

Gemeinde

Information

Schönau

im M ü h k r e i s

Inhalt:

08.04.2014

- 1. Platz beim Gesundheitsförderpreis 2014..... 1
- Freie Wohnung / Nordic-Walking / 20 Jahre SMB ... 2
- Stellenausschreibungen / Lehrlingsförderung 2
- Zeckenschutz-Impfung / Tag der Senioren/innen..... 3
- Eröffnung Burgrundweg in Prandegg..... 3
- Bauverhandlungstermin / Personal Freibad 3
- Tensorkurs / Verordnung Waldbrandschutz..... 4
- Vortrag: „Glaube dich frei und entdecke das Leben“ 4
- Leader Förderprogramm 5
- Einladung zum Leader-Gemeindeimpuls..... 5
- Hundehaltung / Jugendtaxi-Gutscheine 6
- 1. Schönauer Biker-Ausfahrt..... 6
- Projekte von TU WAS, dann tut sich was..... 7
- Feuerlöscherüberprüfung in Oberndorf 8
- Gesunde Gemeinde informiert 8

Beilage: Einladung zum Mittagstisch

An einen Haushalt in Schönau i.M.

Amtliche Mitteilung

Zugestellt durch Post.at

1. Platz beim Gesundheitsförderpreis 2014



Die „Gesunde Gemeinde Schönau“ unter der Leitung von Ing. Johann Brunner hat für das gemeindeübergreifende Projekt „Wir bewegen geHmeinsam – Johannesweg in 6 Etappen“ am 01. April 2014 den **1. Platz des Gesundheitsförderpreises 2014** im Wert von Euro 2.000,00 durch Landeshauptmann Dr. Josef Pühringer überreicht bekommen. Die Zusammenarbeit mit den anderen „mühlviertlerischen Gesunden Gemeinden“ Kaltenberg, Königswiesen, Pierbach, St. Leonhard, Unterweißenbach und Weitersfelden hat sich gelohnt. Eine Neuauflage ist bereits in Planung.

Freie Wohnung

Familie Hackl vermietet ab sofort eine Wohnung mit einer Nutzfläche von 65 m²; 2,8 km vom Ortszentrum Schönau entfernt. Nähere Informationen unter: 0676/392 33 61.

Nordic-Walking-Auftakt

Nordic-Walking der Naturfreunde startet wieder ab Montag, 07. April 2014 um 19.00 Uhr. **Treffpunkt: jeden Montag am neuen Parkplatz.** Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.

20 Jahre Sozialmedizinischer Betreuungsring

Am **03. Mai 2014** um 20.00 Uhr findet die Jahreshauptversammlung des Sozialmedizinischen Betreuungsringes Tragwein-Bad Zell-Schönau im Gasthaus Schmalzer statt. Anlässlich des 20jährigen Jubiläums wird Kabarettist Mario Sacher die Jahreshauptversammlung humorvoll umrahmen.

Stellenausschreibungen

Der Getränkehandel Fröhlich Bad Zell sucht zur Verstärkung eine/n **Mitarbeiter/in** im Ausmaß von 24 Wochenstunden (3 Tage) zum Ausliefern von Getränken und Arbeiten im Lager. Bewerbungen an: Nikolaus und Martina Fröhlich, Huterergasse 10, 4283 Bad Zell, Tel.: 07263/20010

Das **Lebensquell Bad Zell** stellt eine/n **Haustechniker** für 40 Stunden ein. Bewerbungen an: Lebensquell Bad Zell, Herrn Franz Schinnerl, Lebensquellplatz 1, 4283 Bad Zell, 07263/75 15-63 oder f.schinnerl@lebensquell-badzell.at

Neue Förderung für Lehrlinge

Seit 1. September 2013 gibt es für Lehrlinge ein neues und unbürokratisches Fördermodell. Ziel dieses Modelles ist es, Lehrlinge bei ihrer Vorbereitung zur Lehrabschlussprüfung optimal zu unterstützen. Gefördert werden Lehrlinge, welche einen Lehrvertrag nach dem Berufsausbildungsgesetz (BAG) oder Land- und forstwirtschaftlichem Berufsausbildungsgesetz (LFBAG) abgeschlossen haben. Lehrlinge von Bund, Länder, Gemeinden, politischen Parteien und in selbständigen Ausbildungseinrichtungen können nicht gefördert werden.

Was wird gefördert?

- Übernahme der Kosten für Vorbereitungskurse zur Lehrabschlussprüfung
- Coaching für Prüfungskandidatinnen und Prüfungskandidaten
- Finanzielle Entlastung bei Wiederantritt zur Lehrabschlussprüfung

Information und Kontakt: Wirtschaftskammer OÖ, Referat lehre.fördern, Wiener Straße 150, 4020 Linz, Tel.: 05/90909-2010, lehre.foerdern@wkoee.at, www.lehre-foerdern.at, www.lehrvertrag.at

Keine Zeckenschutz-Impfung 2014

Heuer wird erstmals keine Impfkaktion der Bezirkshauptmannschaft Freistadt durchgeführt. Bitte vereinbaren Sie Termine mit ihrem Hausarzt bzw. der Gebietskrankenkasse.

Tag der Seniorinnen und Senioren am 12. April 2014 in Oberndorf

Die Gemeinde Schönau i.M. ladet Sie zum „Tag der Seniorinnen und Senioren“ am Samstag, den **12. April 2014 um 10.30 Uhr** im Gasthof Aumayr, Oberndorf, sehr herzlich ein. Diese Einladung ist ein kleines Zeichen der Dankbarkeit und bietet Gelegenheit in fröhlicher Runde zu plaudern.

Eröffnung Burgrundweg Prandegg am Sonntag, 27. April 2014



Die Gemeinde Schönau im Mühlkreis und der Burgverein Prandegg laden Sie zur Eröffnung des Rundweges in Prandegg am **Sonntag, 27. April 2014** herzlich ein. Um 14.00 Uhr beginnt die Eröffnungsfeier im Meierhof Prandegg mit anschließender Begehung des Rundweges. Der Burgverein Prandegg und die Taverne zu Prandegg bieten im Anschluss Speisen und Getränke an. Wichtiger Hinweis: Die Zufahrt zu Meierhof und Ruine Prandegg ist bei der Eröffnung nur bis zum Besucherparkplatz möglich. Wir ersuchen einen Fußweg von ca. 15 Minuten einzuplanen um zeitgerecht zu kommen!

Bauverhandlungstermin

Am Montag, 05. Mai 2014 findet die nächste Bauverhandlung statt. **Bitte reichen Sie Ihr Bauansuchen möglichst bald ein**, damit eventuell zusätzlich benötigte Unterlagen nachgereicht oder allenfalls erforderliche Stellungnahmen und Gutachten eingeholt werden können. Je nach erforderlichen Gutachten kann das Baubewilligungsverfahren auch **mehrere Monate** in Anspruch nehmen. Zur Vermeidung von unnötigen Kosten der Bauwerber durch Planabänderungen wird empfohlen, bei größeren Bauvorhaben einen Bauplan-Entwurf der Gemeinde Schönau i.M. zur Vorprüfung vorzulegen. **Bauansuchen, die nach dem 30. April 2014 abgegeben werden, können erst bei der nächsten Bauverhandlung im Juni bearbeitet werden.**

Aufnahme mehrerer Personen zur Betreuung des Freibades

Für die kommende **Badesaison 2014** werden mehrere Personen zur Betreuung der Freibadanlage im Rahmen einer Voll- bzw. Teilzeitbeschäftigung aufgenommen. Wochenenddienste nach Vereinbarung. Hausfrauen, Studenten, SchülerInnen höherer Schulen bzw. Ferialpraktikanten oder sonstige interessierte Personen können sich für diesen Posten bewerben. Das Aufgabengebiet umfasst die Bedienung der Kasse, die Beaufsichtigung der Freibadanlage und die Reinigung. Mindestalter: Vollendung des 16. Lebensjahres; Dienstbeginn ist mit Beginn der Badesaison (Mai). Helferschein von Vorteil. Interessierte werden gebeten, sich ab sofort am Gemeindeamt bei Amtsleiter Engelbert Schwab, Tel. 7255-12 zu melden!

Tensorkurs in Prandegg

Einladung zum Tensorkurs „Das Austesten mit dem Tensor – jeder kann es lernen“ (ganztags) auf der Burgruine Prandegg am **Sonntag, 18. Mai 2014** von 10.00 bis ca. 20.00 Uhr. Kursgebühr Euro 85,00. Schriftliche Anmeldung erforderlich bei Ricky Eichinger, Wolfgrub 32, 4274 Schönau i.M. oder E-Mail: ricky.eichinger@gmail.com; 0676/695 16 97

Info zum Kurstag: Erkennen der eigenen Tensor-Aussage, Formulierung der Fragestellung, Kontrollfragen, Verträglichkeit von Nahrungsmitteln, Unverträglichkeiten bei Allergien, Dosierung und Anwendungszeiten von Nahrungsergänzungsmitteln, Spurenelementen und Vitalstoffen, Bachblüten, Edelsteinen, Kräutern; Austesten am Körper, Fernabfragen, Wasser-Energie-Beurteilung und – Belebungsmöglichkeiten, Schlafplatzbewertung und Bettplatzsuche, Erkennen von Störfeldern, Elektromog-Belastungen in der Wohnung, Handy-Entstörung mittels Lichtgitter-Mandala ...

Vortrag: „Glaube dich frei – und entdecke das Leben“ – KBW

Das Katholische Bildungswerk ladet recht herzlich zum Vortrag „Glaube dich frei – und entdecke das Leben“ am **Dienstag, 22. April** um 19.30 Uhr im Pfarrheim ein. Referent: Univ.-Doz. Dr. Franz Schmatz von der Päd. Hochschule Wien/Krems

Verordnung Waldbrandschutz

Verordnung der Bezirkshauptmannschaft Freistadt vom 17. März 2014 betreffend den Waldbrandschutz im politischen Bezirk Freistadt. Auf Grund des § 41 Abs. 1 des Forstgesetzes 1975, BGBl. Nr. 440, i.d.F. BGBl. I Nr. 55/2007, wird verordnet:

§ 1

In den Waldgebieten aller Gemeinden des politischen Bezirkes Freistadt sowie in deren Gefährdungsbereichen ist jegliches Feueranzünden und das Rauchen verboten. Der Gefährdungsbereich ist überall dort gegeben, wo die Bodendecke oder die Windverhältnisse das Übergreifen eines Bodenfeuers oder das Übergreifen eines Feuers durch Funkenflug in den benachbarten Wald begünstigen. Ausgenommen von diesem Verbot ist das Verbrennen von Rinde und Ästen zum Zwecke der Borkenkäferbekämpfung durch den Waldeigentümer als bekämpfungstechnische Maßnahme im Sinne der Forstschutzverordnung. Rechtzeitig vor Durchführung solcher Maßnahmen hat der Waldeigentümer oder Verfügungsberechtigte den Forstdienst der Bezirkshauptmannschaft Freistadt, Tel. 07942/702/62480 oder 62482 (Freistadt), 07942/702/62610 (Pregarten) oder 07956/7224 (Unterweißenbach) zu verständigen. Ebenfalls sind vorher das zuständige Gemeindeamt und die Feuerwehr zu verständigen.

§ 2

Den Waldeigentümern steht es frei, dieses Verbot in geeigneter Weise ersichtlich zu machen (§ 41 Abs. 3 Forstgesetz 1975).

§ 3

Übertretungen dieser Verordnung werden gemäß § 174 Abs. 1 lit. a Z. 17 des Forstgesetzes 1975 mit einer Geldstrafe bis zu 7.270 Euro oder mit Arrest bis zu 4 Wochen bestraft. Bei Vorliegen besonders erschwerender Umstände können die beiden Strafen nebeneinander verhängt werden.

§ 4

Diese Verordnung tritt mit 20. März 2014 in Kraft und mit Ablauf des 31. Oktober 2014 außer Kraft.

Leader geht in die nächste Runde Förderperiode 2014 bis 2020

LEADER ist lebendig und lebt mit seinen Projekten und durch engagierte Menschen in den ländlichen Regionen – so auch in der Mühlviertler Alm. Alleine in der letzten Förderperiode 2007 bis 2013 wurden in unserer Region 90 Projekte mit einer Investitionssumme von 13 Mio. Euro mit Unterstützung des Leader-Programms umgesetzt. Insgesamt wurden diese Projekte mit mehr als 4,7 Mio. Euro an Förderung unterstützt. LEADER ist auf der Mühlviertler Alm seit 1995 eine Erfolgsgeschichte und seither ein wichtiges Instrument für eine zukunftsfähige Regionalentwicklung.

Das Ziel von Leader ist die bestmögliche Entwicklung der Regionen im Sinne der Menschen, die in diesen ländlichen Räumen leben und arbeiten wollen. Die zwischen EU, Bund und Land Oberösterreich kofinanzierten Fördermittel sind daher bestens investiert. LEADER setzt Zeichen zur Stärkung des ländlichen Raumes. Durch LEADER-Förderungen können wichtige Vorhaben im ländlichen Raum umgesetzt und damit auch Arbeitsplätze geschaffen und abgesichert werden.

Die LEADER Förderungen und Investitionen bieten die große Chance, unsere Region weiter zu entwickeln und damit unsere Zukunft ein Stück weit selbst zu gestalten. Eine wesentliche Voraussetzung für die Inanspruchnahme dieser Förderungen ist es, dass gute Projektideen und –maßnahmen, von den Menschen in den Regionen - von den Akteur/innen in Landwirtschaft, Wirtschaft, Tourismus, in den Vereinen und Gemeinden, Bildungsinstituten etc. entwickelt und umgesetzt werden. Gefördert werden Projekte aus den Bereichen Wirtschaft, Tourismus, Land- und Forstwirtschaft, Erneuerbare Energie, Bildung, Kultur, Naturschutz, Dorfentwicklung, Soziales, Jugend und Chancengleichheit.

Die Entscheidung welche Projekte den Förderkriterien entsprechend von den einzelnen Regionen vorangetrieben und entwickelt werden, soll künftig noch stärker bei der LEADER-Region und ihren Mitgliedsgemeinden liegen. Die Menschen in den Regionen wissen selbst am besten, wie sie sich positiv weiterentwickeln können. Die Mühlviertler Alm und ihre zehn Mitgliedsgemeinden sind gerade dabei, die Lokale Entwicklungsstrategie 2014 – 2020 zu schreiben. Eine schlüssige, nachhaltig gestaltete und an die Region speziell ausgerichtete Strategie ist Voraussetzung für eine neuerliche Anerkennung als Leaderregion für die Periode 2014 bis 2020.

Bereits Ende 2012 wurde mit einem breiten Beteiligungsprozess der Bevölkerung gestartet. In zahlreichen Workshops und Themenabenden wurde an regionalen Zukunftsfeldern und Projektideen gearbeitet. Die Ergebnisse daraus wurden bereits im „Zukunftsbuch 2020“, welches beim 20. Jubiläum Mitte 2013 veröffentlicht wurde, niedergeschrieben. Unser regionales Zukunftsbuch ist somit eine sehr wichtige Grundlage für die Lokale Entwicklungsstrategie, welche bis September 2014 beim Lebensministerium zur Begutachtung eingereicht werden muss.

Einladung zum Leader-Gemeindeimpuls

Nun möchten wir nochmals in jeder Gemeinde der Region einen Leader-Impulsabend gestalten. An diesem Abend sind alle interessierten Bürgerinnen und Bürger sehr herzlich eingeladen sich zu beteiligen und ihre Anregungen und Projektideen einzubringen. Dabei soll auch ein besonderer Fokus auf die jeweilige Gemeinde gelegt werden. Der Region ist es ein besonderes Anliegen, dass sich jede Gemeinde, alle Bürgerinnen und Bürger in der Lokalen Entwicklungsstrategie der nächsten Jahre wiederfinden.

**Zum Leader-Gemeindeimpuls am Dienstag, 15. April 2014 um 19.00 Uhr
am Gemeindeamt wird herzlich eingeladen.**

Wir freuen uns über eine zahlreiche Teilnahme! Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Hundehaltung

Nur wer über 16 Jahre alt ist, darf einen Hund halten. Vorausgesetzt die nötige Sachkunde und die körperliche wie geistige Eignung ist gegeben. Das gilt auch für Personen, die den Hund zeitweilig beaufsichtigen oder führen. Der Hund darf nur so gehalten, beaufsichtigt, verwahrt oder geführt werden, dass Menschen und Tiere durch den Hund nicht gefährdet werden, Menschen und Tiere nicht über ein zumutbares Maß hinaus belästigt werden und er an öffentlichen Orten oder auf fremden Grundstücken nicht unbeaufsichtigt herumlaufen kann. Wenn der Hund älter als zwölf Wochen ist, muss man das der Hauptwohnsitzgemeinde binnen drei Tagen melden. Diese Meldung wird dann mit dem erforderlichen Sachkundenachweis und einem Nachweis einer Haftpflichtversicherung (beides namentlich auf den Hundebesitzer zu laufen) in das OÖ. Hunderegister aufgenommen. Weiters erhält jeder angemeldete Hund eine amtliche Hundemarke zur besseren Kennzeichnung.

Jugendtaxi-Gutscheine

Jugendliche im Alter zwischen 16 und 20 Jahren erhalten Gutscheine im Wert von Euro 4,00 für die Benützung eines Jugendtaxis. Diese Gutscheine haben dann die Gültigkeit wie die Jahresvignette.

<i>Wo erhalte ich Gutscheine?</i>	am Gemeindeamt Schönau i.M. bei Kerstin Neundlinger
<i>Wie viele Gutscheine gibt es?</i>	maximal 4 Stück pro Monat (Jahreslimit 24 Stück)
<i>Wer kann die Gutscheine abholen?</i>	Die Gutscheine sind grundsätzlich persönlich abzuholen, werden aber in Ausnahmefällen auch an Erziehungsberechtigte abgegeben.
<i>Mit wem kann ich fahren?</i>	Fa. Wiesinger Reisen, Tel. 0664/130 10 26, 0664/403 28 00 Taxi Populorum, Tel. 0664/548 57 96 Taxi Walter Reisen, Tel. 0664/105 21 45

Einladung zur 1. Schönauer Biker-Ausfahrt

Der ECC Schönau und der MSC Motorratten Schönau veranstalten eine **Motorrad-Ausfahrt** für jeden der **zwei Reifen** und **mindestens 125ccm** besitzt, sowie Lust und Laune hat, einen gemeinsamen Biker-Ausflug im schönen Mühlviertel zu machen! Im Vordergrund steht ein lustiger Samstagnachmittag (bzw. Samstagabend)!

- Treffpunkt am **17.05.2014** um **12.30 Uhr**
- Ersatztermin bei Schlechtwetter: 24. Mai 2014
- beim **Treff 16** - Abfahrt 13.00 Uhr (pünktlich)
- Einkehrschwung um 15.00 Uhr auf der Strecke
- Rückfahrt zum Treff 16 um ca. 17.30 Uhr



Für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt: Im Treff 16 und im Festsaal wird es Gegrilltes, AC/DC, Partystimmung und **100 Liter FREIBIER** geben, da der ECC Schönau und der MSC Motorratten Schönau je ein Fass spenden!

Wir freuen uns über zahlreiche Biker und eine Spitzen-Ausfahrt und ersuchen um **Anmeldung** bei Georg Mossbauer (ECC Schönau), Tel.: 0664/435 71 11, Mail: georg@mossbauer.at oder Didi Aumayer (MSC Motorratten Schönau), Tel.: 0664/934 44 09, Mail: motorratten@aon.at

TU WAS, dann tut sich was

▪ Mittagstisch – miteinander schmeckt's besser

Der sozial-caritative Arbeitskreis der Pfarre und der Gemeinde Schönau hat diese Idee beim „Tu was- Festival“ der Mühlviertler Alm eingereicht, denn miteinander schmeckt's besser. Daher wollen wir zweimal im Monat zum MITEINANDER ESSEN ins Gasthaus Schmalzer einladen. Bitte beiliegenden Folder beachten.

Projekt „AlmA“ (Alm-Anthologie)

Ausschreibung an alle SchreiberInnen und DichterInnen, MalerInnen und ZeichnerInnen, auf der Mühlviertler Alm von „10 bis 100 Jahren“. Ziel ist es Themen wie alte und neue Zeiten, Schule und Arbeit, Familie und Freizeit, Feste und Feiern, Jahreskreis und Lebenskreis, Bräuche, Kriegszeit, Nachkriegszeit in ein Buch mit Texten und Bildern zu packen. Daraus soll das Buch „Alm-Anthologie“ entstehen. Einreichungen per E-Mail an: gemeinde@bad-zell.ooe.gv.at (Betreff: AlmA) oder per Post: An das Gemeindeamt Bad Zell, Kennwort „AlmA“, 4283 Bad Zell; **Einsendeschluss: 25. Mai 2014**; Nähere Informationen gibt es auf der Tu-Was-Homepage (<http://tu-was.at>) oder bei Zita Eder (0676/411 6554) und Karl Hackl (0699/819 139 84).

Das Redaktionsteam wünscht sich, dass sich viele trauen, Texte oder Bilder einzureichen!

▪ Stammtisch für Eltern von Kindern im Schulpflichtalter

Einladung zum Stammtisch für Eltern von Kindern im Schulpflichtalter am **Dienstag, 06. Mai 2014** um 19.30 Uhr beim Kirchenwirt in Königswiesen. Der Stammtisch bietet die Möglichkeit, sich auszutauschen zu Fragen: Wie unterstütze ich mein Kind in ihrer/seiner schulischen Laufbahn richtig? Wo finde ich Unterstützung? ... Diesen Stammtisch soll es öfters geben. Es ist geplant, Referent/innen zu passenden Themen zu den nächsten Terminen einzuladen. Weitere Stammtisch-Termine: Dienstag, 7. Oktober 2014, GH Schmalzer, Schönau i.M. und Dienstag, 25. November 2014, Hotel Fürst, Unterweißenbach jeweils um 19.30 Uhr.

▪ Kinderflohmarkt in Schönau!

Am **Samstag, 12. April 2014** findet in Schönau im Pfarrheim von 9.00 bis 12.00 Uhr ein Kinderflohmarkt statt. Sind eure Kinder aus der Kleidung herausgewachsen? Gibt es Spielzeug, das nicht mehr gebraucht wird? Dann bringt uns diese Sachen – wir verkaufen sie für euch! Kleidung und Schuhe für Alter 0 – 14 Jahre, bitte in einwandfreiem, sauberen Zustand oder Spielsachen, die voll funktionsfähig sind. Bitte die Sachen am Freitag, 11. April 2014 zwischen 9.00 und 11.30 Uhr ins Pfarrheim bringen, oder nach telefonischer Vereinbarung unter 0660/274 35 66 auch außerhalb dieser Zeit.



▪ Tagesausflug am Samstag, 24. Mai 2014 nach Tschechien

Am **Samstag, 24. Mai 2014** fahren wir um 8.00 Uhr von Unterweißenbach (Lagerhausparkplatz) ab. Die Fahrt führt uns nach Nové Hradý, wo wir die Burg Nové Hradý und das Stadtzentrum besichtigen werden. Bei einer tschechischen Vormittagsjause stärken wir uns im CAFÉ KOUSEK. Anschließend geht es weiter zum Wallfahrtsort Dobrá Voda. Zum späten Mittagessen geht es dann durch den tschechischen Urwald nach Žofín, da werden wir im Jagdschlösschen LESOVNA ŽOFÍN auf Vorbestellung fürstlich speisen und verwöhnt werden. Am späten Nachmittag treten wir dann durch die schöne südböhmische Landschaft die Heimreise an. Kosten für den Tagesausflug mit Reiseleitung ohne Verköstigung: Euro 30,00. Wer Interesse hat an diesem Tagesausflug teilzunehmen, bitte um Anmeldung bei: Edith Kern-Klambauer 07956/20783 oder Hildegard Haider 07956/20514.

Tut was, dann tut sich was! Ihr könnt nichts verlieren, nur gewinnen!

Feuerlöscherüberprüfung



Die Freiwillige Feuerwehr Oberndorf hat eine Feuerlöscherüberprüfung organisiert. Termin: **Samstag, 26. April 2014**, von 8.00 bis 12.00 Uhr im Zeughaus der FF-Oberndorf. Feuerlöscher, Löschdecken, Rauchmelder werden zum Verkauf angeboten.

Gesunde Gemeinde informiert ...

▪ Kräuterwanderung – „Ach du grüne Neune“

Unkraut – oder doch etwa wertvolle Energielieferanten für Körper, Geist und Seele

Kräuterwanderung und gemeinsames Kochen mit Hildegard Aistleitner und Margit Spiegl

Termin: 23. April 2014 von 13.00 – 17.00 Uhr (Ersatz: 28. April), Groß Reiter Hof

Mitzubringen: festes Schuhwerk, Sitzunterlage, Kochschürze, evtl. Hausschuhe

Energieausgleich: Euro 27,00; Anmeldung bei Spiegl Margit (07261/7713)



▪ G'sunder Tipp – Kurzpausenübungen

Am Samstag, den 8. Februar 2014 hielt Herr Dr. Scheibenpflug (Sportwissenschaftler) für die Mitarbeiter der Firma Kaltenberger das Seminar „**Kurzpausenübungen**“ am Betriebsgelände ab. Bei diesem Seminar erklärte er, dass falsche Bewegungen erst mit zunehmendem Alter spürbar werden. Der Körper sieht lange zu, bevor er mit Schmerz reagiert. Effiziente Regenerations-Übungen sogenannte „Kurzpausenübungen“, die man auch im Arbeitsalltag einfach einbauen kann, wurden kennengelernt. Es kommt nur darauf an, wie man Pausen nutzt. Vieles wurde geübt: das richtige Sitzen, Aus- und Einsteigen aus dem LKW, sowie richtiges Heben und Tragen. Um nachhaltig davon zu profitieren, wird mit Bildern auf Bewegungen und Übungen ständig aufmerksam gemacht. Letztlich liegt es an jedem einzelnen, die Verantwortung für sich und seinen Körper selbst zu übernehmen. Ohne regelmäßige Bewegung und Ausgleichsübungen werden wir „Gesundheit im Alter“ nicht erreichen. Diese Kurzpausenübungen sollen als Vorbildfunktion dienen. Also auf geht's!

▪ Wir machen Meter – Unsere Gemeinde macht mit! Oberösterreich bewegt sich!

Die Bewegungsinitiative "Wir machen Meter" des Gesunden Oberösterreich und dem ORF OÖ war ein großartiger Erfolg – deshalb geht "Wir machen Meter" in die zweite Runde. Diesmal auch mit einem weiteren Partner aus der Medienwelt – der Kronen Zeitung. Heuer gibt es neben der Gemeindekategorie auch eine Kindergarten- und Volksschulkategorie. Ab 26. März 2014 können gesunde Meter gesammelt werden.



Sammeln wir gemeinsam gesunde Meter, denn jeder Meter zählt! Zum Beispiel: zu Fuß zur Arbeit, mit dem Rad zum Einkaufen, ein Spaziergang mit der Familie, eine Wanderung mit Freunden, ... „Wir machen Meter“-Pässe sind am Gemeindeamt abzuholen und auch wieder abzugeben. Jeder Meter zählt – die Gemeinde mit den meisten Metern gewinnt den Hauptpreis – einen tollen Bewegungsparcours! Nähere Informationen bei Elisabeth Klinger am Gemeindeamt, Tel. 7255-13

Mit freundlichen Grüßen
Der Bürgermeister

Herbert Haunschmied