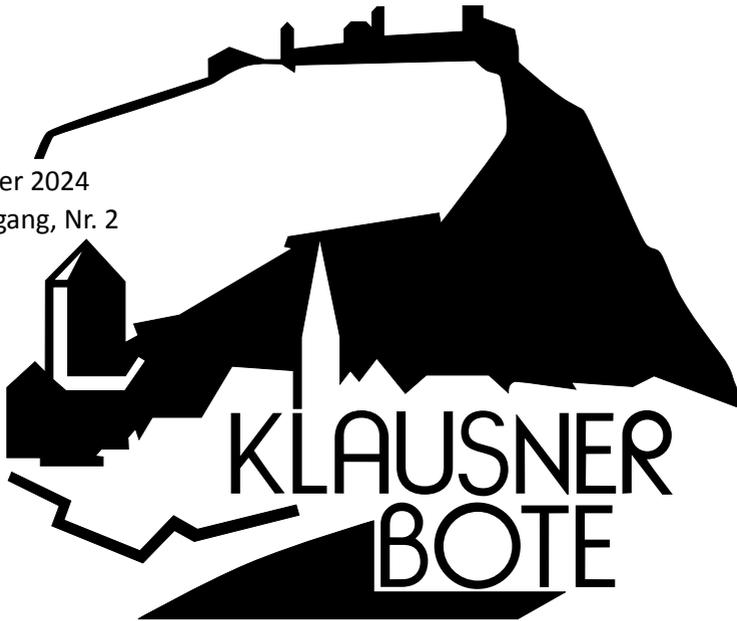




20. Jänner 2024
40. Jahrgang, Nr. 2



Veranstaltungskalender – *Calendario delle manifestazioni*

- 25.01. Do/gi** Markt Pauli Bekehrung – *mercato*
- 25.01. Do/gi** Kartennachmittag Senioren, 14 Uhr, Seniorenentreef Bären
- 27.01. Sa/sa** Second Chance, *ore* 07.30-11.30 Uhr
- 08.02 Do/gi** Kinderfasching Eislaufplatz, ab 14.00 Uhr
Carnevale dei bambini, pista di pattinaggio, dalle ore 14.00
- 08.02 Do/gi** Faschings-Gaudi-Turnier, Eislaufplatz, ab 18.54 Uhr
- 10.02. Sa/sa** Faschingsfete, Dürersaal, 20.24 Uhr
- 13.02 Di/ma** Kinderfasching Elki, Einzug um 14.00 Uhr vom Grundschulplatz
Carnevale dei bambini Elki, dalle ore 14.00



Wie das Wetter
um Vinzenz (22. Jänner) war,
wird es sein das ganze Jahr.

GEMEINDE KLAUSEN – COMUNE DI CHIUSA

Wähler*innen, die bereit sind, sich in das Verzeichnis der Stimmzähler*innen oder in das Verzeichnis des Präsidenten/der Präsidentin eintragen zu lassen, können beim Wahlamt der Gemeinde entsprechendes Gesuch einreichen (der Vordruck des Gesuches liegt im Wahlamt auf oder ist unter www.klausen.eu abrufbar)

Voraussetzungen für Wahlsprengelpräsidenten*innen

- Eintragung in die Wählerlisten der Gemeinde
- Oberschulabschluss
- Zweisprachigkeitsnachweis B

Voraussetzungen für Stimmzähler*innen

- Eintragung in die Wählerlisten der Gemeinde
- Pflichtschulabschluss

Gli elettori che desiderano essere inseriti nell'albo di scrutatore di seggio elettorale oppure nell'albo di presidente di seggio elettorale possono presentare domanda presso l'ufficio elettorale del Comune (corrispettivi moduli sono reperibili presso l'ufficio elettorale del comune oppure su www.chiusa.eu)

Prerequisiti per il ruolo del presidente/ della presidente:

- iscrizione nelle liste elettorali del comune
- titolo di studio non inferiore al diploma di istruzione secondaria di secondo grado
- patentino bilinguismo B

Prerequisiti per il ruolo dello scrutatore/della scrutatrice:

- iscrizione nelle liste elettorali del comune
- avere assolto gli obblighi scolastici

KVW KLAUSEN

HILFELEISTUNG am HANDY – TABLET – LAPTOP

wir helfen dir einfache Fragen auf deinem handy zu beantworten und lösen, Nachrichten, Bilder und Videos anzuschauen, speichern und versenden, Fotos erstellen, Termine bei Ämter vorzumerken und vieles andere mehr ... Komm einfach vorbei
- wir sind für DICH da.

Samstag 20. Jänner von 15 bis 17 Uhr und

Samstag 27. Jänner von 15 bis 17 Uhr

im Seniorentreff Bären (bitte läuten)

Infos bei Susi 349 341 92 92

KARTEN NACHMITTAG:

am Donnerstag, 25. Jänner im Seniorentreff Bären
um 14 Uhr

KVV Klausen-Gufidaun



SCHÜTZENKOMPANIE „PATER HASPINGER“ KLAUSEN

Die Schützenkompanie „Pater Haspinger“ Klausen wünscht allen Bürgern und Bürgerinnen der Gemeinde Klausen ein frohes und gesegnetes neues Jahr 2024. Der Kompanie ist es ein Anliegen, den Bürgern ein Stück Vergangenheit und Geschichte der Stadt Klausen näherzubringen. Deshalb starten wir heuer zwei große Projekte:

Das erste Projekt wurde in Erinnerung an das im Oktober 1923 in Kraft getretene **Dekret „Lex Gentile“** und dem damit zusammenhängenden Verbot der deutschen Schule vom Süd-Tiroler Schützenbund organisiert, welcher eine Wanderausstellung zum Thema „Katakombenschule – Erinnerung und Vermächtnis“ auf die Beine gestellt hat. In Klausen wird die Ausstellung von der Kompanie Klausen, gemeinsam mit dem Schützenbund, organisiert. Sie findet vom 17.02.2024 bis zum 29.02.2024 statt.

Das zweite Projekt besteht darin, die **Geschichte hinter den einzelnen Soldaten**, welche während des ersten und zweiten Weltkrieges ihr Leben verloren haben, auszuforschen, damit man den einzelnen Namen, welche am Kriegerdenkmal im Friedhof aufscheinen, eine Geschichte zuordnen kann.

Es ist uns ein Anliegen, die Katakombenausstellung mehr ortsgebunden zu gestalten und Informationen über die gefallenen Soldaten zu sammeln, deshalb bitten wir die Bürger, welche Informationen, Fotos oder auch Zeitzeugenberichte zu einen oder beiden Themen besitzen, sich bei unserem Hauptmann Manuel Fischnaller unter der Nummer 3407614236 oder unter skklausen78@gmail.com zu melden.

Um die Geschichte der gefallenen Soldaten so gut wie möglich zu rekonstruieren, bitten wir alle, ob Eltern, Geschwister, Verwandte oder auch Heimkehrer, die etwas diesbezüglich wissen, oder Material zu diesem Thema besitzen, uns dies mitzuteilen.

Wir wären um jeden Beitrag oder Hinweis dankbar.

Der Hauptmann der Schützenkompanie,
Fischnaller Manuel



Die Stadt-Säuberungsaktion, welche jährlich stattgefunden hat, wird heuer nicht mehr organisiert. Aus diesem Grund haben wir als Schützenkompanie überlegt, diese Müllsammelaktion durch ganz Klausen zu organisieren damit die Stadt auch weiterhin sauber und uns erhalten bleibt. Umweltschutz ist gleich Heimatschutz, deshalb möchten wir unter dem Motto „Klausen räumt auf“ dieses Projekt starten. Damit diese Aktion auch gut verläuft, und so viel Müll wie nur möglich gesammelt wird, sind wir auf jede Hilfe angewiesen, ob als Verein oder auch einzelne Person; Jeder Mann und Frau ist hier gebraucht.

Das Klausner Stadtbild muss erhalten bleiben und nur gemeinsam können wir dieses aufrechterhalten. Deshalb laden wir alle Vereine und Privatpersonen ein, bei diesem Projekt mitzumachen.

Da Ostern heuer so früh fällt, und die Latzfonser die Aktion auch am 6. April planen, möchten wir dieses Datum vorschlagen.

Als Uhrzeit würden wir Nachmittags, ab 13.00 Uhr bis ca. 16.00 Uhr vorschlagen. Den Termin und die Uhrzeit können wir aber auch noch ändern wenn er für viele nicht gut ginge. Deshalb bitten wir euch, uns so bald wie möglich Bescheid zu geben. Wir sind alles Klausner Vereine und uns soll das Stadtbild, in dem wir unsere Tätigkeiten ausüben, Wert sein, einen Nachmittag etwas dafür zu tun.

Für weitere Informationen könnt ihr uns gerne unter der Nummer 340 7614236 kontaktieren.

In der Hoffnung auf zahlreiche Rückantworten mit Zusagen,

Der Hauptmann der Schützenkompanie Pater Haspinger
Manuel Fischnaller



Herzliche Einladung

zum



KIGO



an alle Kinder

am Sonntag, 21. Jänner 2024

um 9.00 Uhr

im Ministrantenraum/Widum in Klausen

Wir freuen uns auf Euer Kommen!

Kinderfasching beim Eislaufplatz mit Prämierung der Kostüme am Unsinnigen Donnerstag

Am **Unsinnigen Donnerstag** (08.02.2024) findet beim Eislaufplatz Klausen von 14.00 bis 17.00 Uhr ein Kinderfasching statt. Alle Eisläufer bekommen einen Faschingskrapfen mit Tee und können an einer kleinen Verlosung teilnehmen. Die besten Kostüme werden prämiert. Wir freuen uns auf euch!

Die Veranstaltung findet nur bei geeigneten Wetterverhältnissen statt.

Giovedì grasso: carnevale dei bambini con premiazione dei costumi nella pista di pattinaggio

Giovedì grasso (08.02.2024) alla pista di pattinaggio a Chiusa si terrà il carnevale dei bambini dalle ore 14.00 alle ore 17.00. Ogni pattinatore riceverà un Krapfen e un tè caldo e potrà partecipare ad una piccola lotteria. I costumi più belli saranno premiati. Vi aspettiamo numerosi.

L'evento potrà avere luogo solo se il tempo è adatto.



Faschings Gaudi Turnier

Auf dem Natureisplatz in Klausen

Am Unsinnigen Donnerstag **08.02.2024**
um 18:54 und a paar Minuten

Teilnahme nur mit Maskierung – schlechte Laune wird nicht geduldet – der Veranstalter enthält sich vor, nicht lustige Teilnehmer zu disqualifizieren.

Auf eure Teilnahme freut sich Emil & sein Team

Anmeldung bei Emil: +39 348 4752275
Anmeldeschluss: 06.02.2024 – 19:00 Uhr

Neingeld p.P.: 15,00€
GRATIS Spaghettata für alle Teilnehmer

Bei Tropentemperaturen stellen wir Liegestühle und Handtücher zur Verfügung

Bei kurzfristiger Öffnung des Schwimmbades wird es nicht bebaut – Wassertemperatur über 10°C



DANKESCHÖN

Die Bürgerkapelle Klausen bedankt sich herzlich bei allen Klausnerinnen und Klausnern, die uns bei der Silvestersammlung die Haustüren geöffnet und eine Spende geleistet haben. Wir überbringen immer gerne die musikalischen Neujahrwünsche und sind dankbar für Ihre Unterstützung! Es ist auch schön zu sehen, dass unser Verein im Stadtl geschätzt wird und dies motiviert uns wiederum, mit viel Elan in das musikalische Jahr 2024 zu starten!



Sollten Sie uns nicht angetroffen haben, besteht weiterhin die Möglichkeit die Musikkapelle Klausen mit einer Überweisung zu unterstützen.

Raiffeisenkasse: IBAN: IT 79 C 08113 58310 000403413420

Volksbank: IBAN: IT 59 W 05856 58310 005570000443

Sparkasse IBAN: IT 34 S 06045 58310 000000044000

Ein besonderer Dank gilt den Musikgönnern, die uns alljährlich mit Speis und Trank versorgen. Ein herzliches Vergelt's Gott euch allen!

NEUWAHLEN

Bei der jährlichen Jahreshauptversammlung der Bürgerkapelle Klausen, standen die Neuwahlen im Mittelpunkt. Alexander Gfader, welcher die Kapelle in der letzten Periode erfolgreich als Obmann leitete, stellte sich dieses Jahr nicht mehr zur Wahl. Der anwesende Bürgermeister würdigte die Arbeit und Einsatz des scheidenden Obmanns und sprach ihm und seinem Vorstand dafür seinen Dank aus. Als neuer Obmann wurde Plieger Markus gewählt.

Weiters im Vorstand vertreten sind: Lanziner Stefan (Vize-Obmann), Christian Miglioranza (Jugendleiter), Brunner Renate, Felderer Anna, Gfader Alexander, Gfader Heinz, Gfader Sepp, Prader Silvia, Rabanser Theo und Stoffner Peter.

Die gelungenen Neuwahlen und die positive Energie im neugewählten Vorstand versprechen eine weitere Amtsperiode voller musikalischer Erfolge und kreativer Projekte für die Stadt

A close-up photograph of a hand holding a white rectangular card. The card has the word "DANKE" followed by a smiley face ":)" written in a simple, black, sans-serif font. The background is dark and out of focus.

DANKE :)

Die Klausner Bürgerkapelle
präsentiert
die Iedschendäry

19. Föschinx fete

Sa. 10. Februar 2024
ab 20.24 Uhr
im Dürersaal in Klausen

Häppi Oi-oi-oiro 20:24 - 21:24

Kemp olle zu feiern,
donn werd a koaner eiern!
Maschkiert enk lei awia,
donn feier mor bis in der Fria!

mit Maschkenprämierung

Laif Bänd: **Spremuta**

Ditschei: **Tommy Lee G.**

Kein Eintritt unter 18 Jahren



SAFE GROUP



MOSSANNA
beer & drinks | wine & spirits



JAN. 2024			FEB. 2024			MÄRZ 2024			APRIL 2024			MAI 2024			JUNI 2024		
1	Mo	Neujahr	1	Do		1	Fr		1	Mo	Ostermontag	1	Mi	Tag der Arbeit	1	Sa	
2	Di		2	Fr		2	Sa		2	Di	Klausen	2	Do		2	So	Fest der Republik
3	Mi		3	Sa		3	So		3	Mi	Barbian	3	Fr		3	Mo	
4	Do		4	So		4	Mo		4	Do		4	Sa		4	Di	Klausen
5	Fr		5	Mo		5	Di	Klausen	5	Fr		5	So		5	Mi	Barbian
6	Sa	Heilige Drei Könige	6	Di	Klausen	6	Mi	Barbian	6	Sa		6	Mo		6	Do	
7	So		7	Mi	Barbian	7	Do		7	So		7	Di	Klausen	7	Fr	
8	Mo		8	Do	Fasching	8	Fr		8	Mo		8	Mi	Barbian	8	Sa	
9	Di	Klausen	9	Fr		9	Sa		9	Di	Klausen	9	Do		9	So	
10	Mi	Barbian	10	Sa		10	So		10	Mi		10	Fr		10	Mo	Villnöss
11	Do		11	So		11	Mo	Villnöss	11	Do	Latzfons	11	Sa		11	Di	Klausen
12	Fr		12	Mo	Villnöss	12	Di	Klausen	12	Fr		12	So		12	Mi	
13	Sa		13	Di	Faschingsdienstag	13	Mi		13	Sa		13	Mo	Villnöss	13	Do	
14	So		14	Mi		14	Do		14	So		14	Di	Klausen	14	Fr	
15	Mo	Villnöss	15	Do		15	Fr		15	Mo	Villnöss	15	Mi		15	Sa	
16	Di	Klausen	16	Fr		16	Sa		16	Di	Klausen	16	Do		16	So	
17	Mi		17	Sa		17	So		17	Mi		17	Fr		17	Mo	
18	Do		18	So		18	Mo		18	Do		18	Sa		18	Di	Klausen
19	Fr		19	Mo		19	Di	Klausen	19	Fr		19	So	Pfingsten	19	Mi	
20	Sa		20	Di	Klausen	20	Mi		20	Sa		20	Mo	Pfingstmontag	20	Do	Latzfons
21	So		21	Mi		21	Do	Latzfons	21	So		21	Di	Klausen	21	Fr	
22	Mo		22	Do	Latzfons	22	Fr		22	Mo		22	Mi		22	Sa	
23	Di	Klausen	23	Fr		23	Sa		23	Di	Klausen	23	Do	Latzfons	23	So	
24	Mi		24	Sa		24	So		24	Mi		24	Fr		24	Mo	Villnöss
25	Do	Latzfons	25	So		25	Mo	Villnöss	25	Do	Staatsfeiertag	25	Sa		25	Di	Klausen
26	Fr		26	Mo	Villnöss	26	Di	Klausen	26	Fr		26	So		26	Mi	
27	Sa		27	Di	Klausen	27	Mi		27	Sa		27	Mo	Villnöss	27	Do	
28	So		28	Mi		28	Do		28	So		28	Di	Klausen	28	Fr	
29	Mo	Villnöss	29	Do		29	Fr	Karfreitag	29	Mo	Villnöss	29	Mi		29	Sa	
30	Di	Klausen				30	Sa		30	Di	Klausen	30	Do		30	So	
31	Mi					31	So	Ostern				31	Fr				

hausen-Umgebung

JULI 2024			AUG. 2024			SEPT. 2024			OKT. 2024			NOV. 2024			DEZ. 2024		
1	Mo		1	Do		1	So		1	Di	Klausen	1	Fr	<i>Allerheiligen</i>	1	So	
2	Di	Klausen	2	Fr		2	Mo		2	Mi	Barbian	2	Sa		2	Mo	Villnöss
3	Mi	Barbian	3	Sa		3	Di	Klausen	3	Do		3	So		3	Di	Klausen
4	Do		4	So		4	Mi	Barbian	4	Fr		4	Mo		4	Mi	Barbian
5	Fr		5	Mo		5	Do		5	Sa		5	Di	Klausen	5	Do	
6	Sa		6	Di	Klausen	6	Fr		6	So		6	Mi	Barbian	6	Fr	
7	So		7	Mi	Barbian	7	Sa		7	Mo		7	Do		7	Sa	
8	Mo	Villnöss	8	Do		8	So		8	Di	Klausen	8	Fr		8	So	<i>Maria Empfängnis</i>
9	Di	Klausen	9	Fr		9	Mo	Villnöss	9	Mi		9	Sa		9	Mo	
10	Mi		10	Sa		10	Di	Klausen	10	Do		10	So		10	Di	Klausen
11	Do		11	So		11	Mi		11	Fr		11	Mo	Villnöss	11	Mi	
12	Fr		12	Mo	Villnöss	12	Do		12	Sa		12	Di	Klausen	12	Do	Latzfons
13	Sa		13	Di	Klausen	13	Fr		13	So		13	Mi		13	Fr	
14	So		14	Mi		14	Sa		14	Mo	Villnöss	14	Do		14	Sa	
15	Mo		15	Do	<i>Ferragosto</i>	15	So		15	Di	Klausen	15	Fr		15	So	
16	Di	Klausen	16	Fr		16	Mo		16	Mi		16	Sa		16	Mo	Villnöss
17	Mi		17	Sa		17	Di	Klausen	17	Do		17	So		17	Di	Klausen
18	Do	Latzfons	18	So		18	Mi		18	Fr		18	Mo		18	Mi	
19	Fr		19	Mo		19	Do	Latzfons	19	Sa		19	Di	Klausen	19	Do	
20	Sa		20	Di	Klausen	20	Fr		20	So		20	Mi		20	Fr	
21	So		21	Mi		21	Sa		21	Mo		21	Do	Latzfons	21	Sa	
22	Mo	Villnöss	22	Do	Latzfons	22	So		22	Di	Klausen	22	Fr		22	So	
23	Di	Klausen	23	Fr		23	Mo	Villnöss	23	Mi		23	Sa		23	Mo	
24	Mi		24	Sa		24	Di	Klausen	24	Do	Latzfons	24	So		24	Di	<i>Hl. Abend</i>
25	Do		25	So		25	Mi		25	Fr		25	Mo	Villnöss	25	Mi	<i>Weihnachten</i>
26	Fr		26	Mo	Villnöss	26	Do		26	Sa		26	Di	Klausen	26	Do	<i>Stephanstag</i>
27	Sa		27	Di	Klausen	27	Fr		27	So		27	Mi		27	Fr	
28	So		28	Mi		28	Sa		28	Mo	Villnöss	28	Do		28	Sa	
29	Mo		29	Do		29	So		29	Di	Klausen	29	Fr		29	So	
30	Di		30	Fr		30	Mo		30	Mi		30	Sa		30	Mo	
31	Mi		31	Sa					31	Do					31	Di	<i>Silvester</i>

Wiederverwendungscontainer „Second Chance“

Öffnungszeiten 2024 und Aufruf Freiwillige

Wir suchen Freiwillige, die einen kleinen Teil ihrer Zeit dem Wiederverwendungscontainer schenken.

Für etwa 2 Stunden während der Öffnungszeiten geht es vor allem um Annahme, Sortieren und Ausgabe von den Dingen, die im Container abgegeben werden.

Es können gut erhaltene, funktionierende und saubere Gegenstände wie Haushaltsartikel, Spielsachen, Kleinmöbel, Bücher, Sportgeräte, elektronische und Elektrogeräte, ... kostenfrei abgegeben und mitgenommen werden.

Der Container steht links vor dem Eingang zum Klausner Recyclinghof.

Üblicherweise ist der Container an jedem 2. und 4. Samstag im Monat von 7.30 - 11.30 Uhr geöffnet. In den Sommermonaten ein Mal pro Monat.

Du bist bereit, dich an diesem sinnvollem Projekt zu beteiligen oder willst mehr dazu erfahren? Melde dich bitte bei Martina F. **über WhatsApp oder telefonisch unter 338 980 9282**

Wir wünschen ein gelingendes Jahr 2024 und danken allen, die zu diesem Projekt beitragen!

Team Second Chance

Contentitore per il riutilizzo "Second Chance"

Orari di apertura 2024 e appello ai volontari

Stiamo cercando volontari che donino una piccola parte del loro tempo al contenitore di riutilizzo.

Per circa 2 ore durante l'orario di apertura, il compito principale è quello di ricevere, ordinare e distribuire gli oggetti che vengono lasciati nel container.

Gli oggetti in buono stato, funzionanti e puliti, come oggetti per la casa, giocattoli, piccoli mobili, libri, attrezzature sportive, apparecchi elettronici ed elettrici, ecc. possono essere consegnati e portati via gratuitamente.

Il contenitore si trova sulla sinistra davanti all'ingresso del centro di riciclaggio di Chiusa

Di solito il contenitore è aperto ogni 2° e 4° sabato del mese dalle 7.30 alle 11.30.

Una volta al mese durante i mesi estivi.

Sei disposto a partecipare a questo progetto sostenibile o vuoi saperne di più?

Prego contatta Martina F. via WhatsApp o chiami il 338 980 9282.

Vi auguriamo un 2024 ricco di successi e ringraziamo tutti coloro che contribuiscono a questo progetto!

Team Second Chance

ELKI KLAUSEN

Öffnungszeiten

Di – Do von 8.30-11.30 Uhr

Di Nachmittag von 14.30-17.00 Uhr

Eltern-Kind-Musizieren

Lasst uns gemeinsam in die Musikwelt eintauchen: mit Fingerspielen, Knieritern und Tänzen singen wir deutsche und italienische Kinderlieder, die wir mit einfachen Klanginstrumenten einstimmen. Mit Spaß und guter Laune entwickeln die Kinder ihr Körper und Stimmen Bewusstsein und bauen Berührungsgänge ab.

Start 1: Dienstag, 30.01.2024 (8 Einheiten)

❖ **Kosten:** 60 Euro + 20 Euro Mitgliedsbeitrag

Start 2: Dienstag, 23.04.2024 (6 Einheiten)

❖ **Kosten:** 45 Euro + 20 Euro Mitgliedsbeitrag

Altersgruppen:

12–24 Monate um 9.00 Uhr zu 45 Minuten

18–36 Monate um 10.00 Uhr zu 45 Minuten

Ort: Musikschule Klausen (Bergamt)

Referentin: Gabriela Ploner

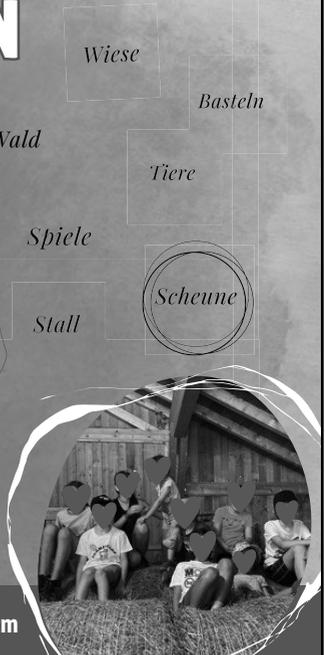
✍ **Anmeldung:** klausen@elki.bz.it

ERLEBNISWOCHEN AUF DEM BAUERNHOF

WOCHE 1 - 17.06. - 21.06.
WOCHE 2 - 24.06. - 28.06.
WOCHE 3 - 08.07. - 12.07.
WOCHE 4 - 22.07. - 26.07.
WOCHE 5 - 29.07. - 02.08.
WOCHE 6 - 05.08. - 09.08.
WOCHE 7 - 19.08. - 23.08.

- **WO: PROMELTOIHOFF KLAUSEN**
- **KOSTEN: 170€ (INKL. MITTAGESSEN UND GETRÄNKE)**

Anmeldung: +39 328 7312 034 • annelies.oberkofler65@gmail.com



Mama Fitness für Mamas & Baby – Indoor

Ein abwechslungsreiches Bewegungsprogramm für alle Mamas mit Kind im Buggy oder Tragetuch ist auch in den kalten Wintermonaten möglich. Wenn du etwas für deine Fitness tun möchtest, dein Baby dabei haben und wetterunabhängig sein möchtest, dann bist du hier genau richtig. Teilnehmen können alle ab der 10. Woche nach der Geburt (bzw. 12. Woche nach Kaiserschnitt).

Gemeinsam stärken wir unseren Beckenboden, trainieren unsere Kraft/Ausdauer und runden die Stunde mit einem Stretching ab.

Für Geschwisterkinder würden wir während der Fitness-Stunde gegen einen kleinen Aufpreis eine Betreuung im Elki anbieten. Wer möchte kann auch ohne Kinder am Indoor-Fitness teilnehmen.

Start: Donnerstag, 01.02.2024 (5 Einheiten)

Uhrzeit: 9.00 bis 10.00 Uhr

Ort: Musikschule Klausen (Bergamt, im letzten Stock)

Referentin: Barbara Trenker von „Fiteatsy“

❖ **Kosten:** 50 Euro + 20 Euro Mitgliedsbeitrag

 **Anmeldung:** klausen@elki.bz.it

Yoga mit Carmen – Yoga Prä- und Postnatal

Für Neu-Mamis, Schwangere und all jene, die die Aufmerksamkeit auf die Macht der Mitte richten möchten.

Die Schwangerschaft bis hin zur Geburt ist eine Zeit, die viele Veränderungen mit sich bringt. Durch die körperliche und hormonelle Umstellung kommt es häufig zu Störungen des Wohlbefindens und zu muskulären Verspannungen. Yoga ist eine wirkungsvolle Methode zur Geburtsvorbereitung, zur Linderung von Schwangerschaftsbeschwerden und zur Regeneration danach. Mittels Atem- und Meditationstechniken, stabilisierenden Yogaübungen und bewussten Übungen für den Beckenboden verbindest du dich wieder bewusst mit deinem Körper. Du lernst dich wieder besser zu spüren und mit der veränderten Situation umzugehen.

Start: Dienstag, 06.02.2024

Uhrzeit: 18.15 – 19.15 Uhr

Ort: Bewegungsraum Wegmacherhaus, Marktplatz 1, Klausen

Referentin: Carmen Augschöll, Südtiroler Yogalehrerin

❖ **Kosten:** 134 Euro für 10 Einheiten + 20 Euro Mitgliedsbeitrag

 **Anmeldung:** klausen@elki.bz.it

MENTAL LOAD – Die unsichtbare Last

Eine „Falle“ für Mütter? Wie kann Frau damit umgehen? Haushalt, Kinder, Termine – oft fühlen sich Mütter für alles verantwortlich. Erwerbstätige Frauen, Alter 35-39 Jahre, leisten im Schnitt 7 Stunden am Tag unbezahlte Care-Arbeit.

Männer ungefähr die Hälfte. Mental Load beschreibt, dass neben sichtbaren Aufgaben, auch noch viele unsichtbare To-dos im Kopf herumschwirren.

Oft ist es diese unsichtbare Arbeitslast, die in die Erschöpfung treibt und krank machen kann.

Mögliche Folgen: Konzentrations- und Schlafstörungen, Herzrasen und Unruhe.

Mütter haben ein höheres Risiko eines zu hohen Mental Loads, weil sie oft für mehrere Personen in der Familie denken und planen.
In diesem Treffen machen wir Mental Load, „die unsichtbare Last“ sichtbar und finden heraus, wie man den eigenen Mental Load reduzieren kann.

Referentin: Monika Kompatscher Counsellor & Psychologin

Termin: Mittwoch, 21.02.2024 von 19.30 – 21.00 Uhr

Ort: Stadtbibliothek Klausen

❖ **Kosten:** 10 Euro

✍ **Anmeldung:** bei klausen@elki.bz.it

**ELKI
KINDER-
FASCHING**

**13.02.2024
14.00-16.30 UHR
IM DÜRERSAAL
KLAUSEN**

- Einzug um 14.00 Uhr vom Grundschulplatz
- Spiel und Spaß
- Schätzspiel, Schminkecke, Animation
- Faschingskrapfen und Saft
- Tolle Preise

**EINTRITT
Freiwillige
Spende**

gefördert von | sostenuto da

Klausen & Chiusa
Kommunen in Caselleto

Familiens-
agentur
Agenzia per la
famiglia

AUTONOME PROVINZ
BOZEN - SÜDTIROL
Familiensagentur

PROVINCIA AUTONOMA
DI BOLZANO - ALTO ADIGE
Agenzia per la famiglia

KINDERNACHMITTAG

Daksys Naturwerkstatt: Tierischer Spielespaß

Im Schnee erkennen wir allerlei geheimnisvolle Fährten. Doch was war das wohl für ein Tier? Gemeinsam erfahren wir mehr über Tierspuren im Allgemeinen und führen einige lustige Spiele dazu durch. Spaß und Spannung garantiert!

Donnerstag, 25.01.2024 | 16.00 – 17.30 Uhr

im Naturparkhaus in St. Magdalena/Villnöss

Für Kinder zwischen 6 und 12 Jahren | Teilnahme kostenlos

Anmeldung innerhalb des Vortags 17.00 Uhr unter:

Telefon 0472 842 523 oder info.pg@provinz.bz.it

Starte mit YOGA und CARMEN ins neue Jahr 2024

Yoga in Klausen immer dienstags & mittwochs.

Wähle einen der vier Kurse & nutze auch alle anderen Kurse im Winter/Frühling 2024.

10 Wochen lang voller Energie in das neue Jahr.

Dienstags • 06.02 - 16.04.2024 - Yoga entfällt am 02.04.2024

18:15 Uhr • 60 Min. • **PRE- UND POSTNATAL YOGA**

Anmeldung Elki Klausen, klausen@elki.bz.it, (Preis 134€, +20€ Mitgliedsbeitrag Elki)

19:30 Uhr • 75 Min. • **VINYASA FLOW** • dynamisch & fließend

Mittwochs • 07.02 - 17.04.2024 - Yoga entfällt am 03.04.2024

17:45 Uhr • 75 Min. • **SLOW FLOW**

ideal für Anfänger & die es langsam mögen

19:15 Uhr • 75 Min. • **VINYASA FLOW**

für alle die es sportlich mögen

Wo? Wegmacherhaus & Turnhalle, Klausen

Kurspreis? 140€

Detaillierte Kursbeschreibung, Anmeldung und weitere Infos: www.carmenyogawine.com/yoga2024

Schnuppern? Du möchtest ein Video, um besser zu verstehen, wie ich unterrichte? Schreib mir & du erhältst den Link zum Video.

Und schreib mir bei Fragen oder ruf mich an: carmenyogawine@gmail.com, Tel. +39 378 0888401.

Ich freue mich auf dich!

Carmen Augschöll (Röck).

Cusanus-Akademie in Zusammenarbeit mit ZONTA CLUB – BRIXEN

Unterschiede und Gemeinsamkeiten der beiden großen christlichen Konfessionen

*Sozio-kulturelle Prägungen von Menschen und Regionen in dominant
katholischen oder protestantischen Milieus*

Trotz fortschreitender Säkularisierung sind heute noch die Spuren katholischer und protestantischer Prägungen in vielen Regionen und Bereichen deutlich spürbar. Zwei Kenner der Materie, Prof. Martin Lintner und Prof. Walter Lorenz, im Gespräch mit Prof.in Susanne Elsen und Benedetta Michellini gehen an diesem Abend unterschiedlichen Fragen nach, wie u.a.: Wo liegen die zentralen Gemeinsamkeiten beider Konfessionen, wo die wichtigsten Unterschiede? Welche Denkweisen und Handlungsprämissen sind mit den beiden Konfessionen verbunden und wie äußern sie sich in Alltagskulturen?

Ein spannender Dialogabend, der den Blick in unterschiedlichen Epochen und über die Grenzen von Südtirol öffnet. Die aktive Beteiligung an der Diskussion ist erwünscht!

Termin: DI 06.02.2024, 19.30 Uhr

Kursbeitrag: gebührenfrei, Spende erwünscht

Referenten: Prof. Dr. P. Martin Lintner, Brixen, Professor für Moraltheologie
Prof. Dr. Walter Lorenz, Brixen, Professor für Sozialwissenschaften

Moderation: Prof. in Dr. Susanne Elsen, Brixen, Benedetta Michellini, Brixen

KLEINANZEIGER – ANNUNCI ECONOMICI

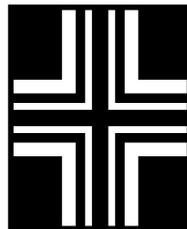
- ✓ Wir suchen eine Reinigungskraft für die Wintersaison in St. Ulrich. Für Infos bitte unter **Tel. 335 8165577** melden!
- ✓ Kleine Wohnung in Klausen zu mieten gesucht. **Tel. 328 6060428**
- ✓ Einheimische Familie mit fixem Einkommen sucht Wohnung in KLAUSEN mit mindestens 3 Schlafzimmern innerhalb 2024 längerfristig zu mieten. Sind um jeden Tipp dankbar! **Tel. 3475924229**
- ✓ Wir suchen im GASTHOF ANSITZ FONTEKLAUS eine Reinigungskraft für die Zimmer (m/w/d). Wir freuen uns auf die Bewerbung! **Tel. 340 9129959 oder info@fonteklaus.it**

*bezahlte Anzeige/annuncio a pagamento

Ärztlicher Bereitschaftsdienst – Medici di turno

Der diensthabende Arzt des Sprengels Klausen-Umgebung ist ausschließlich unter der Telefonnummer 331 9928128 erreichbar.

La guardia medica festiva e prefestiva è raggiungibile esclusivamente al numero telefonico 331 9928128



Apothekenturnusse – Farmacie di turno

20.01.-26.01	Rosslaufapotheke Brixen <i>Farmacia Rosslauf Bressanone</i>
27.01.-02.02.	Hofapotheke Brixen <i>Farmacia Vescovile Bressanone</i>

Erscheinungstermin nächster Klausner Bote am **03.02.2024**. Abgabetermin der Beiträge bis Montag, **29.01.2024** innerhalb 12.00 Uhr in der Gemeinde (Fax 0472 847 775, E-Mail: bote@gemeinde.klausen.bz.it).

*Il prossimo bollettino-Bote uscirà il **03.02.2024**. Gli articoli sono da recapitare entro lunedì **29.01.2024** alle ore 12.00 in Comune (Fax 0472 847 775, e-mail: bote@gemeinde.klausen.bz.it).*

Für die Inhalte sind Organisationen, Verbände und Vereine verantwortlich.
I responsabili per i diversi contenuti sono le associazioni ed organizzazioni.

Redaktion/redazione: Verena Geiregger

Klausner Bote online www.gemeinde.klausen.bz.it bollettino online