

Sonderdruck zur heutigen
„Dolomiten“-Ausgabe

Dolomiten

MAGAZIN

UNTERHALTUNG • FREIZEIT • TV-PROGRAMM • 6.-12.4.2024



30 TAGE
KOSTENLOS
TESTEN

**DISKRET.
PERSÖNLICH.
EINMALIG.**

Jedes Stück ein Unikat,
angepasst an Ihre persön-
lichen Anforderungen.
Die neuen Hörsysteme sind
nahezu unsichtbar und
bieten hohen Hörkomfort
und besten Klang.

 **ZELGER**
Ihre Hörexperten

Bozen, Romstr.18M
Brixen, Stadelgasse 15A
Bruneck, Herzog-Sigmund-Str. 6C
Meran, Freiheitsstr. 99
Neumarkt, Optik Julius, Rathausring 36
Prad, Apotheke Prad, Kreuzweg 2A
Schlanders, Ex-Ambulatorium
Dr. Tappeiner, Karl-Schönherr-Str. 19

 T 800 835 825
zelger.it



■ **TITELTHEMA** 14-16

Helfen & Heilen

Die Gesundheitsangebote des Deutschen Ordens in Bozen
und Meran – Prävention im Mittelpunkt

■ **WANDERN** 12-13 Vom Eisacktal nach Siffian am Ritten

■ **MENSCHEN** 18-19 Vicky Niederkofler, „Miss Südtirol“ 2005

■ **STAR DER WOCHE** 36 Schauspielerin Tanja Wedhorn

Foto: Angelika Schwarz

- 7 **Bücher**
Abseits der Idylle:
Schauplatz Südtirol
- 8 **Sonntagsfrühstück**
Der Neue: Daniel Gasser
- 11 **Schau auf Dich**
Handy aus, Erholung an
- 12 **Wandern**
Vom Eisacktal nach
Siffian am Ritten
- 14 **Reportage**
Die Gesundheitszentren
des Deutschen Ordens
- 18 **Menschen**
Viktoria Niederkofler
- 20 **Unterwegs**
Lana blüht
- 21 **Essen & Trinken**
Schnell und gesund:
Glücklich zuckerfrei
- 24 **Schneidig & Schnulzig**
Sabrina Stern
- 25 **Garten & Pflanzen**
Blumenerde ohne Torf
- 26 **Sonderseiten**
Der Frühling im
Burggrafenamt
- 31 **Tech & Fun**
Airfryer: Küchengeräte
der Stunde
- 32 **Mein Haustier**
Geräumige Volieren
- 33 **Tierische Geschichten**
Panda-Boy Qi Zai
- 35 **Backstage**
Daniel Felderer aka Feldi
- 36 **Star der Woche**
Tanja Wedhorn

Foto: Privat



8 SONNTAGSFRÜHSTÜCK
Daniel Gasser

Foto: Privat



18 MENSCHEN
Viktoria Niederkofler



„Liebe Leserinnen
und Leser!“

Für die meisten von uns ist es tägliche Realität: Die erste Handlung des Tages ist der Griff zum Handy, um den Wecker auszuschalten – und das vielleicht sogar mehrmals. Ist man dann so langsam bei Sinnen, bleibt das Handy direkt in der Hand. Hat man eine Nachricht bekommen? Was hat sich in den vergangenen 8 Stunden in der Welt und den Sozialen Medien getan? Wann habe ich meinen ersten Termin? Noch bevor man der eigenen Traumwelt so richtig entstiegen ist, taucht man ab in die Informationsflut. Warum uns diese Gewohnheit eigentlich nicht gut tut – und warum wir auch sonst öfter mal auf das Handy verzichten sollten – lesen Sie in unserem **Ratgeber „Schau auf Dich“** auf Seite 11. Weniger ist mehr gilt auch in der Rubrik **„Essen & Trinken“** mit dem Buch „Glücklich zuckerfrei“. Nie genug bekommen kann man hingegen von **Hanspaul Menaras Wandertipps**: Diesmal führt er Sie vom Eisacktal auf den Ritten. Und auch der **Burggräfler Frühling** hat vieles zu bieten. Einige Tipps haben dazu wir ab Seite 26 für Sie zusammengesucht. Viel Spaß!

Foto: Angelika Schwarz



14 REPORTAGE
Der Deutsche Orden und seine St. Joseph Gesundheitszentren in Bozen und Meran



24 SCHNEIDIG & SCHNULZIG
Sabrina Stern



36 STAR DER WOCHE
Tanja Wedhorn

Foto: ARD Degeto/Arnim Thomaß

✉ Sie erreichen mich unter:
elisabeth.turker@athesia.it



Vorbeugen und heilen



Fotos: Angelika Schwarz

Die Gesundheit ist bekanntlich das höchste Gut, weshalb die Prävention unerlässlich ist. Der Deutsche Orden, der 1190 gegründet wurde, wirkt gemäß seinem Motto „Helfen und Heilen“ in verschiedenen Einrichtungen im Land: in Schüler- und Studentenheimen, in Flüchtlingsunterkünften sowie in Senioren- und Pflegeeinrichtungen. Und mit den St. Josef Gesundheitszentren in Bozen und Meran geht es den Ordensverantwortlichen in erster Linie um die Vorbeugung und Behandlung von Krankheiten.

Gesundheitszentrum in Meran stoßen wir langsam, aber sicher an unsere Kapazitätsgrenzen“, sagt Sepp Haller, der Direktor des Deutschen Ordens in Südtirol. „Die Nachfrage nach Leistungen wird immer größer, weil die Menschen glücklicherweise auf Prävention setzen, was wichtig und natürlich auch richtig ist.“

Mit dem Prädikat Prof. Alfred Königsrainer als Sanitätsdirektor, der in den Bereichen chirurgische Onkologie und Transplantationschirurgie eine internationale Größe ist, öffnete Mitte Mai 2022 – also vor nicht einmal 2 Jahren – das St. Josef Gesundheitszentrum in Meran seine To-

re: Rund 8500 Patienten suchten dort 2022 Rat und Hilfe, 2023 waren es etwa 15.000.

Angebot wird Schritt für Schritt ausgebaut

Die Palette medizinischer und therapeutischer Leistungen des Zentrums ist breit aufgestellt

(mehr Infos auf Seite 16): Beratungen, Erstvisiten und Kontrollvisiten sind die Haupttätigkeiten. Und, wenn gewünscht, können sich Patienten nach einer beispielsweise im Krankenhaus erfahrenen Diagnose in den St. Josef Gesundheitszentren in Bozen und Meran eine Zweitmeinung einholen. „In unserem

Um die Bevölkerung der südlichen und östlichen Landesgebiet besser bedienen zu können, ist der Orden eben in die Landeshauptstadt expandiert und hat dort vor Kurzem in der ehemaligen Praxis von Komplementärmediziner Christian Thuile das zweite St. Josef Gesundheits-



In den St. Josef Gesundheitszentren in Meran und in Bozen arbeiten aktuell 26 Fachärzte und Therapeuten interdisziplinär zusammen.



Seit Kurzem geöffnet: das St. Josef Gesundheitszentrum in der Brennerstraße in Bozen.



„Die Nachfrage nach Leistungen wird immer größer, weil die Menschen auf Prävention setzen, was wichtig und auch richtig ist.“

Sepp Haller



„Wie wir heute wissen, hat jeder Siebte, und das sind wirklich viele Menschen, eine erbare Erkrankung in sich.“

Alfred Königsrainer

zentrum, eine Meraner Außenstelle, eröffnet. „Das Leistungsangebot, das wir in Bozen aufbauen werden, wird dem in Meran sehr ähnlich sein“, verspricht Prof. Königsrainer.

Zum Team gehören verschiedene Ärzte

Neben den Koryphäen Alfred Königsrainer und Christian Thuile sind auch eine Reihe anderer Experten für den Deutschen Orden tätig: Zum Ärzteteam gehören auch Roberto Pittini, Franz Ploner, Dagmar Pedri, Federico Tiso, Maria Francesca Melina Bares, Andrea Bonetti, Ester Scola, Judith Wörnhart, Thomas Buratti, Hannes Stoll, Ulrike Neumayer, Marion Kröll, Hannes Tischler, Julian Lair, Manfred Brandstätter, Ruth Raffener, Egmond Jenny, Michael Plangger und

Alexander Gardetto. Natürlich wird auch Physiotherapie und Osteopathie angeboten: Das Team um Simon Egger, Martina Soraccrepa und Waltraud Starke zeichnen dafür verantwortlich. Als Psychologin ist Heike Torggler Teil des Teams – so wie auch die bekannte Ernährungswissenschaftlerin Ivonne Daurù.

Stichwort Erbkrankheiten

„Im Team wollen wir dem Patienten entgegengehen und ihn dort abholen, wo er steht“, betont Prof. Königsrainer, der bekanntlich aus dem Passeiertal stammt. „Ich bin froh, in einem so großen, interdisziplinären Team tätig sein zu können, in dem der Patient ganz im Mittelpunkt steht.“

Eines hebt der Professor im Zusammenhang mit der Prävention hervor: „Wie wir heute



Das neueste Angebot: Seit März 2024 gibt es im St. Josef Gesundheitszentrum Meran auch die Endoskopie (Gastro- und Koloskopie).

Bereit, uns zu ent- falten



Am 6. April setzen wir die Segel neu.



Die Riege der Ehrengäste bei der Eröffnung des St. Josef Gesundheitszentrums in Bozen war groß (vorne, von links): Sr. Bernarda Kofler, Althochmeister Prior P. Arnold Wieland, Provinzoberin Sr. Erentraud Gruber, Sr. Reinhilde Platter, Althochmeister P. Bruno Platter (dahinter), Landesrätin Rosmarie Pamer und Sr. Consolata Mair sowie (hinten, von links) Landesrat Luis Walcher, Sanitätsdirektor Prof. Alfred Königsrainer, Hochmeister P. Frank Bayard, P. Christoph Waldner, Bozens Bürgermeister Renzo Caramaschi und Deutschordensdirektor Sepp Haller.

wissen, hat jeder Siebte, und das sind wirklich viele Menschen, eine erbare Erkrankung in sich.“ Dank spezieller Blutanalysen sei es der Medizin aber möglich, Risikokonstellationen herauszuarbeiten und auf den jeweiligen Patienten zugeschnittene Behandlungspakete anzubieten – immer im Sinne der Prävention, berichtet er.

Denn der eine benötigt auf Basis der Erkenntnisse aus den

Blutanalysen 2-mal in 5 Jahren eine Darmspiegelung und der andere muss sich im Abstand von 3 Jahren einer Magenspiegelung unterziehen. Auch regelmäßige kardiologische oder urologische Visiten können lebensrettend sein. „Das sind nur einige Beispiele. Ein individuelles Angebot ist wichtig – und das können wir aufgrund unserer zahlreichen Fachgebiete garantieren“, betont Königsrainer.

Kerncharisma des Ordens

Als Ordensoberer hat Hochmeister P. Frank Bayard OT eine Freude mit den sozialen Einrichtungen seiner Gemeinschaft in Südtirol: „Es ist eine Kernkompetenz und letztlich auch ein Kerncharisma des Ordens, das Helfen und Heilen in der jeweiligen Zeit, am jeweiligen Ort in einer bestimmten Form umzusetzen“, betont Generalabt Bayard.

Das gelinge in Südtirol wirklich außergewöhnlich gut. Immer wieder könne er, wenn er unterwegs sei, die Einrichtung St. Josef in Meran als Paradebeispiel präsentieren. Der Hochmeister würdigt besonders den Mut der Schwesternprovinz unter Provinzoberin Sr. Erentraud Gruber OT, denn die Gesundheitszentren, um nur 2 Beispiele für das große Engagement zu nennen, sind Werke der Schwestern.



Dr. Christian Thuile bleibt seinen Patienten erhalten – und zwar im Dienste des Deutschen Ordens in den beiden St. Josef Gesundheitszentren.

INFOS

Das Angebot der St. Josef Gesundheitszentren:

In Meran und Bozen: Allgemeine Chirurgie und Viszeralchirurgie, Endokrinologie, Ernährung, Innere Medizin, Naturheilkunde und Komplementärmedizin, Nephrologie, Neurologie, Onkologie, Orthopädie und Traumatologie, Physiotherapie, Osteopathie und Psychologie.

Nur in Meran: Anästhesie und Schmerztherapie, Augenheilkunde, Chiropraktik und funktionelle Neurologie, Dermatologie, Endoskopie, Gynäkologie und Geburtshilfe, Gastroenterologie, Kardiologie, Pädiatrie, Plastische Chirurgie sowie Haut- und Handchirurgie, Ultraschall, Urologie und Andrologie.

Kontakt und Vormerkung:

St. Josef Gesundheitszentrum Meran
Franz-Innerhofer-Straße 2/4
Montag bis Freitag: 8 – 18 Uhr
Tel. 0473/864333

St. Josef Gesundheitszentrum Bozen
Brennerstraße 2D
Montag bis Donnerstag: 7 – 17 Uhr
Tel. 0471/1555000

E-Mail: health@stjosef.it

Infos und Terminanfragen auch auf www.stjosef.it/gesundheit.