



Der Gaißauer

Winter

Gemeindeblatt der Gemeinde Gaißau, 01.01.2024 Nr. 75, 20. Jahrgang

Gemeinschaftskonzert



**mit Musikverein, Kirchenchor und
Männergesangsverein**



SO SPECIAL WIE DU

Lehre bei RBBL



Bewirb dich jetzt!



bodenseebank.at



Roberto's

[Pizzeria - Cafe]

ROBERTO'S PIZZERIA EISCAFÈ
RHEINSTRASSE 3 | A - 6974 GAIßAU

DIENSTAG BIS SONNTAG
VON 10:00 UHR - 21:00 UHR
MONTAG RUHETAG

www.robertos.at

Vorwort des Bürgermeisters

Liebe Gaißauerinnen,
liebe Gaißauer!



Gerade erst wurde der Jahreswechsel gefeiert und nun ist auch schon der Jänner wieder vorbei, der Fasching ist in vollem Gange und das Funkenwochenende ist bereits in Reichweite.

Für die Gemeinde stehen im neuen Jahr wieder zahlreiche Herausforderungen an. Mit dem Bau eines Gehsteigs entlang der Hauptstraße wird auch die Wasserleitung sowohl an der L19 als auch in den Bereichen Kirchstraße, Hornstraße und Sonnenfeld ausgetauscht. Des Weiteren werden Planungen für den Neubau des Feuerwehrgerätehauses, des Bauhofs, des Schmutzwasserpumpwerks und auch Planungen zum Schutzwasserbau im Gemeindezentrum eingeleitet bzw. weiterentwickelt.

Wie in den meisten Haushalten spürbar, trifft auch die Gemeinden die hohe Inflation leider recht massiv. Nachdem gleich-

zeitig die Einnahmen durch das Abflauen der Konjunktur sowohl bundesweit als auch in der Gemeinde seit drei Jahren stagnieren, ist in Gaißau der Spielraum der frei verfügbaren Mittel erstmals seit 20 Jahren heuer spürbar eingeschränkt. Dennoch gelingt es der Gemeinde, für heuer und voraussichtlich auch nächstes Jahr ein positives Budget zu erstellen. Nach vorsichtig optimistischen Prognosen aus der Wirtschaft schon für das letzte Quartal 2024 besteht berechtigte Hoffnung, dass sich spätestens ab 2026 wieder eine finanziell gewohnte Normalität einstellen sollte.

Ich wünsche Euch allen für das neue Jahr alles Gute, Glück, Erfolg und vor allem Gesundheit!

Euer Bürgermeister
Reinhold Eberle

Inhaltsverzeichnis

Aus unserer Gemeindestube.....	4 - 5	Sternsinger - Danke.....	15
Sozialsprengel Rheindelta.....	6	Kleine Bahn ganz groß.....	16
Bericht der Feuerwehr.....	7	Neuer Direktor Rheintalische Musikschule.....	17
Österreich radelt 2023.....	8	SV Gaißau.....	18
Nikolausbesuch in Gaißau.....	9	Rund ums Dorf, Veranstaltungen, Vereine.....	19
Funkenzunft Gaißau.....	10	Haushalt, Garten, rund ums Haus.....	20
Blutspendenaktion.....	11	Seite für die Jungen.....	21
Das Wunder der Wertschätzung.....	12	Kontakte – Soziales.....	22
17. Gaißauer Weihnachtsmarkt.....	13	Quartalskalender 2024.....	24
Gemeinschaftskonzert.....	14		

Aus unserer Gemeindestube

Seniorenkränze am 12. Februar

Alle Gaißauer Seniorinnen und Senioren sind auch dieses Jahr wieder herzlich eingeladen zum Rosenmontags-Seniorenkränze der Gemeinde und der Pfarre in der Rheinblickhalle (die Einladungen wurden bereits zugestellt, der Eintritt pro Person kostet 18 €). Die Veranstaltung beginnt um 14:11 Uhr, geboten werden wieder ein buntes Unterhaltungsprogramm und köstliche Bewirtung mit Kaffee und Kuchen sowie Abendessen. Die musikalische Umrahmung mit Tanzmusik erfolgt durch die „Muntermacher“, es werden außerdem Auftritte der Höchster Garde sowie der Auftritt des Zauberkünstlers Martin von Barabü erwartet.

Gemeinde und Pfarre freuen sich schon jetzt auf einen unterhaltsamen und tanzfreudigen Rosenmontag mit den Gaißauer Seniorinnen und Senioren in der Rheinblickhalle!

Erneuerung Wasserleitung und Gehsteig an der Hauptstraße

Die Vorbereitungen für den Gehsteigausbau und die Ersetzung der Wasserleitung an der Hauptstraße sind, nachdem alle Zustimmungserklärungen vorliegen, juristisch nun abgeschlossen. Es geht um die Erneuerung der Hauptwasserleitung von der Kirche bis zur Fa. Julius Blum sowie um die Verlängerung des Gehsteiges an der Südostseite der Hauptstraße. Im Februar soll die kommissionelle Verhandlung durch die zuständigen Behörden stattfinden, die Ausschreibung für die Arbeiten ist im Gange. Beginn und Abschluss der Bauarbeiten sind derzeit noch nicht genau absehbar.

Beitritt zum Wasserverband Hofsteig

Einstimmig beschlossen wurde von der Gemeindevertretung Gaißau am 6. Dezember 2023 die Antragstellung für einen Beitritt zum Wasserverband Hofsteig. Vorgespräche mit der Geschäftsführung des Wasserver-

bandes Hofsteig haben ergeben, dass für Gaißau eine Mitgliedschaft im Verband möglich und sinnvoll ist. Bisher ist Gaißau beim Wasserverband Hofsteig aus historischen Gründen nur Kunde. Seitens der Ziviltechniker Rudhardt-Gasser-Pfefferkorn wurde eine Bestandsaufnahme der Infrastruktur vorgenommen und festgestellt, dass Gaißau unter den gegebenen Voraussetzungen ohne weiteres dem Verband beitreten könnte und keine Nachzahlungen für Investitionen anfallen würden. Bestehende Verträge sichern die Durchleitung des Abwassers durch Höchst und Fußbach bis zur Verbandsanlage. Der Vorstand des Wasserverbandes hat gegen den Beitritt Gaißaus keine Einwände.

Klarer Vorteil der Mitgliedschaft im Wasserverband Hofsteig ist, dass Gaißau dadurch mit den anderen Mitgliedsgemeinden eine gleichberechtigte Position hat, z.B. bei der Mitsprache für anstehende erforderliche Investitionen, die auch Gaißau betreffen (z.B. Ersatz Abwasserpumpwerk). Mit der Mitgliedschaft sind keine Nachteile verbunden, eine aliquote Mithaftung für Investitionsschulden des Verbandes käme allenfalls bei einer Auflösung des Verbandes zum tragen.

Für den Beitritt zum Wasserverband Hofsteig wird nach Antragstellung der Gemeinde ein Vertrag erstellt. Über diesen erfolgt in diesem Jahr dann die endgültige Beschlussfassung über den Beitritt.

Holzarbeiten im Rheinholz und Nollen

Erneut sind im Rheinholz und im Nollen Baumfäll- und Holzarbeiten erforderlich. Das Eschentriebsterben macht diese Arbeiten leider weiterhin erforderlich, insbesondere um Gefährdungen durch umstürzende Bäume zu vermeiden. Desweiteren müssen aufgrund von Windwurf umgestürzte Bäume entfernt werden. Die Arbeiten, die von der Konkurrenzverwaltung Höchst-Fußbach-Gaißau veranlasst werden, sollen im Frühjahr abgeschlossen sein. Anfallen werden ca 100-

DREMMEL

Elektrotechnik • Kundendienst • Haushaltsgeräte
Hausinstallationen

Dremmel Elektrotechnik GesmbH • Ofenstr. 79 • A-6974 Gaißau

Tel. +43 (0) 55 78 / 71 170 • Fax +43 (0) 55 78 / 71 191

Handy +43 (0) 6 64 / 101 90 25

dremmel.philipp@aon.at • www.dremmel-elektrotechnik.at

Aus unserer Gemeindestube

120 Festmeter an Holz. Für gegebenenfalls erforderliche zeitweise Sperrungen auf Spazierwegen wird um Verständnis gebeten.

Räumlicher Entwicklungsplan

Nach wie vor in Prüfung befindet sich der 2022/2023 unter ausführlicher Bevölkerungsbeteiligung ausgearbeitete Räumliche Entwicklungsplan (REP) der Gemeinde Gaißau. Nach einer ersten Prüfung durch das Land Vorarlberg wurde aufgrund von gesetzlichen Neubewertungen in formulierungstechnischer Hinsicht ein Überarbeitungsbedarf beim Verordnungstext gesehen, was bis Ende 2023 von der Gemeinde in Zusammenarbeit mit Raumplaner Georg Rauch geleistet worden ist. Seitens der Gemeinde wird davon ausgegangen, dass der REP von der Gemeinde bald beschlossen werden und ins öffentliche Auflageverfahren gehen kann.

e5-Teamsitzung und Zertifizierung 2024

Am 25. September 2023 fand eine Sitzung des e5-Teams statt. Teamleiter Bgm Reinhold Eberle konnte Thomas Nagel als neues Teammitglied begrüßen. Desweiteren berichtete der Bürgermeister bei der Sitzung über die inzwischen auf gemeindeeigenen Gebäuden erfolgte Installation von PV-Anlagen sowie über die neue energieeffiziente Beleuchtung in der Rheinblickhalle.

Der Betreuer der e5-Arbeit aus dem Energieinstitut Andreas Beier berichtete auf der Sitzung über ein neues, ab 2025 gültiges vereinfachtes Zertifizierungsmodell für die e5-Gemeinden. Die Rezertifizierung Gaißaus im kommenden Jahr findet jedoch noch nach dem bisherigen Modell statt. Die Auditierung hierfür beginnt Anfang 2024, die Zertifizierungsveranstaltung ist im Herbst 2024 vorgesehen.

Wichtiger Punkt der Sitzung war ein kurzer Bericht bzw die Vorstellung der geplanten Erneuerbare-Energiege-

meinschaft Rheindelta (EEG). Seitens des e5-Teams wird die Mitarbeit Gaißaus in dieser Energiegemeinschaft unterstützt. Am 16. Oktober 2023 wurde das Projekt in Höchst den Gemeindevertreterinnen und Gemeindevertretern der drei Rheindeltage Gemeinden ausführlich vorgestellt, die Gemeindevertretung Gaißau hat am 6. Dezember 2023 der Weiterverfolgung des Projekts einstimmig zugestimmt. Ein Beschluss über die Gründung der EEG Rheindelta soll 2024 fallen. Die Investitionskosten für die drei beteiligten Gemeinden wären sehr überschaubar.

Appell – Hunde an die Leine!

Aufgrund mehrerer uns bekanntgewordener unangenehmer Situationen, bei denen Fußgänger bzw Spaziergänger von Hunden angesprungen worden sind, wird seitens der Gemeinde erneut appelliert, Hunde an die Leine zu nehmen, insbesondere wenn viele Spaziergänger unterwegs sind, da viele Personen derartige Situationen mit Hunden oft als unangenehm oder bedrohlich wahrnehmen.

Eine verordnete Leinenpflicht für Hunde besteht im Gaißauer Gemeindegebiet im Naturschutzgebiet, d.h. auf dem Polderdamm und allem anschließenden see-seitigen Gebiet, dazu zählt auch das Rheinholz. Im Naturschutzgebiet ist die Leinenpflicht zwingend zu beachten, Zuwiderhandlungen können mit einem Bußgeld belegt werden.

Im übrigen Ortsgebiet ist keine Leinenpflicht verordnet. Nach dem Landes-Sicherheitsgesetz besteht jedoch für Hundehalter die Pflicht, ihre Hunde jederzeit so beaufsichtigen und verwahren, dass u.a. Personen weder gefährdet noch in unzumutbarer Weise belästigt werden. Belästigungen können z.B. entstehen, wenn ein Hund Passanten anspringt, anknurrt oder anbellt oder auf der Straße oder Nachbarliegenschaften frei herumläuft etc.

Grossküchen-Systeme

Gastro-Team-HWM
W.Hermann GesmbH
Sonnenfeldstrasse 20
E-mail:w.hermann@vol.at
www.gastro-team-hwm.com



Maßgeschneiderte Herdanlagen mit neuester Induktionstechnologie " Eigener Produktion " höchstem Niveau und Qualitätsanspruch zeichnen die Firma Gastro - Team - HWM aus. Jedes Gerät wird nach Ihren individuellen Wünschen auf Maß geplant und ausgeführt. Besuchen Sie uns auf unserer Web-Seite und informieren sich über Induktionstechnik.

Sozialsprenkel Rheindelta

Ärztin oder Arzt für Kassenpraxis (Allgemeinmedizin) im Rheindelta gesucht!

Jetzt die Initiative +100 nutzen!

Ihr bester Einstieg in die Kassenpraxis

Sie sind Ärztin oder Arzt für Allgemeinmedizin mit Berufsberechtigung und haben Lust, endlich in die (eigene) Kassenpraxis einzusteigen?

Jetzt ist der beste Zeitpunkt!

Der Bund, die Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK), die Sozialversicherungsanstalt der Selbständigen (SVS) und die Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau (BVAEB) setzen mit der Initiative +100 attraktive Anreize für Ihren persönlichen Sprung in die Niederlassung:

- 100 neue Arztstellen in ganz Österreich – eine davon im Rheindelta
- für Allgemeinmedizin auch Starterbonus von EUR 100.000,-
- Gründung, aber auch Mitarbeit in vorhandener Ordination möglich (Einzelpraxis, Gruppenpraxis, Primärversorgungseinheit)
- Die Stellen aus der Initiative +100 umfassen Verträge mit der ÖGK, SVS und BVAEB. Die neuen Kassenstellen sehen daher Verträge mit allen drei Krankenversicherungsträgern vor.

Aktuelles zum Pflegegeld

- Wer pflegebedürftig ist, hat einen Rechtsanspruch auf Pflegegeld
- Der Antrag auf Pflegegeld kann formlos an die zuständige Pensionsversicherungsanstalt gerichtet werden
- Je nach Pflegebedürftigkeit beträgt das Pflegegeld monatlich zwischen 175,00 und 1.879,00 Euro
- Das Pflegegeld wird 12x jährlich gemeinsam mit der Pension ausbezahlt
- Die Begutachtung erfolgt durch einen Arzt oder eine Pflegekraft. Ein Angehöriger und/oder eine Pflegekraft soll/kann bei der Begutachtung dabei sein.

Für Ihre Arbeitsqualität:

Mit dieser zusätzlichen Arztstelle im Rheindelta schaffen wir neue Kapazitäten in der niedergelassenen Versorgung. Eine wichtige Entlastung für bestehende und neue Kassenärztinnen und -ärzte, aber auch für Spitalsambulanzen. Unser Ziel: Mehr Qualität für Ihre wertvolle Arbeit mit Patientinnen und Patienten.

Für Ihr Plus an Optionen:

Kassenverträge bieten Ärztinnen und Ärzten die größte Vielfalt bei der beruflichen Verwirklichung. Ob Praxisgründung oder Mitarbeit, Einzelordination, Gruppenpraxis oder PVE, Vollzeit oder Teilzeit: Ein Kassenvertrag passt sich Ihren Bedürfnissen an. Mit der Initiative +100 bringen wir diese Vielfalt auch in Ihre Region.

Für eine wohnortnahe Versorgung:

Österreich hat ein engmaschiges Netz an Vertragsärztinnen und Vertragsärzten. Mit dieser neuen Stelle wollen wir dazu beitragen, die wohnortnahe Versorgung im Rheindelta sicherzustellen.

Wir freuen uns, wenn wir Ihr Interesse geweckt haben und Sie sich für diese Stelle interessieren.

Das Interessenformular und weitere Informationen finden Sie unter www.gesundheitskasse.at.

Die Österreichische Gesundheitskasse

- Entspricht die Höhe des Pflegegeldes nicht, ist Einspruch beim Arbeits- und Sozialgericht möglich!
- Bei Erhöhung des Pflegebedarfes oder Verschlechterung des Gesundheitszustandes kann ein neuer Antrag gestellt werden.
- Unterstützung bekommen Sie beim örtlichen Case Management

Case Management –

Servicestelle für Betreuung und Pflege:

Sozialsprenkel Rheindelta

Franz-Reiter-Straße 12

A-6973 Höchst

T: 05578/22797

Mail: Info@sozialsprenkel.rheindelta.at



Pflegestufe	Euro pro Monat	Pflegeaufwand Stunden pro Monat
1	Euro 175,00	65 Stunden
2	Euro 322,70	95 Stunden
3	Euro 502,80	120 Stunden
4	Euro 154,00	160 Stunden
5	Euro 1024,20	180 Stunden *)
6	Euro 1430,20	180 Stunden *)
7	Euro 1879,50	180 Stunden *)

Bericht der Feuerwehr

Auf geht's - die Feuerwehr braucht dich!

Sei auch DU dabei! Bist du heiß auf Action? Willst du neue Abenteuer erleben? Scheust du dich nicht vor Wasser, Schmutz und Feuer? Dann nutze deine Chance und werde Mitglied der Feuerwehrjugend. Werde auch du Teil unseres Teams!



Alle engagierten Jungs und Mädels von 10 bis 15 Jahren sind herzlich willkommen in unserem Team! Unsere Jugendbetreuer freuen sich auf dein Kommen und warten schon mit deiner ersten Übung auf dich. Du findest uns auf Facebook, Instagram und natürlich auch per WhatsApp. Du kannst dich bei unserer Jugendleiterin Alissa Bartolini +43 699/11991605 melden.

Atemschutzleistungsprüfung

Am 14. Oktober fanden in Dalaas die Atemschutzleistungsbewerbe 2023 statt, bei denen unsere Wettkampfgruppe in Bronze angetreten ist.



Preisjassen 2023

Am Samstag, dem 28. Oktober veranstaltete die Feuerwehr Gaißau wieder ihr traditionelles Preisjassen in der Rheinblickhalle. Es gab, wie jedes Jahr, großartige Hauptpreise zu gewinnen! Es war uns eine Ehre, nach so langer Zeit 240 Jasser bei uns begrüßen zu dürfen. Bei gemütlichem Beisammensein und zwei Runden zog unser diesjähriges Glückskind Sophia die Stichzahl 1.266. Mit einer Differenz von 9 ging der erste Platz an Andreas Hinteregger. Wir möchten uns hier nochmals bei allen Sponsoren herzlich bedanken. Auch ein herzliches Dankeschön an unsere Gäste, und wir hoffen euch beim nächsten Preisjassen wieder begrüßen zu dürfen.

Vorankündigung Altmaterialsammlung Frühjahr 2024

Am Samstag, dem 06. April führt die Feuerwehr Gaißau ab 13 Uhr die Altmaterialsammlung durch. Gesammelt werden Altpapier (bitte gebunden) und Alteisen. Nicht angenommen werden Kühl- und Elektrogeräte, diese können beim Altstoffsammelzentrum ASZ Königswiesen in Lustenau abgegeben werden! Altkleider werden zudem auch nicht gesammelt. Diese können bei den im Ort aufgestellten Containern eingeworfen werden.



Österreich radelt 2023

Mehr Teilnehmerinnen und Teilnehmer, mehr geadelte Kilometer und ein Rekord an eingespartem CO₂. Knapp 40.000 Radlerinnen und Radler haben sich dieses Jahr für nachhaltige Mobilität, die eigene Gesundheit und mehr Klimaschutz eingesetzt.

Über 700 Betriebe, 590 Gemeinden, 230 Vereine und 160 Bildungseinrichtungen haben insgesamt mehr als 32,8 Millionen Kilometer mit dem Rad zurückgelegt und sind umgerechnet über 820 mal um die Welt geadelt. Somit wurden durch Radfahrten, die potentielle Autofahrten ersetzt haben, über 5,7 Millionen Kilogramm CO₂ eingespart.

Auch in Gaißau nahmen im letzten Jahr wieder viele motivierte Fahrradfahrerinnen und Fahrradfahrer am Fahrradwettbewerb „Radius“ teil. Mit 144 aktiven Teilnehmerinnen und Teilnehmern und somit 7,56% Beteiligung, belegte unsere Gemeinde in der Kategorie „Gemeinde mit weniger als 2.000 Einwohner“ österreichweit den 7. Platz und vorarlbergweit wieder den ersten Platz. Durchschnittlich radelten die Gaißauer 920 km je aktive Teilnehmer, wobei die

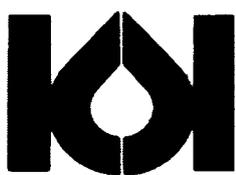
Bandbreite sehr unterschiedlich ist: Die Radlerin mit der meisten Strecke brachte 5.618 km auf den Tacho, der sportlichste Radler 5.081 km. Insgesamt wurden 132.466 km für Gaißau registriert! Somit haben die Gaißauerinnen und Gaißauer im Wettbewerbszeitraum rein rechnerisch 23.317,83 kg CO₂ sowie 45.566,80 € Ersparnis erradelt.

Abschlussveranstaltung

Mit hervorragender kulinarischen Betreuung durch das Bibliotheksteam wurde das tolle Ergebnis am 16. November im Foyer der Rheinblickhalle gefeiert und tolle Preise verlost.

Die glücklichen Gewinner erhielten Fahrradgutscheine über 300, 200, 100 und 40 Euro sowie Fahrradzubehör. Gezogen wurden die Preise von zwei freiwilligen Glücksfeen.

Bürgermeister Reinhold Eberle gratulierte den Preisgewinnern und motivierte die Teilnehmenden, auch im nächsten Jahr wieder am Fahrradwettbewerb teilzunehmen.



Siegfried Fessler
Erdbewegung + Kabelbau



A-6974 Gaißau – Hofackerstraße 31
Telefon 0 55 78/712 01 – Auto-Tel. 06 64/451 43 87

Nikolausbesuch in Gaißau

Besonders für Kinder ist es Jahr für Jahr ein ganz besonderer Moment, wenn der Nikolaus zu Besuch kommt. Diesen Moment durften 30 Familien am 5. und 6. Dezember zuhause genießen. Unsere zwei Nikoläuse mit Knecht Ruprecht sorgten für vorweihnachtliche Stimmung.

Am Donnerstag, dem 7. Dezember trafen sich ca. 50 Kinder in Begleitung von ihren Eltern und Bekannten im Rheinholz und warteten am Lagerfeuer gespannt auf den Nikolaus.

Zum Einbruch der Dunkelheit war es dann soweit. Der Nikolaus kam gemeinsam mit dem Knecht Ruprecht auf einem liebevoll gestalteten Wagen aus dem

Wald. Mit wunderschönen vorbereiteten Liedern begrüßten die Kinder den Ehrengast und horchten gespannt, was der Nikolaus zu erzählen hatte. Zum Schluss gab es dann noch für jedes Kind ein Nikolaus-säckchen vollgefüllt mit Nüssen und Leckereien. Begeistert verabschiedeten sich alle vom Nikolaus und freuen sich jetzt schon auf ein Wiedersehen im kommenden Jahr.

Die Aktion, die von vielen mit Vorfreude erwartet wurde, zauberte glänzende Kinderaugen und sorgte für festliche Stimmung im Ort.

Ein Dank gilt dem gesamten Nikolausteam!



Funkenzunft Gaißau

TERMINE 2024

LOMR'S
RÜCHA!



09.02. Die ultimative 80er Party
ab 20.00 Uhr in der Discohütte

17.02. Die legendäre Funkenfete
ab 20.30 Uhr in der Funkenhütte

18.02. Frühschoppen + Funkenabbrennen
ab 11.00 Uhr Frühschoppen
14.00 Uhr Aufbau des Kinderfunkens
19.15 Uhr Treffpunkt Feuerwehrhaus / Fackelumzug
19.30 Uhr Traditionelles Funkenabbrennen

Die Funkenzunft Gaißau freut
sich auf EUCH!



Blutspendenaktion

Ob nach einem Unfall, der Geburt oder für Patienten und Patientinnen mit einer schweren Krankheit – in Österreich wird alle 90 Sekunden eine Blutkonserve benötigt. Das sind fast 1.000 Blutkonserven am Tag. Blut ist ein wichtiges Notfallmedikament und kann nicht künstlich hergestellt werden. Eine Blutspende rettet Leben.

Bei der diesjährigen Blutspendenaktion des ÖRK-Blutspendedienstes am 24. Jänner in der Rheinblickhalle wurden 96 Vollblutkonserven abgenommen. Mit diesem herausragenden Ergebnis wurde durch

die Gaißbauerinnen und Gaißbauer wieder ein sehr wertvoller Beitrag geleistet, um Leben zu retten!

Der Blutspendedienst und die Gemeinde richten ein sehr herzliches Dankeschön an alle Spenderinnen und Spender.



**SCHÖNER
WOHNEN
BESSER
LEBEN**

EINFAMILIENHÄUSER JETZT IN GAISSAU - FLURWEG

Wir errichten in ruhiger und sonniger Wohnlage vier moderne Einfamilienhäuser in Massivbauweise.

In schöner Familienwohngegend errichten wir in Kürze wirtschaftliche und individuell planbare Einfamilienhäuser in Massivbauweise. Aufgrund erschwinglicher Grundstückspreise ist hier der Traum vom eigenen Haus im Grünen noch möglich! Der Bodensee sowie Spazier- und Radwege befinden sich fast vor der Haustüre.



Ihre Experten in allen Immobilienangelegenheiten seit über 37 Jahren!

Bahnhofstraße 7 | 6890 Lustenau | Tel. 05577 - 85 347 | office@bbw.immo | www.bbw.immo

Das Wunder der Wertschätzung

Zusammenfassung des Vortrags von Prof. Dr. Reinhard Haller



Herr Professor Dr. Reinhard Haller begann seine Darbietungen im zum Bersten vollen Saal des Sozialzentrums Gaißau mit einer der vielen Geschichten aus seinem reichen Erfahrungsschatz als Primararzt im Suchtkrankenhaus Maria Ebene. Er erzählte von einem depressiven Patienten, den das Lob seines Arbeitgebers schlussendlich gesund gemacht hat, und betonte damit die große Bedeutung von Wertschätzung, Lob und Anerkennung. Daraus folgernd erklärt er den Begriff der Wertschätzung so: Wertschätzung schenkt Werte, die, wenn sie gut gepflegt werden, ein Schatz sind. Menschen schenken einander eine positive Wertung, Wertschätzung kostet nichts, jeder Mensch braucht sie, jeder Mensch kann wertschätzen. Ein guter Selbstwert (gesunder Narzissmus), ist die Voraussetzung, um andere Menschen schätzen zu können. Jemandem wertschätzend zu begegnen, setzt Intelligenz und Empathie voraus, d. h. linke und rechte Hirnhälfte sind gleichermaßen gefordert. Der Vortragende verwendet das Bild einer Pyramide, um zu veranschaulichen, was die Wertschätzung ausmacht. An der Basis steht die Beachtung. Es ist ein menschliches Urgesetz, dass jeder Mensch Beachtung braucht. Als zweite Stufe nennt er die Toleranz und erklärt das Wort mit Viktor Frankl (berühmter österr. Neurologe und Psychiater): „Zulassen, dass jemand andere Werte hat.“ Die Achtsamkeit auf der nächsten Stufe besagt nach Leo Tolstoj, dass wir im Heute – Hier und Jetzt leben sollen. Auf der vierten Stufe gibt uns Vertrauen die notwendige Sicherheit und lässt uns Nähe verspüren. Auf der fünften Stufe steht die Wertschätzung und zuoberst die Liebe. Von ihr wissen wir, dass wir diese nur wenigen auserwählten Menschen schenken bzw. von nur wenigen erhalten können.

Mit dem Benennen der Gegenspieler der Wertschätzung, wie Geringschätzung, Missachtung, Beleidigung und Hass leitet der Referent seine Ausführungen zum klassischen Gegenspieler, zur Kränkung über. Von der großen heilkundigen Universalgelehrten Hildegard von Bingen zitiert Prof. Haller den Satz: „Was kränkt, das macht krank.“ Er betont, dass Wertschätzung und Kränkung nicht ohne einander betrachtet werden können und das ganzheitliche Erfassen des Menschen wesentlich ist. Kränkung geschieht sowohl in der Familie und Partnerschaft als auch im Berufsleben fast ausschließlich durch Kleinigkeiten (nicht grüßen, lügen, Versprechen nicht einhalten, nicht mitspielen lassen, lächerlich machen, hinter dem Rücken schimpfen, nicht reden, mobben, keine Vorrückung, keine Bonuszahlung, ...), die zu Leid führen. Die häufigste Kränkung geschieht durch vorenthaltene Wertschätzung. Kleine Ursachen bekommen große Wirkung. Sie machen ohnmächtig, können Hass erzeugen, führen in den schlimmsten Fällen zu Suizid, Tötung oder Amokläufen. Kränkung ist ein sozialer Prozess: Je wichtiger mir ein Mensch ist/war, der mich gekränkt hat, umso stärker fällt die Kränkung aus. Die Tatsache, dass der Flügelschlag eines Falters in Amazonien unter bestimmten Bedingungen einen Wirbelsturm in Texas auslösen kann, ist ein Phänomen, das aus der Chaostheorie stammt. Um meinem Gegenüber eine wertschätzende Haltung zu zeigen, sind Aufgeschlossenheit, Interesse, Einlassen und Zeit erforderlich. Die Beachtung des Gerechtigkeitsgefühls und das Aussprechen eines ehrlichen, individuellen und originellen Lobes sind ebenso bedeutungsvoll. Der Redekünstler, der alle Zuhörer mit seinen Worten in den Bann zog, schloss mit dem aussagekräftigen Satz: Vor Kränkungen ist fast niemand gefeit – gegen Lob aber fast kein Mensch resistent.



Die Veranstalter danken Herrn Prof. Dr. Haller, der verdienten Vorarlberger Persönlichkeit auf dem Gebiet der Psychiatrie, für die durch ihn erhaltene Lebensbereicherung und dem aus Gaißau und Umgebung gekommenen Publikum für die erfreulich zahlreiche Teilnahme!

17. Gaißauer Weihnachtsmarkt

Schon traditionell am 2. Advent fand unter dem Namen „Sterne der Weihnacht“ der beliebte Weihnachtsmarkt statt und lockte zahlreiche Besucher aus Nah und Fern an.

Zwischen Volksschule und Kinderhaus wurden über 40 liebevoll dekorierte Marktstände aufgebaut, an welchen die Aussteller den zahlreichen Besuchern schöne Dekorationsartikel, Handarbeit, Textilien, Kunsthandwerk, Köstlichkeiten und viele sonstige Geschenkideen anboten.

Zusätzlich lud der Elternverein in der Rheinblickhalle für Wärmesuchende zu Kuchen, Gebäck und Kaffee ein.

Es war eine Veranstaltung, die für weihnachtliche Stimmung sorgte und für Jung und Alt Besonderheiten bereithielt. Die Kinder konnten sich beim Pony und Esel kuscheln oder beim Schmieden eines kleinen Hufeisens vergnügen und erlebten einen

spannenden Tag, während sich die Erwachsenen bei Glühwein oder Punsch unterhalten konnten.

Um das weihnachtliche Ambiente noch abzurunden durfte natürlich die richtige Musik nicht fehlen, deshalb unterhielt die Gaißauer Jugendkapelle alle Marktbesucher mit ihrer stimmungsvollen und weihnachtlichen Vorstellung.

Ein herzliches Dankeschön gilt allen Ständlern und Mitwirkenden, besonders den freiwilligen Helferinnen und Helfern und den Bauhofmitarbeitern, die mit ihrem ehrenamtlichen Einsatz erst ermöglichen, dass unser schöner und mittlerweile weit über die Ortsgrenzen hinaus beliebter Weihnachtsmarkt stattfinden kann.

Ebenfalls gebührt ein Dank der Gemeinde Höchst und der Stadt Rheineck, welche jeweils die Marktstände gratis zur Verfügung stellen.



„Osteopathie sucht Gesundheit, nicht Krankheit.“
Veronika Gridling, Osteopathin

Die Behandlung

Osteopathie eröffnet viele neue Möglichkeiten um aus ganzheitlicher Sicht störende Blockaden im Körper zu lösen und den außergewöhnlichen Selbstheilungskräften des Menschen wieder Raum zu geben.

Nähere Informationen oder Anmeldungen unter +43 664 514 34 26 oder praxis@physiogaissau.at

Gemeinschaftskonzert

Unter dem Motto „Filmmusik“ luden am Samstag, dem 25.11.2023 mit Musikverein, Kirchenchor und Männergesangsverein die klingenden Vereine aus Gaißau zu einem Gemeinschaftskonzert. Die Obleute Christoph Lutz, Bernadette Bonetti und Markus Bohle freuten sich über eine bis zum letzten Platz gefüllte Rheinblickhalle und begrüßten die Konzertgäste ganz herzlich.



Eröffnet wurde der Abend durch die Jugendkapelle des Musikvereins unter der Leitung von Christiane Flatz. Die gekonnt vorgetragenen Stücke, allesamt von den Gajukas in sehr sympathischer Weise selbst vorgestellt, wurden vom Publikum mit begeistertem Applaus honoriert.

Den nächsten Programmteil eröffnete der Musikverein mit der marschtauglichen Titelmelodie aus „Police Academy“. Mit „The Avengers“ kämpften die Musikantinnen und Musikanten musikalisch gekonnt gegen die Bösen. Höhepunkt des ersten Programmteils waren Ohrwürmer aus dem Disney-Klassiker „Der König der Löwen“.



Mit den Sängerinnen und Sängern des Kirchenchores und des Männergesangsvereins wuchs im dritten Programmteil die Bühne zu einem stimm- und tongewaltigen 100-Frau-/Mann-Orchester an. Mit epischen Melodien von „Ennio Morricone“ gelang es dem Orchester, echtes Kinofeeling in die Rheinblickhalle zu zaubern. Ebenso mit dem Gospel-Song „I will follow him“ aus dem Film „Sister Act“ sowie dem unvergesslichen Song der Popgruppe ABBA aus dem Musical Mama Mia „Thank

you for the Music“. Ein wahrer Ohrenschmaus und Höhepunkt des dritten Programmteils war „Ich gehör nur mir“, einem Gesangssolo aus dem Musical Elisabeth, bei dem Lisa Nagel zu überzeugen wusste.

Im Anschluss wurden die Jugendkapellmeisterin Chris-



tiane Flatz, die Chorleiter Christof Jagg und Norbert Kilga sowie Kapellmeister Andreas Flatz für ihre intensive Probenarbeit und die gute Vorbereitung mit Präsenten bedankt. Zum Ausklang luden die Vereine zum gemütlichen Beisammensein bei einem Gläschen ein. Stellvertretend für die vielen positiven Rückmeldungen, zwei Aussagen von Konzertgästen: „Bitte in Zukunft mehr davon“, „In diesem Dorf lebt die Gemeinschaft“ oder von einer Sängerin: „Ich war so geflasht, dass ich zu singen vergaß“.



Wir, der Kirchenchor, der Männergesangsverein und der Musikverein möchten uns nochmals ganz herzlich für den so zahlreichen Besuch, den Zuspruch und die Spende bedanken. Der tolle Erlös von € 2.000,- konnten wir der Vorarlberger Kinderhilfsorganisation „Stunde des Herzens“ kürzlich überweisen.



Sternsinger - Danke

39 Mädchen und Buben aus unserer Pfarre waren am 5. und 6. Jänner in unserer Gemeinde unterwegs und brachten Gottes Segen.

Mit euren Spenden unterstützen wir Kinder in Guatemala, die in Armut leben, nicht zur Schule gehen dürfen und von Gewalt und Ausbeutung betroffen sind. Dies ergab die stolze Summe von 6.243,48 Euro!

Wir möchten uns von ganzem Herzen für den herzlichen Empfang in euren Häusern und die Spenden bedanken.

Ein großes Vergelt`s Gott auch an die Begleitpersonen und allen, die die uns in irgendeiner Art und Weise bei der Sternsingeraktion unterstützt haben.

Das größte Danke geht an euch, ihr lieben und fleißigen Sternsinger! Durch euren Einsatz, eure Zeit, euer Singen und Wirken verändert ihr das Leben vieler Kinder und Erwachsener positiv!
Das Sternsingerteam



Yoga und Pilates im Physiozentrum Gaißau

MONTAG 8. JÄNNER – MITTWOCH 14. MÄRZ 2024

Montag:	18.15 Uhr	Pilates Ganzkörpertraining
	19.30 Uhr	Yoga sanft und fließend
Dienstag:	18.15 Uhr	Pilates Ganzkörpertraining
	19.30 Uhr	Yoga sanft und fließend
Mittwoch:	8.30 Uhr	Pilates Rückentraining
	9.45 Uhr	Yoga Beginner

Einzelstunde Yoga 17,- Einzelstunde Pilates 14,-

8 Kurseinheiten: Pilates € 110,- und Yoga € 125,-
 Der Pilates Kurs dauert jeweils 60 Minuten und der Yoga Kurs 75 Minuten.

Keine Stunden am 5., 6. und 7. Februar | 12., 13. und 14. Februar 2024

Alle Termine online unter www.yoga-pilates.at

Alle Kurse
 finden im Physio-
 Zentrum Gaißau
 statt.



Anfragen unter catrinwendel@yoga-pilates.at

Kleine Bahn ganz groß

Kleine Bahn ganz gross – Pensionsalter erreicht: «S Walzehuuserli» hat 44mal den Erdball umkreist

Kleinste Bahn im öffentlichen Verkehr der Ostschweiz ist die Rheineck-Walzenhausen-Bergbahn alias «Walzehuuserli». Der auf einer Streckenlänge von 1900 Metern verkehrende Triebwagen hat jetzt das stolze AHV-Alter erreicht. Seit der am 1. Dezember 1958 erfolgten Inbetriebnahme hat das Schienenfahrzeug 44mal den Erdball umrundet.

1896 wurde die von Rheineck nach Walzenhausen führende, ausschließlich mit dem Gewicht von Wasser betriebene Standseilbahn mit zwei Wagen eröffnet. Ab den 1950er Jahren häuften sich Pannen aller Art. Als am 1. Mai 1958 beim talwärts fahrenden Fahrzeug ein Achsenbruch den Bahnbetrieb schlagartig zum Erliegen brachte, wurde die bereits geplante Totalsanierung zügig umgesetzt. Im Bereich der romantischen Hexenkirchlislucht wurden neue Betonbrücken gebaut, und in Walzenhausen sowie bei der Haltestelle Ruderbach entstanden moderne Stationsgebäude.

Leuchtendroter Triebwagen mit Holz-Interieur

Vor 65 Jahren erfolgte die offizielle Eröffnung der neuen, für Zahnrad- und Adhäsionsbetrieb eingerichtete Bahn. Bis heute begeistert der neue, leuchtendrote Triebwagen mit seinem nostalgischen, an

die einstige dritte Fahrgastklasse erinnernden Interieur aus Holz. Nebst Einheimischen sind es vor allem Touristen, welche die nostalgische Bahn benützen, die zu den Attraktionen des familienfreundlichen Witzweg-Rundreiseangebots gehört.

Neue Bahn ab 2026?

Anlässlich der 2021 durchgeführten Jubiläumsfeier «125 Jahre Bergbahn» wurde klar kommuniziert, dass der Weiterbestand der heute zu den Appenzeller Bahnen gehörenden Linie Rheineck – Walzenhausen gesichert ist. Bei der totalen Erneuerung sämtlicher Anlagen kommt es zu einer Exklusivität, wird doch das künftige, von der Firma Stadler Rail hergestellte Fahrzeug die erste vollautomatisch betriebene Zahnradbahn der Welt sein. Die Sanierung wird Investitionen im Betrage von 20 bis 25 Millionen Franken auslösen. Noch offen ist derzeit, ob das neue Schienenfahrzeug bereits 2026 in Betrieb gesetzt werden kann. Bis zu diesem Zeitpunkt versieht der Triebwagen trotz Eintritts ins AHV-Alter treu seinen Dienst, und hoffentlich bleibt das Gefährt für den Rest seines aktiven Lebens von Pannen verschont.

Der 65-jährige Triebwagen der Rheineck-Walzenhausen-Bergbahn hat seit 1958 stolze 1'760'000 Kilometer zurückgelegt, was 44 Umrundungen der Erdkugel entspricht.

Peter Eggenberger



Bild Peter Eggenberger

Neuer Direktor Rheintalische Musikschule Lustenau

Dietmar Nigsch ist seit 1. September der neue Direktor der Rheintalischen Musikschule und Nachfolger von Doris Glatter-Götz, die am 1. November in den verdienten Ruhestand tritt. Am 25. Oktober war er zu Besuch im Gemeindeamt und erzählte über sich und seine große Leidenschaft - die Musik - die er zukünftig gemeinsam mit seinem Team möglichst vielen anderen Menschen nahebringen möchte. Vor allem eine symbiotische Zusammenarbeit, auf Augenhöhe, mit den Kulturvereinen im Rheindelta liegt ihm hier speziell am Herzen. Die Rheintalische Musikschule, mit ihrem umfassenden, qualitativ hochwertigen musikalischen Ausbildungsangebot, versteht sich als unterstützender Partner aller singenden und klingenden Vereine.

Selbstverständlich sind in der Musikschule aber auch alle anderen Instrumentengattungen und Stilrichtungen willkommen und kompetent vertreten. Von Jazz/Pop/Rock, Blasmusik, Volksmusik und Tanz zu klassischer Musik, elementaren und inklusiven Musikangeboten gibt es für jeden Geschmack, jedes Alter und jedes Bedürfnis passende Ausbildungsangebote.

Besonders erfreut zeigte sich der neue Direktor über die kürzlich erfolgte Ausweitung der Zusammenarbeit mit der Gemeinde Gaißau. Die Musikscharife wurden mit dem Schuljahr 2023/24 auf das sozialvertragliche Lustenau-Tarif-Niveau gesenkt. Nützen Sie also mit besonderer Freude die vielfältigen Möglichkeiten dieser bewährten, neu intensivierten Zusammenarbeit.



WILLKOMMEN AN BORD DES CHINA
SCHIFFSRESTAURANT
Hu Bin

Hu Bin
Rheinstrasse 4
A-6974 Gaißau

Tel.: 0043 (0)5578 71211
E-Mail: hubin@hubin.at
www.hubin.at



SV Gaißau

SV Gaißau U16: Glanzvolle Teilnahme am Istria Football Festival 2023**

Die U16-Fußballmannschaft des SV Gaißau kehrt mit strahlenden Gesichtern von ihrer erfolgreichen Teilnahme am viertägigen „Istria Football Festival 2023“ in Kroatien zurück. Das Turnier war nicht nur ein sportliches Highlight, sondern auch eine unvergessliche Erfahrung für die jungen Talente.

Das erklärte Ziel, das Teambuilding zu stärken und den Spielern die Chance zu bieten, an einem internationalen Turnier teilzunehmen, wurde mit Bravour erreicht. Ein großer Dank geht dabei an unsere großzügigen Sponsoren SV Gaißau, RGM Reinigungstechnik, Lackierbar, C&M KFZ, Marc Gobber und die Firma Blum. Ohne ihre Unterstützung wäre die Teilnahme an diesem aufwendigen Ereignis nicht möglich gewesen. Ebenso gebührt den beiden Sponsoren, die die Fahrzeuge für die Reise bereitstellten, besonderer Dank.

Die sportlichen Leistungen der Mannschaft beeindruckten auf ganzer Linie. In der Gruppenphase sicherte sich das Team den 2. Platz, was letztendlich zu einem beachtlichen 13. Gesamtrang führte. Diese Platzierung spiegelt nicht nur das Talent der Spieler wider, sondern auch ihre harte Arbeit und Entschlossenheit.

Was dieses Turnier jedoch besonders machte, war die einzigartige Erfahrung, die es für die Jungs bedeutete. Drei Tage lang gegen internationale Mannschaften anzutreten, bot nicht nur sportliche Herausforderungen, sondern schuf auch unvergessliche Momente der Kameradschaft und des Zusammenhalts. Die Spieler tauchten in eine Welt des internationalen Wettbewerbs ein und knüpften Freundschaften über die Grenzen hinweg.

Abends in der Unterkunft herrschte eine ausgelassene Partystimmung in den Zimmern, in denen die Spieler die Erfolge des Tages feierten und die freundschaftliche Atmosphäre vertieften. Diese besonderen Augenblicke werden sicherlich einen bleibenden Eindruck in den Köpfen der jungen Fußballer hinterlassen.

Neben dem intensiven Fußballgeschehen bot sich den Jungs die Gelegenheit, die malerische kroatische Stadt Umag zu erkunden. Die Vielfalt der kulturellen und kulinarischen Eindrücke wird die Spieler sicherlich nachhaltig prägen.

Der SV Gaißau ist stolz auf die Erfolge der U16-Mannschaft und bedankt sich herzlich bei allen, die diese aufregende Reise möglich gemacht haben. Die gesammelten Erfahrungen werden nicht nur die individuelle Entwicklung der Spieler fördern, sondern auch den Teamgeist weiter stärken. Wir freuen uns auf weitere spannende Herausforderungen und zukünftige Erfolge für den SV Gaißau.



Rund ums Dorf, Veranstaltungen, Vereine

Aus dem Meldeamt

Wir sagen ein herzliches „Hoi“ unseren neu zugezogenen Mitbürgern:

Dominic und Judith Niederer
mit Annika und Hannah
Simon Zangerl und Michaela Mörth

St. Othmarweg 28
Gartenstraße 7

Das Licht der Welt erblickt haben:

Amira Noelia Sheikh-Gort	18.10.2023
Fynn Giselbrecht	06.12.2023
Estelle Lercher	17.12.2023
Madison Speil	19.12.2023
Julian Leo Wagner	20.12.2023
Ellenora Kessler	19.01.2024
Lea Bertha Mallin	21.01.2024

Vorankündigungen

80er-Jahre-Party Funkenzunft

Freitag, 09. Februar 2024
im Festbau beim Kesslerplatz

Kinderfasching

Samstag, 10. Februar 2024
in der Rheinblickhalle

Seniorenkränze

Montag, 12. Februar 2024
in der Rheinblickhalle

Funkenparty der Funkenzunft

Samstag, 17. Februar 2024
im Festbau beim Kesslerplatz

Funkensonntag

Sonntag, 18. Februar 2024
beim Kesslerplatz

Vereinskontakte

Musikverein Gaißau

Christoph Lutz, Ankerweg 9
6972 Fußbach,
E-Mail: vorstand@mvgaissau.at
www.mvgaissau.at

Funkenzunft Gaißau

Marco Gayde, Oberdorfstr. 46
6974 Gaißau, Tel. 0664 4625463
E-Mail: mgayde@oct-tuning.com
Web: www.funkenzunft-gaissau.at

Faschingszunft Gaißau

Arno Sohm, Rheinstraße 10
6974 Gaißau, Telefon 0650 8605257
E-Mail: ziegenau@gmx.at
http://fz-gaissau.jimdo.com

Kirchenchor Gaißau

Bernadette Bonetti, Wichnerstraße 25
6890 Lustenau, Telefon: 05577 86434

Gesangsverein Harmonie

Markus Bohle, Hornstraße 19
6974 Gaißau, Tel. 71 189

UNION Tischtennis-Club Gaißau

Peter Koppany, Sägenplatz I Top 6
6971 Hard,
Telefon 0664 3900268 oder 0664 6242187
Web: www.uttc-gaissau.at
E-Mail: tischtennis@uttc-gaissau.at

SV Gaißau

David Posmik Hauptstraße 75
6974 Gaißau, Tel. 0650 335244
Web: www.svgaissau.at

Pokerverein Gaißau

Brigitte Domig Rheinstraße 15
6974 Gaißau,
Tel. 0699 19956953
Web: www.pokerverein.at
E-Mail: info@pokerverein.at

Yachtclub Wetterwinkel

Rheinstraße 99
6974 Gaißau,
Felix Schwärzler
Tel. 0664 361 93 53
Web: www.ycww.at
E-Mail: felix@aon.at

Kneipp Aktiv Club

Lothar Blum
Tel. 0664 430 17 68
E-Mail: kneippaktiv.gaissau@gmx.at

Verein Pasos

Stefanie Figueroa-Beise
Tel. 0688 600 261 82
Web: www.vereinpasos.com

Haushalt, Garten, rund ums Haus



Mit Vitamin-Shots durch den Winter

Ingwer-Shots mit Kurkuma, Orangensaft oder Karotten gelten als aufbauender Zaubertrank zur Stärkung der Abwehrkraft, des Immunsystems und des Energielevels. Als Ingwer Shots werden Getränke bezeichnet, die aus frisch verarbeitetem Ingwer und weiteren Zutaten hergestellt werden.

Ingwer-Shot mit Kurkuma

100 g Ingwer Wurzel, 1 Zitrone, 1TL Kurkuma Pulver oder 100 g frische Kurkuma, 50 g Honig oder Agaven-Dicksaft, 1 TL Zimt, 100 ml Apfelsaft naturtrüb.

Zubereitung: Zitrone schälen, in grobe Würfel schneiden, Ingwer und Kurkuma sauber waschen, in kleine Stücke schneiden und mit den restlichen Zutaten in einen Mixtopf geben und pürieren. Um die Wirkung der Kurkuma hervorzuheben, 1 Prise Pfeffer zugeben. Zum Schluss abseihen und im Kühlschrank aufbewahren. Idealerweise in Eiswürfelformen einfrieren. Bei Bedarf 1 solchen Würfel in eine Tasse geben, mit heißem Wasser aufgießen und genießen.

Ingwer-Shot mit Orangen

40-50 g frischen Ingwer, 700 ml frisch gepresster Orangensaft, 250 ml Wasser, 1 TL Kurkuma Pulver oder 40-50 g frische Kurkumawurzel, 80 g Honig oder alternativ Agavendicksaft und 1 Prise schwarzer Pfeffer.

Zubereitung: den frischen Ingwer waschen und in Würfel oder Scheiben schneiden. Den frisch gepressten Orangensaft zusammen mit Ingwer, Wasser, Kurkuma, Honig und 1 Prise Pfeffer in den Standmixer geben (Thermomix möglich). Alles gut durchmischen, durch ein Sieb abfiltern, in saubere Flaschen füllen und im Kühlschrank aufbewahren. Um den Stoffwechsel anzukurbeln, genügt ein Schnapsglas täglich. Da Ingwer im Kühlschrank nicht sehr lange haltbar ist, empfehlen wir diesen Shot portionsweise einzufrieren.

Ingwer-Shot mit Karotten

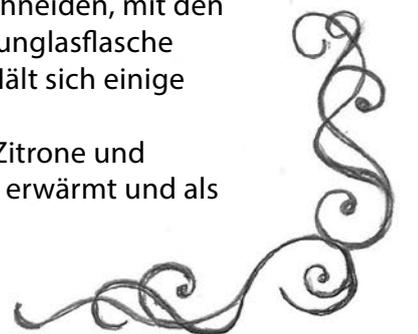
100 g Ingwer, 2 Bio-Zitronen, 4 Orangen (evtl. auch Blutorange) und 2 Karotten
Zubereitung: Ingwer und Karotten schälen und in Scheiben schneiden. Die Zitronen und Orangen auspressen und mit den anderen Zutaten in einem Mixer fein pürieren. Optional durch ein Sieb abseihen, in saubere kleine Flaschen füllen und im Kühlschrank aufbewahren. - Ein starker Energiebooster.

Ingwer-Kurkuma-Apfelessig-Shot

Zutaten: ½ Bio Zitrone, 5 cm lange Bio-Ingwer-Wurzel, 120 ml Honig, 200 ml Wasser, 1 TL Kurkuma Pulver (alternativ frischen Kurkuma), 25 ml Apfel-Balsamessig, 1 Prise Salz, 1 Prise schwarzer Pfeffer oder Cayennepfeffer.

Zubereitung: Zitronen und Ingwer schälen und beides in Stücke schneiden, mit den anderen Zutaten in einem Standmixer gut durchmischen, dann in Braunglasflasche umfüllen (Menge reicht für ½ Liter), im Kühlschrank aufbewahren. Hält sich einige Tage frisch im Kühlschrank.

TIPP: dieser Shot kann pur oder mit Mineral- oder Leitungswasser, Zitrone und Minzblättern als Limonade serviert werden. Alternativ kann er auch erwärmt und als stärkendes Heißgetränk getrunken werden.

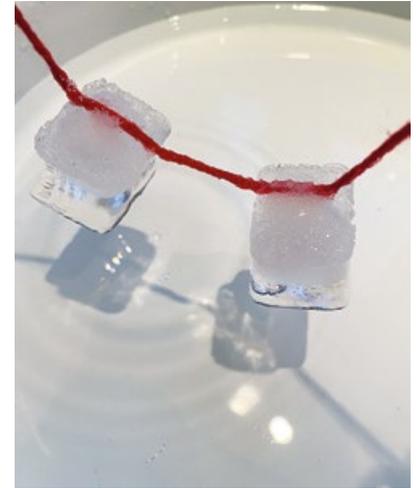


Seite für die Jungen

Hast du Lust auf Winterexperimente?

Experimente mit Eis und Wasser sind immer ein riesiger Spaß. Hast du schon einmal einen Eiskwürfel-Aufzug gebaut? Du brauchst dazu mehrere Eiskwürfel, ein Gefäß mit Wasser, ein Stück Wollfaden und Salz.

Nun kann dein Experiment beginnen. Gib mindestens 3 Eiskwürfel in das Gefäß mit Wasser. Den Wollfaden legst du auf einen der Würfel, den du anschließend mit etwas Salz bedeckst. Nach etwa 30 Sekunden wirst du staunen was passiert ist. Das Salz senkt den Gefrierpunkt des Eiskwürfels. Dadurch schmilzt das Eis. Dabei wird das Salz verdünnt und der Eiskwürfel gefriert wieder. Nimm die beiden Wollfaden-Enden in deine Hand und heb den Eiskwürfel hoch.



Eiskugeln brauchen Kälte und Geduld

Wenn es im Jänner oder Februar richtig kalt wird, dann bereiten wir uns Luftballons und Lebensmittelfarbe für unsere Eisballons vor. Das Ergebnis ist ein großartiges Experiment, wenn sich Wasser zu Eis verwandelt. In den noch nicht aufgeblasenen Ballon tropfst du flüssige Lebensmittelfarbe hinein und befüllst ihn mit Wasser, dann gleich verknoten. Das Experiment funktioniert nur, wenn es richtig kalt ist. Die Eisballons sind gefrorene Wasserballons. Sobald sie durchgefroren sind, kannst du den Ballon wegschälen. Zurück bleibt eine schöne feste Eiskugel, die du draußen im Garten platzieren kannst.

Du kannst aus Wasser auch **Eis Herzchen** machen und diese an einen Baum im Garten hängen. Dazu brauchst du fast kein Material. Es eignen sich dazu Muffinförmchen aus Silikon oder Sandförmchen. Als erstes färbst du das Wasser bunt. Dazu eignen sich am besten Wasserfarben oder Lebensmittelfarbe. Anschließend füllst du das bunte Wasser in die Formen. Wenn du die Eisformen aufhängen möchtest, dann leg noch eine Schnur mit ins Wasser. Nun ab ins Freie, vorausgesetzt es ist kalt genug. Dann sollten sie über Nacht durchgefroren sein.



Kontakte – Soziales

NOTRUFNUMMERN:

Feuerwehr 122 Polizei 133 Rettung 144 Ärztebereitschaft 141 Gesundheitsberatung 1450

Wichtige Telefonnummern:

Polizei (Höchst) 059 133 81 27 Notruf 133
Gemeindeamt Gaißau 711 17-0
Pfarramt St. Othmar 714 00-0

Mobiler Hilfsdienst: (MOHI)

Leitung Claudia Katz
Telefon: 05578 / 713 46
oder Gemeindeamt 05578 / 71117-0

Sozialsprengel Rheindelta

Beratung Sozialsprengel vor Ort
jeden zweiten Donnerstag 9:00 - 11:00 Uhr
Kinderhaus, Rheinstraße 18

Geschäftsführung: DGKP Marianne Hildebrand
Franz-Reiter-Straße 12, 6973 Höchst
Tel.: 05578/ 227 97
E-Mail: info@sozialsprengel.rheindelta.at

Krankenpflegeverein:

Obmann: Werner Schneider
Franz-Reiter-Straße 12
6973 Höchst
Telefon: 05578 760 35
E-Mail: kpv.rheindelta@aon.at

Elternverein Gaißau

Obmann: Matthias Fasch
Sonnenfeldstraße 23
6974 Gaißau
Tel.: 0677 615 022 00 vs-gaissau@elternverein.at

Gottesdienste Pfarre St. Othmar:

Samstag: 19:00 Uhr Vorabendmesse
in der Pfarrkirche Höchst
Sonntag: 08:45 Uhr Messfeier Pfarrkirche Gaißau
Sonntag: 10:00 Uhr Messfeier abwechselnd in der
Pfarrkirche Fussach und Höchst
Dienstag: 18:00 Uhr Messfeier in der
Pfarrkirche Gaißau
Mittwoch: 16:00 Uhr Messfeier in der Kapelle im
St. Josefshaus Gaißau

Bibliothek Gaißau

Tel.: 0650 2711624 www.gaissau.bvoe.at
E-mail: info@bib-gaissau.at

Öffnungszeiten:

Dienstag 15:00 - 18:00 Uhr
Mittwoch 09:00 - 11:30 Uhr
Donnerstag 16:30 - 18:30 Uhr
Freitag 09:00 - 11:30 Uhr

Connexia Elternberatung Gaißau

Jeden ersten Montag von 9 bis 10 Uhr

Rositta Huber
Kinderhaus, Rheinstraße 18
6974 Gaißau
Tel.: 0650 48 78 705
rositta.huber@connexia.at

Weltladen Gaißau

Elke Bohle
Tel.: 0664 / 270 68 05

Wir planen und begleiten Sie vom Gartentraum
zur Wirklichkeit.

Wir gestalten ihren Garten neu.

Wir pflegen Ihren Rasen, Staudenbeete, Hecken,
Sträucher und Bäume.



Wir planen, gestalten und pflegen was Sie gerne haben.

schneiders gartenwerkstatt, Seestraße 46, 6973 Höchst, Tel. 0650 55 52 464
www.schneiders-gartenwerkstatt.at info@schneiders-gartenwerkstatt.at



- Wohnhäuser
- Dachstühle
- Carports

A - 6974 Gaißau · Tel. +43/664/2212843 · office@hildebrand-holzbau.com

HOLZBAU - ZIMMEREI

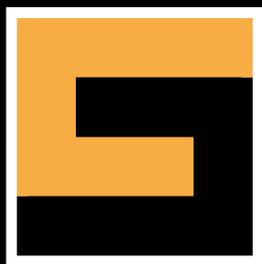
UNSERE STÄRKEN SIND:

HOLZHÄUSER

DACHSTÜHLE

CARPORTS

LOHNABBUND



**holztechnik
schmidinger**

holztechnik schmidinger gmbh · A-6974 Gaißau
Tel: +43 650 9979974 · www.schmidinger.info



**Ihr Partner
in Sachen
Wärme
und Wohlbefinden**

office@stoeckl-installationen.at

0664 88363641

6973 Höchst



Öffnungszeiten:

Montag bis Samstag
17:30 – 22:30 Uhr

Sonn- und Feiertag
11:30 – 14:30 und 17:30 – 22:30 Uhr

Dienstag Ruhetag

TERMINE / ERINNERUNGEN 2024

Tag	Jänner 2024		Februar 2024		März 2024	
	M	Veranstaltungen / Sonstiges	M	Veranstaltungen / Sonstiges	M	Veranstaltungen / Sonstiges
1	Mo	Neujahr	Do	9-11h Case Management Beratung	Fr	
2	Di	18-19 Uhr notarielle Erstberatung	Fr		Sa	
3	Mi		Sa		So	
4	Do		So		Mo	9 - 10 Uhr Elternberatung
5	Fr		Mo	9 - 10 Uhr Elternberatung	Di	18-19 Uhr notarielle Erstberatung 
6	Sa	Dreikönig	Di	18-19 Uhr notarielle Erstberatung 	Mi	
7	So		Mi		Do	9-11h Case Management Beratung
8	Mo	9 - 10 h Elternberatung	Do		Fr	
9	Di		Fr	80er-Jahre-Party Funkenzunft 	Sa	
10	Mi		Sa	14 Uhr Kinderfasching	So	Lichtfeier / Vorstellung Erstkommunikanten 
11	Do	 	So	Faschingssonntag	Mo	
12	Fr		Mo	Rosenmontag / Seniorenkränze 	Di	
13	Sa		Di	Faschingsdienstag 	Mi	
14	So		Mi	Aschermittwoch 	Do	
15	Mo		Do		Fr	
16	Di		Fr		Sa	
17	Mi		Sa	Funkenparty der Funkenzunft	So	
18	Do		So	Funkensonntag	Mo	
19	Fr		Mo		Di	
20	Sa		Di		Mi	
21	So		Mi		Do	
22	Mo		Do		Fr	
23	Di		Fr		Sa	Seeuferreinigung
24	Mi	Blutspendeaktion 18:00 bis 21:00 Uhr	Sa		So	Palmsonntag
25	Do		So		Mo	
26	Fr		Mo		Di	
27	Sa		Di		Mi	
28	So		Mi		Do	Gründonnerstag
29	Mo		Do		Fr	Karfreitag
30	Di				Sa	Karsamstag
31	Mi				So	Ostersonntag

-  Sonn- u. Feiertage
-  Rest- und Biomüll
-  Plastik- und Biomüll
-  GRÜNMÜLL Deponie
-  Vollmond
-  Neumond



BOOTE WASSERN und BRENNHOLZ EINLAGERN:
BEI ÜBERGEHENDEM MOND, IM HÖRNLEZEICHEN!
Also bei Widder, Stier u. Steinbock.

ASZ Königswiesen Öffnungszeiten:

Montag: 7.00–11.45 und 13.00–18.45 Uhr
 Dienstag bis Freitag: 7.00–11.45 und 13.00–16.45 Uhr
 Samstag: 8.30–11.45 Uhr

Impressum:

Erscheinungsort: Gaißau, erscheint 4 mal jährlich **Für den Inhalt verantwortlich:** Gemeinde Gaißau **Herausgeber und Medieninhaber:** Gemeinde Gaißau
Fotos: Gemeinde- Archiv, Vereine, private Sammlung **Layout und Druck:** Linework / Günter Hofer Lustenau **Kontakt:** E-Mail: dergaissauer@gaissau.at