



Möggers Aktuell

Ausgabe 02 - 2009

www.moeggers.at



1. Möggerser Kleinkindertreff (0 - 3 Jahre)

Wann: jeden 2. Dienstag, ab dem 14. April 2008
(28.4. / 12.5. / 26.5.; voraussichtlich ab Juni
Sommerpause, wird gemeinsam besprochen;)

Wo: Seminarraum, Gemeindezentrum
Uhrzeit: ab 14.30 Uhr - 16.30 Uhr

mitzubringend sind: bequeme Kleidung (wir sind alle am Boden) und gute Laune!!!

Freuen uns auf euer Kommen und einen gemütlichen gemeinsamen Nachmittag,

Silvia und Mariette

Laiendefibrillator

In unserer Gemeinde steht ab sofort im Gemeindehaus ein Defibrillator zur Verfügung. Dieses Gerät kann bei rascher Anwendung Leben retten und so war ich bestrebt, auch für die Gemeinde Möggers so ein Gerät anzuschaffen.

Der Defibrillator ist im Eingangsbereich des Gemeindeamtes (siehe Foto rechts unten) an gut sichtbarer Stelle stationiert. Der Zugang zu diesem Gerät ist allen Mitbürgern möglich, einerseits besitzen viele Personen bereits einen Schlüssel zum Gemeindehaus und andererseits ist durch die Anbringung eines einschlagbaren Schlüsselkästchens im Eingangsbereich (siehe Foto oben rechts) für alle ein Zugang zu diesem Gerät möglich.

Ein Defibrillator ist in der Lage, eine lebensbedrohliche Herzrhythmusstörung zu erkennen und zu beheben. Die Anwendung ist einfach und für jeden durchführbar. Den Defibrillator an den Verletzten laut Beschreibung anschließen und den Anweisungen des Gerätes folgen.

Es bleibt zu hoffen, dass dieses Gerät nie benötigt wird, und wenn es doch einmal benötigt wird, lebensrettend zum Einsatz kommt.

Der Bürgermeister





Pfarre St. Ulrich

Möggers

Kirchliche Termine:

Di 07.04.	17.00 - 18.00 Uhr Beichtgelegenheit	Mo 13.04.	Festgottesdienst mit Speisenweihe Ostermontag: 9.15 Uhr Heilige Messe
19.00 Uhr	Versöhnungsfeier	Do 21.05.	Christi Himmelfahrt: Erstkommunion
Do 09.04.	Gründonnerstag: 14.00 Uhr Kinderkreuzweg	Mo 01.06.	Pfingstmontag: Firmung
19.30 Uhr:	Abendmahlfeier	Do 11.06.	Fronleichnam mit Prozession
Fr 10.04.	Karfreitag: 15.00 Uhr Karfreitagsliturgie	Jeden Mittwoch um 9.15 Uhr	Gebetsrunde oder Hl. Messe im Pfarrheim.
Sa 11.04.	Karsamstag: 21.00 Uhr Osternachtsfeier		
So 12.04.	Ostersonntag: 9.15 Uhr		

Firmung

Am Pfingstmontag, den 10 Juni 2009 werden in unserer Pfarrkirche 20 Kinder das Sakrament der Firmung empfangen:

Cekon Corina - Cekon Eva Maria - Cekon Ines - Cekon Nina - Eienbach Julia
Eugler Elisabeth - Fend Pascal - Gmeiner Madlen - Gmeiner Simon
Haider Lukas - Hagspiel Nadine - Heidegger Julia - Lässer Kilian - Leite Anna
Moser Lisa - Ruck Konstantin - Schneider Nathalie - Schneider Sarah
Wetzel Lena - Wucher Elisa

Die Firmung steht unter dem Thema: „Feuer in mir“.

Der Heilige Geist - das Feuer in mir - ist es, der uns antreibt, unserer Sehnsucht zu folgen, uns zu wandeln, nicht stehen zu bleiben und zu werden, wer wir in unserem Kern schon sind.

Die Pfarrgemeinde freut sich, dass die Kinder die Kraft des Heiligen Geistes empfangen werden.



Erstkommunion:

Die Feier der Ersten Heiligen Kommunion

am 21. Mai 2009

steht unter dem Thema: „Jesus lädt zum Tisch“

Zum Leben brauchen wir nicht nur Nahrung, sondern auch Liebe und Gemeinschaft. Wenn wir uns vor dem Essen die Hände reichen, drücken wir Gemeinschaft untereinander und mit Gott aus. Gemeinsames Essen und Trinken ist mehr als nur Hunger und Durst stillen. Bei Jesus ist ein gemeinsames Mahl Zeichen von Nähe und Verbundenheit.

6 Kinder freuen sich auf ihren großen Festtag:

Feuerle Jasmin - Gmeiner Maria - Heidegger Daniel

Kriele Maria Viktoria -

Leite Jakob - Schneider

Tobias

Die Kinder sind miteinander, mit den Eltern und Geschwistern, mit der Pfarrgemeinde, mit Jesus Christus, mit Gott unterwegs - ein Grund zu feiern!



Pfingsten:

Der Geist lässt mich atmen

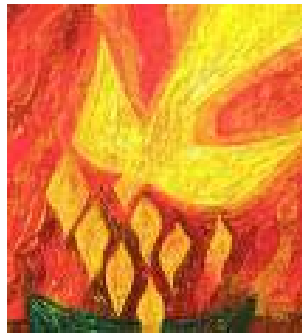
Der mich atmen lässt,
bist Du, lebendiger Gott

Der mich leben lässt,
bist Du, lebendiger Gott

Der mich schweigen lässt,
bist Du, lebendiger Gott

Der mich reden lässt,
bist Du, lebendiger Gott

Der mich warten lässt,
bist Du, lebendiger Gott



Der mich handeln lässt,
bist Du, lebendiger Gott

Der mich wachsen lässt,
bist Du, lebendiger Gott

Der mich Mensch sein lässt,
bist Du, lebendiger Gott

Der mich atmen lässt,
bist Du, lebendiger Gott

A. Rozetter

Muttertag:

Was ist eine gute Mutter?

Eine gute Mutter ist eine Frau,
die Freude an ihrem Leben hat und
das auch ausstrahlt.
Die zwar nicht perfekt, aber zufrieden
ist.



Eine gute Mutter ist eine Frau,
die das, was sie ihrem Kind geben kann gerne gibt.
Und die dafür sorgt, dass es das, was es braucht,
sie ihm aber nicht geben kann, von jeman anderem bekommt.

Eine gute Mutter ist eine Frau,
die dafür sorgt, dass die Anzeigen ihres Energietranks nicht
ständig auf Reserve stehen.

Ostern:

Kostbar. Mit den Augen des Glaubens.

Das Kreuz ist das Letzte. Sagen die einen und irren. Das Kreuz ist das Erste. Sagen die anderen und irren auch.

Bei den Toten findet man keinen Lebenden. Klar? Das Kreuz ist

anschaulich, begreifbar, hart,
und tagtäglich haben wir es vor

Augen,

im Kopf, im Herzen, tragen es
auf den Schultern. Aber: Erst im

Licht der Auferstehung leuchtet

der Sinn des Kreuzes auf. Ein

Geheimnis, vom Licht erhellt,

erleuchtet sogar. Zum

Anschauen vielleicht eher als

zum Begreifen. Das Hosanna

vom Palmsonntag

und die Rituale der Karwoche

sind lichtreicher Alltag. Und Alltag ist dort, wo der Auferstandene lebt.



Einladung zum

SUPPENTAG



am Palmsonntag, den 5. April 2009

nach dem Gottesdienst (ca. 10 Uhr)

im Gemeindehaus

Für das gute Gelingen des Suppentages
bitte ich wieder um Suppen, Suppeneinlagen
und Kuchen (melde dich bitte bis zum
So. 29. März bei Christa Tel.85203).

Auf viele Besucher freut sich der Arbeitskreis Weltkirche

Schiclub Möggers - Saisonsbericht

Der SC-Möggers kann heuer auf eine sehr erfreuliche Saison Rückschau halten, mit viel Schnee, tollen Veranstaltungen und schönen Erfolgen.

Im Spätherbst haben wir mit dem Trockentraining für Kinder, Jugendliche und Erwachsene begonnen und konnten im Durchschnitt ca. 40 Kinder und 10 - 15 Erwachsene in der Turnhalle begrüßen. Isabella, Mary, Bernd und Reinhold haben dafür gesorgt, dass die Trainingseinheiten eine gelungene Mischung aus Spaß und körperlicher Ertüchtigung waren.

Bei herrlichem, aber sehr kaltem Winterwetter haben wir vom 27. – 31. Dezember den Kinderschikurs am Luggi-Leitner-Lift abgehalten. Beinahe 20 Helfer betreuten in diesen Tagen 65 Kinder. Trotz kleiner Probleme durch krankheitsbedingte Ausfälle von Schilehrern, erlernten alle „ganz Kleinen“ das Schifahren und die größeren Kinder konnten ihr Eigenkönnen merklich verbessern.

Bei den drei Schülercupveranstaltungen, mit gesamt 5 Rennen, durften wir 89 Startnummern ausgeben, sehr viele Eltern und Schlachtenbummler begrüßen, spannende Rennen miterleben und anschließend die eine oder andere gemütliche Stunde mit Freunden verbringen.

Schülermeister der Saison 2008/09 wurde Wucher Florian, bei den Mädchen konnte Leite Theresa diesen Titel gewinnen. Die restlichen Ergebnisse sind in der Homepage von Möggers zu finden.

Die Vereinsmeisterschaft mit der Ortsvereinwertung war, Dank der Unterstützung der Vereine, ebenfalls eine lässige und gelungene Veranstaltung.

Zum Ausklang der Vereinsmeisterschaft, dem Schiball, die subjektive Meinung von mir: „Ein paar Gäste mehr hätten nicht geschadet und wir sind über jede Anregung und/oder klare Aussage dankbar, die zu einem besseren Ballereignis führen kann“. Der Vergleichskampf Buch-Möggers konnte von unserem Verein bei wahren Kaiserwetter veranstaltet werden, war mit knapp 100 Läufern gut besucht und auch vom „hocka“ her, war es eine der längeren Veranstaltungen.

Zum Kinderschitag: Ein unvergessliches Erlebnis für Kinder und Begleitpersonen mit ca. 1 Meter „Powder“ in Damüls und zahllosen „Tuchfühlungen“ mit dem Schnee.

Der Erwachsenenschitag führte uns heuer das erste Mal nach Serfaus-Fiss-Ladis, in ein Schigebiet mit gigantischen Ausmaßen und voreilendem Ruf. Wir konnten nur einen Bruchteil der 185 Pistenkilometer und nur wenige „Gastronomiebetriebe“ kennen lernen, aber die Region ist wirklich imposant.

Weitere sportliche Höhepunkte:

- Gewinn des Vergleichskampf BU-MÖ
- Lehrwarterennen – 5. Rang Mannschaftswertung
- Gewinn des „Weißen Rings“ in Lech durch Cornelius Greussing
- Rheintalmeisterschaft (ein tolles Starterfeld vom SC-Möggers)

Rheintalcup:

Unsere LäuferInnen in der Saison 08/09 sind:

- | | | |
|-----------------------|------------|----------------|
| • Heidegger Daniel | Kinder Ib | 1 Gesamtrang |
| • Heidegger Marco | Kinder IIa | 1. Gesamtrang |
| • Lässer Tobias | Kinder IIa | 2. Gesamtrang |
| • Lässer Kilian | Schüler I | 21. Gesamtrang |
| • Ruck Konstantin | Schüler I | 22. Gesamtrang |
| • Rädler Ariane | Schüler II | 1. Gesamtrang |
| • Wucher Florian | Schüler II | 6. Gesamtrang |
| • Heidegger Christoph | Schüler II | 13. Gesamtrang |
| • Eienbach Teresa | Jugend I | 1. Gesamtrang |
| • Lässer Lukas | Jugend I | 2. Gesamtrang |
| • Heidegger David | Jugend I | 7. Gesamtrang |
| • Rädler Alexander | Jugend I | 8. Gesamtrang |
| • Ponticelli Fabian | Jugend II | 1. Gesamtrang |
| • Kienreich Manuel | Jugend II | 2. Gesamtrang |

Mit viel Trainingsaufwand konnten unsere RennläuferInnen wiederum hervorragende Ergebnisse einfahren. Ein Dank dem Trainerteam: Reinhold, Bernd, Corno, Willi, Isabella sowie den Helfern und Eltern. In der Vereinwertung belegen wir den 5. Rang.

Kurzinfo zu unseren sportlichen Aushängeschildern - Ariane und Riccardo:

Ariane ist das letzte Jahr in der Schihauptschule in Schruns und wird vom 18. bis 20. April die Aufnahmeprüfung für die Schihandelsschule in Stams absolvieren. Einige der wichtigen Ergebnisse auf einen Blick:

- ÖSV Testrennen in Westerdorf/Tirol SL 1.Rang im Jahrgang
- Österr. Schülermeisterschaften in Kaprun SL 2. Rang im Jahrgang
- Österr. Schülermeisterschaften in Kaprun RTL 5. Rang im Jahrgang
- VSV Cup (8 Rennen) 3. Gesamtrang

Riccardo absolviert das zweite Jahr in Stams und ging gut vorbereitet und körperlich stark in die Saison. Er hat ca. 35 FIS Rennen bestritten und kämpft um die begehrten Punkte - um in den Startplätzen weiter nach vorne zu kommen (je mehr „gute“ Fahrer – z. B: Weltcupfahrer – am Start sind, um so mehr Punkte werden für gute Platzierungen vergeben). Allerdings hatte Riccardo in der vergangenen Saison immer wieder mit kleineren Verletzungen zu kämpfen. Zusammenfassend kann man es vielleicht so ausdrücken: „Es ist ein verdammt harter Job!“ Wir wünschen den Beiden alles Gute und vor Allem Gesundheit!!

Abschließend noch ein herzliches Dankeschön an alle Helfer und Gönner und ganz besonders dem SC-Ausschuss.

Euer Obmann Walter Boch

Österreichische Rheumaliga LG. Vorarlberg

SHG Rheumatiker Lochau

Seit September 2008 gibt es in **Lochau** eine Selbsthilfegruppe für Rheumapatienten. Die Zahl der Betroffenen ist hoch und die Früherkennung enorm wichtig. Wir möchten einen Raum schaffen, in dem Betroffene Informationen bekommen und gegenseitiger Austausch möglich ist.

Nach dem Motto der **Österreichischen Rheumaliga**

„Betroffene Helfen Betroffenen“.

Wir treffen uns immer am 1. Mittwoch im Monat und freuen uns, wenn Sie sich angesprochen fühlen und bei uns vorbei kommen.

Unsere Treffen finden im Pfarrheim in **Lochau**, jeweils um 16.00 Uhr statt.

Nächste Termin:

01. April	2009
06. Mai	2009
03. Juni	2009

Weitere Infos unter : 0664/6302978 oder 0650/2004105

Auf Ihr Kommen freuen sich Jutta und Uta

Bockbierfest mit den Mölltalern

Am Ostersonntag, den 12.04.2009, findet unser traditionelles Bockbierfest im beheizten Festzelt statt. Wie immer mit Bockbier vom Faß, Weißwurst und Brezel, Leberkäse, Bierkrugstemmen,

Für Stimmung und Unterhaltung sorgen die fiedelnden Mölltaler

Kartenvorverkauf

Täglich zwischen 18:00 - 20:00 Uhr

Tel: Nr. 0043 (0) 5573 / 8 51 31

oder 0043 (0) 664 / 56 67 912



Musikschule Leibachtal

Prima – la – musica

Am 6.März.2009 belegte das Quartett „Quicksilver“ der Musikschule Leiblachtal mit

Sarah Schneider
Milena Sandrisser
Natalie Grünwald
Lea Ferchl

im Konservatorium Feldkirch den 2.Platz mit gutem Erfolg.

Herzliche Gratulation



Walderlebnispfad Möggers

Bei der heurigen Winterwanderung bestaunten die zahlreichen Teilnehmer die riesigen Eisformen an den Wasserfällen. Durch die anhaltende Kälte waren diese heuer besonders imposant.



Ein weiterer Stationspunkt beim Walderlebnispfad wurde neu errichtet. Beim alten „Kohlplätzle“, wo in früheren Zeiten Holzkohle gebrannt wurde, steht nun die neue Köhlerhütte. Neben der großen Laubheumaträtze für die Kinder soll hier über eines unserer alten Handwerke „die Köhlerei“ informiert werden.

Der Waldpädagogikverein



Ordinationszeiten an Samstagen, Sonntagen und Feiertagen:

10.00 Uhr bis 11.00 Uhr und 17.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Notdienst an Werktagen außer Samstag:

19.00 Uhr bis 07.00 Uhr:

Bitte rufen sie Ihren Hausarzt an

Telefonnummern:

Dr. Anwander-Bösch	05574/47745
Dr. Bannmüller	05573/82600
Dr. Fröis	05573/83747 oder privat 84570
Dr. Hörburger	05574/47565
Dr. Michler	05574/44300 oder privat 46560
Dr. Trplan	05573/85555

Ordinationsadressen:

Dr. Anwander-Bösch Bettina	Landstraße 38	6911	Lochau
Dr. Bannmüller Katharina	Ziegelbachstraße 14	6912	Hörbranz
Dr. Fröis Hubert	Lochauer Straße 55	6912	Hörbranz
Dr. Hörburger Claus	Bahnhofstraße 10	6911	Lochau
Dr. Michler Reinhard	Alberlochstraße 27	6911	Lochau
Dr. Trplan Arno	Heribrandstraße 3	6912	Hörbranz

Tag	Datum	Feiertage	Name
Samstag	4 Apr 2009		Dr. Bannmüller
Sonntag	5 Apr 2009		Dr. Michler
Samstag	11 Apr 2009		Dr. Anwander
Sonntag	12 Apr 2009	Ostersonntag	Dr. Trplan
Montag	13 Apr 2009	Ostermontag	Dr. Fröis
Samstag	18 Apr 2009		Dr. Hörburger
Sonntag	19 Apr 2009		Dr. Trplan
Samstag	25 Apr 2009		Dr. Bannmüller
Sonntag	26 Apr 2009		Dr. Anwander
Freitag	1 Mai 2009	Tag der Arbeit	Dr. Fröis
Samstag	2 Mai 2009		Dr. Michler
Sonntag	3 Mai 2009		Dr. Hörburger
Samstag	9 Mai 2009		Dr. Fröis
Sonntag	10 Mai 2009		Dr. Trplan
Samstag	16 Mai 2009		Dr. Anwander
Sonntag	17 Mai 2009		Dr. Michler
Donnerstag	21 Mai 2009	Christi Himmelfahrt	Dr. Hörburger
Samstag	23 Mai 2009		Dr. Trplan
Sonntag	24 Mai 2009		Dr. Bannmüller
Samstag	30 Mai 2009		Dr. Trplan
Sonntag	31 Mai 2009	Pfingstsonntag	Dr. Hörburger
Montag	1 Jun 2009	Pfingstmontag	Dr. Anwander

Raiffeisenbank Leiblachtal Bewerbungsseminar für die 4. Klassen der Hauptschule Hörbranz

Auch in diesem Schuljahr wurden wieder alle Schüler und Schülerinnen aus den drei 4. Klassen der Hauptschule Hörbranz von der heimischen Raiffeisenbank an drei Terminen zu einem professionell gestalteten Bewerbungsseminar ins Pfarrheim eingeladen. Und die jungen „Seminarteilnehmer“ folgten mit viel Interesse den Ausführungen des Bildungstrainers Andreas M. Müller von „PROVIEL – träumen, denken, handeln – www.proviel.at“ aus Schwarzach.

Es ging hier vor allem darum, die jungen Menschen „Fit für eine erfolgreiche Bewerbung“ zu machen. Auf dem Programm standen daher unter anderem Persönlichkeitsanalysen, Bewerbungsstrategien oder die Führung von Vorstellungsgesprächen mit dem künftigen Arbeitgeber als umgänglicher Gesprächspartner. In der Gruppenarbeit bzw. im Rollenspiel konnten die Schüler selbst aktiv werden. „Learnig By Doing“ stand im Vordergrund.

„Im Besonderen geht es uns darum, im Rahmen unserer Möglichkeiten den jungen Menschen durch entsprechende Informationen den Start ins Berufsleben zu erleichtern bzw. sie dabei zu unterstützen, diesen neuen Lebensabschnitt sicher und erfolgreich zu beginnen“, so die Raiffeisen-Jugendclub-Betreuer im Leiblachtal, Isabella Steiner (Bankstelle Hörbranz), Elisabeth Kalb (Bankstelle Hohenweiler) sowie Elisabeth Schreilechner und Johannes Hefel (Bankstelle Lochau). In diesem Sinne ist die alljährliche Einladung der Schüler und Schülerinnen der Abschlussklassen der Hauptschule Hörbranz zu diesem ganztägigen Bewerbungsseminar ein weiterer sehr willkommener „Event“ im Rahmen der zahlreichen speziell auf die Jugend abgestimmten Raiffeisen-Club-Veranstaltungen.



80% der Herz-Kreislauf- erkrankungen sind vermeidbar

aks und FGÖ starten Herz-Kreislauf-Kampagne in Vorarlberg



Die aktuelle Kampagne des Fonds Gesundes Österreich (FGÖ) steht unter dem Motto „Mein Herz und Ich. Gemeinsam gesund“. In Vorarlberg wird die Kampagne mit dem Schwerpunkt Herz-Kreislauf-Gesundheit vom der aks Gesundheitsvorsorge umgesetzt.

„Wir können mit der Gesundheitssituation im Land durchaus zufrieden sein“, so Wallner. „Umso wichtiger ist es, diesen Startvorteil zu nützen und die Gesundheit der VorarlbergerInnen durch Programme wie die aktuelle Herz-Kreislauf-Kampagne weiter zu unterstützen.“

Gesunder Lebensstil ist ideale Vorbeugung

„Der beste Schutz vor Herz-Kreislauferkrankungen ist ein gesunder Lebensstil“, betont Dr. Günter Diem, Geschäftsführer der aks Gesundheitsvorsorge. „Wer sich regelmäßig bewegt, den Stress reduziert, wenig Alkohol trinkt und nicht raucht, hat ein extrem geringes Risiko an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung zu leiden.“ Doch auch für weniger Disziplinierte besteht Hoffnung, denn schon kleine Änderungen der Gewohnheiten zeigen Erfolge. „Deshalb wollen wir im Rahmen der Kampagne Menschen aus allen Altersgruppen einfache Tipps für einen gesünderen Lebensstil geben, die Sie leicht im Alltag umsetzen können“, so Diem. Dabei stehen dieses Mal besonders die Zielgruppen Jugendliche, sozial Schwache und MigratInnen im Mittelpunkt der Aktivitäten.

Zwei Schwerpunktregionen: Bludenz und Wolfurt

Das Hauptaugenmerk der Kampagne liegt dabei in den zwei Schwerpunktregionen Bludenz und Wolfurt. Dort wird im Jahr 2009 gemeinsam mit der Bevölkerung ein nachhaltiges Programm gestartet, das über die Kampagne hinaus wirken kann. Eine Steuerungsgruppe in der jeweiligen Region erarbeitet eine Ist-Analyse, um den Bedarf der Bevölkerung festzulegen. Aufgrund dieser Analyse werden dann nachhaltige Aktionen zur Verbesserung der Herz-Kreislaufgesundheit der Bevölkerung umgesetzt. Dafür werden gemeinsam mit VertreterInnen aus den jeweiligen Gemeinden Programme entwickelt, die speziell auf die Bedürfnisse der Bevölkerung abgestimmt sind. Zudem werden auch bestehende

Gesundheitsförderungsprogramme wie „schoolwalker“ oder die „Genussdetektive“ in die Kampagne eingebunden. Ziel ist, dass sich aus diesen Aktivitäten dauerhafte und ständige Gesundheitszirkel in den Gemeinden entwickeln, die auch nach der Kampagne Folgeprojekte umsetzen.

Aktivitäten in ganz Vorarlberg

Neben der Arbeit in den Schwerpunktregionen sind auch Vorarlbergweite Aktivitäten geplant. So wird 2009 das kritische Thema Schulverpflegung eine wichtige Rolle spielen, ebenso die Einführung eines gesunden Kindertellers in der Gastronomie. Zudem werden regelmäßige Vorträge zum Thema Herz-Kreislaufgesundheit angeboten. Einen Beitrag zur gesunden Jause leistet das Herzweckerl, ein leckeres Vollkornbrötchen, das ab März in verschiedenen Vorarlberger Bäckereien erhältlich sein wird.

Gemeinsam Gesund: Die Säulen eines gesunden Lebensstils

Bewegung: Bewegen Sie sich täglich mindestens 30 Minuten. Dafür reicht es schon, kurze Wege mit dem Fahrrad zurückzulegen, auf den Fahrstuhl zu verzichten und konsequent Treppen zu steigen oder ausgedehnt spazieren zu gehen.

Ernährung: Weniger Fleisch, Zucker- und Fettthaltiges, dafür mehr Gemüse, Obst, Getreide- und Milchprodukte. Dieses Rezept zeigt die Ernährungspyramide sehr anschaulich: Mehr von den Lebensmitteln an der Basis der Pyramide, weniger von denen an der Spitze.



Stress und seelische Belastungen: Wenn Sie sich überlastet fühlen, versuchen Sie Unterstützung zu finden – vom Vorgesetzten, von KollegInnen, Familie, Freunden, Nachbarn, etc. Positiv wirkt sich auch eine ausgleichende Freizeitbeschäftigung aus, idealerweise ein bisschen Bewegung. Problemlösung und Stressbewältigung kann man erlernen!

Suchtverhalten: Alkohol und Nikotin haben ein Suchtpotenzial, das es schwer macht, den Konsum zu reduzieren oder damit aufzuhören. Hier ist professionelle Unterstützung notwendig. **Servicestellen und Beratung**

Ernährungsberatung

30 ErnährungsberaterInnen, wohnortnah in ganz Vorarlberg, Information unter T 055 74 / 202 – 1021, Liste der ErnährungsberaterInnen unter www.aks.or.at

RaucherInnen-Entwöhnung

aks-Rauchfrei-Kurse – Information und Anmeldung unter T 055 74 / 202 – 1055

Fitness im Alter

Fit und Gesund ins Alter mit dem „Kleeblatt“ – Information und Anmeldung unter T 055 74 / 202 – 1055

Gesünder mit mehr Bewegung

aks Bewegungskurse speziell für Untrainierte und WiedereinsteigerInnen – Information und Anmeldung unter T 055 74 / 202 – 1056



Rückfragen

aks Gesundheitsvorsorge Mag. Birgit Hämmerle
Rheinstraße 61, 6900 Bregenz
T 055 74 / 202 – 1025
gesundheitsvorsorge@aks.or.at

G'sund und Munter

Unter diesem Motto fand am Sonntag, den 15. Februar 2009 ein Essen für Senioren in der Volksschulküche Möggers statt. Dabei ging es um vollwertige und gesunde Ernährung im Alter.



Die Senioren waren zu einem Mittagsmenü eingeladen, das nicht nur kulinarisch verwöhnen sollte, sondern auch aus frischen und qualitativ hochwertigen Produkten zubereitet wurde.

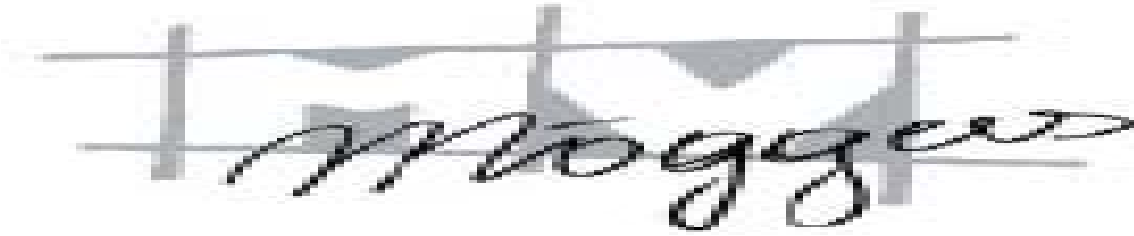


Die Gäste wurden dabei von der Organisatorin Marita Kathan und den beiden Helferinnen Michaela Eller und Tanja Heidegger vor Ort bekocht.



Dabei kam, durch die zahlreichen freiwilligen Spenden, ein nennenswerter Betrag von 165 Euro zusammen, der vollständig dem Sozialprojekt „Lauf für Afrika“ zukommt. Bei diesem werden mittellose und oft auch elternlose Kinder aus den Slums am Stadtrand von Nairobi unterstützt.





1. Rang beim Ortsvereineschirennen

Der Musikverein Möggers konnte heuer eine nicht nur zahlenmäßig sondern auch technisch überaus starke Mannschaft zum Ortsvereineschirennen entsenden. Vor allem Dank der souveränen Tagesbestzeit vom Weissen-Ring-Sieger Cornelius Greussing, knapp gefolgt von Willi Feßler und Claudio Reiner, sowie einer mannschaftlich überzeugenden Leistung gelang es dem MV Möggers den lange ungeschlagenen Schiclub zu entthronen. Sichtlich stolz durfte Vizeobmann Willi den Preis im Rahmen des Musikballs entgegen nehmen. Gratulation den erfolgreichen Teilnehmern!



Funken abbrennen

Die erste offizielle Ausrückung war auch heuer wieder das Funkenständchen. Funkenmeister Cornelius hat mit tatkräftiger Unterstützung der „Funkabuaba“ einen stattlichen Funken errichtet, den er dann pünktlich um 20:00 Uhr in Brand steckte. Auch wir wollten mit Pauken und Trompeten den heuer doch ziemlich intensiven Winter vertreiben. Nur Petrus hat das wohl noch nicht mitbekommen...

Sehr guter Erfolg bei „Prima la Musica“

Wieder dürfen wir von unserem Nachwuchs eine Erfolgsmeldung bringen: Pia Moranduzzo hat mit ihrer Flöte beim Landeswettbewerb „Prima la Musica“ einen sehr guten Erfolg erreicht. Wir gratulieren dir zu diesem tollen Ergebnis und wünschen dir auch in Zukunft viel Freude beim Musizieren!



Vorbereitung auf den Wettbewerb

Unser Hauptaugenmerk liegt derzeit auf der Vorbereitung zum Konzertwettbewerb in Scheidegg am 26.04.2009. Für diesen Bewerb müssen wir ein Pflichtstück und ein Wahlstück einstudieren, das dann direkt nach der Aufführung von der Jury bewertet wird. Es ist unsere erste Teilnahme an einem Konzertwettbewerb nach längerer Zeit und wir sind schon sehr auf unser Abschneiden gespannt. Natürlich hoffen wir auch auf einige Fans aus Möggers, die uns beim Wettbewerb die Daumen drücken.

Schitag

Der diesjährige Schitag des Musikvereins wurde bei schon recht frühlingshaften Bedingungen in Damüls abgehalten. Der Tag bescherte uns bis nach Mittag traumhafte Verhältnisse, der dann aufziehende Nebel zwang uns aber dann dazu vom sportlichen zum geselligen Teil des



Programms überzugehen. Nach dem gemütlichen Feiern im „Scharfen Eck“ und dem fast schon traditionellen Marsch zum Bus gelangten wir wieder wohlbehalten nach Möggers, wo wir den Abend bei unserem Vorstand Walter ausklingen ließen.



Alle trinken Koma, ich trinke Cola.



Leiblachtal sucht selbstbewusste Jugendliche!

Zeig uns, wie du mit Alkohol umgehst. Mach mit beim Kreativwettbewerb und überzeuge uns mit deinen Ideen.

Zu gewinnen gibt es
einen iPod touch, eine Städtereise, Einkaufsgutscheine
Tankgutscheine, Fahrschulgutscheine u.v.m.!

Abgabe bis 31.3.09!

Infos und Anmeldung:

wir-machens-vor@gmx.at
Stefanie Fetz, Sonnenhalde 9, 6911 Eichenberg

Preisverteilung:

Sonntag, 19.4.09, ab 14 Uhr
Mehrzwecksaal Eichenberg



Möggers Tourismus - JHV

Am 27.2.09 hielt Möggers-Tourismus seine Jahreshauptversammlung im Ried Stüble ab.

Neben dem gesamten Ausschuss durften wir auch etliche Mitglieder und Frau Dünser von „Bodensee - Vorarlberg – Tourismus“ begrüßen. Bürgermeister Bantel ließ sich entschuldigen, er wurde von Vizebürgermeister Gregor Wucher vertreten. Ebenfalls entschuldigen ließ sich Frau Gnad, Kurdirektorin von Scheidegg.

Frau Dünser berichtet über die Aufgaben von BVT.

BVT – hat vor Jahren für uns die Arbeiten, die sonst ein Tourismusbüro erledigt, gegen einen Beitrag, der auf Basis der Nächtigungszahlen errechnet wird, übernommen.

Für das Jahr 2009 sind von uns € 408.— zzgl. Mwst. zu entrichten.

Die Aufgaben von BVT sind also: Anfragebeantwortung, erfassen v. Gästewünschen, Zusendung entsprechender Werbemittel, also unserer Prospekte, kostenlose Abbildung unserer Beherbergungsbetriebe im Katalog, kostenlose Frei- und Belegtmeldung im Internet, Buchungen gegen Provision, kostenlose Internetdarstellung des Ortes im Online Katalog von Tiscover, BVT vertritt uns auf Messen usw. ...

Wir pflegen gute Kontakte zu den umliegenden Tourismusbüros, im Speziellen nach Scheidegg, herzlichen Dank an Frau Gnad für die gute Zusammenarbeit. Unsere Beherbergungsbetriebe dürfen sich zu den selben Kosten wie die Scheidegger Vermieter im Katalog und in den Broschüren eintragen, zu den selben Bedingungen im Internet über Dreamway auftreten, unseren Gästen steht die Infrastruktur von Scheidegg von A - Z zu den selben Konditionen zur Verfügung. Wir pflegen auch gute Kontakte zu den umliegenden Tourismusbüros in Deutschland, d. h. wir sind herzlich willkommen wenn wir unsere Prospekte auflegen, bekommen im Gegenzug wichtige Informationen für unsere Gäste, die beim Gemeindeamt Möggers aufgelegt werden.

Unsere Vermieter haben die Möglichkeit, die Tagungen und Vermieter - Seminare auch im Landkreis Lindau zu besuchen. Die Themen sind sehr gut ausgesucht, es sind immer hochkarätige Referenten engagiert.

Hinweis: am 1. 4.09 findet im Gasthof Adler Oberreute ein Gastgeberseminar zum Thema „Machen sie Ihren Internetauftritt fit“.

Es ist in den letzten 2 Jahren auffallend, wie die Zahl der Jakobspilger steigt.

In der Hauptsaison war es manchmal mühsam, die Wanderer irgendwo unterzubringen.

Da kommt uns die Errichtung des neuen Pilgerzentrums in Scheidegg sehr entgegen.

Seit zwei Jahren sind wir auch zur Prospektbörse, auf einem Schiff im Lindauer Hafen, eingeladen. Hier gab es wieder viele Informationen für unsere Gäste.

Erfreulicherweise konnten wir im vergangenen Jahr neue Vermieter, die Familie Annelies und Luis Heidegger, in unseren Verein aufnehmen. Wie auch unser Landeshauptmann kürzlich feststellte, ist der Tourismus ein wichtiger Wirtschaftszweig in Vorarlberg. Er macht das Leben der Vermieterfamilien attraktiv – Arbeitsplätze der Frauen zu Hause, bei Ihren Kindern.

Vizebürgermeister Gregor Wucher, wird den Wunsch der Vermieter, dass alle Hausbesitzer Ihre Hausnummern gut sichtbar anbringen, an Bürgermeister und Gemeindevertretung weiterleiten. Es wäre für anreisende Gäste und Paketdienste eine enorme Erleichterung.
Herzlichen Dank im Voraus.

Ebenso wäre es sinnvoll, bei der Kreuzung L 11 Richtung Dorf ein Hinweisschild „Walderlebnispfad“ anzubringen, damit nicht unnötig viele Autos nach Möggers hoch fahren.

Auf eigenen Wunsch, legte Ignaz Lässer, der sich für 4 Jahre als Obmann zur Verfügung stellte, sein Amt nieder. Er übergab es an den wiedergewählten Obmann Georg Stadler.

Lässer Ignaz ist nun wieder Obmann- Stellvertreter. Herzlichen Dank an Georg und Ignaz, aber auch an die übrigen Ausschussmitglieder: Eva Schapper, Karl Haider, Gregor Heidegger, Arthur Frick, Luis Heidegger, Walter Ebner, für den Zusammenhalt und die geleistete Arbeit.

Bernadette Frick

Sozialsprengel Leiblachtal

16.04.2009

Vortrag: Die kleine homöopathische Reiseapotheke

Alles klar für die Urlaubsreise? Und nichts vergessen? Badezeug, Personalpapiere, Tickets für die Fähre, Schutzbrief und das Radio für den Strand?

Gerade auf Reisen ist es praktisch, wenn man ein Mittelchen für leichte Beschwerden dabei hat und nicht wegen jeder Kleinigkeit medizinische Hilfe in Anspruch nehmen muss. Hier kann die Homöopathische Reiseapotheke gute Dienste tun. Von Aconitum bis Veratrum, von Arnica bis Rhus toxicodendron – die wichtigsten Einzelmittel für die Reiseapotheke werden besprochen, aber auch Tipps für die homöopathische Hausapotheke kommen nicht zu kurz.

Mag. Klaus Michler, selbstständiger Apotheker in Lochau, beschäftigt sich schon seit vielen Jahren mit Homöopathie - eine weit verzweigte Therapieform mit vielen Varianten. Er wird in einem interessanten Vortrag wertvolle Tipps und Informationen den TeilnehmerInnen weitergeben und im Anschluss daran für etwaige Fragen zur Verfügung stehen. Datum: 16.04.2009, Beginn: 19:30 Uhr, Ort: Vereinshaus Alte Schule in Lochau, Eintritt AK: 8 € oder 92 Talente. Veranstalter ist der Sozialsprengel Leiblachtal mit freundlicher Unterstützung der 5 Leiblachtalgemeinden.

Zusammenfassung:

Vortrag: Die kleine homöopathische Reiseapotheke
Info: Infos über Einzelmittel für die Reiseapotheke, aber auch
Tipps für die homöopathische Hausapotheke

Referent: Mag. Klaus Michler
Datum: 16.04.2009
Beginn: 19:30 Uhr

Ort: Vereinshaus Alte Schule Lochau
Eintritt: AK 8,00 € oder 92 Talente



28.04.2009**Vortrag: Wie stärke ich mein Immunsystem?**

Erkältungen, Schnupfen, Husten, Grippe, Bronchitis, Mittelohrentzündungen usw. sind lästige und häufig wiederkehrende Begleiter an feucht-kalten Tagen.

Warum unser Immunsystem diese Erkrankungen nur unzureichend bekämpfen kann und welche einfachen Möglichkeiten es gibt, schnell wieder gesund zu werden und gesund zu bleiben, können Sie an diesem Abend erfahren.

Tipps und Tricks vom Fachmann: Mag. Rudolf Pfeiffer. Eine Veranstaltung Zusammenarbeit mit Connexia – Gesundheit und Pflege.

Zusammenfassung:

Vortrag: Wie stärke ich mein Immunsystem?

Info: Krankheiten erfolgreich bekämpfen.

Referentin: Mag. Rudolf Pfeiffer

Datum: 28.04.2009

Beginn: 19:30 Uhr

Ort: Hörbranz, Pfarrheim, Martinsraum

Eintritt: AK 8,00 € oder 92 Talente

**Gesund, lebensfroh und aktiv ins Alter mit der aks
Gesundheitsvorsorge**

Sie sind über 60, aktiv und rüstig und wollen, dass das noch lange so bleibt? Dann ist das „Kleeblatt“ der aks Gesundheitsvorsorge genau das Richtige für Sie! Dort erfahren Sie, was Sie selbst im Alltag tun können, um noch lange vital und fit zu bleiben. Denn eigentlich ist dafür gar nicht viel nötig. So sinkt beispielsweise mit jedem Kilo weniger das Diabetes-Risiko bei Übergewicht um 16 Prozent.

Ein Fachteam aus einem Arzt, einer Psychologin und einem Sport- und Ernährungswissenschaftler informiert Sie im Rahmen der vierstündigen Veranstaltung darüber, was Sie in den Bereichen Bewegung, Ernährung, Soziales und medizinische Vorsorge tun können, um möglichst lange gesund und aktiv zu sein.

Am Ende der Veranstaltung erhalten Sie Ihr ganz persönliches Empfehlungsschreiben mit Tipps, wie Sie durch kleine Veränderungen in Ihrem Alltag Gesundheit und Lebensqualität entscheidend verbessern können.

Steigern Sie Ihre Lebensqualität mit dem „Kleeblatt“!

Ihre Gemeinde unterstützt sie

Nicht nur, dass der Sozialsprengel Leiblachtal mit dem AKS kooperiert und diese Veranstaltung erst möglich macht - auch ihre Gemeinde unterstützt jedeN teilnehmendeN BürgerIn und refundiert 50% der Teilnahmegebühr.

Kleeblatt Leiblachtal

29. April 2009 in den Räumlichkeiten der Schülerbetreuung Hörbranz (Lindauerstraße 57)

Information und Anmeldung: aks Gesundheitsvorsorge, Michaela Tilg (T 055 74 / 202 – 1055)



Raiffeisenbank Leiblachtal



Der gratis Raiffeisen Sicherheits-Check

Alles ändert sich! Und weil oft vieles anders kommt, als man denkt, ist es wichtig, richtig abgesichert zu sein. Machen Sie jetzt Ihren persönlichen Sicherheits-Check und gewinnen Sie mit etwas Glück 1.000 Euro in Form einer Lebensversicherung.



Wann - Was - Wo - Wer

April 2009

So. 05.04. Suppentag
 So. 12.04. Bockbierfest mit den
 Mölltalern
 Sa. 17.04. Wienerlefest Musikverein
 Do. 23.04. Namenstagständchen MV
 So. 26.04. Musikverein Möggers
 Konzertwettbewerb
 Scheidegg

Mai 2009

01.-03.05. Ausflug Heimatbühne
 nach Passau
 Sa. 09.05. Konzert der
 Singgemeinschaft
 So. 10.05. Muttertag
 Sa. 16.05. Goldene Hochzeit MV
 So. 21.05. Erstkommunion

Weitere Termine 2009

So. 01.06. Firmung
 Sa. 06.06. Sommernachtsfest
 Musikverein
 Sa. 20.06. SV Einladungsturnier
 Sa. 27.06. Ausweich Einladungsturnier
 Sa. 04.07. SV Ortsvereineturnier
 So. 05.07. Ulrichsfest

So. 12.07. Musikfest Scheidegg
 So. 02.08. Musikfest Lech
 So. 09.08. Rösslerfest
 Sa. 15.08. Ausweich Rösslerfest
 29.-30. 08. Motocross Möggers
 04.-06.09. Ausflug Musikverein
 Sa. 07.11. Weinfest Musikverein
 Sa. 12.12. Konzert Musikverein

Bauernbund Möggers

ACHTUNG Terminänderung

Sammelbestellungen für Diesel:
20. Juni 2008

da ab 01. Juli 2008 Diesel und
 Heizöl höher besteuert werden

Winterdiesel ab 15.Okt. 2008

Liefertermin jeweils ca. eine
 Woche nach Bestellung.

Erich Eller: Tel. 84247

Wichtige Mitteilung für das nächste "MÖGGERS AKTUELL"
Textbeiträge sollten bis spätestens 20.05.2009 beim
Gemeindeamt mit E-Mail josef.eienbach@aon.at abgegeben sein.

Impressum: Herausgeber und Medieninhaber
 Gemeinde Möggers

Für den Inhalt des amtlichen Teils verantwortlich:
 Bürgermeister Georg Bantel

Textbearbeitung und Graphik

Josef Eienbach (E-Mail josef.eienbach@moegggers.at) Druck: Gemeinde Möggers

Verlagspostamt 6900 Bregenz