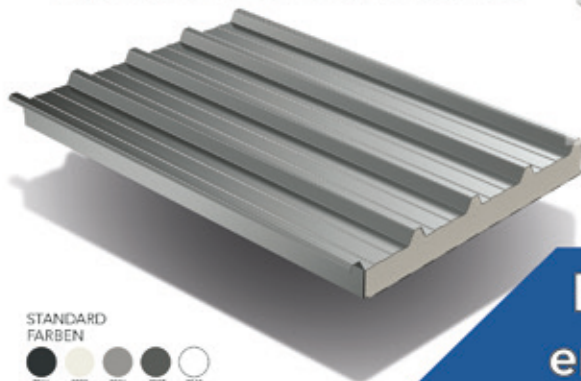




Hallen- und Fassadenbau  
Dachdeckerei | Spenglerei | Glaserei  
Trapezbleche | Dach- und Wandpaneele



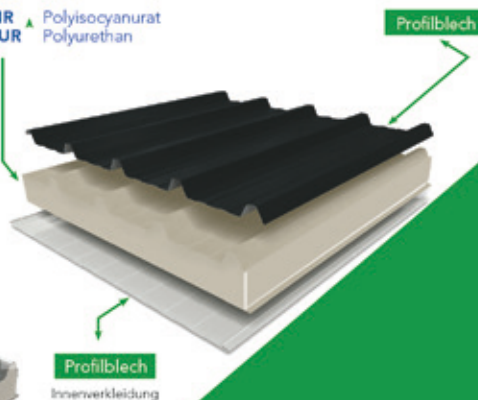
STANDARD  
FARBEN



ZUSÄTZLICHE  
FARBEN



PIR Polyisocyanurat  
PUR Polyurethan



## Premium Produkte erstklassige Qualität



### Free yourself – mit Hypnose!

- Nichtraucher in 3 Stunden
- Wunschgewicht erreichen
- persönliche Ängste auflösen
- u. v. m.

Jetzt buchen unter: 0664 250 1907  
[www.hypno-herwig.com](http://www.hypno-herwig.com)

**kost BAR**  
**GENUSSFEST L**  
**15.06.2024**

TRIO OB & ZUA  
POPWAL  
MÖLLTAL SOUND  
JAY X ART  
Jetzt die letzten Tickets sichern!!! +43 650 3245512

**GEWINNEN SIE**  
**2 x 2 Tickets für das**  
**Kostbar Genussfestl**  
**15. Juni in Winklern**

### GEWINNFRAGE:

**Welche 3 Bands sorgen an diesem Tag für Stimmung:**

- 1) Fidelen Burschn, Showdown, Dj Hase
- 2) Popwal, Mölltal Sound, Trio ob und Zua
- 3) Mölltal Sound, Laut und Folsch, Popwal
- 4) AC/DC, Metallica, Rolling Stones

Schicken Sie die Nummer der richtigen Antwort mit dem Begriff »postwurf-Gewinnspiel« per **SMS an 0664 1333226**, per **Email an [gewinnspiel@mein-postwurf.at](mailto:gewinnspiel@mein-postwurf.at)** oder per **Postkarte an mein postwurf Werbe- und Informationssysteme GmbH, Kirchgasse 2/1, 9800 Spittal/Drau**. Unter den richtigen Einsendungen wird der/die Gewinner/in gezogen und von uns kontaktiert. Einsendeschluss ist der 28. April 2024

Viel Glück wünscht Ihr postwurf-Team.

#### Impressum

Herausgeber und Medieninhaber: mein postwurf Werbe- und Informationssysteme GmbH, 9800 Spittal/Drau, Kirchgasse 2/1, 0664 / 1 333 226, [anzeigen@mein-postwurf.at](mailto:anzeigen@mein-postwurf.at), [www.mein-postwurf.at](http://www.mein-postwurf.at)  
GF: Willibald Laßnig 0664 1 333 226. Druck: Oberdruck GmbH, Lienz. Erscheinungsweise: monatlich bzw. 14-tägig in Lienz und Umgebung und dem Mölltal von Heiligenblut bis Penk und Spittal/Millstättersee. Do/Fr frei an jeden Haushalt, Auflage: über 21.000 Stk.



Die Gewinnerinnen des Kältekammer  
Spittal Gewinnspiels sind:

**Elisabeth Martischnig** (Foto)  
**Maria Lerchbaumer**

Wir gratulieren herzlich!

#### NÄCHSTER ERSCHEINUNGSTERMIN:

**16. MAI 2024**

**Anzeigenschluss: Dienstag, 10 Tage vor Erscheinungsdatum**

**Buchungen: Tel. 0664 / 1 333 226, [www.mein-postwurf.at](http://www.mein-postwurf.at), [anzeigen@mein-postwurf.at](mailto:anzeigen@mein-postwurf.at)**

Alle Rechte vorbehalten. Unerlaubter Nachdruck oder Kopieren, auch auszugsweise, ist untersagt. Nur mit Zustimmung des Herausgebers. Bei Nichtbeachtung verrechnen wir Lizenzgebühren! Wir sind nicht für Inhalte von Einschaltungen verantwortlich.



HEILIGENBLUT / GROSSGLOCKNER 1080 / 4110

#### Traumhafte Residenz am Fuße des majestätischen Großglockners

Seltene Gelegenheit: Großartige Wohnung in erstklassiger Lage mit atemberaubenden Panoramablick auf die imposanten Gipfel der Hohen Tauern.  
Wfl. ca. 102 m<sup>2</sup>, mit Balkon und Garage  
HWB: 114,0 kWh/m<sup>2</sup>a, fGEE: 1,70  
**Kaufpreis € 199.000,-**  
Frau Manuela Silvestri, Telefon +43 664 237 19 63



MALLNITZ 1080 / 4111

#### Zentrumsnahes Wohnhaus im Ski- und Wanderparadies Mallnitz

In zentraler und ruhiger Lage; nur wenige Schritte vom Dorfplatz entfernt, teilweise historische Bausubstanz, mit Garten, Balkon und Terrasse.  
Wfl. ca. 260 m<sup>2</sup>, Gfl. ca. 670 m<sup>2</sup>, Nfl. ca. 358 m<sup>2</sup>  
HWB: 223,6 kWh/m<sup>2</sup>a, fGEE: 1,97  
**Kaufpreis € 624.000,-**  
Herr Marco Regger, Telefon +43 664 782 10 635



PENK 1080 / 4134

#### An der Sonnenseite des Mölltals: Gepflegtes Zinshaus mit 5 Mietern

Sehr gepflegtes Zinshaus in Penk im Mölltal, mit 5 vermieteten Wohnungen.  
Wfl. ca. 281 m<sup>2</sup>, Gfl. ca. 1.813 m<sup>2</sup>  
HWB: 147,9 kWh/m<sup>2</sup>a, fGEE: 3,04  
**Kaufpreis € 420.000,-**  
Herr Marco Regger, Telefon +43 664 782 10 635

Lotto-Annahmestelle, Coffee to go, Geschenkediens, Fleisch & Wurst in Bedienung und vieles mehr ...

**SPAR**  **Kapeller**

*Am 12.05 ist Muttertag ...  
... bei uns findest du das passende Geschenk*



**Sparmarkt Obervellach**  
Julia Kapeller  
9821 Obervellach 231  
Tel: 04782/2343  
eh60194@sparmarkt.at



**Öffnungszeiten:**  
Montag - Freitag 7.15 bis 19.30 Uhr  
Samstag 7.15 bis 18.00 Uhr

**MEXICANA**



Mexican Cantina & Bar  
[www.cantina-mexicana.at](http://www.cantina-mexicana.at)

Edlingerstraße 1 - 9800 Spittal / Drau  
+43 4762 / 42837

**Muttertags-Special!**  
ab 11:30 Uhr  
Mexican Variation ab 2 Personen  
27,90 pro Person  
mit Lillet Berry  
oder  
kleinem Bier.



**Muttertagsbrunch**  
von 9:00 bis 13:00 Uhr  
pro Person EUR 30,90  
Alle Speisen  
und Getränke  
finden Sie unter  
[www.juicy-lucy.at](http://www.juicy-lucy.at)



Juicy Lucy - Soul Food Circus  
Neuer Platz 1 • 9800 Spittal an der Drau  
+43 4762 37 613 • [info@juicy-lucy.at](mailto:info@juicy-lucy.at) • [www.juicy-lucy.at](http://www.juicy-lucy.at)

# Guten Morgen, Lebensfreude!



In unseren drei Cafés im grünen Mölltal servieren wir Glück in Tassen und Liebe auf Tellern.

Lass dich morgens bis nachmittags von hausgemachten Köstlichkeiten verwöhnen und beginne deinen Tag mit gutem Geschmack.

Jedes Frühstück bei uns ist eine Einladung, den Tag zu umarmen. Kommen, schmecken, verlieben. Überzeuge dich selbst!



Winklern

## Ganz nach dem Motto: Vom Bauern auf den Teller

Nehmt Platz in der Kostbar: Unser charmantes Café & Bistro verwöhnt mit hervorragendem Kaffee und regionalem Frühstück - Mölltaler Wurst & Almkäse, selbstgemachte Säfte & Marmeladen. Besucht uns und lasst euch begeistern!

**Telefon:** +43 650 32 455 12  
**Adresse:** Winklern 202, 9841 Winklern



Bauern-  
laden



Mallnitz



Flattach

## Wo das Frühstück Heimat trifft!

Entdeckt die Schätze der Region. Auf unseren liebevoll gerichteten Frühstückstellern treffen sich lokale Zutaten und selbstgemachte Produkte für den perfekten Start in den Tag.

**Telefon:** +43 681 20 477 889  
**Adresse:** Mallnitz 36, 9822 Mallnitz



Kuchen  
& Süßes

## Wir stehen für Vielfaltigkeit und Gemütlichkeit!

In unserem Café erwarten euch täglich frische Kuchenwunder und ein Frühstück, das jedes Herz höher schlagen lässt. Für gemütliche Runden in familiärem Ambiente. Fühlt euch wie zuhause!

**Telefon:** +43 664 38 55 888  
**Adresse:** Flattach 69, 9831 Flattach



BIOS  
National  
Park

Folgt uns auf Socialmedia!





*Sonnen-Terrasse  
Cafe & Kuchen  
durchgehend  
warme Küche*



*Einzel- Doppelzimmer  
& Suite mit Blick auf  
die Lienzer Dolomiten*



*gemütliches Ambiente  
und Platz für eure Feiern  
bis 250 Personen im Saal*

*Catering im Lienzer Talboden  
Trautal bis Spital a.d. Drau*



**GENUSSVOLL  
FRÜH-  
STÜCKEN**  
DI - SO  
07 - 11 Uhr



Tiroler Hof Dölsach

**Dorfwirtshaus**

**Öffnungszeiten**

Hans-Peter Jungmann  
Wenzl Platz 2  
9991 Dölsach

Dienstag 08 - 18 Uhr  
Mi - Sa 08 - 24 Uhr  
Sonntag 08 - 22 Uhr

Facebook: TirolerHof Dölsach

TikTok: Tirolerhof.doelsach



+43 676 4119339 info@tirolerhofdoelsach.at  
www.tirolerhofdoelsach.at

**Mittags  
ABO**  
Di - So



*Komm als  
Gast  
und geh als  
Freund*



# Ertl

STADT-HOTEL & RESTAURANT  
★★★★

Seit Jahrhunderten in Spittal - immer in Bewegung

# JETZT SPARGELWOCHEN



# GARAGENTORE und SONNENSCHUTZ



... in verschiedenen Ausführungen, um  
Ihren Bedürfnissen und Anforderungen  
gerecht zu werden.

... z.B. Sektional-, Schiebe-, Roll- oder Zweiflügeltore.

... spezielle Varianten für Industrieanlagen und Motorradfahrer



Ihr Ansprechpartner  
**Walter Gammerer**

Tresdorf 96 | A-9833 Ranggersdorf  
mobil: +43 664 21 17 435  
e-mail: office@wgs-sonnenschutz.at  
www.wgs-sonnenschutz.at



# MOSERHOF

## Lebe Genuss!

### Slow Food Tafel . Muttertagsgenuss.

Erleben Sie in unserem mo.wi die kulinarischen Highlights des Frühlings:

**Samstag 20.04.** Slow Food Tafel mit 5-Gänge Menü & Bierspezialitäten € 79 p. P.

**Sonntag 12.05.** Muttertags-Brunch mit Flying Buffet € 49 p. P.

& Moserhof-Brunchbox für zu Hause € 65 für zwei

sichern Sie Ihren Platz  
Jetzt unter  
04762 81400  
reservieren.



### alpe . adria . lifestyle

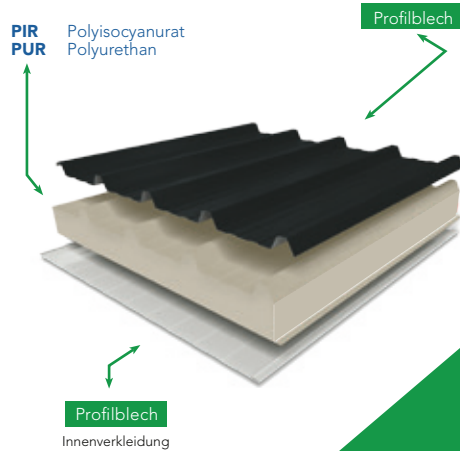
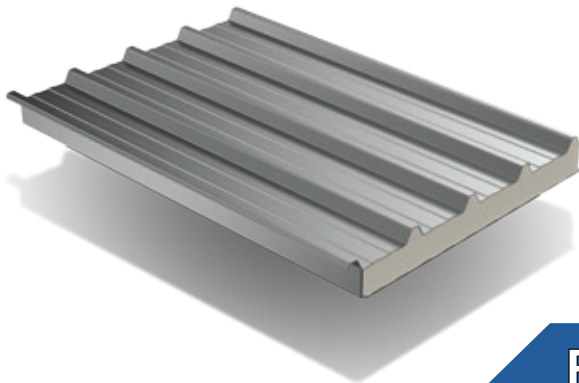
Moserhof . Food & Drinks . moserhof.com . hotel@moserhof.com  
Hauptstraße 48 . 9871 Seeboden

# Dach- und Wandpaneele

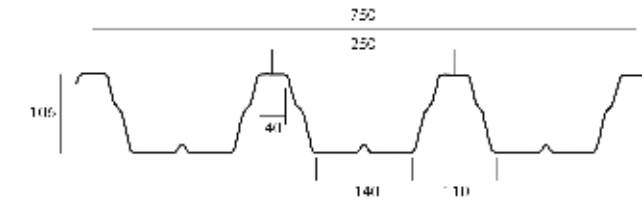
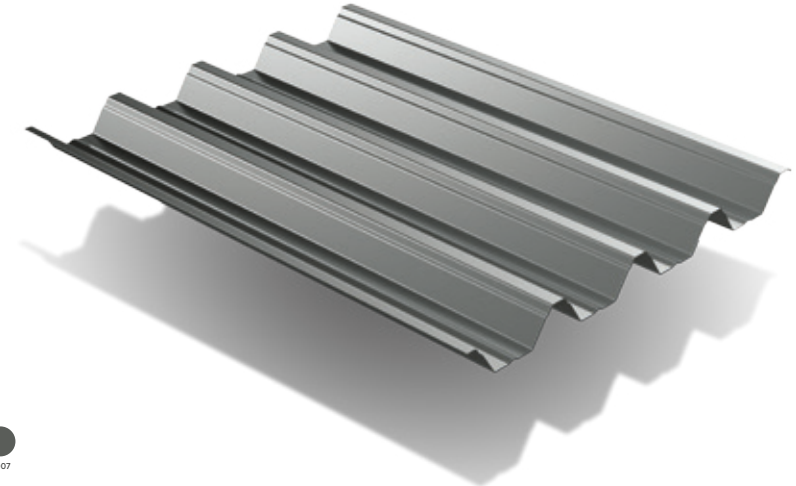
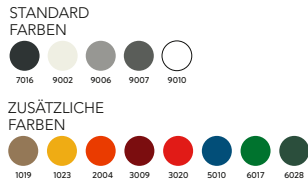
# Trapezbleche



Hallen- und Fassadenbau  
Dachdeckerei | Spenglerei | Glaserei  
Trapezbleche | Dach- und Wandpaneele



Premium Produkte  
erstklassige Qualität



Service auf höchstem Niveau

- innerhalb weniger Tagen abholbereit
- Lagerware in verschiedenen Farben und Stärken lagernd
- Zuschnitt nach Kundenwunsch
- hervorragendes PreisLeistungsverhältnis
- Zustellung und Montage möglich

- vielseitig einsetzbar
- breite Palette an Farben, Profilen und Abmessungen
- Zustellung und Montage möglich
- Maßanfertigungen möglich

stabil und witterungsfest



Untere Aguntstraße 14  
9990 Nußdorf-Debant



+43 4710 200 26



office@msgo-construct.com



www.msgo-construct.com



MSGO-Construct



msgo\_construct



MSGO-Construct GmbH



msgo\_construct GmbH



Ein Aspekt der Geistigen Aufrichtung ist die geistige Beckenschiefstandkorrektur mit Beinlängenausgleich, mit Schulterbegradigung und Wirbelsäulenaufrichtung und erfüllt sich dauerhaft haltbar in Sekundenschnelle, ohne Körperberührung, ohne Manipulation am Skelett, nur durch die Kraft des intelligenten Geistes! Dies bedeutet die Auflösung der Ursachenkette sämtlicher Energie-Blockaden auf der geistigen, seelischen sowie körperlichen Ebene.

**Die Geistige Aufrichtung®** geschieht in der Wirbelsäule, sie ist die Speicherplatte der Organe und Emotionen

**Die Geistige Aufrichtung®** geschieht in einem Augenblick, ohne Berührung ohne Worte, ohne Manipulation, ohne Gedanken.



## Die Geistige Aufrichtung®

Das größte Geschenk an dich selbst  
- nimm dir eine Stunde Zeit.

- Körperkorrektur in Sekundenschnelle
- Ergebnis sofort fühlbar und messbar
- Wirkung dauerhaft
- Löscht alle Belastungen und Traumata
- In einem Augenblick – ohne Berührung – ohne Worte – ohne Gedanken
- Beinlängendifferenz – Beckenschiefstand – Schulterbegradigung

*Das Kreuz mit dem Kreuz*



**Das Leben spricht auf verschiedenen Frequenzen mit uns.** Unser Körper trägt bereits alles in sich, was er zur Heilung braucht  
Die Wirbelsäule ist der Hauptkanal der Lebensenergie, d.h. das Zentrum unserer Gesundheit.

**Die gesamte Funktionalität des Menschen** hängt an der Wirbelsäule: das Nervensystem, Organe, Drüsen, Stoffwechsel, Atem- und Verdauungsorgane, Chakras und die Steuerzentren. Sie alle werden mit der Befreiung und Aufrichtung der Wirbelsäule mit neuer Lebensenergie und Vitalität erfüllt und gestärkt.

Diese großartige und allumfassende Heil-Hilfe braucht jeder Mensch, egal welches Symptom vorliegt, wie fortgeschritten und schwer die Erkrankung ist; auch vorbeugend für Kinder, Jugendliche und Erwachsene bis ins hohe Alter.

### Anita Zeitlhofer

+43 677 617 486 69, anita.zeitlhofer@gmx.at  
Tresdorf 96, 9833 Rangersdorf/Mölltal

Die Heilerin ist weder Ärztin noch Heilpraktikerin. Geistige Heilung / Die Geistige Aufrichtung® ist ein spiritueller Vorgang. Von Seiten der Geistheiler werden keine Heilversprechen gegeben und keine Diagnosen gestellt. Geistige Heilung ersetzt eine ärztliche Behandlung nicht. Die Teilnahme erfolgt freiwillig.





## FEHLENDE ODER UNZUREICHENDE BETREUUNG?

### Wir sind für Sie da!

- Betreuungsübernahme Ihrer bestehenden Versicherungsverträge bei allen Versicherungsanstalten
- Analyse Ihrer Risikosituation & ggf. Optimierung Ihrer Verträge
- Rundum-Betreuung im Schadensfall
- Eigene Zulassungsstelle (SP, VI, VL, HE)



**Manfred Thaler & Michael Steiner**  
Versicherungsmakler

**EFM Rangersdorf**  
Thaler & Steiner Versicherungsmakler OG  
9833 Rangersdorf 143  
04823 20786 | rangersdorf@efm.at

## E-Bike-Versicherung

### Was ist versichert?

### Komplettschutz für Ihr E-Bike

#### Versicherte Gefahren

- Verschleiß, Abnutzung, Alterung (ab dem 7. Monat)
- Konstruktions-, Produktions- und Materialfehler
- Eigenverschulden des Versicherungsnehmers
- Schäden durch Unfall, Sturz, Vandalismus
- Akkus Schäden ab dem 13. Monat
- Diebstahl (einfach, Einbruch, Raub) oder Teilediebstahl

#### Prämienbeispiele

Kaufpreis/ Versicherungswert inkl. Schloss	Jahresbruttoprämie
bis 1.500,- Euro	89,- Euro
bis 3.000,- Euro	99,- Euro
bis 4.000,- Euro	129,- Euro
bis 6.000,- Euro	189,- Euro
bis 7.500,- Euro	219,- Euro
bis 10.000,- Euro	239,- Euro

Stand März 2024

Das Team von EFM Rangersdorf berät Sie gerne im Detail.



HEILMASSAGE  
Sabrina Egger



Mein Name ist Sabrina Egger. Ich wohne mit meiner Familie in Oberkornitz, wo sich auch meine Heilmassagepraxis befindet. Seit 15 Jahren darf ich nun meinen Traumberuf ausüben und vor einem Jahr habe ich mir meinen großen Traum erfüllt und den Schritt in die Selbstständigkeit gewagt.

### **Zu meinen Anwendungsgebieten gehören unter anderem:**

- Individuelle Heilbehandlungen
- Lymphdrainage
- Bindegewebsmassage
- Fußreflexzonenmassage
- Akupunkturmeridianmassage
- Narbenentstörung
- Elektrotherapie und Ultraschall
- Moorpackungen
- Dorn-Breuss
- u. v. m ...



Ich möchte mich für mein erstes erfolgreiches Firmenjahr bei meinen ganzen Patienten von Herzen bedanken. Ohne euch wäre das alles nicht möglich!

**Ich freue mich, euch weiterhin bei mir in meiner Praxis begrüßen zu dürfen!**

**Für Fragen oder Termine stehe ich telefonisch sehr gerne zur Verfügung 0676 95 16 416**

**Eure Sabrina**



## *Büromitarbeiter im Tourismusverband Heiligenblut am Großglockner*

**in Vollzeitbeschäftigung (m/w/d)**

Der Tourismusverband Heiligenblut am Großglockner sucht, zum ehest möglichen Eintritt, eine\*n Mitarbeiter\*in auf Basis Vollzeit, mit Begeisterung für die Tourismusbranche, Freude am Umgang mit Menschen und Interesse an der Weiterentwicklung spannender Projekte.

### **Deine Aufgaben umfassen:**

- Unterstützung im Front Office, vor allem im Bereich Gästeinformation, Gästebetreuung und Anfragenmanagement
- Produktentwicklung, Marketing und Kooperationswerbung in enger Abstimmung mit regionalen Partnern sowie Presse-Betreuung
- Planung und Erstellung von Drucksorten und Werbemitteln
- Betreuung und Weiterentwicklung der Website [www.heiligenblut.at](http://www.heiligenblut.at), dem Heiligenblut TV-Kanal, unserer Social Media Kanäle sowie weiteren Partnerportalen
- Servicierung der Mitglieder des Tourismusverbandes sowie Mithilfe bei Vollversammlungen

### **Du bringst mit:**

- Freundlichkeit, Zuverlässigkeit, kommunikative Persönlichkeit, Kreativität, hohe Serviceorientierung und Teamfähigkeit
- Berufserfahrung aus der Hotellerie- / Tourismusbranche bzw. der Gästebetreuung von Vorteil
- Sehr gute Deutsch- und Englischkenntnisse (Kenntnisse in weiteren Sprachen hilfreich)
- Sicherer Umgang mit Microsoft Office Anwendungen und Praxiserfahrung mit CMS-Systemen
- Know-how im Einsatz von Buchungssystemen (Feratel Deskline) von Vorteil

### **Wir bieten:**

- Ganzjahresanstellung in Vollzeitbeschäftigung 38,5 h/Woche
- Geregelte Dienstzeiten, Dienstplan richtet sich nach Öffnungszeiten des Tourismusbüros
- Umfangreiche Einarbeitung und einen abwechslungsreichen Arbeitsplatz in einem motivierten und jungen Team

Für die ausgeschriebene Position gilt der Kollektivvertrag für Reisebüros, Mindestgehalt € 1.883,00 brutto auf Vollzeit-Basis mit Bereitschaft zu einer marktkonformen Überzahlung, abhängig von Qualifikation, Erfahrung und Vordienstzeiten.

**Wir haben Dein Interesse geweckt?**

**Dann freuen wir uns auf Deine aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen:**

**Tourismusverband Heiligenblut am Großglockner, z.H. Erhard Trojer,  
Hof 38, 9844 Heiligenblut, [office@heiligenblut.at](mailto:office@heiligenblut.at)**

# REGIO shopping *kauf regional!*

## WO GIBT ES DIE GUTSCHEINE?

- Auf der Internetseite [www.regioshopping.at](http://www.regioshopping.at) sind alle Betriebe aufgelistet und da können Sie die Gutscheine gleich online bestellen.
- Selbst abholen Kirchgasse 2, 1.Stock 2.Tür (über Vif Zack)
- per Email unter [gutschein@regioshopping.at](mailto:gutschein@regioshopping.at)
- Telefonisch unter 0664 1 333 226



mit **GUTSCHEINEN** von **regioshopping.at**



**Täglich kommen neue dazu einfach nachschauen unter [www.regioshopping.at](http://www.regioshopping.at)**

## VERANSTALTUNGSANKÜNDIGUNG April 2024

Donnerstag, 18.04.2024

**Stall:** **Seniorenspielernachmittag** in der von FamiliJa betreuten "Gesunden Gemeinde" Stall, 14:30, Dorfschenke, Eintritt frei

Freitag, 19.04.2024

**Gmünd:** **MUT TUT GUT – SelbstWertStärkung von Frauen** Vortrag von Andrea Egger in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Gmünd, 18:30 Uhr, Lodronsche Reitschule, Eintritt frei

Freitag, 19.04.2024

**Steinfeld:** **Tanzkurs für alle Generationen** Kurs Sportgemeinschaft Spittal, Sektion Gesellschaftstanz, in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Steinfeld, 19:00 Uhr, Kultursaal, 10 Termine à 1,5 h, Kosten: € 40,00, Anmeldung Gemeindeamt 04717 301

Samstag, 20.04.2024

**Trebesing:** **Wiesenschmaus bei mir zu Haus** Workshop mit Gertraud Dullnig in der von FamiliJa betreuten "Gesunden Gemeinde Trebesing, Dauer: 10:00 bis 14:00 Uhr, Großhattenberg 19, Kosten: € 12,00/Person, Anmeldung Gemeindeamt 04732 23 910

Montag, 22.04.2024

**Heiligenblut:** **Seniorenspielernachmittag** in der von FamiliJa betreuten "Gesunden Gemeinde" Heiligenblut, 14:00 bis 16:30 Uhr, Dorfsaal, Eintritt frei

Mittwoch, 24.04.2024

**Reißeck:** **Dem Leben vertrauen – Resilienz** Vortrag von Theologin Viola Weiß in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Reißeck, 14:00 Uhr, Gemeindegemeinschaftssaal, Eintritt frei

Mittwoch, 24.04.2024

**Mühldorf:** **"Mitten im Leben" Information** Vortrag von Mag.a Ulrike Schwertner, in der von FamiliJa betreuten "Gesunden Gemeinde" Mühldorf, 19:00 Uhr, Kleiner Sitzungssaal, Eintritt frei

Donnerstag, 25.04.2024

**Steinfeld** **Stammtisch für pflegende Angehörige** mit DGKP Renate Gsodam in der von FamiliJa betreuten "Gesunden Gemeinde" Steinfeld, Vortragssaal, 15:00 Uhr, Eintritt frei, Anmeldung: Gemeindeamt 04717 301

Donnerstag, 25.04.2024

**Großkirchheim:** **Fit für den Berg – Sporternährung** Vortrag von Janine Kaltenbacher in der von FamiliJa betreuten "Gesunden Gemeinde" Großkirchheim, 19:00 Uhr, Kleiner Nationalparksaal, Eintritt frei

Freitag, 26.4.2024

**Gmünd:** **MUT TUT GUT – SelbstWertStärkung von Frauen** Workshop mit Dr.in Andrea Egger in der von FamiliJa betreuten „Gesunden Gemeinde“ Gmünd, 9:00 Uhr, Lodronsche Reitschule; Eintritt frei

Freitag, 26.04.2024

**Rangersdorf:** **Volksleiden: Kopfschmerzen und Migräne** Vortrag von Dr.in Marina Peball in der von FamiliJa betreuten "Gesunden Gemeinde" Rangersdorf, Gemeindegemeinschaftssaal, 19:00 Uhr, Eintritt frei

Freitag, 26.04.2024 und/oder Samstag, 27.04.2024

**Lendorf:** **Frühlingsfrische Hautpflege** Workshop mit Anita Stauder in der von FamiliJa betreuten "Gesunden Gemeinde" Lendorf, 14:00 Uhr, Mehrzweckhaus Hühnersberg, Kosten: € 9,00 zuzgl. € 8,00 Material, Anmeldung: Gemeindeamt 04762 2264

Samstag, 27.04.2024

**Flattach:** **Tiergestütztes Coaching "Eigene Stärken erkennen"** mit Sylvia Granitzer am Greencare-Auszeit Hof, Bruggerhof, Flattach, 10:00 bis 12:00 Uhr, Anmeldung: Sylvia Granitzer 0676 6415 628

Samstag, 27.04.2024

**Kleblach/Lind:** **Die Grünkraft des Frühlings** Workshop mit Barbara Fleißner in der von FamiliJa betreuten "Gesunden Gemeinde Kleblach/Lind, Dauer: 9:00 bis 13:00 Uhr, Wallnerhaus Lind, Kosten: € 12,00/Person, Anmeldung Barbara Fleißner 0650 97 53 444

# TAUERN

# Früherl

**9841 Winklarn 86**  
**Tel.: 04822 20622**

**Betriebsurlaub vom**  
**15.–28. April 2024**

# GRILLPLATTEN

zum Mitnehmen für 3 – 10 Personen  
um Vorbestellung wird gebeten

Wir wünschen allen Müttern einen schönen Muttertag!

# MICH KANN MAN MIETEN

stündlich – täglich – wöchentlich

**Dazu wahlweise auch**  
**diverse Geräte**  
**Stromaggregat**  
**Atlas Kompressor**  
**Spritzgerät**  
**Arbeitshöhe 13 m**

**Maschinenverleih**  
**0676 45 50 599**

**Oswald Pussnig**  
**Göbnitz 28**  
**9832 Stall**  
**ossy.p@gmx.at**

# Isolierte DACH und WANDPANELEE



Perfektes Angebot inklusive Zubehör -  
Ideal für Carports, Hochbeete,  
Kühl- und Tiefkühlräume

Innen mit PU-Dämmkern, ab 40 mm Stärke in den Standardfarben  
Anthrazit, Grauweiß und Oxydirot. Sonderfarben auf Anfrage!

Projektbezogene  
individuelle Beratung!

**Frigo Lanz**  
Kühlmöbel und Gastronomiebedarf

9701 Rothenthurn • Olsach 52 • Tel.: +43 4767 81000  
Fax: +43 4767 81001 • eMail: office@frigolanz.at



Ideal für Carports,  
Kühlzellen und  
Hochbeete

## Private Bauvorhaben:

Poolabdeckungen  
Hochbeete  
Sichtschutz  
Zäune & Einfriedungen

## Gewerbebauten:

Industriegebäude  
Sichtschutz

## Landwirtschaftsbau:

Stallüberdachungen  
Hallenbau



# Ihr Baukoordinator im Mölltal

## Sicherheit am Bau



**Baukoordinator**  
**Bmst. Hermann Dertnig**



9821 Oberbellach Nr. 152  
Tel: 0664 / 42 52 800  
Mail: sv.dertnig@aon.at

Laut Bauarbeitenkoordinationsgesetz muss ab einer gewissen Baugröße bzw. Bauumfang, oder bei mehr als 2 Firmen, die gleichzeitig am Bau beschäftigt sind ein Baukoordinator beigestellt werden.



# VEREINS- & VERANSTALTER-PAKET

## postwurf Mölltal/Lienz

**1 Seite im postwurf**

4 färbig, an ca. 14.000 Haushalten

**€ 290,-**

+ 5% Anzeigensteuer +20% UST.

**50 Stk. A2 Plakate**, 4 färbig  
**+ 500 Stk. A5 Flyer**, 4-färbig

**€ 140,-**

+ 5% Anzeigensteuer +20% UST.

**1 Seite im postwurf**

an ca. 14.000 Haushalten

**+ 50 A2 Plakate**, 4 färbig  
**+ 500 Stk. Flyer**, 4 färbig

**€ 390,-**

+ 5% Anzeigensteuer +20% UST.

## postwurf Spittal + Umgebung

**1 Seite im postwurf**

4 färbig, an ca. 14.000 Haushalten

**€ 290,-**

+ 5% Anzeigensteuer +20% UST.

**50 Stk. A2 Plakate**, 4 färbig  
**+ 500 Stk. A5 Flyer**, 4-färbig

**€ 140,-**

+ 5% Anzeigensteuer +20% UST.

**1 Seite im postwurf**

an ca. 14.000 Haushalten

**+ 50 A2 Plakate**, 4 färbig  
**+ 500 Stk. Flyer**, 4 färbig

**€ 390,-**

+ 5% Anzeigensteuer +20% UST.

**Videowalls:** Standorte Lendorf, Spittal/Ost (Billa plus),  
Spittal/Mitte (FH), Seeboden,  
Flattach, Lienz/Debant

**ab € 139,-**  
pro Woche



Kontakt: Willibald Laßnig – 0664 1 333 226 lassnig@mein-postwurf.at

Weitere Infos [www.mein-postwurf.at](http://www.mein-postwurf.at)



# HAAR LA CARTE

Ihre mobilen Perückenexpertinnen  
mit Herz und Engagement

## Unsere Mission

Unser Ziel ist es, krebserkrankten Frauen, Männern und Kindern jeglichen Alters die Zeit der Haarlosigkeit mit möglichst geringem finanziellen und organisatorischen Aufwand, zu erleichtern.

Vereinbaren Sie einfach einen Termin und wir kommen entweder zu Ihnen nach Hause oder direkt ins Krankenhaus. Ganz wie Sie es wünschen!

Als Vertragspartner aller österreichischen Gesundheits- und Krankenversicherungen verrechnen wir direkt und für Sie bleibt nur der gesetzliche Selbstbehalt zu bezahlen.



## Kontakt

Mobile Zweithaarberatung

Mst. Carmen Trapic, BA

0664/750 55 99 6

0660/84 700 65

[www.haarlacarte.at](http://www.haarlacarte.at)

[office@haarlacarte.at](mailto:office@haarlacarte.at)



Wie hätte sich  
Niki de Saint Phalle  
ausgedrückt?



mit Ausdruck.



oberdruck



Wir sind Meister unseres Fachs und machen mehr als nur Druck. Wie wir das machen und damit begeistern? Im Offset- sowie Digitaldruck, bei Verpackungen und Veredelungen. **Also mit Ausdruck.**

Briefpapier, Zeitungen, Broschüren & Magazine, Bücher, Etiketten, Blöcke, Aufkleber, Flugblätter, Folder, Kalender, Kuverts, Einladungen, Plakate, Visitenkarten, Diplomarbeiten, ...



Oberdruck GmbH, Mühlenstraße 4, A-9991 Dölsach  
+43 4852 64052, office@oberdruck.at, www.oberdruck.at

Herzliche Einladung zum

# Sachsenburger Muttertags-Markt

**Samstag, 11. Mai 2024**

ab 9.00 Uhr am Parkplatz Adeg-Prax

- Viele Aussteller aus der Region
- Flohmarkt
- Kulinarische Köstlichkeiten (Schweinsbraten, Kärntner Nudeln ...)
- Kuchen und Kaffee, Torten auch zum Mitnehmen!
- Für unsere Kleinen: Hüpfburg



Alle Beteiligten sowie die  
„Sachsenburger für Sachsenburger“  
freuen sich auf Ihren geschätzten Besuch!

# WICHTIGE TELEFONNUMMERN



## ÄRZTE

**Dr. Alexander Georg Sabitzer**  
Allgemeinarzt  
Glocknerstraße 21  
9990 Nußdorf-Debant  
Tel. 4852 68571

**Dr. Bernhard Mair**  
Allgemeinarzt  
Maximilianstraße 7  
9900 Lienz  
Tel. 4852 63932

**Dr. Christian Kögler**  
Allgemeinarzt, Innere Medizin  
Hermann Gmeiner-Straße 15  
9990 Nußdorf-Debant  
Tel. 4852 639590

**Dr. Elisabeth Steiner-Riedl**  
Allgemeinärztin  
Dölsach Nr. 135  
9991 Dölsach  
Tel. 4852 68950

**Dr. Franz-Maria Ladstätter**  
Allgemeinarzt  
Beda-Weber-Gasse 28  
9900 Lienz  
Tel. 4852 70723

**Dr. Gertrud Baumgartner-Freudenschuss**  
Allgemeinärztin und Traditionelle  
Chinesische Medizin  
Tischlerfeld 2  
9900 Lienz  
Tel. 664 2159820

**Dr.med. Georg jun. Schober**  
Winklern 160  
9841 Winklern  
Tel. 04822 494-0  
Arzt f Allgemeinmedizin

**Dr.Med.Univ. Helene Lackner**  
Ordination für Allgemeinmedizin  
Winkl 71  
9844 Heiligenblut  
Tel. 04824 2050

**Dr. Peter Wellik**  
Rangersdorf 59a  
9833 Rangersdorf  
Tel. 04823 82200

**Dr. Julia Steiner**  
9832 Stall 13  
Tel.: +43 4823/8290

**Dr. Wolfgang Egger**  
Allgemeinmediziner  
9821 Obervellach -  
Tel. 04782 2940

## LEBENSMITTEL

**Sparmarkt Kapeller**  
Julia Kapeller, 9821 Obervellach 231  
+43 4782 2343

## RESTAURANTS

**Badwirt Lienz das Restaurant  
im Dolomitenbad**  
Rechter Drauweg 1b, 9900 Lienz  
Tel. 4852 63 714

**Gösser Bräu im alten Rathaus**  
Restaurant & Bier Pub, Johannesplatz 10  
9900 Lienz, Tel. 04852 72 174

**Stadlwirt**  
9833 Rangersdorf 6, Tel. 04823 455

**Café & Bistro Kostbar**  
Winklern 202, 9841 Winklern  
+43 650 / 3245 512

**Döllacher Dorfwirtschafts**  
Doellach 79,  
9843 Großkirchheim  
Tel. 4825 210

**Tauernstüberl**  
9841 Winklern 86,  
9821 Obervellach -  
Tel. 04822 20622

**Cafe ICE**  
Außerfragant 56, 9831 Flattach  
Tel. 04785 21750

**Grillkunst**  
9821 Obervellach 15  
Tel 0664 8537878

**Cafe Seehäusl**  
Sabine Amon, 9832 Stall, Gössnitz 50  
Tel. 04785 20767

## MODE

**Modezentrum Reiter**  
9821 Obervellach 22  
Tel. 04782 2024

## HANDY

**HandyDoc Lienz**  
Bozener Platz 2, 9900 Lienz  
Tel. 04852 65708

## HANDWERK

**Zimmerei Reiter**  
Lainach 142  
9833 Rangersdorf  
Tel. 04822 3570 – 04782 22440

## Dienste & Notrufe

### Apothekendienste

**Sa, 20. April  
Bahnhofsapotheke**  
Bahnhöfpl. 1  
9900 Lienz  
Tel: 04852 64130

**Sa, 27. April  
Sankt Franziskus  
Apotheke**  
Muchargasse 13  
9900 Lienz  
Tel: 04852 62665

### Ärztendienst

**Diensthabender Arzt**  
unter Telefon  
Internet: [www.aekfirol.at](http://www.aekfirol.at)

Einheitliche  
Ärztenufrnummer: 141  
(ohne Vorwahl)

**So, 21. April  
Sankt Franziskus  
Apotheke**  
Muchargasse 13  
9900 Lienz  
Tel: 04852 62665

**So, 28. April  
Linden-Apotheke**  
Kärntner Straße 34  
9900 Lienz  
Tel: 04852 633 06

**Feuerwehr 122 | Polizei 133 | Rettung 144**



Einladung zum traditionellen

# Muttertags- Liederabend

MGV  
Rangersburg-  
Rangersdorf

Samstag, 11. Mai 2024 - 20.00 Uhr  
Kulturhaus in Rangersdorf

*Mitwirkende:*

MGV Rangersburg – Rangersdorf  
Leitung: Willi Granig jun.

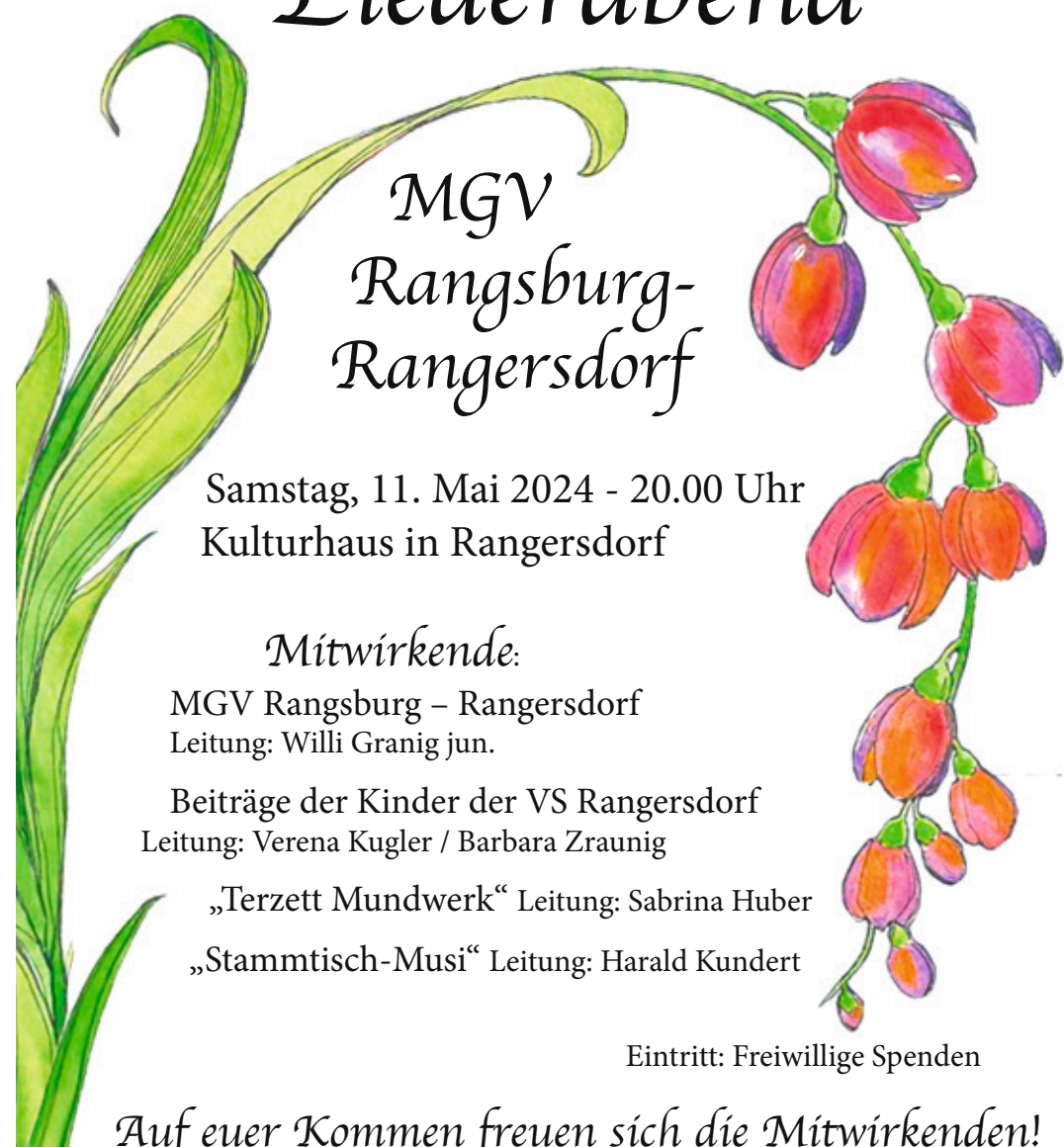
Beiträge der Kinder der VS Rangersdorf  
Leitung: Verena Kugler / Barbara Zraunig

„Terzett Mundwerk“ Leitung: Sabrina Huber

„Stammtisch-Musi“ Leitung: Harald Kundert

Eintritt: Freiwillige Spenden

*Auf euer Kommen freuen sich die Mitwirkenden!*





Die **LGO** LEISTUNGSGEVENSCHAFT OBERVELLACH und das Team des Mölltaler Markttages laden ein zum

# Muttertags-Event

Sa. 11.05.2024, 9-15 Uhr

am Obervellacher Hauptplatz

**Saisonstart**  **mit gewaltigen Attraktionen**  
Mölltaler Markttag  
in Obervellach

- / **Markteröffnung** durch Bgm.Stv. Franz Oberrainer jun.
- / **Bieranstich** und Livemusik ab 09:30 Uhr
- / **Kulinarische Highlights** aus der Region.

**Hauptprogrammpunkt um 11:30 Uhr**

- / **Frühjahrs-Modeschau** mit trendigen Outfits von  
MODEZENTRUM REITER | INTERSPORT MENTIL  
NITSCH UNITED OPTICS | RIEDER SHOES | KOSMETIKALON MANUELA
- / **Kasperltheater** (Beginn 13:00 Uhr), Hüpfburg & Kinderprogramm
- / **Floristen, Autosalon** und andere Aussteller
- / **Tombola** mit sakrischen Preisen

**Es spielt für Sie:**  www.gschrems.at



Die Veranstaltung wurde durch folgenden Sponsoren ermöglicht. Danke!

**WILHELMER**  
metallbau

**OSMA**  
Trocknersysteme GmbH

**KREINER**  
versichert finanziert vernetzt

Raiffeisen Bank  
Lurnfeld-Mölltal

