinde Hittisau verordnet wurden, gelten auch für die Gemeinde Lingenau.

8. Wassergebühren (einschließlich 10 % USt.)

Anschlussgebühr gem. § 4 Wassergebührenverordnung: Beitragssatz je m² anrechenbarer Fläche € 38,06

Wasserbezugsgebühr je m³ Verbrauch gem. § 11 Wassergebührenverordnung € 1,30

Grundgebühr je Monat gem. § 12 Wassergebührenverordnung € 4,83

Zählermiete pro Monat gem. § 14 Wassergebührenverordnung:

- Zählermiete je Monat (Miete für normalen Zähler) 3-5 m³ € 1,64
- Zählermiete je Monat (Miete für mittleren Zähler) 7-10 m³ € 1,85
- Zählermiete je Monat (Miete für großen Zähler) 20 m³ € 3,26
- Zählermiete Großzähler je Monat € 20,77

9. Abwasserbeseitigung (einschließlich 10 % USt.)

Anschlussgebühr gemäß § 13 Kanalordnung: Beitragssatz je m² anrechenbarer Fläche € 39,38
 Kanalbenutzungsgebühr je m³ Wasserverbrauch gemäß § 20 Kanalordnung € 3,62
 Übernahme von Klärgrubeninhalte je m³ € 10,86

10. Kindergartenbeiträge 2022/2023: (einschließlich 13 % USt.)



	3 & 4-jährige Kinder (brutto)**	5-jährige Kinder (brutto)**
Regeltarif (22,5 h Betreuung) MO - FR 7.30 - 11.30 Uhr & ein Nachmittag 13.30 - 16 Uhr	38,57/Monat	0,00/Monat
Ermäßigter Tarif (22,5 h Betreuung) MO - FR 7.30 - 11.30 Uhr & ein Nachmittag 13.30 - 16 Uhr	22,04/Monat	0,00/Monat
Regeltarif Verlängerte Öffnungszeiten: (28,5 h Betreuung) MO - FR 7.30 - 12.40 Uhr flexibel & ein Nachmittag 13.30-16 Uhr	48,79/Monat	10,22/Monat
Ermäßigter Tarif Verlängerte Öffnungszeiten: (28,5 h Betreuung) MO - FR 7.30 - 12.40 Uhr flexibel & ein Nachmittag 13.30-16 Uhr	25,90/Monat	3,86/Monat
Regeltarif verlängerte Öffnungszeiten + Mittagsbetreuung (29,5 h Betreuung) MO-FR 7.30 - 12.40 & ein Nachmittag 12.40 - 16.00 Uhr	51,71/Monat	13,14/Monat
Ermäßigter Tarif verlängerte Öffnungszeiten + Mittagsbetreuung (29,5 h Betreuung) MO-FR 7.30 - 12.40 & ein Nachmittag 12.40 - 16.00 Uhr	27,00/Monat	4,96/Monat
Mittagessen	4,00 / pro Essen	4,00/pro Essen
Regeltarif Ferienbetreuung	60,00/Woche	60,00/Woche
Ermäßigter Tarif Ferienbetreuung	34,29/Woche	34,29/Woche
Regeltarif Ferienbetreuung	12,00/Tag	12,00/Tag
Ermäßigter Tarif Ferienbetreuung	6,86/Tag	6,86/Tag

11. Kinderbetreuungsbeiträge 2022/2023:
(einschließlich 13 % USt.)

	3-jährige Kinder (brutto)**	2-jährige Kinder brutto)**
2 Tage von 07:30 bis 11:30 Uhr 4 Stunden pro Tag; 8 Stunden pro Woche	nicht möglich	71,00 €/Monat
2 Tage von 07:30 bis 12:30 Uhr 5 Stunden pro Tag; 10 Stunden pro Woche	39,00 €/Monat	89,00 €/Monat
3 Tage von 07:30 bis 11:30 Uhr 4 Stunden pro Tag; 12 Stunden pro Woche	39,00 €/Monat	106,00 €/Monat
3 Tage von 07:30 bis 12:30 Uhr 5 Stunden pro Tag; 15 Stunden pro Woche	39,00 €/Monat	133,00 €/Monat
4 Tage von 07:30 bis 11:30 Uhr 4 Stunden pro Tag; 16 Stunden pro Woche	39,00 €/Monat	nicht möglich
4 Tage von 07:30 bis 12:30 Uhr 5 Stunden pro Tag; 20 Stunden pro Woche	39,00 €/Monat	nicht möglich
5 Tage von 07:30 bis 11:30 Uhr 4 Stunden pro Tag; 20 Stunden pro Woche	39,00 €/Monat	nicht möglich
5 Tage von 07:30 bis 12:30 Uhr 5 Stunden pro Tag; 25 Stunden pro Woche	39,00 €/Monat	nicht möglich
Aufpreis 1 Tag von 12:30 bis 13:30 Uhr 1 Stunde; 1 Stunden pro Woche	13,00 €/Monat	13,00 €/Monat
Aufpreis 1 Tag von 13:30 bis 16:00 Uhr 2,5 Stunden; 2,5 Stunden pro Woche	24,00 €/Monat	24,00 €/Monat
Mittagessen für 2- und 3-jährige Kinder**)	4,00 €/Essen	4,00 €/Essen

*)

Ermäßigter Tarif für Familien, die Wohnbeihilfe oder Mindestsicherung beziehen.

**)

Das Alter des Kindes zum Stichtag 31.08. (Vollendung des Lebensjahres) ist für das gesamte Betreuungsjahr für die Höhe des Elterntarifs ausschlaggebend.

12. Beiträge Schülerbetreuung 2022/2023
(einschließlich 13 % USt.)

- Mittelschule – Ganztageschule
Pauschale / Wochentag € 25,00
- Volksschule – Ganztageschule
Pauschale / Wochentag € 50,00
- Volksschule – Mittagsbetreuung
Pauschale / Wochentag € 25,00
- Mittagessen Volksschule & Mittelschule € 6,00
- Ferienbetreuung Volksschulkinder
Pauschale / pro Woche € 60,00
- ermäßigter Tarif Ferienbetreuung Volksschulkinder
Pauschale / pro Woche € 34,29

- Ferienbetreuung Volksschulkinder
Pauschale / Tag € 12,00
- ermäßigter Tarif Ferienbetreuung Volksschulkinder
Pauschale / Tag € 6,86

13. Leihgebühren Musikinstrument:

Leihgebühr pro Musikinstrument und Schuljahr € 60,00

14. Musikschule:

- bis zur Beendigung der Berufsausbildung (Lehrzeit, Studium)
- Beitrag der Eltern 50%
 - Beitrag der Gemeinde 50%

Diese Verordnung tritt am 01.01.2023 in Kraft. Gleichzeitig verliert die Verordnung über die Gemeindeabgaben, -steuern, -gebühren und –beiträge für das Jahr 2022 vom 08.11.2021 ihre Wirksamkeit.

Philipp Fasser, Bürgermeister

Junior Ranger Ausbildung

Junior Ranger Ausbildung

Wasserinsekten untersuchen, den Wald und seine unterschiedlichen Funktionen erleben, sich mit Karte und Kompass im Gelände orientieren, Alpwirtschaft mit den eigenen Händen erfahren und noch vieles mehr durften heuer knapp 70 Kinder während ihrer Ausbildung zum Junior Ranger im Naturpark Nagelfluhkette.



In den Ausbildungen (zwei im Bregenzerwälder und zwei im Allgäuer Teil des Naturparks) zu je drei Tagen durften sich die Kinder unter Anleitung eines Naturpark-Rangers, einer Naturführerin und einer weiteren Betreuungsperson nach der Absolvierung von vier Jahren Naturparkschule nochmals ganz intensiv mit ihrem Naturpark und seiner vielfältigen Natur- und Kulturlandschaft auseinandersetzen. Dabei ging die Ausbildung weit über das Kennenlernen von einzelnen Tier- und Pflanzenarten im Naturpark hinaus. Fleißig anpacken beim Schwenden auf der Alp und bei der Herstellung von Butter; mit Naturmaterialien einen Wald bauen, der dem Besitzer wirtschaftlich etwas einbringen



und zugleich Wildtieren einen Lebensraum bieten soll; selbst mal eine Gruppe anführen und sich und seine Stärken in der Gemeinschaft einbringen und zahlreiche weitere Aufgaben standen auf dem Programm.

Für die gelernten Inhalte, die etlichen Kilometer Wegstrecke, den geflossenen Schweiß und den vollen Einsatz auch bei schlechtem Wetter wurde den Junior Rangern am Ende ein Zertifikat überreicht, auf das alle Kinder zu Recht stolz sein dürfen. Des Weiteren steht ihnen jetzt die Möglichkeit offen, zukünftig an den monatlich stattfindenden Treffen der Junior Ranger Aktivgruppe teilzunehmen und sich weiter im Naturpark zu engagieren. Wir freuen uns auf die nächsten spannenden Aktionen mit euch!

Faszination Moor

Naturpark-Rangerin und Moore Krumbach geben ihr Fachwissen bei länderübergreifender Fortbildung für Naturparkschullehrkräfte weiter.



Krumbach Moore sind Überbleibsel aus der Eiszeit, historische Archive, wertvoller Lebensraum für hochangepasste Tiere und Pflanzen und spielen eine wichtige Rolle im Klimaschutz. Es lohnt sich, diesen spannenden Lebensraum im Schulunterricht zu thematisieren. Bei einer länderübergreifenden Lehrerfortbildung gaben Petra Nussbaumer von Moore Krumbach und Naturpark-Rangerin Lisa Klocker ihr Moorfachwissen an Lehrkräfte der Allgäuer und Vorarlberger Naturparkschulen weiter.

Da wären zum einen die echten Zombies im Moor, das Torfmoos. Es bildet die Basis eines jeden Hochmoores. Das Faszinierende – es ist zur einen Hälfte tot und zur anderen Hälfte lebendig. Unter der Wasseroberfläche, wo es keinen Sauerstoff mehr bekommt, stirbt das Torfmoos ab. Über dem Wasserspiegel wächst es hingegen immer weiter.



Text Junior Ranger Ausbildung:
Matthias Merta

Text und Fotos Faszination Moor:
Denise Klein,
Naturpark Nagelfluhkette
Sonnentau/Torfmoos:
Thomas Grebler

Naturpark-Rangerin Lisa Klocker zeigte zudem kleine, spannende Experimente für die Unterrichtspraxis und stellte einige Spezialisten des Moores vor wie beispielsweise den Sonnentau – eine fleischfressende Pflanze, die mithilfe

ihrer klebrigen Tentakel Insekten fängt und so ihren Speiseplan aufbessert. Keinesfalls fehlte das Thema Klimaschutz. Schließlich sind intakte Moore bedeutende Kohlenstoffsenken.



Weltweit nehmen Moore nur 3 % der Landoberfläche ein, speichern aber rund 30 % des gesamten Bodenkohlenstoffs – mehr als alle Wälder der Erde gemeinsam. Durch die regelmäßigen Lehrerfortbildungen des Naturparks Nagelfluhkette erhalten die Lehrkräfte fachliche und didaktische Impulse zu den unterschiedlichen Lebensräumen, die auch im Naturparkschulunterricht behandelt werden. Vielen Dank für die Teilnahme.

Dr. med. univ. Elmar Winsauer

Neuer Augenarzt in Lingenau

Dr. Winsauer hat seine Ordination seit September 2022 in Lingenau geöffnet. Diese befindet sich in der ehemaligen Ordination der Augenärztin Dr. Rösser, im Obergeschoss des Cafe Badhus, Hof 17, Lingenau.



Terminabsprachen sind telefonisch und Vorort von 9-12 Uhr möglich.

Kontakt

Dr. med. univ. Elmar Winsauer
Hof 17, Lingenau
05513 94 114
praxis@augenarzt-winsauer.at

Barockbaumeister aus Lingenau



Über zwei Jahrhunderte war über den Namen Hirschbühl bei uns in Lingenau nichts Besonderes bekannt. Ein Glücksfall war eine Anfrage im Jahr 2016 in Lingenau durch Hr. Hannsmann aus Schutterwald (Freiburg). Das war der Anfang von intensiven Recherchen in Schutterwald und Grafenhäusern durch den historischen Verein Schutterwald. Nun liegt uns eine Dokumentation vor über Lingenauer Barockbaumeister, die sich vor den Großen der Auer Zunft nicht zu verstecken brauchen. Die Kirchen und Bauwerke die sie geschaffen haben, sind heute noch in all ihrer Pracht und Schönheit zu bewundern. Als Dank für all das Erschaffene wurde im Juli 2022 neben der katholischen Pfarrkirche in Schutterwald der Josef-Hirschbühl Platz festlich eingeweiht. Auch die Gemeinde Lingenau, als Geburtsort der besonders begabten Baumeister, ist stolz auf das Geleistete und Erbaute der Hirschbühl-Brüder. Das Geburtshaus ist nach heutigem Stand der Erhebungen in Bochern gestanden.

Meisterverzeichniss der Hirschbühl-Baumeister und ihre wichtigsten Werke

- Joseph Hirschbühl I., geb. am 10. Mai 1709 in Lingenau, gest. 1766 in Freiburg Br. Im Jahr 1738 kam er nach Freiburg i. Br. Joseph Hirschbühl I. war Maurer - u. Steinhauermeister, mehrmals Zunftmeister in Freiburg.

Tätigkeiten in Freiburg, häufig zusammen mit Christian Haller. - 1740 das Haus Johann Beneris - 1745 bis etwa 1765 Dominikanerkloster mit unterschiedlichen Bauarbeiten - 1752 ff. Kartause: Mühle, „des Heegers Haus“, Vorhof Prälatenhaus. 1753 Stallung des Freiherrn von Sickingen, Schusterstraße Ha. -

1756 Haus der Breisgauischen Ritterschaft (später Erzbischöfliches Palais), Münsterplatz 10 (Entwurf Johann Jakob Fechter, Basel). - 1761 Hauptwache Gutachten. - Um 1763 Hof des Stiftes Schutterern, Herrenstraße 29 - Eigenes Wohnhaus, Herrenstraße 53. - 1764 Haus Siebmaecher.

- Johannes Hirschbühl I., wurde am 8. April 1708 in Lingenau geboren. Seit 1732 Maurergeselle in Freiburg. Dort 1745 als Hintersasse („Guldenburger“) aufgenommen. Er war ein Bruder von Joseph Hirschbühl I.
- Joseph Hirschbühl II., Architekt, geboren am 19. Juni 1746 in Lingenau/Vorarlberg. Seit 1786 Bürger von Schutterwald/ Baden, verstorben am 9. April 1825 in Bühl/Baden.
- Anton Hirschbühl, geboren am 7. Juli 1748 in Lingenau Vorarlberg. Maurermeister in Freiburg. Anton war ein Bruder des Joseph Hirschbühl II. Er war wegen seines Können ein sehr gefragter Mann. Nach neuesten Erkenntnissen haben die Brüder Joseph II. als Architekt und Anton als Meister drei Kirchen gemeinsam gebaut.

Tätigkeit: 1792 Kloster Ettenheimmünster: Ökonomiegebäude des Stiftes. - 1784 Durbach/Ortenau Kirche Entwürfe. - 1784 bis 1786 zusammen mit seinem Bruder Joseph, Erbauer der Kirchen St. Jakobus in Schutterwald, St. Johann Baptist in Ringsheim. - 1785 Honau Kirche: Voranschlag. - 1787 bis 1789 Kirche von Hafenhäusen/Ortenau nach den Plänen seines Bruders Joseph Hirschbühl II. 1790 ff. in Diensten des Klosters Schutterwald.



Es weihnachtet sehr Christbaum

Dieses Jahr wurde unser Christbaum vom Siegfried Kobald gespendet. Der Baum stand im Betriebsgebiet Zeihenbühl. Wir bedanken uns ganz herzlich dafür.

Danke an Harald Hagspiel und Florian Stöckler, die den Christbaum am Dorfplatz aufgestellt haben. Wir wünschen allen viel Freude mit dem diesjährigen Christbaum.

Abfallkalender 2023

Jänner		Februar		März		April		Mai		Juni		Juli		August		September		Oktober		November		Dezember	
01. So.		01. Mi.		01. Mi.		01. Sa.		01. Mo.		01. Do.		01. Sa.		01. Di.		01. Fr.		01. So.		01. Mi.		01. Fr.	
02. Mo.	R2	02. Do.		02. Do.	R1	02. So.		02. Di.	R1	02. Fr.		02. So.		02. Mi.		02. Sa.		02. Mo.	R1	02. Do.		02. Sa.	
03. Di.		03. Fr.		03. Fr.		03. Mo.	R1	03. Mi.		03. Sa.		03. Mo.	R2	03. Do.		03. So.		03. Di.		03. Fr.		03. So.	
04. Mi.		04. Sa.		04. Sa.		04. Di.		04. Do.		04. So.		04. Di.		04. Fr.		04. Mo.	R1	04. Mi.		04. Sa.		04. Mo.	R2
05. Do.		05. So.		05. So.		05. So.		05. Fr.		05. Mo.	R2	05. Mi.		05. Sa.		05. Di.		05. Do.		05. So.		05. Di.	
06. Fr.		06. Mo.	R1	06. Mo.	R1	06. Do.		06. Sa.		06. Di.		06. Do.		06. So.		06. Mi.		06. Fr.		06. Mo.	R2	06. Mi.	
07. Sa.		07. Di.		07. Di.		07. Fr.		07. So.		07. Mi.		07. Fr.		07. Mo.	R1	07. Do.		07. Sa.		07. Di.		07. Do.	
08. So.		08. Mi.	K	08. Mi.	K	08. Sa.		08. Mo.	R2	08. Do.		08. Sa.		08. Di.		08. Fr.		08. So.		08. Mi.	K	08. Fr.	
09. Mo.	R1	09. Do.		09. Do.		09. So.		09. Di.		09. Fr.		09. So.		09. Mi.	K	09. Sa.		09. Mo.	R2	09. Do.		09. Sa.	
10. Di.		10. Fr.		10. Fr.		10. Mo.		10. Mi.	K	10. Sa.		10. Mo.	R1	10. Do.		10. So.		10. Di.		10. Fr.		10. So.	
11. Mi.	K	11. Sa.		11. Sa.		11. Di.	R2	11. Do.		11. So.		11. Di.		11. Fr.		11. Mo.	R2	11. Mi.	K	11. Sa.		11. Mo.	R1
12. Do.		12. So.		12. So.		12. So.	K	12. Fr.		12. Mo.	R1	12. Mi.	K	12. Sa.		12. Di.		12. Do.		12. So.		12. Di.	
13. Fr.		13. Mo.	R2	13. Mo.	R2	13. Do.		13. Sa.		13. Di.		13. Do.		13. So.		13. Mi.	K	13. Fr.		13. Mo.	R1	13. Mi.	K
14. Sa.		14. Di.		14. Di.		14. Fr.		14. So.		14. Mi.	K	14. Fr.		14. Mo.	R2	14. Do.		14. Sa.		14. Di.		14. Do.	
15. So.		15. Mi.		15. Mi.		15. Mi.		15. Mo.	R1	15. Do.		15. Sa.		15. Di.		15. Fr.		15. So.		15. Mi.		15. Fr.	
16. Mo.	R2	16. Do.		16. Do.		16. Do.		16. Di.		16. Fr.		16. So.		16. Mi.		16. Sa.		16. Mo.	R1	16. Do.		16. Sa.	
17. Di.		17. Fr.		17. Fr.		17. Fr.	R1	17. Mi.		17. Sa.		17. Mo.	R2	17. Do.		17. So.		17. Di.		17. Fr.		17. So.	
18. Mi.		18. Sa.		18. Sa.		18. Sa.		18. Do.		18. So.		18. Di.		18. Fr.		18. Mo.	R1	18. Mi.		18. Sa.		18. Mo.	R2
19. Do.		19. So.		19. So.		19. So.		19. Fr.		19. Mo.	R2	19. Mi.		19. Sa.		19. Di.		19. Do.		19. So.		19. Di.	
20. Fr.		20. Mo.	R1	20. Mo.	R1	20. Do.		20. Sa.		20. Di.		20. Do.		20. So.		20. Mi.		20. Fr.		20. Mo.	R2	20. Mi.	
21. Sa.		21. Di.		21. Di.		21. Fr.		21. So.		21. Mi.		21. Fr.		21. Mo.	R1	21. Do.		21. Sa.		21. Do.		21. Do.	
22. So.		22. Mi.		22. Mi.		22. Sa.		22. Mo.	R2	22. Do.		22. Sa.		22. Di.		22. Fr.		22. So.		22. Mi.		22. Fr.	
23. Mo.	R1	23. Do.		23. Do.		23. Do.		23. Di.		23. Fr.	A	23. So.		23. Mi.		23. Sa.		23. Mo.	R2	23. Do.		23. Sa.	
24. Di.		24. Fr.	A	24. Fr.	A	24. Mo.	R2	24. Mi.		24. Sa.	A	24. Mo.	R1	24. Do.		24. So.		24. Di.		24. Fr.	A	24. So.	
25. Mi.		25. Sa.	A	25. Sa.	A	25. Sa.		25. Do.		25. So.		25. Di.		25. Fr.	A	25. Mo.	R2	25. Mi.		25. Sa.	A	25. Mo.	
26. Do.		26. So.		26. So.		26. So.		26. Fr.	A	26. Mo.	R1	26. Mi.		26. Sa.	A	26. Di.		26. Do.		26. So.		26. Di.	
27. Fr.	A	27. Mo.	R2	27. Mo.	R2	27. Mo.		27. Sa.	A	27. Di.		27. Do.		27. So.		27. Mi.		27. Fr.	A	27. Mo.	R1	27. Mi.	
28. Sa.	A	28. Di.		28. Di.		28. Di.	A	28. So.		28. Mi.		28. Fr.	A	28. Mo.	R2	28. Do.		28. Sa.	A	28. Di.		28. Do.	
29. So.				29. Mi.		29. Mi.	A	29. Mo.		29. Do.		29. Sa.	A	29. Di.		29. Fr.	A	29. So.		29. Mi.		29. Fr.	A
30. Mo.	R2			30. Do.		30. Do.		30. Di.	R1	30. Fr.		30. So.		30. Mi.		30. Sa.	A	30. Mo.	R1	30. Do.		30. Sa.	A
31. Di.				31. Fr.		31. Fr.		31. Mi.				31. Mo.	R2	31. Do.				31. Di.				31. So.	

R1 Restmüll - westliches Gemeindegebiet samt Einzugsgebiet L 29, Dorfplatz bis Gschwendobelbrücke (gerade Kalenderwoche), bei Feiertagen am ersten Werktag danach

R2 Restmüll - östliches Gemeindegebiet samt Einzugsgebiet Oberbuch (ungerade Kalenderwoche), bei Feiertagen am ersten Werktag danach

K Kunststoffsammlung - Gelber Sack (jeden 2. Mittwoch im Monat), bei Feiertagen am ersten Werktag danach

A Altpapiersammlung - Bringsystem - Abgabe am FR 17 - 20 Uhr (SOMMER) 16 - 19 Uhr (WINTER) und SA 7:30 - 11 Uhr beim Feuerwehr-Gerätehaus

Entsorgung über das ASZ Hittisau (Altstoffsammelzentrum) - Freitag von 8:00 - 11:30 und 13:30 - 18:00 Uhr:

Problemstoffe, Gartenabfälle und Strauchschnitt, Sperrmüll, Elektrogeräte, Öl, Bauschutt in Haushaltsmengen, Reifen

Richtige Entsorgung von Abfall

Info zur Abfalltrennung

Altpapier	JA	<ul style="list-style-type: none"> Zeitungen, Illustrierte (Werbung) Druckerpapier Bücher ohne Kleberstreifen Kalender und Schreibzettel Kopierblätter Papierabfälle aus der Aktivierung zerrissene Kartons Pflege- und Zigaretten-schächeln Papierhandbücher (Kaufverpackungen) Notzettelblätter wie Triangelchen, Brotzettel... 	JA	<ul style="list-style-type: none"> Elektronische Wachstumschalen E-Herde Bildschirme Kühl- und Gefriergeräte inkl. mobiler Klimaanlagen Kleingeräte (Handy, Pöhn, elektrische Zahnbürste) Leuchtstofflampen LED-Leuchtstoff Wärmepumpen Nachtspeicheröfen 	Abgabestelle: Altstoffsammelzentrum im Betriebsgebiet Hittisau, Basen 596
Kunststoff Verpackungen	JA	<ul style="list-style-type: none"> Joghurtbecher Verpackungsfolien (z.B. Clear- und Vakuumverpackungen) Getränkedosen Kondensmilch- und Saftkartons (z.B. Tetra Pak) Tragetaschen Kunststoffflaschen und -behälter leere Medikamentenverpackungen Styroportüten Bülmittel Blumenstängel (Dürrmaterial) meist kleiner als 10 cm Verpackungsgegenstände wie z.B. Spinnweb, Seil, etc. Korken (Wein) 	JA	<ul style="list-style-type: none"> Kopfstein Großkaltblech 220V Gerätschaften Fahrzeugbatterien (Pflasterbatterien) Lithium-Batterien/-Akkus (z.B. Akkus, E-Verkehrsmittel, Handy, etc.) Lithium-Ionen- und Li-Polymer-Akkus (Tablet, F-Zahnbohrer) Geräte mit nicht entleeren Lithium-Batterien/Akkus (Roboter, F-Zahnbohrer) in Kartons verpackte mit nicht entleeren Lithium-Batterien/Akkus 	Abgabestelle: Monatliche Sammeltermine Kunststoffsäcke sind beim Adeg Natter erhältlich
Glas Verpackungen	JA	<ul style="list-style-type: none"> Leere farbige und farblose Glasverpackungen wie: Flaschen in allen Größen Rein- und Spritzflaschen Reinigungs- und Spülmittelgläser Wasser- oder Konservenerweichler kleine Glaschen und Trinkgläser für Parfum und Kosmetik 	JA	<ul style="list-style-type: none"> Minerale und Metallische Isomertische Altschmelze und Altschmelze Chemikalien Schweißgasflaschen Sprays Sprays Druckgasflaschen Medikamente 	Abgabestelle: Wertstoffsammelstelle, Lässern 420
Metal Verpackungen	JA	<ul style="list-style-type: none"> Getränke- und Konservendosen aus Aluminium oder Weingläser Partylasern Auslässe, Lötlöt, Außenverschleiß Metallschalen, Trennfutter Schalen Schraubenschlüssel aus Metall Alu- und Stahlteile Kleinteile rechenbare Farb- und Lacktüten Aluminium-Hendler (z.B. Nadel oder Schrauben) 	JA	<ul style="list-style-type: none"> Kirschholz Starkholz Wägen Hygieneartikel Küchengeräte Acryl Gürtel stark verschmutzte Verpackungen Kaputte Gebrauchsgüter gegenstände und Kleidungsstücke Thermosengläser (z.B. Park- oder Büchset) 	Abgabestelle: Wertstoffsammelstelle, Lässern 420
Bioabfall	JA	<ul style="list-style-type: none"> Obst, Gemüse- und Speiseabfälle verschiedene Lebensmittel Kaffee- und Teeabfälle Papierfilter Schnittbrot Küchengeräte Blätter Fleisch- und Fischabfälle Schalen von Süßholz (z.B. Bohnen, Orangen) Topfgräten (ohne Topf) Zerbröckeltes zum Einwickeln von z.B. Fleischresten biologisch abbaubar Säcke für die Vorvermahlung 	JA	<ul style="list-style-type: none"> Restmüllsäcke sind beim Adeg Natter erhältlich 	Abgabestelle: Wertstoffsammelstelle, Lässern 420
Restabfall	JA	<ul style="list-style-type: none"> Restmüll Starkholz Wägen Hygieneartikel Küchengeräte Acryl Gürtel stark verschmutzte Verpackungen Kaputte Gebrauchsgüter gegenstände und Kleidungsstücke Thermosengläser (z.B. Park- oder Büchset) 	JA	<ul style="list-style-type: none"> Restmüllsäcke sind beim Adeg Natter erhältlich 	Abgabestelle: Monatliche Sammeltermine Restmüllsäcke sind beim Adeg Natter erhältlich
Problemstoffe	JA	<ul style="list-style-type: none"> Minerale und Metallische Isomertische Altschmelze und Altschmelze Chemikalien Schweißgasflaschen Sprays Sprays Druckgasflaschen Medikamente 	JA	<ul style="list-style-type: none"> Restmüllsäcke sind beim Adeg Natter erhältlich 	Abgabestelle: Altstoffsammelzentrum im Betriebsgebiet Hittisau, Basen 596
Batterien	JA	<ul style="list-style-type: none"> Kopfstein Großkaltblech 220V Gerätschaften Fahrzeugbatterien (Pflasterbatterien) Lithium-Batterien/-Akkus (z.B. Akkus, E-Verkehrsmittel, Handy, etc.) Lithium-Ionen- und Li-Polymer-Akkus (Tablet, F-Zahnbohrer) Geräte mit nicht entleeren Lithium-Batterien/Akkus (Roboter, F-Zahnbohrer) in Kartons verpackte mit nicht entleeren Lithium-Batterien/Akkus 	JA	<ul style="list-style-type: none"> Restmüllsäcke sind beim Adeg Natter erhältlich 	Abgabestelle: Altstoffsammelzentrum im Betriebsgebiet Hittisau, Basen 596
Elektroaltgeräte	JA	<ul style="list-style-type: none"> Elektronische Wachstumschalen E-Herde Bildschirme Kühl- und Gefriergeräte inkl. mobiler Klimaanlagen Kleingeräte (Handy, Pöhn, elektrische Zahnbürste) Leuchtstofflampen LED-Leuchtstoff Wärmepumpen Nachtspeicheröfen 	JA	<ul style="list-style-type: none"> Restmüllsäcke sind beim Adeg Natter erhältlich 	Abgabestelle: Altstoffsammelzentrum im Betriebsgebiet Hittisau, Basen 596

Wertstoffsammelcontainer bei der ARA

Wertstoffsammelstelle bei der ARA (Abwasserreinigungsanlage) Lingenau, Lässern 420.

Einwurfzeiten für Altkleider, Glas, Metall und Biomüll:
Werktags: 7:00 – 19:30 Uhr

Bei Überfüllung der bereitgestellten Behälter dürfen keine Wertstoffe bzw. Biomüllsäcke bei der Sammelstelle zurückgelassen werden. In den Sammelbehälter sind keine Fremdstoffe zu entsorgen! Jede Verunreinigung der Wertstoffsammelstellen ist zu unterlassen.

ASZ Hittisau

(Altstoffsammelzentrum im Gewerbegebiet Basen, Hittisau, Richtung Krumbach)

Öffnungszeiten: Freitag 8 – 11:30 und 13:30 – 18 Uhr
Kostenpflichtige Abfälle sind in bar zu bezahlen!

Deponie Sporenegg Ennemoser

Öffnungszeiten Jänner & Februar: Di und Fr: 8:00-11:45 Uhr und 13:16:45 Uhr
Öffnungszeiten März - Dezember: zusätzlich MO, MI & DO: 13:00 - 16:45 Uhr



Bomhus

Die ersten Wochen im Bomhus sind schnell vergangen. Die Kinder haben den ersten Schritt aus ihrer Familie in eine Kindergruppe gemacht, die Eingewöhnungszeit gemeistert und das „Bomhus“ kennengelernt. Jetzt heißt es sich vertraut machen mit Allem was in einer Gruppe dazugehört, Regeln kennenlernen, das Miteinander üben und seinen Platz in der Gruppe finden! Die Kinder genießen die Zeit um miteinander zu spielen und die verschiedenen Spielbereiche zu erkunden, den Geschichten im Büchlezzimmer zuzuhören, gemeinsam Jause zu essen und das gemeinsame Singen!



Malen an der Malwand



Im Sandkasten



Picknick-Jause



Unsere Blumen bemalen



Am Knettisch



Am Sandplatz beim Lindohus



Züge fahren durchs Zügezimmer



Prinzessinnen im Urlaub



Gemeinsames Singen



Puppen spielen



Auf unserer Terrasse



Im Bällebad



Schätze suchen in der Reiswanne

Auf der Suche nach dem Schatz Kindergarten

Mit unserem Jahresthema „Ein märchenhaftes Jahr“, tauchten wir im Herbst in eine fantasievolle und magische Welt ein. Eine Welt voller Abenteuer und Wunder, voller Werte und Lösungsmöglichkeiten. Passend zu den drei Märchen: „Die Bremer Stadtmusikanten“, „Die sieben Geißlein“, sowie „Der Froschkönig“, benannten wir unsere drei Kindergartengruppen.

Die Eselgruppe (16 Kinder) wird von Sandra Berchtold, Denise Hiller und Jasmin Domig begleitet. Die Ziegengruppe - unsere Naturgruppe – (13 Kinder) wird von Cornelia Marxgut und Emma Fechtig begleitet und die Froschgruppe (16 Kinder) wird von Lena Peter, Veronika Leidinger und Sonja Fink begleitet.

Michaela Kohler aus Lingenau besucht die Berufsfachschule für Kinderpflege in Lochau und macht ihr Praktikum immer dienstags in der Eselgruppe. Auch Eva Fink aus Andelsbuch absolviert ihr Praktikum bei uns im Kindergarten ebenfalls am Dienstag in der Froschgruppe. Sie macht die Ausbildung in der BAfEP in Feldkirch.

genauestens erkundigen und erforschen. Die Kinder wurden zu Kletterern, entdeckten wertvolle Schätze der Natur und lauschten den Tieren und dem Wind.



In den ersten Wochen dieses neuen – im wahrsten Sinne des Wortes – märchenhaften Kindergartenjahres, nahmen wir uns bewusst Zeit zum Ankommen, zum Beobachten und zum Wurzeln schlagen. Unsere lustigen Gruppenmaskottchen Esel Elfriede, Ziege Zottel und Frosch Fridolin reisten mit uns durch den Kindergarten, um alles Wichtige auf humorvolle Weise zu erklären.

Auch unser erster Waldtag hat stattgefunden und die Kinder konnten das Waldstück auf der Bochere



Andre Kobras und Dietmar Schwarz vom FC Rotenberg besuchten uns im Oktober. Sie boten ein Schnuppertraining für unsere Kindergartenkinder an und zeigten uns jede Menge Tricks mit dem Fußball.

„Ein bisschen so wie Martin, möchte ich manchmal sein“. Mit diesem Gedanken und dem gleichnamigen Lied starteten wir in die Vorbereitungen des Laternenfestes. Wir erzählten den Kindern die Geschichte von Sankt Martin und wieso Teilen so kostbar ist.



Endlich durften wir wieder ein Laternenfest veranstalten, das sorgte für große Aufregung und Vorfreude im Kindergarten. Und dann war er endlich da, der große Tag des Laternenfestes.



Wir begrüßten unsere Gäste in der Kirche mit dem Lied „Ich bin so kribbel - krabbel - fröhlich“. Danach erzählten wir mittels Schattentheater von den Tieren Golo Gartenschläfer, Ivan Igel, Mollie Maulwurf, Fido Frosch, Max Maus und Anni Amsel aus dem Buch „Teilen macht Spaß“. Denn auch sie haben erkannt, dass Teilen Spaß machen kann. Denn wenn jeder teilt, hat auch jeder etwas. Mit unseren hell leuchtenden Laternen gingen wir anschließend die Straße entlang, der Stolz der Kinder war ihnen sichtlich ins Gesicht geschrieben. Zum Ausklang gab es für die Eltern und Geschwister im Kindergarten ein leckeres Buffet, mit von den Eltern zubereiteten Köstlichkeiten und Kinderpunsch. So ließen wir diesen besonderen und unvergesslichen Tag ausklingen.



Die „großen“ Kinder wurden zum Stirnband stricken - mithilfe einer Strickbank - eingeladen. Das Hantieren mit Wolle, Häkelnadel und Strickbank fördert die Feinmotorik, aktiviert das Zusammenspiel aller Sinneswahrnehmungen und erfordert Ausdauer. Der Stolz der Kinder, das selbstgemachte Stirnband zu tragen, ist riesengroß.



Bericht

Volksschule



Am 12. September starteten wir erwartungsvoll ins neue Schuljahr 2022/23. Da wir eine Naturparkschule sind, gibt es im Herbst für jede Klasse jeweils zwei Aktionstage in der freien Natur. Diese planten wir gleich auf die ersten Schulwochen. Schüler/innen und Lehrpersonen freuten sich sehr, dass diese Aktionen auch alle durchgeführt werden konnten und es bisher zu keinen Einschränkungen im Schulbetrieb gekommen ist. Natürlich wird auch in der Schule fleißig gelernt und neuer Lehrstoff erarbeitet. Viele Themen müssen jedoch länger als üblich wiederholt und aufgearbeitet werden, denn die Coronazeit hat auch bei den Kindern Spuren hinterlassen. Das betrifft nicht nur den Wissensbereich, sondern im Besonderen die sozialen und emotionalen Bereiche. Schon im vergangenen Schuljahr haben wir deshalb den Schwerpunkt unserer Schulentwicklung auf das Wohlbefinden der Lernenden und Lehrenden gelegt. Die Basis dafür ist ein guter Austausch zwischen Eltern, Schülern und Lehrpersonen, was an unserer Schule auch gut funktioniert.

Die neue „Pro Kopf Berechnung“ der schulischen Ressourcen ist für unsere Schule ebenfalls eine große Entlastung. Je mehr Schüler, desto mehr Zusatzstunden gibt es in einer Klasse, die dann für Teamteaching oder Teilungsstunden verwendet werden können. Aufgrund des Lehrermangels ist eine Teilung der Klassen nicht möglich. Wir sind aber froh, dass wir die Quereinsteigerin Stefanie Wolf, Mag.(FH), wohnhaft in Schwarzenberg, und die PH-Studentin Paulina Zengerle, wohnhaft in Egg, als Unterstützung in unser Team bekommen haben. Sie sind vorwiegend als Begleitlehrerinnen tätig. Daniela Ornik, eine erfahrene Lehrerin, wohnhaft in Hard, konnten wir als Klassenlehrerin für unser Team gewinnen.

In der Administration gibt es ebenfalls eine Entlastung. Seit September arbeitet Gerda Berkmann als Sekretärin mit jeweils 6 Wochenstunden für die Volksschulen Krumbach, Langenegg und Lingenau. Sie ist uns bei den Büroarbeiten eine wertvolle Stütze.

- 1. Klasse - 20 Schüler - davon 12 Knaben & 8 Mädchen - Klassenlehrerin Daniela Ornik - Elternvertreterin Evelin Reimair
- 2. Klasse - 20 Schüler - davon 10 Knaben & 10 Mädchen - Klassenlehrerin Brigitte Wolf - Elternvertreterin Evelyn Bereuter
- 3. Klasse - 16 Schüler - davon 12 Knaben & 4 Mädchen - Klassenlehrerin Nadja Hämmerle - Elternvertreterin Patricia Meusburger
- 4. Klasse - 20 Schüler - davon 8 Knaben & 12 Mädchen - Klassenlehrer Patrick Maldoner - Elternvertreterin Andrea Nenning

Gesamtschüleranzahl: 76
davon 42 Knaben & 34 Mädchen

- Religionsunterricht: Mag. Ulrike Fehr, Mag. Judith Aepli-Berger;
- Textiles Werken: BEd Stefanie Zengerle, Cornelia Nefler;
- Mathematik und Leiterreststunden in der 2. Klasse: Melanie Böhler
- Freifach Englisch in der 3. und 4. Klasse: BEd Patrick Maldoner
- Chor: Dir. Brigitte Wolf
- Sprachtherapie: Stefanie Zengerle
- Spezifische Lernförderung: Marita Bilgeri
- Beratungslehrerin: Maritha Waldner
- IT-Betreuer: Rocco Ritter

An unserer Schule sind drei Lehrpersonen mit voller Lehrverpflichtung tätig, die anderen haben eine herabgesetzte Lehrverpflichtung oder sind nur für einzelne Stunden bei uns im Einsatz.

Weiterhin viel Freude beim Lernen und ein gutes Miteinander, vor allem aber Gesundheit, wünsche ich allen Schüler/innen, Eltern und Lehrpersonen.

Dir. Brigitte Wolf



Waldtag der 3.Klasse

Am Mittwoch, den 09.11.22, fand unser Waldtag statt. Wir hatten Glück, da das Wetter für unsere Aktion hervorragend war. Um 8 Uhr versammelten wir uns vor der Schule. Frau Hämmerle und der Naturparkranger Matthias begleiteten uns. Dann liefen wir auf den Rotenberg. Wir sammelten Blätter von verschiedenen Bäumen auf dem Weg. Matthias erzählte uns etwas über diese Bäume. Sie hießen Birke, Eibe, Tanne, Fichte, Eiche, Buche und Ahorn. Wir können uns jetzt die Birke gut merken, weil sie eine weiße Rinde hat. Wisst ihr, dass diese fast immer brennt, auch wenn sie feucht und nass ist?

Danach trafen wir unseren Waldaufseher Egon Schelling. Er kam mit seinem Mitsubishi und zeigte uns seine Werkzeuge. Danach liefen wir quer durch den Wald. Er machte uns auf markierte Bäume aufmerksam, die man fällen muss.

Außerdem erklärte er uns, wie hoch die Bäume in einem Jahr gewachsen sind. Es gab große Unterschiede, die durch das Licht kamen. Anschließend erzählte er uns noch, dass Rehböcke ihr Geweih an der Rinde reiben. An die Stockwerke des Waldes konnten wir uns leider nicht mehr so gut erinnern. Deshalb redeten wir noch einmal darüber. Ein Stück weiter oben hatte Egon schon etwas für uns vorbereitet. Ein Seil war an den Bäumen befestigt. Wir mussten blind daran hochlaufen. Nach der Esspause zeigte er uns, wie man einen Baum pflanzt. Leider fanden wir auch ausgerissene Bäume.

Nachdem wir viele Abkürzungen durch den Wald nahmen, trafen wir Peter. Dort schlug Egon die Bäume zum Fällen mit seinem Zeichen an. Wir

durften dann zuschauen, wie Peter einen Baum fällte. Das war das Beste am ganzen Tag. Wir schrien alle laut: „Baum fällt!“ Wir versuchten die Jahresringe zu zählen. Dann halfen wir den Baum abzumessen und wieder aufzuräumen. Egon sagte uns, dass der Lichtschalter des Waldes die Motorsäge ist. Braucht ein Baum Licht zum Wachsen, sollten die höheren Bäume gefällt werden.

Zum Schluss durften wir eine Erinnerung mitnehmen. Auf dem Rückweg spielten wir Fuchs und Maus. An diesem Tag liefen wir viel und waren fast fünf Stunden im Wald. Außerdem lernten wir viel über Bäume, Wurzeln und Wald von Egon und Matthias. Wir möchten uns nochmals bei unserem Waldaufseher Egon Schelling für diesen interessanten, lehrreichen und coolen Waldtag bedanken.

3. Klasse VS Lingenau



Geburten, Eheschließungen, Sterbefälle, ...

Statistisches aus der Gemeinde

Geburten (ab letzter Ausgabe)



Theo
geb. 21.06.2022
in Bregenz
Eltern: Melanie &
Michael Faißt
Gschwend 425/6



Emil
geb. 22.08.2022
in Innsbruck
Eltern: Darja Maria Ritter &
Lukas Klaus Schatzmann
Finken 482/1



Lina
geb. 23.07.2022
in Bregenz
Eltern: Birgit Kolb &
Martin Nußbaumer
Moos 174/2



Elisa
geb. 22.10.2022
in Dornbirn
Eltern: Julia &
Vladimir Storcel
Widum 406/2

Herzliche Gratulation an die Eltern

Manchmal nehmen die kleinsten Dinge
den größten Platz in unseren Herzen ein.

(Winnie Puuh)

Eheschließungen (ab letzter Ausgabe)

Julia (geb. Bachler) und Frank Madlener, Hof 229/4, am 13.09.2022

Bettina (geb. Egender) und Philipp Hagspiel, Dörnle 109/2, am 16.09.2022

Anna Maria (geb. Huber) und Michael Sutterlüty, Schachen 501, am 16.09.2022

Anastasia (geb. Schneider) und Lukas Sebastian Ladurner, Gschwend 488/1, am 26.09.2022

Magdalena (geb. Kleber) und Martin Hermann Salner, Steig 359/1, am 21.10.2022

Sterbefälle (ab letzter Ausgabe)

Richard Fridolin Fehr, Hof 318/1, verstorben am 06.08.2022 mit 73 Jahre

Ernst Martin Hiller, Kränzen 119/1, verstorben am 05.10.2022 mit 82 Jahre

Ida Fehr, Gschwend 297, verstorben am 17.11.2022 mit 80 Jahre



Wir gratulieren herzlich!

Geburtstage 2023

Name	Geburtstag	Adresse	Alter
Bereuter Katharina	11.01.1936	Hof 9	87 J.
Vögel Agnes	13.01.1930	Kleimath 289	93 J.
Gmeiner Georg	17.01.1939	Finken 169	84 J.
Kräutler Heinrich	24.01.1948	Gschwend 471/1	75 J.
Westphal Gudrun	02.02.1944	Gschwend 471/1	79 J.
Nußbaumer Konrad	04.02.1945	Moos 232	78 J.
Nenning Emmerich	21.02.1937	Kurzen 88	86 J.
Schwärzler Josef	24.02.1952	Eschach 3	71 J.
Faißt Erika	08.03.1935	Hof 230	88 J.
Erath Theresia	15.03.1934	Lässern 99	89 J.
Herburger Josefine	18.03.1928	Bruderhof 114	95 J.
Winder Georg	30.03.1949	Steig 299	74 J.
Georg Faißt	04.04.1951	Zeihenbühl 96	72 J.
Orschulik Antoinette	11.04.1953	Schachen 351	70 J.
Meusburger Erich	12.04.1938	Hof 20	85 J.
Faißt Katharina	13.04.1936	Dörnle 281	87 J.
Bechter Annemarie	25.04.1932	Halden 203	91 J.
Kunakova Galina	01.05.1952	Hof 9/11	71 J.
Büsel Rosmarie	03.05.1953	Moos 253	70 J.
Blassnig Eva Maria	18.05.1952	Hof 272/6	71 J.
Willi Ingeborg	27.05.1937	Hof 33	86 J.
Bischof Renate	06.06.1953	Zeihenbühl 96/3	70 J.
Nenning Agatha	14.06.1938	Kurzen 88	85 J.
Orschulik Ferdinand	23.06.1953	Schachen 351	70 J.
Schwärzler Marianne	01.07.1951	Hof 225	72 J.
Wachter Herbert	06.08.1949	Hof 9	74 J.
Büsel Alfons	09.08.1951	Moos 253	72 J.
Bereuter Georg	17.08.1933	Hof 280	90 J.
Gmeiner Anna Maria	17.08.1940	Finken 169	83 J.
Faißt Josef Anton	18.08.1952	Hof 38	71 J.
Büsel Katharina	27.08.1928	Moos 253	95 J.
Dorner Gustav	19.09.1952	Hof 225	71 J.
Steurer Irmgard	21.10.1953	Gschwend 309	70 J.
Mennel Gertraud	16.11.1938	Hof 306	85 J.
Hiller Marianne	19.11.1941	Kränzen 119	82 J.
Bereuter Gottlinde	26.11.1951	Hof 292/1	72 J.
Bereuter Peter	03.12.1945	Hof 292/1	78 J.
Eberle Waldburga	15.12.1949	Hof 266/2	74 J.
Opriessnig Anton Walter Maria	16.12.1948	Hof 9/3	75 J.
Steurer Erich	21.12.1949	Gschwend 309	74 J.

Aktuelles aus dem Verein Seniorenbund



„Wanderung Wiegensee-Verbellaalpe-Partenen

Auf eine etwas anspruchsvollere Wanderung hat uns Georg Winder am 23.8.2022 mitgenommen. In Partenen angekommen, brachte uns die Tafamuntbahn zum Zwischenausstieg auf 1.530 m. Von dort wanderten wir zum Wiegensee am Fuß der Versal Spitze und überwand eine Höhe von ca. 400 m. Bei einer Rast ließen wir den herrlichen See mit der einzigartigen Moorlandschaft auf uns wirken. Weiter ging es mit Blick auf den Kops Stausee zur Einkehr in die Verbellaalpe, in welcher wir uns ausgiebig stärken und ausruhen konnten, bevor wir über Innen- und Außer Ganifer 900 Höhenmeter abstiegen.

„Zum guten Tropfen“ in Partenen nahmen wir die letzte Stärkung ein, bevor wir die Heimreise antraten. Ein Bilderbuchtag mit bester Fernsicht in einer wunderschönen Bergwelt!

Danke an Georg und alle Mitwanderer!“

Seniorenflug Lingenau

51 Seniorinnen und Senioren folgten am 21. September der Einladung der Gemeinde und des Seniorenbundes Lingenau zum gemeinsamen Ausflug nach Ravensburg. Nach einer kurzen Anreise wurden wir von zwei stadtkundigen Führern am

Marienplatz empfangen. Während der eineinhalbstündigen Führung erfuhren wir viele interessante Details über die liebenswerte Stadt Ravensburg. Nachdem der Wissenshunger gestillt war, entließen uns die Führer vor dem Restaurant Humpis, wo nun auch der leibliche Hunger gestillt wurde und Zeit für manch anregendes Gespräch war. Bald ging die Fahrt weiter ins Glasbläserdorf Schmidfelden, wo viele Glaskunstwerke bestaunt werden konnten und das eine oder andere Mitbringsel erstanden wurde. Der Ausklang fand unverhofft bei Weiss – Camping in Bregenz statt, wo wir sehr freundlich empfangen und gut bewirtet wurden. Manch eine oder einer wäre gerne länger geblieben.

Chauffeur Manfred Weiss mit dem komfortablen Bus von Weiss – Reisen kutscherte uns im Auftrag von RiGel – Reisen, Hittisau, sicher und stressfrei durch das schöne Allgäu, wofür alle Teilnehmer dankbar sind. Allen TeilnehmerInnen sei Dank und Kompliment ausgesprochen für die nette Gemeinschaft, die gepflegt wurde, die Pünktlichkeit und die Toleranz, wo sie nötig war. Dank auch an „Petrus“ für den wunderbaren herbstlichen Sonntag, was dem Ausflug noch ein Plus aufsetzte. Allem Anschein nach ist es den Organisatoren einmal mehr gelungen, mit dem Ausflug den SeniorInnen einen Farbtupfer in den Alltag zu bieten. Danke!

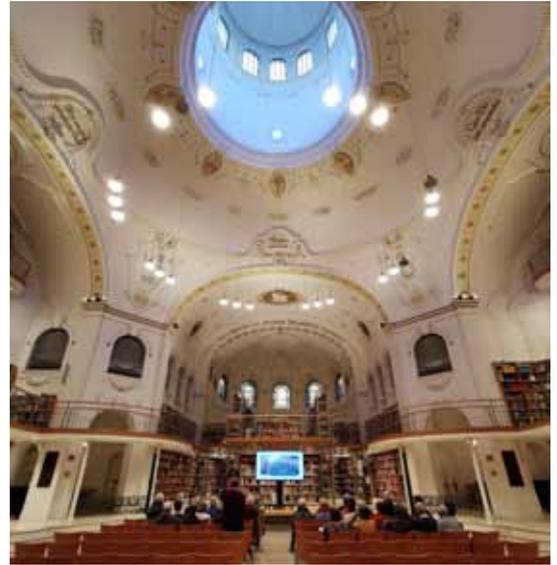
Besuch der Landesbibliothek am 16.11.2022

Viele Interessierte folgten der Einladung, die Landesbibliothek in Bregenz zu besichtigen. Melitta Schwarzmann, eine gebürtige Lingenauerin, führte uns zuerst in den wunderschönen Kuppelsaal und erklärte uns neben der Geschichte des Gebäudes viel Wissenswertes über diese Bibliothek. Das ursprüngliche Schloßchen Babenwohl wurde im Jahre 1854 von der Familie Pöllnitz erworben und umgebaut. Danach diente es den Schweizer Benediktiner Mönchen als Klostergebäude, Bibliothek und eine Stiftskirche wurde errichtet. Später war eine landwirtschaftliche Schule darin untergebracht und nach dem 2. Weltkrieg ein Mädchengymnasium. Das Land Vorarlberg kaufte das Gebäude 1981, um die Landesbibliothek darin unterzubringen. Jedem Bürger wird mit einem geringen Entgelt der Zugang ermöglicht.



Neben den ca. 300.000 Büchern können auch Zeitschriften, also sämtliche in Vorarlberg erschienenen Publikationen ausgeliehen oder digital angeschaut werden. Es gibt u.a. noch ein Radio- und Fernseharchiv, Räume zum Lernen und Studieren, volare Bilder und Texte und die Stiftsbibliothek mit sehr alten Büchern und Schriften.

Wir waren sehr beeindruckt von der Geschichte und den vielfältigen Möglichkeiten, die in diesem „Haus“ geboten werden und Peter bedankte sich im Namen der Senioren für die tolle Führung.



Ein großer Dank Krankenpflegeverein



Die schönsten Tage sind nicht die, an denen großartige Dinge passieren, sondern die mit den einfachen, netten Augenblicken, die sich aneinanderreihen wie Perlen auf einer Schnur.

Viele solcher Augenblicke konnten wir bei unserer Arbeit im vergangenen Jahr wieder erleben und diese haben sich, wie die Perlen auf einer Schnur, aneinandergereiht.

Wir sind stets offenen Herzen und gebenden Händen begegnet.

Es war berührend wie oft wir die Worte hören durften: „Für den Krankenpflegeverein sind wir gerne bereit zu helfen und zu geben“.

Und dafür möchten wir uns von ganzem Herzen bedanken. Danke sagen der Gemeinde Lingenau, den ansässigen Firmen, der Raiffeisenbank, vielen Privatpersonen und unseren treuen Mitgliedern.

Wir sehen dies nicht als Selbstverständlichkeit an, sondern fühlen uns dadurch gestärkt und getragen bei der Arbeit für die älteren und kranken Menschen in unserer Gemeinde.

So wünschen wir euch eine vorweihnachtliche Zeit mit vielen schönen Augenblicken und ein erneutes **DANKE**.

Unseren kranken Mitmenschen viel Kraft, Zuversicht und liebevoll helfende Hände.

Der Vorstand

Kameradschaftsbund



Seelenonntag mit Jahreshauptversammlung

Am Seelenonntag, den 05.11. fand nach 2-jähriger Pause die Seelenonntagsausrückung wie früher gewohnt statt. Ohne Maske konnte die Messfeier durchgeführt werden und es nahmen wieder neben dem Kameradschaftsbund auch der Musikverein, die Zunft und die Feuerwehr daran teil. Auch waren in diesem Jahr wieder Ehrenposten zugelassen, was das Gedenken am Kriegerdenkmal nochmals aufwertete.

Bei kaltem, aber schönem Wetter wurde in die Kirche marschiert. Nach der Messfeier folgte die Ansprache von Bürgermeister Philipp Fasser. Danach wurden von Obmann Georg Winder die Namen der im 2. Weltkrieg verstorbenen Lingenauer verlesen und auch an alle weiteren Kriegspopfer gedacht. Die heurige Ausrückung stand auch im Zeichen des Krieges in der Ukraine, wo alle Opfer eingeschlossen wurden.

Bei der Kranzniederlegung am Kriegerdenkmal spielte der Musikverein traditionell „Ich hatt einen Kameraden“ und Böllerschütze Alexander Nußbaumer schoss dazu.



Da an diesem Sonntagabend kein Gasthaus in Lingenau geöffnet hatte, musste bei der eigentlich dann stattfindenden Jahreshauptversammlung improvisiert werden.

Diese wurde erstmalig im Kulturraum direkt anschließend an die Ausrückung durchgeführt.

Dazu konnte Obmann Georg Winder neben dem Bürgermeister Philipp Fasser, der Kriegerdenkmalpflegerin Anna Lässer und den beiden Alt-Bürgermeistern Peter Bereuter und Peter Bilgeri die stolze Anzahl von ca. 40 Mitgliedern begrüßen.



Glücklicherweise musste im vergangenen Jahr kein Mitglied zu Grabe getragen werden. Obmann Georg Winder gab einen Rückblick über das vergangene Vereinsjahr, das erfreulicherweise wieder aktiver war als die beiden Jahre zuvor. Zwar musste der gemeinsam mit dem Musikverein geplante Frühschoppen am 01. Mai zugunsten der St.-Anna-Kapelle abgesagt werden. Aber es fanden andere Treffen wie das Obleitertreffen oder der Landesdelegiertentag in Buch wieder statt. Außerdem konnte der Ausflug nach Innsbruck am Pfingstmontag durchgeführt werden wie auch die Ausrückungen zu Patrozinium und zur Wiedereröffnung der St.-Anna-Kapelle. Er bedankte sich als Dienstplanorganisator bei den vielen Helfern für die Aufräumdienste am Morgen und Abend beim Musikfest, was gemeinsam mit dem Seniorenbund und anderen Personen durchgeführt wurde.

Anschließend an das Verlesen des Protokolls durch Bernhard Nanning, des Kassaberichts durch Bartle Schwarz und der Chronik durch Mathias Willam ging es zu den periodischen Neuwahlen.



Nach 9 Jahren an der Spitze stellte sich Obmann Georg Winder nicht mehr der Wahl. Auch Obmann-Stellvertreter Josef Hagspiel gab sein Amt ab.

thar Hagspiel sowie die beiden Revisoren André Kobras und Antonius Bereuter führen ihre Funktionen weiter. Neuer Chronist als Ersatz für den neuen Obmann ist Friedrich Vögel.



Nach längerer Suche eines jungen Nachfolgers stellte sich Chronist Mathias Willam der Wahl zum Obmann und wurde fast einstimmig gewählt. Als Obmann-Stellvertreter erklärte sich Erich Schwärzler bereit, der weiterhin Fähnrich bleibt.

Der bisherige Kommandant und Böllerschütze Alexander Nußbaumer gab sein Amt als Kommandant an Fridolin Hagspiel (Kaltschmiedskurzen) ab, bleibt dem Ausschuss aber als Beirat erhalten. Ausgeschieden aus dem Ausschuss wegen eines längeren Auslandsaufenthaltes ist der bisherige Beirat Dietmar Schwarz.

Die bisherigen Funktionäre Schriftführer Bernhard Nenning, Kassier Bartle Schwarz, die Beiräte Franz Faißt und Gerhard Lipburger, der Kommandant-Stellvertreter Thomas Stöckler, die Fähnrich-Stellvertreter Ernst Schwarz und Lo-

Am Ende dankte der bisherige Obmann für die Tätigkeiten über das gesamte Jahr. Bürgermeister Philipp Fasser dankte für die Tätigkeiten des Kameradschaftsbundes und der Funktionäre sowie Mitglieder. Auch Kriegerdenkmalpflegerin Anna Lässer bedankte sich für die Einladung und ihr gilt ein besonderer Dank für die schon jahrelange Pflege des Kriegerdenkmals.



Vom neuen Obmann gab es einen großen Dank an den bisherigen Obmann und Obmann-Stellvertreter für ihre langjährigen unterschiedlichen Tätigkeiten im Ausschuss und an die neuen sowie bisherigen Funktionäre.

Nach der Sitzung grillte Böllerschütze Alexander Nußbaumer für alle Anwesenden und so konnte die JHV gemütlich ausgeklungen werden.



Aktuelles aus dem Verein

Skiclub

Die diesjährige Jahreshauptversammlung fand am 25. November 2022 im Gasthaus Traube statt. Dabei wurde unter anderem das Programm der neuen Saison vorgestellt.

Folgende bereits bekannte Kurse werden wir in der Wintersaison 22/23 wieder anbieten:

- Ski4Fun für Kinder und Schüler/innen, bei dem wir den Fokus auf die Vielseitigkeit des schifahrerischen Könnens legen
- Schitechnik verbessern für Erwachsene, die ihr skifahrerisches Können perfektionieren und verbessern wollen
- Langlaufkurse für Kinder und Schüler/innen, bei denen Anfänger spielerisch den nordischen Bereich kennenlernen und Fortgeschrittene ihre Technik verfeinern können
- Stangentraining für junge und alte Rennläufer/innen
- Vereinsrennen am 11. März 2023 in Schetteregg
- Je nach Schneelage Überraschungsevent für alle Lingenauer/innen in Lingenau

Im Herbst startete unser vielseitiges Bewegungsprogramm. Mit Yoga, Pilates, Functone, Gymnastik, und Tanzen hielten die Teilnehmer/innen ihre Körper fit und beweglich. Diese Bewegungseinheiten enden im Dezember und boten eine optimale Vorbereitung auf die Schi- und Langlaufsaison. Kurz nach Jahresbeginn starten die nächsten Bewegungsblöcke.



Unser gesamtes Programm mit allen Details findet ihr auf unserer Homepage www.sc-lingenau.at sowie auf der Gemeindehomepage.

Wir freuen uns schon auf einen schneereichen und erfolgreichen Winter mit euch.

Das SC Lingenau Team



Aktuelles aus dem Verein

Obst- und Gartenbauverein

Sommerbaumschnittkurs und Mäusefangen

Andreas Steiner, unser Baumwart leitete den Sommerbaumschnittkurs mit einer kurzen Einschulung zum Mäusefangen. Der Einladung folgten 13 interessierte Teilnehmer und Teilnehmerinnen. Wir durften im Garten von Anna Kolb zu Gast sein und uns auf die Jagd legen.



- Obst genügend Platz geben, dass es Geschmack bekommt und es wachsen kann
- Bei Krankheiten (Pilz, Mehltau) sofort wegschneiden und richtig entsorgen - Nicht auf den Kompost!

Ein besonderer Dank gilt Andreas Steiner für die Kursleitung und Anna Kolb, die dem Verein für diesen Kurs Ihren Garten zur Verfügung gestellt und die Teilnehmenden so gastfreundlich aufgenommen haben.

Ausflug zur Regreena

An einem warmen Sommerabend im August folgten viele Gartenfreunde der Einladung und wir durften den Garten von Regreena in Andelsbuch besuchen und bekamen eine tolle Führung. Sie erwartete uns schon voller Freude. Es ging zuerst quer durch den Acker und den Betrieb von Regina.

Noch kurz ein paar Tipps zusammengefasst:

- Die Mausefalle richtig wählen, sich vorher informieren welche Falle sich am besten eignet
- 30cm langer Gang für die Falle graben und positionieren und dann Geduld haben
- Beim Juniriss (Sommerriss) der Obstbäume Wasserschosse entfernen, dadurch wird Infektionsgefahr reduziert
- Bei Krankheiten den Ast entfernten/wegschneiden



Sie erzählte uns über die Geschichte des Hauses und erklärte uns dann die Technik von Bewässerung und Heizung des heutigen Betriebes. Anschließend durften wir den Acker und die Beete begutachten und bekamen Unterricht in der Gurken- und Tomatenpflege und noch mehr Tipps zum Gärtnern. Wir durften uns noch durch die Vielfalt von Farben der Randsorten probieren und machten uns mit vielen tollen Eindrücken und Motivation für unseren Garten auf den Heimweg.



Aktuelles aus dem Verein

Ortsfeuerwehr Lingenau

Feuerwehrausflug 2022

Nach längerer Pause konnte am 30.10.2022 endlich wieder ein Tagesausflug in der Nähe durchgeführt werden.

Es ging für über 40 Mitglieder inkl. Begleitung mit Privatautos oder mit dem Linienbus schon um 07:46 Uhr Richtung Bezau. Dort angekommen fuhr die erste Bahn auf die Baumgartenhöhe, wo uns ein reichhaltiges Frühstücksbuffet erwartete. Nach dieser Stärkung konnte die Zeit bei schönstem Herbstwetter frei eingeteilt werden. Manchen genossen die Sonne auf der großen Terrasse und andere liefen den Panoramaweg.



Die sportlichsten Teilnehmer gingen auf die Winterstauden und von dort zur Mittelstation Sonderdach oder direkt von der Berg- zur Mittelstation.



An diesem herrlichen Sonntag hatten mehrere Menschen die gleiche Idee. Daher war sehr viel los und das bedeutete Wartezeiten im Restaurant und der Talfahrt. Am späteren Nachmittag ging es vor der Rückkehr nach Lingenau weiter ins Wisawi an der Talstation, wo es noch eine Stärkung gab. Die, die noch nicht genug hatten, ließen den Tag im Gasthof Löwen Revue passieren.



Feuerwehrleistungsabzeichen in Gold Vorarlberg

Am Samstag, den 12.11.2022 legten BM Georg Graf und OLM Thomas Reinher erfolgreich das Feuerwehrleistungsabzeichen (FLA) in Gold ab und dürfen sich nun stolz die Liste der bisher nur 7 Träger des FLA Gold der Ortsfeuerwehr Lingenau ergänzen. Das FLA Gold wird mit der Matura oder dem Erwerb eines Meisterbriefes verglichen. Georg erreichte dabei den sehr guten 4. Rang bei über 25 Teilnehmern, von denen leider nicht alle den Bewerb im ersten Anlauf schafften.

Der Leistungsbewerb zum FLA Gold wird als Einzelbewerb durchgeführt. Die Teilnehmer müssen dabei mehreren Teilprüfungen in den



Bereichen Löschmittelberechnungen, Exerzierprüfung, Wasserförderung auf weite Wegstrecken, taktische so wie auch technische Aufgaben und theoretische Prüfungsfragen ablegen. Die theoretischen Prüfungsfragen umfassen einen Katalog von 300 Fragen.

Zur Vorbereitung auf diese Leistungsprüfung sind einige Wochen an Vorbereitung für die zwei Prüfungstage erforderlich.

HELFEN STATT ZUSCHAUEN.

Wir suchen Verstärkung!

Du suchst eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung mit neuen Herausforderungen? Dann bist du bei uns genau richtig. Wir suchen engagierte Personen, die bei uns mitmachen möchten.

Für die Teilnahme bei der Feuerwehr musst du das 15. Lebensjahr vollendet und darfst das 60. Lebensjahr noch nicht überschritten haben. Jüngere Personen (10 bis 15 Jahre) sind bei der Feuerwehrjugend herzlich willkommen.

Du hast Interesse oder Fragen?

Melde dich beim Kommandanten oder jedem Mitglied der Ortsfeuerwehr Lingenau.

Kontakt

Ortsfeuerwehrkommandant

Reinhard Bereuter

05513 6133-40

fw.ofk@lingenau.net

Laufende Informationen über die Einsätze und Tätigkeiten der Feuerwehr Lingenau sowie Bildberichte zu den Veranstaltungen sind auf unserer Homepage unter www.feuerwehrlingenau.at, im Facebook unter „Ortsfeuerwehr Lingenau“ und auf Instagram unter „feuerwehrlingenau“ zu finden.

UNSERE FREIZEIT FÜR IHRE SICHERHEIT.

BRÄNDE LÖSCHEN.

MENSCHEN RETTEN.

TECHNISCHE HILFE LEISTEN.

JEDERZEIT.

EHRENSACHE!

MACH MIT!

Ortsfeuerwehr Lingenau
Unsere Freizeit für Ihre Sicherheit.

www.feuerwehrlingenau.at

[f/FeuerwehrLingenau](https://www.facebook.com/FeuerwehrLingenau)

Aktuelles aus dem Verein

Bäuerinnen



Familienwanderung

Heuer im August machten wir unsere erste Familienwanderung mit Frühstück. Wir trafen uns dazu am Parkplatz Schetteregg, von dort aus ging es dann zur Familie Bär auf die Alpe Schetteregg.



Ganz spontan machte Hans Peter Nussbaumer mit uns noch eine Führung durch das Heizwerk. Nach ca. 45 Minuten Gehzeit sind wir bei Ramona und Bernhard Bär angekommen. Dort erwartete uns ein feines Frühstück mit frischem Brot, hausgemachter Marmelade, eine Pfanne voll Stopfer, Alpkäse und Butter aus der eigenen Sennerei sowie zum Mittagessen eine Gapse voll warmem Schotta (Sennsuppe), durften nicht fehlen.

Ein dank an alle Wanderfreudigen, wir freuen uns schon auf eine Wiederholung im Sommer 2023.



Alpabtrieb Alpe Rubach

Auch heuer haben wir wieder beim Alpabtrieb für die Bewirtung der Äpler und Besucher gesorgt. Das Wetter spielte nicht so ganz mit, es war ziemlich regnerisch am 10. September. Ein Dank an Guntram Meusburger für die Garage sowie Ehrenfried und Hedwig für die WC Benützung und den Vorplatz. Weiters konnte Familie Aberer heuer ihr 20-jähriges Äplerjubiläum feiern, und so ließen sie den anstrengenden Tag gemütlich ausklingen.



Ausflug 2022

Bei strahlendem Wetter machten sich 26 Frauen am 6. Oktober auf den Weg ins Kleinwalsertal. So starteten wir den Tag gemütlich mit einem feinen Frühstück in Balderschwang.



In Böldmen wurden wir um 12.00 Uhr von Dagmar Hillbrand (Ortsbäuerin Kleinwalsertal) bei ihrem Hoflädele erwartet. Bei einer kleinen Jause stellte sie uns das Projekt „Walser Bura“ und ihren Betrieb vor. Nach einem kurzen Spaziergang sind wir dann an ihrem Hof mit Sennererei angekommen, welcher vor ein paar Jahren umgebaut wurde.

Zum Abschluss sind wir noch ins Café Baad-Grund auf eine Süße Stärkung gefahren/ge-laufen bevor wir um 16.30 unsere Heimfahrt antraten. Manche ließen den Tag noch im Löwen ausklingen, wir bedanken uns bei allen die mitfahren sind.

Im Almhof Lässer wurden wir mit Leckereien aus der Hildegard Küche gestärkt und auch sonst waren viele Sachen vom Hof am Buffet. Auch der Chef des Hauses Eckhard hat uns noch ausführlich einiges über die Geschichte des Hauses und die Entstehung des Radiosenders „Radio Horeb“ bzw. „Radio Maria“ erzählt. Gut gestärkt genossen wir dann auf der Terasse die Sonne, bevor es über den Riedberg-pass nach Mittelberg ging.



Aktuelles aus dem Verein Familienverband

Rückblick Sommerferienprogramm

Von Mitte Juli bis Ende August gab es für Kinder und Jugendliche viel Spaß und Abwechslung bei insgesamt 14 verschiedenen Veranstaltungen. Neben sportlichen und kreativen Aktivitäten war das Vater-Kind-Zelten an der Subersach ein besonderes Highlight. 10 Väter mit ihren insgesamt knapp 20 Kindern, haben an einem sommerlichen Freitag im Juli an der Subersach gegrillt, gebadet, geredet, gespielt, gechillt und ein bisschen auch geschlafen. Von einem kurzen, nächtlichen Gewitter ließ sich kaum jemand aus der Ruhe bringen – es wird sogar gemunkelt, dass manche nicht einmal etwas davon mitbekommen haben.



10 Jahre Krabbelgruppe Windelflitzer

Happy Birthday Krabbelgruppe! Seit nun 10 Jahren leitet Sabine Sutterlüty-Mennel die Krabbelgruppe „Windelflitzer“. In dieser Zeit durfte sie viele Mamas und Kinder kennenlernen und zahlreiche Tipps mit auf den Weg geben. Kaum zu glauben, dass die ersten „Kinder“ nun schon die Mittelschule besuchen.



Eltern-Kind-Turnen / Kinderturnen

Spiel, Spaß und Sport waren beim Kinderturnen im November angesagt. Spielerisch wurden hier alle motorischen Grundfertigkeiten geübt und die Freude an der Bewegung kam dabei nicht zu kurz. Sowohl die ganz Kleinen beim Eltern-Kind-Turnen als auch die Kindergarten-Kinder haben gezeigt, dass der Nachwuchs an „Sportskanonen“ in Lingenau nicht ausgeht.





Radius 2022

Match the Bürgermasta

51.807 km sind die 58 Teilnehmer:innen beim Fahrradwettbewerb in Lingenau von März bis September gefahren. Bürgermeister Philipp Fasser war dabei und ist 168 km geradelt! Unter Aufsicht des Gemeindeteams wurden am 04.10.2022 die Gewinner für die Spezialverlosung „match the Bürgermasta“ und 3 weitere Gewinner:innen (mit je mehr als 100 gefahrenen Kilometer) beim regulären Fahrradwettbewerb RADIUS gezogen.

Gewinner „Match the Bürgermasta“:

Wir gratulieren Klaus Riedl mit den meistgeradelten Kilometern von 6.358 km

Gewinnverlosung Fahrradwettbewerb:

- Lukas Lirussi
- Monika Moosbrugger
- Caroline Steurer
- Fabian Gehrler
- Jakob von der Thannen

Bei diesem Wettbewerb steht nicht im Vordergrund wer die meisten Kilometer radelt, sondern vielmehr, Alltags- und Kurzstrecken



möglichst klimafreundlich zurück zu legen und dabei auch noch seine Gesundheit zu stärken.

Der Abschluss der Radl-Aktion wurde auch dieses Jahr würdig gefeiert.

Der gemeinsame Ausflug der Sieger*innen mit den Bürgermeistern führte die sportliche Runde nach Riefensberg. Dort wurde bei gemütlichem Beisammensein zum Abendessen eingeladen.

Feierlich wurden dann auch die Bregenzerwald-Gutscheine sowie die Gutscheine für Vorderwälder Fahrradgeschäfte an die Gewinner*innen der jeweiligen Gemeinde übergeben.



Von der „Gesunden Jause“ bis zum „Fermentieren“

Kursreihe Gesundes Lingenau

Gesund, lecker und schnell...die gesunde Jausenbox für den Schulalltag hieß das Thema zum Workshop mit Eva Wachter noch kurz bevor Schulbeginn, am 7. September im Badhus.

11 Teilnehmerinnen aus Lingenau und Umgebung folgten der Einladung und bekamen wertvolle Informationen, welche Nährstoffe wichtig sind, dass Kinder nicht zwingend ein Frühstück brauchen und Eltern beruhigt sein können, denn auch die Jause kann einen wertvollen Beitrag zur Aufnahmefähigkeit geben und vor allem hindurch den Vormittag sättigen. Schmackhafte Kostproben ob süß oder salzig, fundierte Erklärungen, Büchertipps und ergänzende Rezepte rundeten den interessanten Kursabend ab.

Am 17. Oktober fand ein weiterer Workshop – **Herbstliche Gartenschätze im Glas** – in Zusammenarbeit mit Marlene Schwarz und dem Obst- und Gartenbauverein statt.

Hierbei durften die 15 Teilnehmer:innen auch gleich selbst Hand anlegen und dabei rege Unterstützung und Informationen von Marlene erhalten. Karotten, Pastinaken und Kraut wurden direkt im Glas fermentiert und auch mit dem Hobel wurde im Gärtopf „richtiges Sauerkraut“ gestampft.



Dass das Fermentieren viel mehr als haltbar machen ist und welche Vorteile es mit sich bringt, vom hohen Vitaminerhalt, für die Gesundheit bis hin zum nachhaltigen und auch kostengünstigen Konservieren ist, dies haben wir alle an diesem geselligen Abend erfahren.

Ein herzliches Dankeschön an Eva Wachter und Marlene Schwarz für die tolle Zusammenarbeit !

Blutspendeaktion am 09.01.2023
von 18 - 21 Uhr im Wäldersaal Lingenau





Im letzten Blickpunkt haben wir uns mit Laktose-Intoleranz befasst und gehen dieses Mal auf die Histamin-Intoleranz ein.

Eine Histaminunverträglichkeit ist keine Allergie.

Sie entsteht dann, wenn das Histamin, das sich im Körper befindet, nicht in ausreichendem Maß durch das Enzym DAO abgebaut wird. Einerseits wird Histamin im Körper selbst gebildet, andererseits erfolgt die Aufnahme durch die Nahrung.

Der Konsum dieser Lebensmittel ist normalerweise unbedenklich, da das enthaltene Histamin rasch im Dünndarm abgebaut wird. Bei Menschen mit Histaminintoleranz oder -unverträglichkeit ist hier im Stoffwechsel eine Störung vorhanden, deren Ursache noch nicht geklärt ist.

Welche Symptome treten auf?

Durch den Enzymmangel wird das aufgenommene Histamin deutlich langsamer abgebaut und sammelt sich im Körper an. Dies kann sich folgendermaßen äußern:

- Magen-Darm-Beschwerden nach dem Genuss bestimmter Nahrungsmittel
- Kopfschmerzen
- Juckreiz
- Quaddelbildung
- Übelkeit
- Schwindelgefühl
- Verstopfte oder rinnende Nase...

Diese Symptome sind im Gegensatz zu einer Allergie dosisabhängig, d.h. sie entstehen erst nach Zufuhr von größeren Mengen eines histaminhaltigen Nahrungsmittels.

Wie erfolgt die Therapie?

- Entsprechende Lebensmittel meiden
- Gegen die Symptome können bestimmte Medikamente (Antihistaminika) eingesetzt werden.
- Auch Vitamin C verhilft zu einem rascheren Abbau von Histamin und somit zur Besserung. Dies ist als Pulver, Brause, Kapseln oder Lutschtabletten erhältlich.
- Außerdem kann das wichtige Enzym DAO 15 Minuten vor der Einnahme von besonders histaminhaltigen Speisen eingenommen werden, wenn man auf diese einmal nicht verzichten möchte. Daosin ist in Tablettenform erhältlich.



Wo ist viel Histamin enthalten?

Alle Nahrungsmittel, die lange haltbar sind, wie gereifter Bergkäse, gereifte Fleisch- und Wurstwaren: Prosciutto, Salami, Fischkonserven, durch Gärung entstandene Lebensmittel: zB Sauerkraut, Alkohol (v.a. Rotwein und Sekt), Tomaten, Erdbeeren, Zitrusfrüchte, Schokolade.

Bei Fragen wenden Sie sich an unser Team der Wälderapotheke!

Einen gesunden Winter wünscht euch euer Apotheker Hubert Knauseder

Impressum

Der Lingenauer Blickpunkt ist eine amtliche Informationsschrift der Gemeinde Lingenau (als Herausgeber)

Für den Inhalt verantwortlich: Bgm. Philipp Fasser | Auflage: 900 Stück | Druck: Wälder Druck, Egg |

Bildnachweis: Vereine, Gemeinde, Naturpark, Pixabay, Energieinstitut Vorarlberg

Zugestellt durch Post.at | Amtliche Mitteilung



Es liegt in unserer Hand

Hotline: 0800 201 360
www.vorarlberg.at/corona

#ehklar

5 Maßnahmen für so viel Freiheit wie möglich



MASKE



ABSTAND



DESINFEKTION



IMPfung



MEDIKAMENTE

Ihr Corona-Fachstab Gesundheit Vorarlberg



Unentgeltliche Einschaltung des Landes Vorarlberg

OKOPHARM 44

Produkt des Monats

JETZT SPAREN!



FROHE WEIHNACHTEN
WÜNSCHT DAS TEAM
DER WÄLDERAPOTHEKE

Einzulösen
01. bis 31.01.2023
in der
WälderApotheke

