



MARKTGEMEINDE

# Natternbach

BEZIRK GRIESKIRCHEN - OÖ | A-4723 NATTERNBACH, KIRCHENPLATZ 6

# Gemeindezeitung

128 - August 2017

## Inhalt

Aus dem Gemeindepapier	2
Projekt Neugestaltung Ortszentrum	2
Schlußvermessungen	2
Ferienkindergarten	2
Projekt Fußballtrainingsfeld	3
Flächenwidmungsplan / ÖEK	3
Neue Parkplätze	4
IKUNA Naturresort - Gesellschaftsanteile	4
50 Jahre Jobst Kopfarbeit	4
Aktion „Gemeinsam sicher“	5
Julia Jobst, Praxiseröffnung	5
Prüfungserfolge	5
Borkenkäferplage	6
Feuerwerk - Rechtliche Hinweise	6
Info Rot Kreuz Ortsstelle Peuerbach	7
Zivilschutz Notfallset an Schulen	8
Schüler- und Lehrfreifahrt OÖVV	8/9
Landesportzeichen für Willi Strasser	9
Gesunde Gemeinde	10-12
Lustiges, Labyrinth	12



**Herzlich willkommen zur 26. Oö. Ortsbildmesse  
am 10. September 2017 in Natternbach**

**Amtliche Mitteilung!** Zugestellt durch Post.at  
Zulassungsnummer 29402LB4U  
IMPRESSUM: Eigentümer und Herausgeber: Markt-  
gemeinde 4723 Natternbach, Kirchenplatz 6; Redaktion:  
BGM Josef Ruschak und die Mitarbeiter der Gemein-  
deverwaltung; Herstellungsort Natternbach; Zielrichtung:  
Informationsschrift der Marktgemeinde Natternbach

An die Hausbesitzer im Ort ergeht die Bitte, die Häuser zu beflaggen!  
Bitte den beigelegten Folder für die Oö Ortsbildmesse beachten!  
Hinweis: Ortsdurchfahrt Natternbach von Samstag, 9.9.2017, 8 Uhr früh  
bis Montag, 11.9.2017, 12 Uhr mittags gesperrt!



## Aus dem Gemeindepapament

Die letzten öffentlichen Sitzungen des Gemeinderates fanden am 16. Juni und am 9. August 2017 statt. Folgende Themen wurden beraten und beschlossen:

### Projekt Neugestaltung Ortszentrum

Der vom Amt der Oö Landesregierung übermittelte Finanzierungsplan für dieses Projekt wurde beschlossen. Der Finanzierungsplan umfasst für die Bauarbeiten und den Erwerb der Liegenschaft Kirchenplatz 3 (ehem. Moserhaus) ein Gesamtinvestitionsvolumen von 882.000 Euro. Der Finanzierungszeitraum verteilt sich auf die Jahre 2016 bis 2019.

Das Projekt wird wie folgt finanziert:

Land OÖ/Bedarfszuweisung	500.000 Euro
Land OÖ/Landeszuschuss Baureferat	60.000 Euro
Land OÖ/Landeszuschuss Dorferneuerung	69.154 Euro
Marktgemeinde/Ordentlicher Haushalt	19.930 Euro
Marktgemeinde/ Darlehensaufnahme	232.916 Euro

Die Aufnahme des Bankdarlehens erfolgte nach Ausschreibung beim Billigstbieter Raiffeisenbank Peuerbach. Die Sparkasse Peuerbach erhielt den Zuschlag für einen Zwischenfinanzierungskreditrahmen in Höhe von max. 300.000 Euro, mit dem bis zum Jahr 2019 zugesagte Förderungsmittel des Landes zwischenfinanziert werden.

Eine mit der Familie Lindner abgeschlossene Vereinbarung über die errichtete Steinmauer, die als neue Grundgrenze gilt, wurde zur Kenntnis genommen. Beim Vorplatz altes Gemeindeamt wurden zusätzliche Parkplätze errichtet. In diesem Bereich wird auch eine Ladestation für Elektrofahrzeuge realisiert. Darüber wurde mit der Enamo Ökostrom GmbH, Linz ein Kauf- und Betriebsführungsvertrag abgeschlossen.



### Vermessung an der Grünseis Landesstraße

Die Oö Landesstraßenverwaltung hat über die Straßenmeisterei Peuerbach vor einiger Zeit eine Sanierung der Grünseis Landesstraße vorgenommen. Im Rahmen dieses Vorhabens wurden an angrenzenden Grundstücken auch Grundtäu-sche und Grenzänderungen im Einvernehmen mit den Grundbesitzern durchgeführt. Das Ergebnis der Katasterschlussvermessung - aus dem sich Zu- und Abschreibungen aus dem öffentlichen Gut mit Widmung bzw. Aufhebung aus dem Gemeingebrauch ergeben haben - wurde vom Gemeinderat beschlossen.

### Schlussvermessung Renaturierung

Von der Abt. GeoL des Amtes der Oö Landesregierung wurde der Plan der Katasterschlussvermessung des Renaturierungsprojektes am Natternbach übermittelt. Wir freuen uns, dass der renaturierte Bach und insbesondere der begleitende Naturerlebnisweg bei der Bevölkerung so gut ankommt. Die sich ergebenden Zu- und Abschreibungen beim öffentlichen Gut wurden beschlossen. Der mit dem Verwalter des öffentlichen Wassergutes abgeschlossene Vertrag über die errichteten Gehbrücken über den Natternbach und den Kirchbergerbach wurde genehmigt.

### Ferienkindergarten

Der im letzten Jahr erstmalig durchgeführte gemeinsame regionale Ferienkindergarten war ein voller Erfolg. Das Kooperationsprojekt der Gemeinden Engelhartzell, Eschenau, Kopfing, Natternbach, Neukirchen a.W., St. Aegidi und Waldkirchen a.W. wird daher auch heuer durchgeführt. 7 Kinder aus Natternbach nehmen am Ferienkindergarten am Standort St. Aegidi teil. Ein tolles Projekt mit Unterstützung der Leaderregion Sauwald, zumal eine einzelne die erforderliche Gruppengröße nicht erreichen würde. Der Vereinbarung über die Leistung des Gastbeitrages entsprechend der Anzahl der besuchenden Kinder wurde zugestimmt.

# Projekt Fußball-Trainingsfeld

Die Sportdirektion des Landes Oberösterreich startet in Zusammenarbeit mit dem Oö Fußballverband das Projekt „Oö Kunstraseninitiative“. Ziel dieser Initiative ist es, an einigen regionalen Standorten im Bundesland Oberösterreich Kunstrasenplätze zu errichten, die dann den Vereinen und Institutionen dieser Region zur Verfügung stehen würden.

Zur Zeit laufen die Verhandlungen zwischen Land und Fußballverband hinsichtlich der Erstellung eines Förderprogrammes für dieses Projekt. Die Marktgemeinde hat sich um einen regionalen Standort für ein Kunstrasenfeld beworben und eine Grundsatzzusage für eine Errichtung in Natternbach erhalten.

Das neue Kunstrasenfeld soll im Bereich der Sportanlage, quer anschließend an das bestehende Fußballhauptfeld entstehen.

Der nächste Schritt ist die Klärung der genauen Finanzierungs- und Förderungsmodalitäten für das rd. 600.000 Euro teure Projekt. Erst dann kann eine Detailplanung und Durchführung der notwendigen Widmungs- und Genehmigungsverfahren erfolgen. Nach Fertigstellung würde der bestehende Trainingsplatz aufgelassen werden.

Für das benötigte Grundstück ist ein Grundtausch zwischen der Schmidbauer Immobilien GmbH und der Marktgemeinde angedacht, d.h. die Grundflächen für die Errichtung des

Kunstrasenfeldes würden von Dr. Schmidbauer zur Verfügung gestellt, wobei im Gegenzug das Grundstück des alten Trainingsplatzes zwischen IKUNA und Freibad von der Gemeinde abgegeben würde. Der Gemeinderat hat dieser Vorgangsweise - vorbehaltlich einem positiven Ergebnis der Finanzierungs- und Förderungsgespräche für ein neues Kunstrasenfeld - die grundsätzliche Zustimmung erteilt.

Für die weitere positive Entwicklung der Marktgemeinde Natternbach ergeben sich aus dem Projekt folgende Vorteile:

- Engere Anbindung des Trainingsfeldes an das Hauptfeld mit kürzeren Wegen, etc.;
- Schaffung bester Trainingsmöglichkeiten für den eigenen Sportverein einschl. der Mitbenutzungsmöglichkeit für die örtlichen Schulen;
- Steigerung der Nachhaltigkeit im Trainingsbetrieb - Einsparung einer in den nächsten Jahren anstehenden Generalsanierung des bestehenden Platzes;
- Entwicklung von Paketen für Trainingslager von in- und ausländischen Vereinen mit Synergien für den gesamten Ort;
- Sicherung einer weiteren Erweiterungsmöglichkeit des IKUNA Naturresorts als touristischem Hotspot der Region;
- keine Witterungsabhängigkeit mehr u.v.m.

## Flächenwidmungsplan-Entwicklungskonzept

Seit geraumer Zeit läuft ein Raumordnungsverfahren für eine Gesamtüberarbeitung des Flächenwidmungsplanes und des örtlichen Entwicklungskonzeptes der Marktgemeinde. Insgesamt wurden 42 Änderungsanträge und 25 amtswegige Änderungen in diesem Verfahren eingebracht und bearbeitet. Der Raumordnungsausschuss des Gemeinderates hat sich in vielen Sitzungen mit diesen Anträgen und Änderungen befasst. In zahlreichen Gesprächen mit den zuständigen Sachverständigen und den Bearbeitern der Abt.

Raumordnung des Landes wurden Verhandlungen und Gespräche geführt. Trotz des großen Einsatzes der Gemeinde konnte nicht für alle Anträge eine positive Behandlung erreicht werden, zumal doch einige Anträge direkt im Widerspruch zu den Grundsätzen und Zielen des Oö Raumordnungsgesetzes stehen. Letztlich konnte auf Basis der vielen Vorgespräche ein Planungsstand erreicht werden, der keine Versagungsgründe im nachfolgenden Genehmigungsverfahren erwarten lässt. Unter Behandlung der eingelangten

Stellungnahmen wurde der Flächenwidmungsplan Nr. 6 und das örtliche Entwicklungskonzept Nr. 3 vom Gemeinderat im nunmehrigen Planungsstand beschlossen.

Der Beschluss und die umfangreichen Planunterlagen wurden zwischenzeitlich an das Amt der Oö Landesregierung zur Genehmigung weitergeleitet. Das Genehmigungsverfahren kann noch bis zu vier Monate an Zeit in Anspruch nehmen, wobei neuerliche Probleme in Einzelbereichen nicht ausgeschlossen werden können. Wir hoffen sehr, möglichst bald einen neuen rechtskräftigen Flächenwidmungsplan zur Verfügung zu haben.

**In diesem Zusammenhang weisen wir neuerlich darauf hin, bei allen geplanten Bauvorhaben - sollten sie auch noch so klein und unbedeutend sein - zeitgerecht vorher den Kontakt zum Bauamt, Sachbearbeiterin Frau Andrea Grüneis, Tel. 8255-12, Mail: [grueneis@natternbach.ooe.gv.at](mailto:grueneis@natternbach.ooe.gv.at) aufzunehmen.**

## Flächenwidmung - Einzeländerungen

Vom Gemeinderat wurden nachstehende Einzeländerungen des bestehenden Flächenwidmungsplanes und ÖEK beraten und beschlossen:

> Fwp-Änderung Nr. 5.39 „Rauecker, Voraueg“ - Vergrößerung der Wohngebietswidmung um 484 m<sup>2</sup> für die beabsichtigte Erweiterung des Wohnhauses - Beschlussfassung.

> Fwp-Änderung Nr. 5.40 und ÖEK-Änderung Nr. 2.16 „ISG-Wohnanlage, Feldstraße“ - Verfahrenseinleitung. Die ISG Ried i.I. beabsichtigt an der Hauser-Landesstraße im Bereich Feldstraße die Errichtung einer ISG-Wohnanlage. Das Verfahren für eine Umwidmung von Grünland in Wohngebiet mit Einbeziehung der Grundanrainer und Dienststellen wurde eingeleitet

> Fwp-Änderung Nr. 5.41 „IKUNA Naturresort“ - Verfahrenseinleitung. Das IKUNA Naturresort beabsichtigt innerhalb des bestehenden Geländes ein Seminar- und Therapiegebäude und eine Galeriebox zu errichten. Änderung Widmung Freizeitpark auf Sonderausweisung Tourismus.

## Neue Parkplätze im Ortszentrum

Herr Alois Baumgartner, Inhaber der gleichnamigen Fleischerei in Natternbach hat der Marktgemeinde auf Basis einer Grundnutzungsvereinbarung einen Teil seiner Liegenschaft am Kirchenplatz für die Errichtung und den Betrieb



von sechs Parkplätzen zur Verfügung gestellt. Die vom Gemeinderat genehmigte Vereinbarung ist auf unbestimmte Zeit abgeschlossen und kann nach einer Dauer von fünf Jahren von beiden Seiten gekündigt werden. Wir bedanken uns bei Herrn Baumgartner für diese Vereinbarung, die ein Zeichen dafür ist, dass jeder Einzelne dazu beitragen kann, die weitere Entwicklung unserer Gemeinde zu fördern und zu ermöglichen. Mit den neuen Parkplätzen im Bereich

Vorplatz altes Gemeindeamt stehen nun 10 zusätzliche Parkflächen im Ortszentrum zur Verfügung. In Zeiten von steigendem Egoismus sollten wir uns vielleicht öfters das nachstehende leicht abgewandelte Zitat des ehem. US-Präsidenten J.F. Kennedy in Erinnerung rufen:

*„Frage nicht was deine Gemeinde für dich tun kann, sondern was du für deine Gemeinde tun kannst!“*



## Abtretung der Gesellschaftsanteile

Der Gemeinderat hat in der Gemeinderatssitzung am 19.08.2016 der IKUNA BeteiligungsGmbH - Geschäftsführer Dr. Albert Schmidbauer eine Option für die Übernahme der Gesellschaftsanteile der Marktgemeinde an der Indianerdorf ErrichtungsGmbH und Indianerdorf ErrichtungsGmbH & Co KG eingeräumt. Die Option war bis spätestens 31.03.2018 befristet.

Herr Dr. Albert Schmidbauer hat nunmehr mit Abtretungsvertrag vom 1. August 2017 diese Option auf Übernahme der Gesellschaftsanteile der Marktgemeinde und des Tourismusverbandes durch seine IKUNA BeteiligungsGmbH gezogen. Der sich daraus ergebende Abtretungsvertrag wurde vom Gemeinderat zur Kenntnis genommen.

Damit geht das IKUNA Naturresort

vollständig an die IKUNA BeteiligungsGmbH - Geschäftsführer Dr. Albert Schmidbauer über. Gleichzeitig wird das von der Marktgemeinde im Jahr 2014 aufgenommene Bankdarlehen in Höhe von 2 Mio. Euro vollständig übernommen und die Marktgemeinde aus dieser Kreditverpflichtung entlassen.

Herr Dr. Schmidbauer hat zwischenzeitlich das Naturresort mit viel finanziellem und persönlichem Einsatz weiter entwickelt, wofür wir uns sehr herzlich bedanken.

Natternbach wird dank dieser Entwicklung als stark aufstrebende Gemeinde im Norden des Bezirks gesehen. Zusätzliche Arbeitsplätze und vor allem eine erhöhte Besucherfrequenz fördern die Nahversorgung und steigern unsere Beliebtheit als Wohnsitzgemeinde

## 50 JAHRE JOBST

Eine Geschichte mit Schnitt



### Wie alles begann

Jede Geschichte hat einen Anfang, so auch diese. Und sie fing im Jahr 1956 an, als sich der damals 14-jährige Johann Jobst dazu entschloss, eine Friseurlehre bei Rudolf Gruber zu starten. Dieser wiederum eröffnete 1964 eine Filiale in Natternbach, die Johann und Eva Jobst ein Jahr nach ihrer Meisterprüfung 1967 übernahmen. Der Start in die Selbstständigkeit erfolgte schließlich mit einem Lehrling und drei Bedienplätzen.

### Wie der Vater so der Sohn

1994 startete auch Christian Jobst seine Karriere mit einer Friseurlehre – inkl. eines halbjährlichen Besuchs der Friseurfachschule Meininghaus in Deutschland. Seine berufliche Laufbahn begann er anschließend im Salon Koller in Eberstalzell. Der Einstieg in den elterlichen Betrieb erfolgte dann im Jahr 1998. 1999 folgte die Unternehmerprüfung und 2000 die Meisterprüfung. Mit 23 Jahren übernahm Christian Jobst 2002 das Geschäft mit vier Angestellten, welches er durch den Besuch vieler Seminare sowie engagierter Mitarbeiterinnen nunmehr seit 15 Jahren erfolgreich führt.

### Gewachsen, um am Puls der Zeit zu schneiden

Der Salon wurde im Lauf der letzten 50 Jahre fünfmal umgebaut sowie vergrößert, was sich mittlerweile in 16 Bedienplätzen und aktuell 10 Angestellten widerspiegelt. Insgesamt wurden 28 Lehrlinge ausgebildet und es haben 33 Mitarbeiter bei Jobst in Natternbach gearbeitet.

Was 1967 begann, ist heute als Jobst Kopfarbeit eine fixe Größe in Natternbach – und weit darüber hinaus. Es ist ein Ort, wo Menschen sich treffen. Der Ort, wo Kindern, Frauen und Männern seit 50 Jahren die Haare geschnitten werden. Willkommen bei Jobst Kopfarbeit!

**Das Projekt „GEMEINSAM. SICHER“ soll die bestehende gute Zusammenarbeit mit der Polizei weiterhin stärken.**



**Mit der Initiative „GEMEINSAM. SICHER“ will die Polizei die Bevölkerung gezielt**

**in die Polizeiarbeit einbinden, um so das Sicherheitsgefühl zu erhöhen.**

Neben dem Sicherheitskoordinator auf Bezirksebene gibt es in jeder Polizeiinspektion **Sicherheitsbeauftragte**. In den Gemeinden können Sicherheitsgemeinderäte installiert werden. Die Polizei sucht auf Gemeindeebene jedenfalls auch Sicherheitspartner, die an der Mitgestaltung von Sicherheit Interesse haben. Wichtig ist, dass Polizei und Bürger als gleichberechtigte Partner zusammenarbeiten.

In diesem Zusammenhang wird aber auch darauf hingewiesen, dass **„Bürgerwehren oder Vernaderer“ keinesfalls erwünscht** sind. Die Auswahl der Sicherheitspartner erfolgt sehr sensibel und gegebenenfalls werden bestehende Partnerschaften auch wieder gelöst.

Nach Pilotprojekten in einigen Bezirken Österreichs startet GEMEINSAM. SICHER im gesamten Bundesgebiet. Im Rahmen dieser Initiative lädt die Polizei Bürgerinnen und Bürger ein, sich aktiv an Sicherheitsmaßnahmen in ihrem Lebensumfeld zu beteiligen, Polizei und Bürger sollen an einen Tisch für Lösungen sorgen.

„Sicherheitspartner“, die sich freiwillig für diese ehrenamtliche Tätigkeit melden, erhalten von der Polizei verstärkt Informationen, die an die Bevölkerung weitergegeben werden können. Als Kontakt- und Ansprechperson bei den Polizeiinspektionen fungieren „Sicherheitsbeauftragte“. Die Maßnahmen werden vom Bezirkspolizeikommandanten Oberstleutnant Christian STEMMER beim Bezirkspolizeikommando Grieskirchen - Eferding koordiniert.

In regelmäßigen Abständen und bei Bedarf werden die Sicherheitspart-

## Praxiseröffnung Julia Jobst

Seit 15.5.2017 betreibt Julia Jobst eine Massagepraxis in der Schulstraße 13. Angeboten werden sowohl Massagen auf Verordnung des Arztes mit Teilkostenrückerstattung seitens der Krankenkasse, als auch Massagen einfach nur zum Wohlfühlen.

**Behandlungsangebot: Heilmassagen abgestimmt auf das Beschwerdebild**

**Klassische Massage  
Lymphdrainage  
Fußreflexzonenmassage  
Narbenbehandlung  
Schröpfkopfmassage**



ner über aktuelle regionale Sicherheitslagen und mögliche Präventionsmaßnahmen bei aufgetretenen Kriminalitätsereignissen informiert. Dieses Wissen kann im eigenen Umfeld, aber auch an bestimmte Zielgruppen weitergegeben werden.

Personen, die als „Sicherheitspartner“ einen Beitrag zur Sicherheit in der Gemeinde leisten wollen, können sich jederzeit beim zuständigen Sicherheitsbeauftragten, also bei jeder Polizeiinspektion melden.



**Unsere Sicherheitsbeauftragten im Bezirk Grieskirchen sind:**

**PI Grieskirchen:  
KontrInsp. Martin WEIßENBÖCK**

**PI Bad Schallerbach:  
AbtInsp. Markus WAGNER**

**PI Haag a. H.:  
KontrInsp. Gerold BRENNEIS**

**PI Neumarkt i. H.:  
AbtInsp. Walter SALLABERGER**

**PI Peuerbach:  
BezInsp. Andreas HOFER**

**PI Neukirchen a. W.:  
AbtInsp. Gottfried HUMER**

**Julia Jobst**  
gewerblich medizinische Heilmasseurin

Schulstraße 13  
4723 Natternbach

Kontakt: 0699 11953770

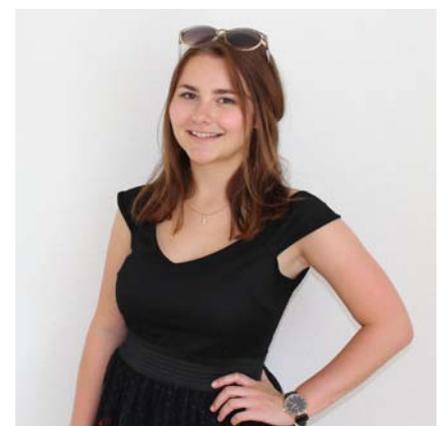
[www.massagepraxis-julia.at](http://www.massagepraxis-julia.at)

Terminvereinbarung nach telefonischer Absprache.

## Prüfungserfolge



Viktoria Moser, Vischerstraße 7, hat am Oberstufenrealgymnasium Grieskirchen unter besonderer Berücksichtigung der musischen Ausbildung die Reifeprüfung bestanden.



Tanja Maier, Fronberg 20, hat am Oberstufenrealgymnasium Grieskirchen die Reifeprüfung mit **ausgezeichnetem Erfolg** bestanden.

## Der Borkenkäfer lauert



**Die allerwichtigste Maßnahme zur Verhinderung einer Massenvermehrung sind das rechtzeitige Erkennen des Neubefalles und die zeitgerechte Aufarbeitung und Entfernung der Schadhölzer.**

### Borkenkäferbefall rechtzeitig erkennen:

Unmittelbar nach den Flughöhepunkten (ab Mitte April bis Mai und Juli/August) sind regelmäßige Waldbegehungen, eine frühzeitige Erkennung und die unverzügliche Entfernung frisch befallener Schadhölzer besonders wichtig.

Einer besonders genauer und regelmäßigen Kontrolle sind dabei Käferherde des Vorjahres, aufgerissene Bestandesränder, stark aufgelichtete Bestände und Fichten(rein)bestände auf trockenen Böden zu unterziehen. Da ein Borkenkäferbefall meistens im Bereich des Kronenansatzes schon kränkelder Bäume beginnt, sind Schadsymptome anfangs nur bei genauer Beobachtung zu erkennen.

### Schadsymptome, die auf Borkenkäferneubefall hinweisen sind:

- Bohrmehlansammlung auf Borkenschuppen und am Stammfuß
- Kreisrunde Einbohrlöcher bis 3 mm Durchmesser an der Rinde
- Harzfluss und -spuren von Spechttätigkeit am Stamm
- Vergilbte Nadeln am Baum bzw. abgefallene grüne Nadeln am Boden
- Abfallen von Rindenteilen (bei diesem fortgeschrittenen Befallsbild hat der Großteil der Borkenkäfer den Baum schon verlassen und gesund erscheinende Nachbarbäume bereits wieder befallen). Oft sind die äußerlich noch vollkommen gesund erscheinenden Nachbarbäume bereits schon wieder befallen, sodass daher lieber ein Baum zu viel gefällt als ein befallener Baum übersehen werden soll.

### Rechtzeitige Entfernung befallener Bäume und Schadhölzer aus dem Wald:

Eine rasche und sorgfältige Aufarbeitung befallener Bäume und die rechtzeitige Holzabfuhr aus dem Wald sind die beste Vorsorge gegen weiteren Borkenkäferbefall. Ist eine rechtzeitige Holzabfuhr aus dem Wald nicht möglich, muss das Holz bekämpfungstechnisch behandelt werden.

### Bekämpfungstechnische Maßnahmen sind:

- Der rechtzeitige Abtransport aus dem Wald zu einem Verarbeitungsbetrieb (z.B. Sägewerk) oder zu einem mindestens 300 m (empfohlen werden 500 m) vom Wald entfernten Lagerplatz
- Das Entrinden der Stämme mit anschließender Behandlung der Rinde
- Die allseitige chemische Bekämpfung der nicht entrindeten Stämme mit einem zugelassenen Bekämpfungsmittel
- Verhackseln des befallenen Holzes

Quelle: Öö. Landes-Forstdienst



## Eine Information zu Feuerwerken

**In letzter Zeit häufen sich Beschwerden bei der Verwendung von Feuerwerken. Insbesondere ging es um Lärmerregungen und um das Scheuen von Tieren. Aufgrund dieser Vorfälle werden die rechtlichen Aspekte kurz zusammengefasst.**

Feuerwerke fallen unter das Pyrotechnikgesetz. Die Pyrotechnikartikel werden in 4 Kategorien eingeteilt:

**F1 (Feuerwerksscherzartikel, Knallfrösche) - hier liegt die Altersgrenze zum Erwerb und Besitz bei 12 Jahren.**

**F2 (Piraten, verschiedene kleinere Raketen, Vulkane) - Altersgrenze**

### von 16 Jahren

**F3 und F4 - hier ist für den Erwerb und die Verwendung auch ein Pyrotechnikausweis erforderlich, sowie ein Bescheid der Bezirksverwaltungsbehörde, um das Feuerwerk abzubrennen.**

Wichtige Punkte zur Verwendung der Kategorie F2:

- Ein Lebensalter von 16 Jahren für Erwerb und Verwendung
- Pyrotechnische Gegenstände müssen zertifiziert hergestellt (CE-Kennzeichnung) und im legalen Handel erworben werden
- Verbot der Verwendung im Ortsgebiet (Ausnahme, der Bürgermeister erteilt befristet eine Ausnahmegenehmigung)
- Verbot in der Nähe von Menschenansammlungen, Kirchen, Krankenhäusern, Altersheimen, Tierheimen, geschlossenen Räumen, vor explosionsgefährdeten Objekten (Tankstellen usw.), sowie bei Sportveranstaltungen
- Gegenstände müssen beschriftet sein mit Namen des Artikels, Altersgrenze, Kategorie, Gebrauchsanweisung. All dies in deutscher Sprache, entweder auf dem Gegenstand oder der kleinsten Verpackungseinheit
- Insbesondere wird auch auf die Bestimmung der Lärmerregung und auf straf- und zivilrechtliche Ansprüche beim Scheuen von Tieren und der Entstehung eines Personen- oder Sachschadens hingewiesen.

Für einen unfallfreien Gebrauch von Pyrotechnikartikeln und eine gegenseitige Rücksichtnahme



## Information der Rot Kreuz Ortsstelle Peuerbach

Notruf: 144

Hausärztlicher Notdienst: 141

Krankentransport: 07248/62243-30



Aus Liebe zum Menschen.

### Mitarbeiter im Rettungsdienst Peuerbach

Bei Tag und bei Nacht stehen unsere Mitarbeiter/innen 365 Tage im Jahr im Einsatz, um hilfsbedürftigen Menschen zu helfen. Unsere 108 freiwilligen, sowie 2 Zivildienstler und 3 hauptberuflichen Mitarbeiter versorgen neun Gemeinden und bei Notfällen auch über deren Grenzen hinaus. In unseren Zuständigkeitsbereich gehören die Gemeinden Bruck-Waasen, Eschenau/H., Heiligenberg, Natternbach, Neukirchen/W., Peuerbach, St. Agatha, Steegen und Waizenkirchen. Nachfolgend, jene freiwilligen Mitarbeiter/innen aus der Gemeinde Natternbach, welche aktiv im Rettungsdienst Peuerbach tätig sind.



### DIE ROTE JACKE SUCHT FREIWILLIGE HELFER



Foto oben v.l.n.r.: Seyrl Gerald, Humberger Daniel, Kronschläger Michael, Auinger Christian  
unten v.l.n.r.: Gschwendtner Thomas, Berndorfer Gundula, Kallinger Madeleine, Wenzl Manuel  
nicht am Foto: Hofstetter Patrick, Koller David, Pühringer Josef, Steininger Barbara

### Ausbildung zum Rettungssanitäter

Neben einer sinnvollen Freizeitbeschäftigung mit immer neuen Herausforderungen, sowie sozialen Kontakten, erwartet Sie eine professionelle Ausbildung im Bereich der Sanitätshilfe.

Haben auch Sie Lust, freiwillig in unserem Team im Rettungsdienst, Sozialmarkt oder Essen auf Rädern mitzuarbeiten, dann informieren Sie sich im Sekretariat der Rot Kreuz Bezirksstelle Grieskirchen unter: 07248 / 62243-14 oder per E-Mail an: [gr-office@o.roteskreuz.at](mailto:gr-office@o.roteskreuz.at)

### Ordentliche Ortsstellenversammlung

Anfang April fand die ordentliche Ortsstellenversammlung im Sparkassensaal Peuerbach statt. Ortsstellenleiter Alfons Orthofer begrüßte zahlreiche Ehrengäste sowie die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen aller Sparten. Nach einem spannenden Jahresrückblick wurde auch die Einsatzstatistik vom Jahr 2016 präsentiert. Die Ortsstelle Peuerbach zählt zurzeit 113 Mitarbeiter/innen im Rettungsdienst, welche im vergangenen Jahr nicht weniger als 3.062 Transporte durchgeführt haben. Allein im Rettungsdienst wurden 19.946 Stunden freiwillig geleistet. Im Sozialmarkt engagieren sich 40 freiwillige Mitarbeiter/innen, welche 2715 Stunden leisteten. Im Bereich Essen auf Rädern waren unsere 8 Mitarbeiter/innen insgesamt 1.095 Stunden unterwegs.

### Nicht angebrachte und schlecht sichtbare Hausnummern

Im Wettlauf mit der Zeit können bei der Suche nach der richtigen Adresse oftmals wertvolle Minuten vergehen. Daher ist es uns ein großes Anliegen, Sie darauf aufmerksam zu machen, Ihre Hausnummer so anzubringen, dass sie von öffentlichen Verkehrsflächen aus gut einsehbar und lesbar ist. Große, gut lesbare Ziffern und eine entsprechende Beleuchtung sind sehr hilfreich. Bitte achten Sie darauf, dass Ihre Hausnummer nicht von Pflanzen überwuchert wird. Bei Notfällen schicken Sie wenn möglich in Absprache mit der Rettungsleitstelle jemanden auf die Straße, der die Rettungskräfte wie den Rettungsdienst oder auch einen Arzt, zum Beispiel den Hausärztlichen Notdienst, einweisen kann.

## Zivilschutz-Notfallset: Mehr Sicherheit an Schulen



Ein Zivilschutz-Notfallset zur besseren Vorbereitung auf Katastrophenfälle bekamen die Volksschule und die Neue Mittelschule Natternbach von Bürgermeister Josef Ruschak am 16. Mai 2017 überreicht.

Die Marktgemeinde Natternbach kaufte für ihre Volksschule und Neue Mittelschule ein solches Notfallset an und ist damit eine Vorzeigegemeinde für mehr Sicherheit an Schulen. Bürgermeister Ruschak betonte bei der Übergabe an Volksschuldirektorin Mairinger Barbara und Neue Mittelschuldirektor Romeo Zethofer die Wichtigkeit der Krisenvorsorge: „Wir hoffen natürlich, dass nie eine Katastrophe eintritt, es ist aber wichtig, jederzeit auf Notsituationen vorbereitet zu sein. Das Zivilschutz-Notfallset ist hier eine wertvolle Unterstützung.“

Insgesamt 400 Schulen in ganz Oberösterreich bestellten seit Mitte November das Zivilschutz-Notfallset vom Land Oö zum geförderten Sonderpreis. Die Förder-Aktion war befristet, Oberösterreichs Schulen können das Zivilschutz-Notfallset aber weiter beim Oö Zivilschutz anfordern.

Das Bildungsreferat des Landes Oö unterstützte den Oö Zivilschutz bei dem Projekt „Notfallset“, der damit den Schulen die Umsetzung eines neuen Landesschulrat-Erlasses erleichtern will. Laut dem Erlass sind vorbereitende Maßnahmen für den Katastrophenfall an den Oberösterreichischen Schulen verpflichtend. Jede Schule muss über ein stromnetzunabhängiges Radiogerät, einen Vorrat von Kaliumjodidtabletten und Notfallbatterien verfügen. Außerdem müssen Hinweisschilder über den Lagerort der Kaliumjodid-Tabletten und Info-Tafeln über die Zivilschutz-Warn- und Alarmsignale im Gebäude angebracht werden.

### Wertvolle Sicherheitsprodukte:

Das Zivilschutz-Notfallset besteht aus einer Zivilschutz-Notfallbox und

der Zivilschutz-Bevorratungstasche. Die Notfallbox beinhaltet ein Notfallradio mit LED-Lampe und Signalleuchte, das mittels Dynamo betrieben werden kann und zwei



Kurbel-Taschenlampen. Mit diesen Produkten ist eine batterieunabhängige Notbeleuchtung und Informationsversorgung möglich. Zur Notfallbox ge-

hören außerdem Klebebänder zum Abdichten von Fenstern bei Strahlenbelastung und diverse, vom Oö Zivilschutz und Bundesministerium für Inneres entwickelte, Hinweistafel und Aufkleber, die für das richtige Verhalten im Krisenfall in der Schule aufgehängt werden sollen. In der Box sind zudem eine Zippfolie zur Aufbewahrung von wichtigen Notfalldokumenten und diverse Checklisten.

Die Zivilschutz-Vorratstasche ist zum Lagern von Notfall-Lebensmitteln gedacht. Auf der Tasche befinden sich Hinweise zum richtigen Verhalten, die Notrufnummern, die Zivilschutz-Sirensignale, Erste-Hilfe-Maßnahmen sowie Informationen zum richtigen Anwenden eines Feuerlöschers und zum richtigen Verhalten bei atomarer Verstrahlung.

Mit dem Kauf eines Zivilschutz-Notfallsets erhalten die Schulen ebenso einen Gutschein für eine kostenlose Strahlenschutzberatung. Außerdem steht der Oö Zivilschutz den Schulen für Vorträge – für die Lehrer (Konferenz), für Eltern (Schulforum, Elternverein) und auch für Schüler zur Verfügung.

„Selbstschutz ist der beste Schutz.“ Wir freuen uns über die Zusammenarbeit mit dem Bildungsreferat des Landes und dem Landesschulrat, damit sich Oberösterreichs Schulen mit einfachen Mitteln auf solche Krisenfälle vorbereiten können, egal ob es sich um einen Atomunfall, eine Naturkatastrophe oder auch um einen längerfristigen, großflächigen Stromausfall, einen sogenannten Blackout handelt.“, sagt Oö Zivilschutz-Präsident NR Michael Hammer.

### Der Oö Zivilschutz:

Das Ziel des Oö Zivilschutzes ist, den Bürgern Gefahren aufzuzeigen und sie bei der Vorbereitung für einen krisenfesten Haushalt mit hilfreichen Tipps zu unterstützen: Die dabei empfohlenen Selbstschutzmaßnahmen helfen, Gefahren der verschiedensten Art zu vermeiden, die Zeit bis zum Eintreffen der Einsatzorganisationen zu überbrücken, sowie Katastrophen- und Krisenfälle möglichst unbeschadet zu überstehen.

Nähere Informationen gibt es auf der Homepage [www.zivilschutz-ooe.at](http://www.zivilschutz-ooe.at).



von li. n. re.: Zivilschutzbeauftragter Gottfried Binder, Barbara Mairinger, Romeo Zethofer, Bürgermeister Josef Ruschak

## Schüler- und Lehrlingsfreifahrt im OÖVV Jetzt einfacher durch Online-Bestellung



Jedes Jahr nehmen an die 100.000 Jugendliche die Schüler- und Lehrlingsfreifahrt im Oö Verkehrsverbund in Anspruch. Die Beantragung war bisher mit einigem Zeitaufwand verbunden, da ein Formular ausgefüllt, eine Schulbesuchsbestätigung eingeholt, eine Einzahlung getätigt und ein Verkehrsunternehmen zu Kartenausstellung aufgesucht werden musste.

Mit 6. Juni 2017 geht nunmehr das neue Online - Antrags- und Ausstellungssystem für die Schüler- und Lehrlingsfreifahrt im OöVV in Betrieb. Schüler- und Lehrlingstickets sowie Jugendnetz-Ticket für das Schuljahr 2017/18 können ab diesem Zeitpunkt online bestellt werden. Der Ticketshop ist unter [www.shop.ooevv.at](http://www.shop.ooevv.at) zu erreichen. Durch die Online - Bestellung

kann der gesamte Bestellvorgang bequem und vollständig von zu Hause aus erledigt werden. Zeitaufwändige Wege fallen weg. Das Online-Bestellsystem ist einfach und selbsterklärend. Damit es ganz sicher reibungslos klappt, sollte folgendes beachtet werden.

#### Der Besteller muss volljährig sein.

Schülerinnen, Schüler und Lehrlinge unter 18 Jahren benötigen eine erwachsene Person (in der Regel Erziehungsberechtigte), die sich im System registriert und das Ticket für ihn bestellt.

#### Schüler und Schülerinnen brauchen einen Bestellcode.

Der Bestellcode dient zur Identifikation der Schule und wird von dieser zusammen mit einer Bestellanleitung ausgegeben. Ohne Bestellcode kann kein Freifahrtticket bestellt werden! Lehrlinge benötigen für die Online - Bestellung die eindeutige Lehrvertragsnummer als Bestellcode und zudem die Adresse des Ausbildungsortes.

#### Schritt für Schritt durch das Programm.

Zunächst muss sich der Besteller (bei unter 18-Jährigen ein Erwachsener) auf [www.shop.oöevv.at](http://www.shop.oöevv.at) mit seiner E-Mailadresse und einem Passwort registrieren. Er meldet den oder die Freifahrtberechtigte/n zunächst im Shop an. Wird dann ein konkretes Ticket bestellt, fragt das System nach dem Bestellcode, bei Lehrlingen nach der Lehrvertragsnummer und der Adresse des Ausbildungsortes. Im nächsten Schritt wird mit Hilfe von vorgegebenen Feldern die Fahrstrecke erfasst und schließlich das gewünschte Ticket ausgewählt.

#### Mehrere Zahlungsformen möglich.

Als Zahlungsformen stehen Zahlung per Kreditkarte, EPS - Überweisung oder Kauf auf Rechnung (Rechnungskauf) zur Auswahl. Im Anschluss an die Zahlung erfolgt die Zustellung der Tickets auf dem Postwege. Bei Kauf auf Rechnung wird eine Rechnung mitgeliefert, die umgehend zu bezahlen ist. Für den Fall, dass das Ticket nicht pünktlich zu Gültigkeitsbeginn zugestellt wird, kann im Zuge des Bestellvorganges ein vorläufiger Fahrschein ausgedruckt werden, der bis zur angegebenen Gültigkeitsdauer zur Fahrt berechtigt.

### Landes-Sportehrenzeichen in Gold für Wilhelm Strasser

**Besondere sportliche Leistungen und ehrenamtlicher Einsatz für den Sport werden vom Land OÖ mit der Verleihung des Landes-Sportehrenzeichens gewürdigt.**

Aus dem Bezirk Grieskirchen erhielt das Landes-Sportehrenzeichen in Gold, von Sportreferent Landeshauptmann-Stv. Dr. Michael Strugl (r. i. Bild) und Präsident Herbert Offenberger (li.) dem derzeitigen Vorsitzenden der Landessportorganisation, Wilhelm Strasser aus Naternbach (Sportunion IGLA long life).

Sowohl die Leichtathletik als auch der Skibob-Sport sind aus dem Leben von Wilhelm Strasser nicht mehr wegzudenken. Seit fast 50 Jahren ist

er als Funktionär, nationaler Kampfrichterchef und internationaler Kampfrichter für den Oberösterreichischen und Österreichischen Skibobverband bis hin zu Weltmeisterschaften im Einsatz. Im Oberösterreichischen Leichtathletikverband und auch im Österreichischen Verband übt er ebenfalls die wichtige Aufgabe des Kampfrichters aus.



## Helfen wir unserem Immunsystem

(Aus der Zeitschrift Ringelblume, von Mag. pharm. Ilse Leisser. Sie führt die Apotheke „Zum weißen Engel“ in Retz und ist Vorstandsmitglied des Vereines Freunde der Heilkräuter)

**Kaum ist der Sommer vorbei, das Wetter einmal kalt, dann wieder warm, und das in schneller Folge, haben Viren und Bakterien Hochsaison. Daher ist die Stärkung unseres Immunsystems so wichtig.**

Da die Erkältungsviren ihr Aussehen sehr schnell ändern, muss zur Abwehr dieser Viren das unspezifische Immunsystem besonders gestärkt werden. Dafür gibt es eine Reihe von Maßnahmen, die uns dabei helfen.

### Wir kennen:

- pflanzliche Immunstimulanzien
- Vitamine
- homöopathische Arzneien

### Pflanzliche Immunstimulanzien:

An erster Stelle stehen **Echinacea-präparate**. Die gute Wirkung ist durch mehrere Studien belegt. Es muss aber darauf geachtet werden, dass zur Herstellung des Presssaftes oder der Tropfen die frischen Blätter und Blüten vom Purpursonnenhut (*Echinacea purpurea*) verwendet werden. Diese Arzneien sind geprüft und standardisiert.

Das Wissen um diese Heilpflanze stammt aus der indianischen Medizin und wird heute so wie damals für

die gleichen Indikationen verwendet. In der Homöopathie wird *Echinacea* in niederen Potenzen oder als sogenannte Urtinktur eingesetzt.

**Echinacea sollte aber nicht länger als zwei Monate eingenommen werden** - nicht wie fälschlich angenommen, die ganze Erkältungssaison hindurch. Nicht nur vorbeugend zur Immunstärkung, sondern auch begleitend, wenn eine Erkältung anbricht ist *Echinacea* hilfreich.

Aus Südafrika hat eine wertvolle Pflanze in die moderne westliche Medizin eingang gefunden - die **Kapland-Pelargonie**



Kapland-Pelargonie

Die Kapland-Pelargonie ist eine lila blühende Geranienart, die nur in einem begrenzten Gebiet von Südafrika vorkommt. Die Wurzel muss 3 Jahre alt sein, um den höchsten Wirkstoffgehalt zu erreichen. Wir kennen die Arznei in Österreich als Kaloba-Tropfen, oder in Deutschland als Umckaloabo-Tropfen. - Diese Arznei wirkt:

**antibakteriell** (die Bakterienanhaftung an den Schleimhäuten wird gehemmt.)

**antiviral** (besserer Zellschutz und Virenabwehr)

**sekretomotorisch** (der Schleim wird besser abgehustet, dadurch wird den Bakterien der Nährboden entzogen) Auch **Propolis** wird gerne zur Immunstimulation empfohlen. Der genaue Wirkmechanismus ist noch nicht ganz geklärt.

### Vitamin C:

Zu Vitamin C gibt es unterschiedliche Meinungen. Es ist aber eine Tatsache, dass während einer Erkältungskrankheit die Vitamin-C-Konzentration in den Leukozyten (weiße Blutkörperchen, die für das Immunsystem arbeiten) und auch im Plasma stark abnimmt. **Ein Mangel an Vitamin C hemmt deutlich die Immunabwehr.**

In Studien, in denen Personen extremen Anforderungen (z.B. Marathonlaufen) ausgesetzt sind, wurden nach Vitamin-C-Einnahmen 50% weniger Erkältungen beobachtet.

**Zink** - hat eine antivirale Wirkung an den Schleimhäuten.

**Mikronährstoffe** - können ebenfalls die körpereigene Immunabwehr steigern und antiviral wirken.

**Eisenkraut** - kann offenbar die rasche Vermehrung von Grippeviren (Parainfluenza Type V und RS Viren) hemmen. Eisenkraut wird als Tinktur oder als Tee verwendet.

### Senioren:

Besonders Senioren haben einen hohen Vitaminbedarf, um ein starkes Immunsystem aufzubauen. Kritisch ist die Versorgung mit Vitamin D und Vitamin B<sub>12</sub> sowie Folsäure. Multivitaminpräparate mit Antioxydantien stärken generell das Immunsystem.

### Homöopathische Arzneien:

In der Homöopathie kennen wir neben

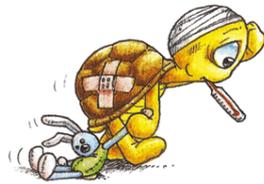
- **Echinacea**
- und **Melissa** in tiefen Potenzen



Echinacea purpurea

(eventuell antivirale Wirkung)

- auch **Oscilloccinum**
- oder auch eine **Kombination aus Echinacea, Crataegus, Ginkgo biloba und Haplopappus**



**WAS WIR SO ALLGEMEIN GRIPPE NENNEN, IST EIGENTLICH EIN GRIPPALER INFEKT (ERKÄLTUNG)**

### Grippe:

#### Krankheitsbeginn

- plötzlich
- rasche Verschlechterung

#### Auftreten

- meist in den Wintermonaten (Jänner und Februar)

#### Krankheitszeichen

- betreffen den ganzen Körper

#### Fieber

- rasch steigend, mehr als 38° C (Schüttelfrost, Schweißausbrüche)

#### Symptome

- starke Muskel-, Glieder- und Kopfschmerzen, Husten, Abgeschlagenheit

#### Komplikationen

- schwere Komplikationen möglich

### Grippaler Infekt (Erkältung):

#### Krankheitsbeginn:

- langsamer Beginn
- allmählich leichte Verschlechterung

#### Auftreten

- jederzeit

#### Krankheitszeichen

- lokal, besonders die Atemwege

#### Fieber

- leicht erhöhte Körpertemperatur

#### Symptome

- verstopfte oder laufende Nase

#### Komplikationen

- selten

## In der OÖ GKK starten im Herbst folgende Kurse

### Leichter leben!

#### Kursstart:

**Mo, 25.9.2017 - 13.11.2017 um 18:30 Uhr in der OÖGKK Grieskirchen**

Die OÖGKK bietet in Zusammenarbeit mit der VHS OÖ ein Gewichtsreduktionsprogramm für Erwachsene an. In Gruppen mit max. 16 Teilnehmer/innen werden Sie von einer Ernährungsfachkraft dabei unterstützt Ihre Ernährung umzustellen. Parallel dazu lernen Sie von einem/einer ausgebildeten Bewegungstrainer/in wie Sie mehr Bewegung in Ihren Alltag bringen und wie viel Spaß leichtes Ausdauertraining in der Gruppe macht.

- Für Erwachsene mit BMI 25-29,9
- 5 Ernährungs- und 3 Bewegungstermine
- Kosten: Selbstbehalt € 20,00

Bei Rezeptgebührenbefreiung ist der Kurs kostenlos.

### Rauchfrei durchs Leben

#### Kursstart:

**Mi, 13.9.2017 - 11.10.2017 um 17:30 Uhr in der OÖGKK Grieskirchen**

Die OÖGKK bietet in Zusammenarbeit mit dem Arbeitsmedizinischen Dienst (AMD) ein Raucherentwöhnungs-Programm an. Der Kurs wird von einer Psychologin durchgeführt.

- Raucherentwöhnung für Erwachsene
- 5-Wochen (1 Treffen pro Woche)
- Kosten: Selbstbehalt € 40,00

#### Information und Anmeldung:

E-Mail:

abnehmprogramm@ooegkk.at  
rauchfrei@ooegkk.at

Internet: [www.ooegkk.at](http://www.ooegkk.at)->Gesund bleiben

Tel.: 05 7807 - DW 103530 oder DW 103512

Die **echte Grippe** wird z.B. von Inflenzaviren (Type A, B) ausgelöst, der grippale Infekt (Erkältung) z.B. von Rhinoviren oder Adenoviren, usw.

Diese Viren werden durch Tröpfcheninfektion bzw. Schmierinfektion (Schnäuzen) leicht übertragen. Sie haften besonders an den Händen. Somit ist das Händewaschen eine der wichtigsten Hygienemaßnahmen, um eine Infektion zu vermeiden.

### **Viel Bewegung in frischer Luft stärkt die Immunzellen im Blut.**

Kraftanstrengungen schwächen die Kampfzellen ebenso wie Rauchen und Stress. Da die Schleimhäute in unseren geheizten Räumen leicht austrocknen und daher gute Nährböden für Bakterien und Viren bilden, muss man unbedingt viel trinken und die Nasenschleimhäute öfter mit physiologischer Kochsalzlösung oder Meerwasserspray spülen.

### Was tut unserem Immunsystem gut?

Schauen wir auf unsere Ernährung - besonders in den kalten Monaten! Getreide sollte in Form von warmen Breien zubereitet werden. z. B. Dinkel-, Hafer- oder Reisbrei zum Frühstück. **Zitrusfrüchte (Vitamin C) sind aufgrund ihrer kühlenden Eigenschaften nicht unbedingt zu empfehlen. Bittere Speisen sowie rohe Salate und rohes Gemüse wirken ebenfalls kühlend.**

## Warmer Frühstücksbrei

(nach Walleczek)

1/2 Tasse Haferflocken, 1 Tasse Milch (Sojamilch), 1/2 Tasse Wasser, 1/4 TL Zimt, 2 getrocknete Zwetschken (entkernt und klein geschnitten), 2 getrocknete Marillen (entkernt und klein geschnitten), 1/2 EL geriebene Nüsse, 1/2 geriebener Apfel

Haferflocken mit Zimt und den getrockneten Früchten in Milch und Wasser zum Kochen bringen. Öfter umrühren. Am Schluss die Nüsse und den Apfel untermengen.

## Fit im Alter

ab 55 plus

Abwechslungsreiche Übungen zur Stärkung unserer gesamten Muskulatur helfen Stürze zu vermeiden und machen den ganzen Körper beweglich.

**Ab 21.9. 2017 jeden Donnerstag von 16.30 -17.30 Uhr in der Mehrzweckhalle**

Übungsleiterin: Dornetshuber Ernestine

### Selba – Stunden

für Körper, Geist und Seele

Mit Lebensfreude älter werden. Dazu gibt es in der Gruppe jede Menge humorvolle Aufgaben und Unterhaltung über viel verschiedene Lebensthemen.

**Erster Schnuppertag am 21.9.2017, 14 Uhr im Pfarrzentrum**

**Weiters jeden 2. Montag**

Übungsleiterin: Dornetshuber Ernestine

### Motto: RUNDUM XUND

Bewegungen im Freien, Koordination am Wanderweg, Gehirntraining im Alltag

Am Bachweg steht jetzt eine Tafel zum Mitmachen – Versuch es



# Wie kommt die Biene zur Blume? Finde den Weg!

