



Folge 115 - April 2013
 Zugestellt durch Post.at
 Zulassungsnummer 29402LB4U

Amtliche Mitteilung



Das neue Natternbacher Ortszentrum Modell Siegerprojekt Architekturwettbewerb

Inhalt:	Seite	Seite	
Aus dem Gemeindepapier	2-8	Entsorgungshinweis Feuchttücher	10
Rechnungsabschluss 2012	2-4	OÖ Garten-Trophy	10-11
Jahresabschluss 2012 - VFI Gesellschaft Mgde Natt. & Co KG	5	E-Bike Saison eröffnet	11
Freibadtarife Badesaison 2013	6	Service-Paket für AlleinerzieherInnen	11
Ausfinanzierung Projekte Außerordentlicher Haushalt	6	Kurs für den Sachkundenachweis	11-12
Änderungen Flächenwidmungsplan	6	Jobs und Fortbildung	12
Verleihung Natternbacher Ehrenzeichen	6	Erste Hilfe Kurs - Rotes Kreuz	12
Weiterführung Jugendtaxi	7	Gesunde Gemeinde	13-16
Neue Gemeindegemeinschaft	7	Gesundheitsförderungspreis	16
Projekt Neubau Marktgemeindeamt/Bäckerei Cafe Bauer	7/8		
Gemeindebesuch der Schule	9		
Auszeichnung „Junge Gemeinde“	9		
Prüfungserfolge	9		
Bronze bei Europameisterschaft	9		
Jagdleiteramt	9		
Öffnungszeiten Altstoffsammelzentrum	10		
Kompostierung Obertresleinsbach	10		
Grasschnittentsorgung	10		

Wichtig:

Beachten Sie die Beilage dieser Gemeindezeitung



Pflanzentauschbasar beim Kirtag

Aus dem Gemeindeparlament

Am 22. März 2013 fand die erste Gemeinderatssitzung in diesem Jahr statt. Hauptthema der Sitzung war die Genehmigung des Rechnungsabschlusses für das Finanzjahr 2012. Nachstehend eine Zusammenfassung der wichtigsten Beschlüsse:



Rechnungsabschluss 2012

Nach Prüfung durch den örtlichen Prüfungsausschuss am 28.2.2013 wurde vom Gemeinderat der Rechnungsabschluss für das Finanzjahr 2012 genehmigt. Der ordentliche Haushalt schloss in den Einnahmen und Ausgaben mit jeweils € 3.355.574,27. Erstmals seit dem Jahr 1999 konnte wieder ein Haushaltsausgleich erreicht werden. Die wesentlichsten Gründe an der Verbesserung der Finanzlage lagen an der positiven Entwicklung der Bundesabgabenertragsanteile, einem sehr restriktiven Umgang bei den Ausgaben, den gegenüber den Vorjahren moderaten Erhöhungen bei der Sozialhilfverbandsumlage und dem Krankenanstaltenbeitrag, sowie einer Verbesserung der Ergebnissituation bei der Abwasserentsorgung durch die Annuitätenzuschüsse des Bundes gemäß dem Umweltförderungsgesetz. Noch im Jahr 2011 wies der ordentliche Haushalt einen Abgang in Höhe von € 140.946,24 auf, der vom Land Oberösterreich mit einer Bedarfszuweisung von € 138.900,00 fast vollständig abgedeckt wurde. Bereits im Nachtragsvoranschlag 2012

wurde ein ausgeglichenes OH-Ergebnis prognostiziert. Diese Prognose konnte eingehalten werden. Der außerordentliche Haushalt weist bei Einnahmen von € 300.326,68 und Ausgaben von € 408.580,28 einen Abgang in Höhe von € 108.253,60 auf. Die Ausfinanzierung dieses Fehlbetrages ist durch die in den genehmigten Finanzierungsplänen für die Folgejahre enthaltenen Landeszuschüsse gesichert. Nachstehend eine detaillierte Zusammenfassung des Rechnungsabschlusses 2012:



Ordentlicher Haushalt

Alle Beträge in Euro RA = Rechnungsabschluss VA = Voranschlag

VA Grp	Aufgabengruppe	RA 2012 Einnahmen	VA 2012 Einnahmen	RA 2012 Ausgaben	VA 2012 Ausgaben
0	Vertretungskörper, Allg. Verwaltung	30.288,65	29.000	529.784,77	513.800
1	Öffentliche Ordnung und Sicherheit	51,00	400	31.665,74	34.500
2	Unterricht, Erziehung, Sport, Wissenschaft	260.162,69	256.600	726.102,84	723.700
3	Kunst, Kultur und Kultus	1.900,00	3.300	61.007,46	55.700
4	Soziale Wohlfahrt und Wohnbauförderung	0,00	0	456.052,48	456.300
5	Gesundheit	1.230,00	0	460.897,35	461.500
6	Straßen- und Wasserbau, Verkehr	117.458,56	86.300	232.770,81	245.400
7	Wirtschaftsförderung	0,00	0	23.793,77	25.900
8	Dienstleistungen	533.802,92	504.800	501.247,32	462.100
9	Finanzwirtschaft	2.410.680,45	2.426.500	332.251,73	328.000
Summe Ordentlicher Haushalt 2012		3.355.574,27	3.306.900	3.355.574,27	3.306.900
Saldo Ordentlicher Haushalt 2012				0,00	0,00

Wesentliche Einnahme- und Ausgabeposten:

Einnahmen	RA 2012	VA 2012
Einnahmen aus Vermietung und Verpachtung	13.616,51	14.800
Pensionsbeiträge BGM und Gemeindebeamte	10.673,89	10.600
Volksschule – Gastschulbeiträge von Nachbargemeinden	5.727,00	5.700
Hauptschule – Gastschulbeiträge von Nachbargemeinden	7.655,80	7.700
Öffentl. Berufsschulen, Guthaben aus Abrechnung Schulerhaltungsbeiträge	4.677,28	0
Schülerausspeisung – Teilnahmegebühren (Essensgelder)	30.439,25	28.000
Kindergarten – Material- u. Veranstaltungsbeiträge, Beiträge Begleitperson, Transp.	7.560,46	9.000
Kindergarten – Landesbeitrag für Personal und Transport	194.395,48	195.100
Verkehrsflächenbeiträge nach der Oö Bauordnung	20.613,87	15.500
Kanal – Rückersatz Guthaben Betriebskosten u. Annuitätenzahlungen	55.480,63	43.000
Kanalanschlussgebühren	58.792,93	41.600
Kanalbenützungsggebühren (Grundgebühr und m ³ -Gebühr)	308.138,80	301.600
Abfallabfuhr – Müllgebühren	67.350,05	67.700
Teilauflösung der Abfallrücklage	3.534,56	10.000
Freibad – Eintrittserlöse	7.999,62	8.000
Grundsteuer A (Land- u. forstwirtschaftliche Betriebe)	13.588,03	13.600
Grundsteuer B (Baugrundstücke und bebaute Grundstücke)	142.127,49	142.300
Kommunalsteuer (Betriebe nach Lohnsumme)	307.571,26	304.000
Lustbarkeitsabgabe	2.447,75	2.600
Hundeabgabe	2.006,00	2.000
Aufschließungsbeiträge nach dem Raumordnungsgesetz	10.196,21	5.500
Erhaltungsbeiträge nach dem Raumordnungsgesetz	3.883,77	4.000
Verwaltungsabgaben	11.347,08	10.000
Einnahmen aus den Bundesertragsanteilen – Finanzausgleich	1.732.439,33	1.756.100
Strukturhilfe des Landes	39.159,24	39.200
Bedarfszuweisung des Landes für den Haushaltsausgleich 2011	138.900	140.900
Zuschuss aus dem Katastrophenfond	5.000,00	5.000

Ausgaben	RA 2012	VA 2012
Vertretungskörper (Aufwandentsch., Sitzungsgelder, Reisekosten, Schulungsb.)	97.665,54	93.200
Hauptverwaltung (Lfd. Betrieb des Marktgemeindeamtes inkl. Personalkosten)	333.529,72	329.300
Repräsentationsausgaben und Verfügungsmittel	8.663,06	9.300
Kosten Raumordnung und Raumplanung (Flächenwidmungsplan ÖEK)	14.797,09	8.000
Pensionsbeiträge und Pensionskassenbeiträge – Gemeindebeamte	68.840,42	67.600
Lfd. Ausgaben für die Freiw. Feuerwehren Natternbach und Tal	25.057,02	28.200
Volksschule – Betrieb und Erhaltung einschl. Mehrzweckhalle	149.478,92	150.200
Hauptschule – Betrieb und Erhaltung	155.092,89	154.200
Gastschulbeiträge (Polytechn.LG, Eisterer-Schule)	18.056,93	18.100
Schulerhaltungsbeiträge öffentliche Berufsschulen	12.694,00	7.800
Schülerausspeisung – Lfd. Betrieb inkl. Personal	41.546,31	41.900
Schülerbetreuung (Beitrag Wienaktion, Schikurse, Schulfahrten, Nachm.Betr.)	2.675,20	2.000
Gemeindekindergarten – Lfd. Betrieb und Erhaltung inkl. Personalkosten	291.439,08	292.200
Sportanlage – Lfd. Betrieb und Erhaltung einschl. Beihilfen an Sportvereine	16.606,43	17.300
Mietzinse (Schule, Kiga, Musikschule, FF) an VFI Mgde Natternbach & Co KG	32.928,00	32.800
Musikschule – Lfd. Betrieb und Erhaltung	34.218,51	33.700
Kulturförderungen (Musikverein, ACCO,Bez.Heimathaus)	3.467,10	3.500
Ortsbildpflege – Lfd. Ausgaben inkl. Personalkosten	20.842,09	14.300
Gemeindesenientag (Altenehrungen)	3.905,02	3.700,00
Sozialhilfverbandsumlage (Altenheime, Sozialhilfe, ...)	449.849,70	449.900
Geburtenbeihilfen	636,00	1.000
Tagesmütterverein – Förderung	1.161,76	1.200,00
Pensionsbeitrag Gemeindefeuerwehr	6.037,20	6.100

Tierkörperverwertung	15.741,88	15.700
Sonnenkollektor-Photovoltaikförderung	1.500,00	2.000
Rettungsbeitrag und Beitrag Notarzwagen	18.228,52	18.300,00
Krankenanstaltenbeitrag (Beitrag zum Betriebsabgang der Krankenhäuser)	418.461,00	418.500,00
Gemeindestraßen, Güterwegenetz – Lfd. Instandhaltung	70.201,21	83.000
Gemeindebauhof inkl. Personalkosten	153.758,16	155.200
Verkehrsverbund – Gemeindebeitrag	4.298,00	4.300
Tourismusförderung (Beitrag an Verband, Arbeitsleistungen Bauhof)	15.704,27	12.800
Leader Hausruck-Nord, Mitgliedsbeitrag	6.309,90	6.300
Kanal – Betriebskosten der Kläranlage und des Kanalnetzes einschl. Annuitäten	245.521,83	235.300
Abfallabfuhr – Lfd. Kosten für Entsorgung und Transport	76.750,26	77.400
Winterdienstkosten inkl. Bauhofleistung	50.630,45	39.700
Straßenbeleuchtung – Lfd. Betrieb und Instandhaltung	8.432,39	9.400
Gemeindefuhrpark – Lfd. Betrieb (Treibstoffe, etc.) und Instandhaltung	29.432,49	33.400
Freibad – Lfd. Betrieb und Instandhaltung inkl. Personalkosten	57.733,18	50.100
Kreditzinsen für Darlehen und Kassenkredit	739,32	800
Liquiditätszuschuss an VFI Mgd Natternbach & Co KG	8.067,00	35.500
Landesumlage	78.506,14	80.000
Zuführungen an die Vorhaben des außerordentlichen Haushaltes	94.952,18	63.800

Außerordentlicher Haushalt (AOH)

Vorhaben	Bezeichnung	RA 2012 Einnahmen	RA 2012 Ausgaben	Saldo
0100	Neubau Marktgemeindeamt (Arch.wettbewerb, Planungskosten)	0,00	26.677,92	-26.677,92
1630	FF Natternbach – TLF Ankauf	67.218,00	67.218,00	0,00
1631	FF Tal – Kleinlöschfahrzeugankauf	40.000,00	40.000,00	0,00
6110	Gehsteig Hauserstraße	0,00	23.814,56	-23.814,56
6120	Siedlungsstraßenbau	68.558,67	71.130,65	-2.571,98
6121	Generalsanierung Gemeindestraße Unterhörzing	51.000,00	71.398,04	-20.398,04
6122	Pendlerparkplatz Ortszentrum	33.679,30	68.470,40	-34.791,10
811...	Kanalbau Ländlicher Raum	39.870,71	39.870,71	0,00
Summe Außerordentlicher Haushalt 2012		300.326,68	408.580,28	-108.253,60

Die Ausfinanzierung der ausgewiesenen AOH-Abgänge ist durch beantragte und zu einem Teil bereits zugesicherte Landesmittel sichergestellt.

Vermögens- und Schuldenrechnung

Vermögen der allgemeinen Verwaltung	453.244,54	Haftungen	6.217.753,34
Vermögen der öffentl./betriebl. Einrichtungen	4.555.244,56	WV NaNeuE für Darlehen Kanalbau	5.646.200,16
Finanzvermögen	163.365,91	VFI KG für Darlehen Schule und FF-Hauserweiterung	571.553,18
Liegenschaftsbesitz	421.236,01		
Sondervermögen gdrechtl. Art	145,34	Beteiligungen	21.147,82
Inventar lt. Inventarbestandsrechnung	101.699,43		
Vermögenstand per 31.12.2012	5.694.935,79	Rücklagen	142.218,09
Schulden	75.464,69	Kanalbaurücklage	135.462,40
Projekt Kindergarten	8.246,69	Abfallgebührenrücklage	6.465,44
TLF-Ankauf FF Natternbach	67.218,00	Rücklage für soziale Zwecke	289,79
		Betriebsmittelrücklage	
Pro-Kopfverschuldung Gde/Einw.	32,50		

Jahresabschluss 2012 - Verein zur Förderung der Infrastruktur der Marktgemeinde Natternbach & Co KG

Über die gemeindeeigene Gesellschaft werden aus Gründen der steuerlichen Optimierung der Projekte Feuerwehrhausbau Natternbach und Schulsanierung abgewickelt. Durch eine Änderung der Finanzgesetzgebung durch den Bund ab 1.9.2012 ist dieser steuerliche Vorteil

(Vorsteuerabzug) weggefallen. Neue Hochbauprojekte der Gemeinde werden daher nicht mehr über die VFI-KG abgewickelt. Davon nicht betroffen ist der Abschluss der Schulsanierung. Nachstehend der vom Gemeinderat genehmigte Jahresabschluss 2012 der VFI-KG:

Ordentlicher Haushalt

Alle Beträge in Euro RA = Rechnungsabschluss

VA Grp	Aufgabengruppe	RA 2012 Einnahmen	RA 2012 Ausgaben
0	Vertretungskörper u. allgem. Verwaltung	0,00	4.784,51
1	Öffentliche Ordnung und Sicherheit	4.097,79	3.325,57
2	Unterricht, Erziehung, Sport, Wissenschaft	93.840,77	80.720,09
3	Kunst, Kultur und Kultus	8.160,89	13.314,18
9	Finanzwirtschaft	7.877,85	11.832,95
Summe Ordentlicher Haushalt 2012		113.977,30	113.977,30
Saldo		0,00	0,00
Einnahmen			RA 2012
Mietzinse Mgde (FF-Haus, VS, HS, Kiga, Musikschule)			29.640,00
Betriebskostenersätze Mgde (FF-Haus, VS, HS, Kiga, Musikschule)			76.459,45
Verrechnung OH-Verlust 2012			7.877,85
Summe Einnahmen – OH 2012			113.977,30
Ausgaben			
Allgemeine Verwaltung, Steuerberatungskosten, EDV-Kosten			4.784,51
Öffentliche Abgaben (Grundsteuer)			19.890,17
Gebühren (Müllabfuhr, Kanal)			8.702,80
Gebäudeversicherungen			5.347,84
Anlageabschreibungen Gebäude (Afa)			51.519,50
Kreditzinsen Darlehen (MzwH.San, FF-Haus)			11.899,53
Kreditzinsen Kassenkredit			11.669,00
Geldverkehrsspesen			163,95
Summe Ausgaben – OH 2012			113.977,30

Außerordentlicher Haushalt (AOH)

Vorhaben	Bezeichnung	RA 2012 Einnahmen	RA 2012 Ausgaben	Saldo
1630	Feuerwehrhausbau Natternbach	0,00	240.984,17	-240.984,17
2110	Schulsanierung Volksschule	604.852,75	882.423,28	-277.570,53
2120	Schulsanierung Hauptschule	0,00	121.464,83	-121.464,83
9140	Kapitalkonten und Beteiligungen	294.988,89	292.727,98	+2.260,91
Summe Außerordentlicher Haushalt 2012		899.841,64	1.537.600,26	-637.758,62

Der –Saldo bei den einzelnen Vorhaben stellt eine Zwischenfinanzierung dar, deren Bedeckung durch Landeszuschüsse und Bedarfsmitteln sichergestellt ist.

Vermögens- und Schuldenrechnung

Vermögen – Buchwert per 31.12.2012		Sonstige Bilanzdaten	
Gebäudevermögen Feuerwehrhaus Natternbach, Volksschule, Hauptschule, Kindergarten, Musikschule	4.359.146,27	Pflichteinlage Mgde als Kommanditistin	1.000,00
Schulden per 31.12.2012		Liquiditätsergebnis 2012	1.260,91
Darlehen Feuerwehrhausbau	120.335,98		
Darlehen Mehrzweckhallensanierung	451.217,20		
Summe Darlehen	571.553,18		
Pro-Kopf Verschuldung VFI-KG/Einw.	246,15		

Neue Freibadtarife



Aufgrund einer Forderung der Aufsichtsbehörde wurden vom Gemeinderat die Eintrittstarife für das Freibad Natternbach ab Beginn der Badesaison 2013 angehoben. Die letzte Anpassung fand im Jahr 2010 statt. Die Erhöhung entspricht dem Anstieg des Verbraucherpreises. Nunmehr kommen auch neben den Präsenzdienern die Zivildienere in den Genuss der ermäßigten Badekarte. Die Tageskartenermäßigung für Kinder und Jugendliche im Rahmen der Oö Familienkarte wurde auf die Begleitung durch einen Großelternanteil ausgeweitet. Die nach wie vor im Vergleich zu anderen Bädern günstigen Eintrittspreise stellen sich ab der Badesaison 2013 wie folgt dar:

Tageskarten

Erwachsene	€ 3,00
Kinder, Jugendliche	€ 1,50
Kurzbadekarte Erwachsene	€ 1,50
Kurzbadekarte Kinder, Jugendliche	€ 0,80
Kinder und Jugendliche bei Vorlage der Oö Familienkarte und in Begleitung eines Eltern- oder Großelternanteiles	€ 0,80

Zehnerblockkarten

Erwachsene	€ 24,00
Kinder, Jugendliche	€ 12,00

Saisonkarten

Erwachsene	€ 43,00
Kinder, Jugendliche	€ 21,50
Präsenz- und Zivildienere	€ 21,50

Tageskarten und Zehnerblockkarten sind an der Freibadkasse, Saisonkarten am Marktgemeindeamt (Zi. 4, Frau Grüneis) erhältlich!

Eröffnung Badesaison Freitag, 17. Mai 2013



Ausfinanzierung AOH-Vorhaben

Vom Amt der Oö Landesregierung wurden die Finanzierungspläne für die Ausfinanzierung von AOH-Vorhaben übermittelt. Die Projekte Kindergartenerweiterung (4. Gruppe) und Friedhoferweiterung konnten nun auch finanziell mit der Beschlussfassung der endgültigen Finanzierungspläne durch den Gemeinderat abgeschlossen werden. Insgesamt stellt das Land für die Ausfinanzierung beider Projekte Förderungen in Höhe von € 207.800,00 zur Verfügung.

Änderungen des Flächenwidmungsplanes

Nach Durchführung des Stellungnahmeverfahrens gemäß den Bestimmungen des Oö Raumordnungsgesetzes wurden die Flächenwidmungsplan-Änderungen Nr. 5.22 „Meier, Aulandstraße“ und 5.23 „Kaufmann, Oberhörzing“ vom Gemeinderat beschlossen. Die Änderung Nr. 5.22 betrifft eine geringfügige Erweiterung einer bestehenden Wohngebietswidmung in der Birkenstraße. Die Änderung Nr. 5.23 umfasst die Ausweisung einer Dorfgebietswidmung im Ausmaß von ca. 1000 m² für die Errichtung eines Wohnhauses im Ortschaftsbereich Oberhörzing. Beide Änderungen wurden dem Amt der Oö Landesregierung, Abt. Raumordnung zur aufsichtsbehördlichen Genehmigung übermittelt. Die Genehmigung des Landes ist Voraussetzung für eine rechtskräftige Widmung, die wiederum Voraussetzung für eine Bebaubarkeit des Grundstückes ist.

Vom Gemeinderat wurde am 21.9.2012 die Flächenwidmungsplan-Änderung Nr. 5.19 betreffend Ausweisung einer Dorfgebietsfläche beschlossen. Die Abt. Raumordnung des Landes hat zu dieser Änderung Versagungsgründe mit dem Hinweis mitgeteilt, dass dem vorgelegten Änderungsplan keine Genehmigung erteilt werden kann. Die Ehegatten Hubert u. Elisabeth Kronschläger, Moos haben darauf ihren Widmungsantrag wegen Aussichtslosigkeit zurückgezogen.

Frau Elisabeth Penzinger möchte in der Ortschaft Haibach ein Wohnhaus errichten. Voraussetzung dafür ist die Erweiterung der bestehenden Dorfgebietsfläche um rd. 1500 m². Der Gemeinderat beschloss die Einleitung eines Raumordnungsverfahrens zur Widmung einer Bauparzelle in Dorfgebiet. Nach Abschluss des Stellungnahmeverfahrens ist ein neuerlicher Beschluss notwendig, der anschließend dem Land zur Genehmigung vorgelegt werden muss.

Natternbacher Ehrenzeichen

Der Gemeinderat hat die Auszeichnung verdienter Natternbacher mit den neu geschaffenen Ehrenzeichen beschlossen.

Adolf Ecker, Bergstraße

60 Jahre aktiver Musiker, Stabführer-Stellvertreter, Beiratsmitglied Musikverein Natternbach

Die Überreichung des **Ehrenzeichens in Silber** erfolgte beim Frühjahrskonzert 2013.

Alois Müller, Berndorf - 25 Jahre Kommandomitglied der FF Tal (5 Jahre Zugskommandant, 10 Jahre Kommandant-Stellvertreter, 10 Jahre Kommandant) **Ehrenzeichen in Gold**

Josef Bartenberger, Hörmating - 20 Jahre Kommandant-Stellvertreter - **Ehrenzeichen in Silber**

Franz Marböck, Kapping - 20 Jahre Kommandomitglied der FF Tal (Kassenführer), 6 Jahre GR-Mitglied, 20 Jahre Schriftführer Jagdausschuss - **Ehrenzeichen in Silber**

Leopold Eder, Hörmating - 20 Jahre Kommandomitglied der FF Natternbach (Nachrichten- und Lotsenkommandant) - **Ehrenzeichen in Bronze**

Die Überreichung der Auszeichnungen an die ausgeschiedenen Feuerwehrfunktionäre erfolgte im Rahmen der Florianimesse am 5. Mai 2013.



Seit einigen Jahren gibt es in Natternbach das Jugendtaxi. Dadurch können die Jugendlichen unserer Gemeinde beim „Fortgehen“ aus Gründen der Sicherheit und zur Vermeidung von Verkehrsunfällen ein Taxi vergünstigt benutzen. Konkret übernimmt die Marktgemeinde für Jugendliche im Alter von 15 bis 21 Jahre die Hälfte der Taxikosten von maximal € 80,- pro Jahr (=maximaler Zuschussbetrag € 40,-). Von der vom Gemeinderat für das Jahr 2013 beschlossenen Weiterführung des Jugendtaxis sind 219 Jugendliche in unserer Gemeinde betroffen. Über den Ablauf der Aktion werden die Jugendlichen direkt schriftlich informiert. Informationen gibt es auch bei Facebook auf „Natternbach Young citizen Page“. Das Land Oberösterreich beteiligt sich ebenfalls an der Aktion mit einem Landeszuschuss für die Gemeinde in Höhe von 50 % der ausbezahlten Förderungssumme. Im Jahr 2012 nahmen lediglich 13 Jugendliche (6%) die Förderaktion in Anspruch. Wir hoffen, dass 2013 die Aktion stärker in Anspruch genommen wird.

Andrea Grüneis Neue Gemeindejugendreferentin

Mit einstimmigen Gemeinderatsbeschluss wurde die Gemeindebedienstete, Frau Andrea Grüneis mit der Funktion einer Gemeindejugendreferentin betraut. Frau Grüneis hat beim Land OÖ einen Ausbildungslehrgang als Gemeindejugendexpertin belegt. Sie nimmt seit rd. 2 Jahren innerhalb der Gemeindeverwaltung erfolgreich die Agenden der Jugendarbeit wahr. Der wesentlichste Aufgabenbereich der Gemeindejugendreferentin ist die Schnittstelle zu den Gemeindeentscheidungsträgern und als Kommunikationspartner für die Jugend. Themen für die Arbeit sind z.B. Freizeitgestaltung in Natternbach, Veranstaltungen, Jugendschutzgesetz, Suchtprävention, Präsenz-/Zivildienst, Rat und Hilfe bei Problemen u.v.m.

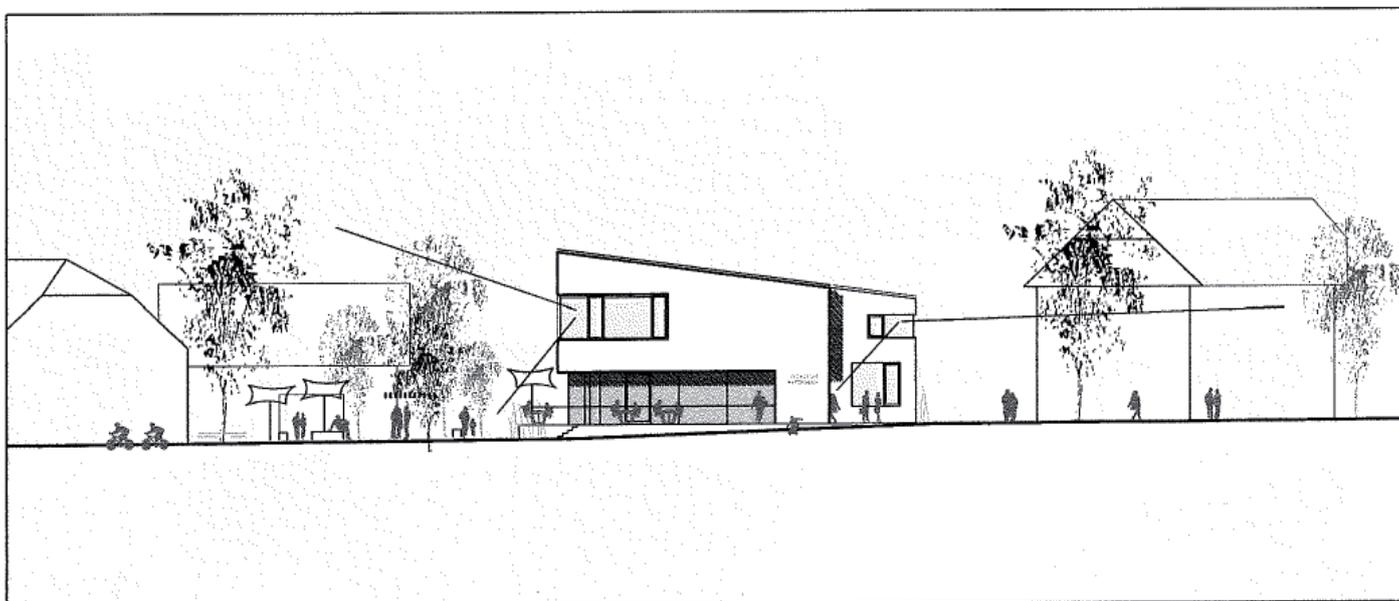


Neue Mitte Natternbach - Neubau Marktgemeindeamt/Bäckerei Bauer und Ortsplatz

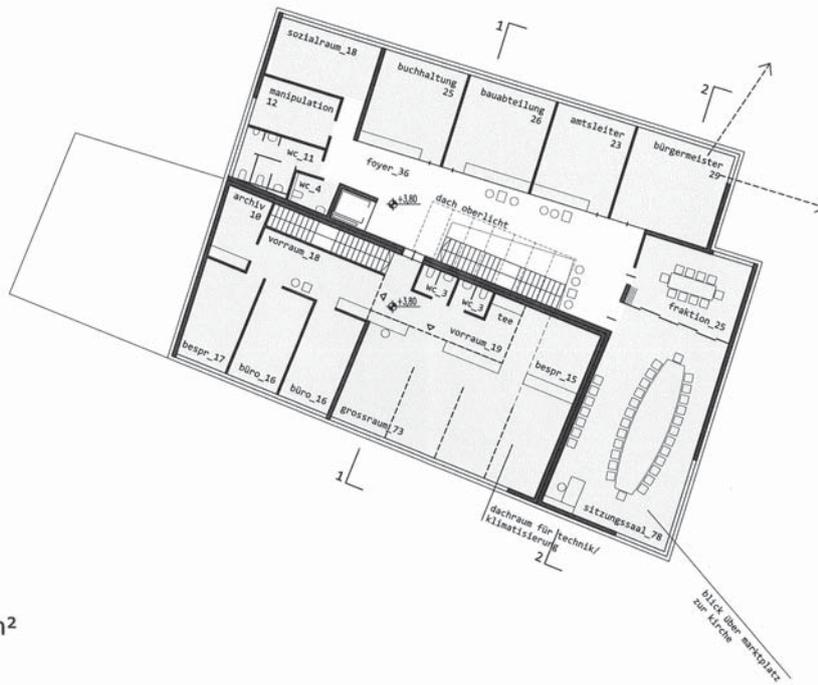
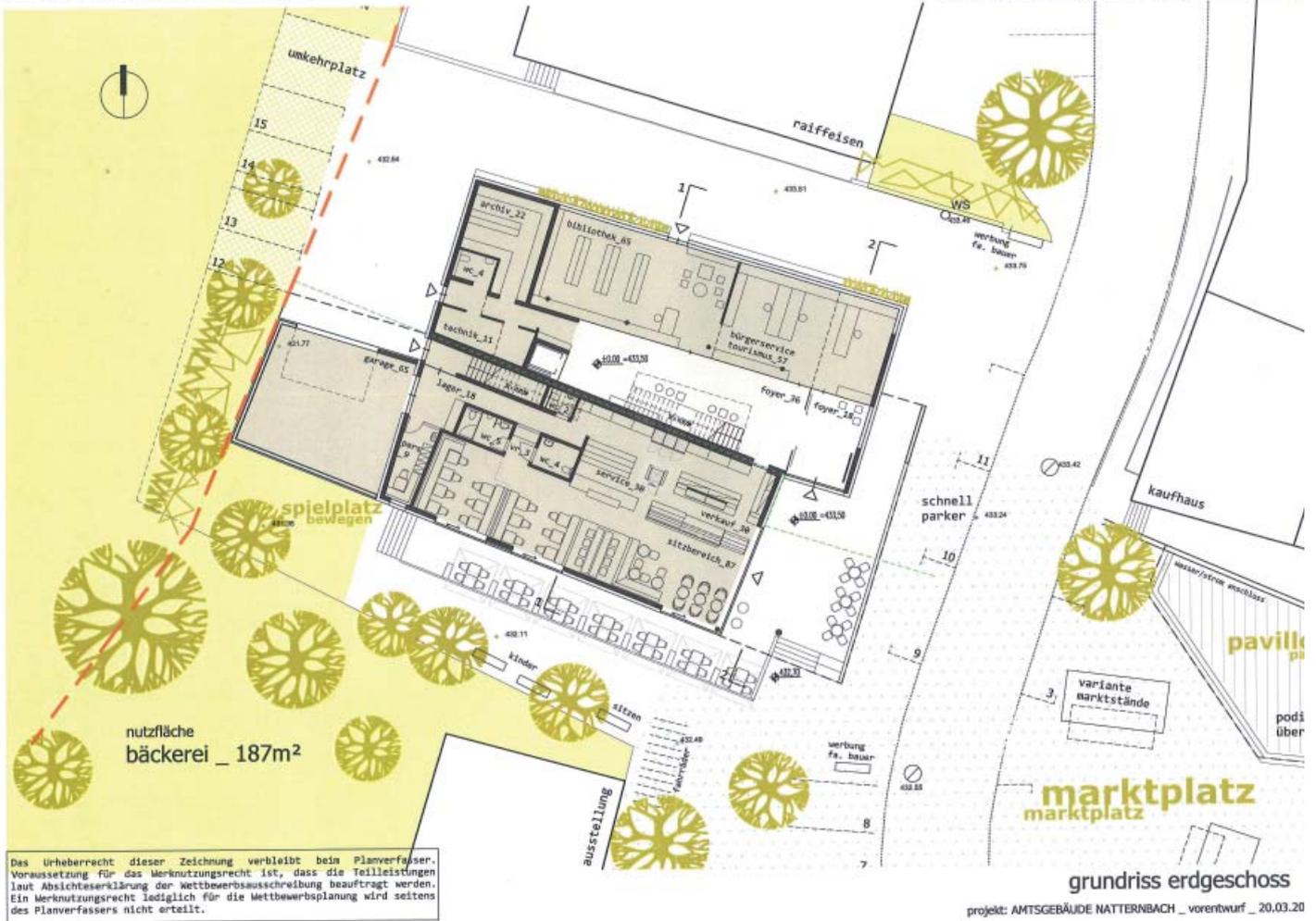
Das Siegerprojekt für den Neubau des Marktgemeindefamtes und die neuen Geschäftsbereiche der Bäckerei Bauer wurde zwischenzeitlich vom Land in einem ersten Schritt geprüft. Die in den Gesprächen aufgetretenen geringfügigen Änderungswünsche werden derzeit von Architekt Schwarzenbacher planlich berücksichtigt. Dieser Plan ist dann mit einer detaillierten Kostenschätzung wiederum dem Land vorzulegen. Am 6.2.2012 fand bei Gemeindefreferent, Landesrat Max Hiegelsberger eine Vorsprache bezüglich Finanzierung und Baubeginn statt. Das Ergebnis ist, dass im Frühjahr 2014 mit dem Bau begonnen werden kann und ab diesem Zeitpunkt das

Land in die Finanzierung einsteigt. Der Zeitplan für das Projekt stellt sich folgendermaßen dar:

- Bis Ende Juli 2013** - Fertigstellung der Planungen, Freigabe der Pläne vom Land, baubehördliche Genehmigung
 - August/September** - Ausführungsplanung (Polierpläne), Erstellung der Ausschreibungsunterlagen
 - Oktober** - Ausschreibung der Arbeiten gemäß Bundesvergabe-gesetz
 - November/Dezember** - Prüfung der Angebote, Zuschlag/ Auftragserteilung
 - Februar/März 2014** - Baubeginn (je nach Witterung)
- Nachstehend einige Plandarstellungen:



Ansicht vis a vis Kirche



Das Urheberrecht dieser Zeichnung verbleibt beim Planverfasser. Voraussetzung für das Werknutzungsrecht ist, dass die Teilleistungen laut Absichtserklärung der Wettbewerbsausschreibung beauftragt werden. Ein Werknutzungsrecht lediglich für die Wettbewerbsplanung wird seitens des Planverfassers nicht erteilt.

Nördlicher Gebäudetrakt Marktgemeindeamt EG Bürgerservice/Bibliothek - OG Gemeindebüros
Südlicher Gebäudetrakt EG Bäckerei/Cafe Bauer - OG Mietbüros

Gemeindebesuch der Schule

Die SchülerInnen der 3. Klasse Volksschule und 4. Klasse Hauptschule besuchten mit ihren Lehrerinnen Bürgermeister Josef Ruschak am Marktgemeindeamt. Um einen Einblick in das Gemeindegeschehen zu bekommen und Wissenswertes über die Gemeinde zu erfahren, gab es für die Schulklassen vom Bürgermeister eine Führung durch das Amtsgebäude und die einzelnen Abteilungen. Im Sitzungssaal konnten sich die SchülerInnen anschließend bei einer leckeren gesunden Jause über die vielen Aufgaben und Aktivitäten der Gemeinde erkundigen.



Bürgermeister Josef Ruschak u. die SchülerInnen der 3. Klasse VS mit ihren Lehrerinnen

Auszeichnung „Junge Gemeinde“

Die Marktgemeinde Natternbach wurde beim Landeskongress „Junge Gemeinde“ am 1. Februar 2013 im Linzer Landhaus für ihre umgesetzten Maßnahmen und Projekte in der Jugendarbeit mit dem Qualitätszertifikat „Junge Gemeinde“ ausgezeichnet. Damit werden die verstärkten Arbeiten in der Gemeinde-Jugendarbeit wie z.B. JungbürgerInnenfeier, Facebook-Auftritt, etc. und die gelebte Jugendfreundlichkeit in der Gemeinde besonders gewürdigt. Die Auszeichnung nahmen Bürgermeister Josef Ruschak und Gemeindejugendreferentin Andrea Grüneis im Namen der Marktgemeinde Natternbach von Frau Jugendlandesrätin Mag. Doris Hummer im feierlichen Rahmen entgegen. Ziel dieser Initiative ist es, jugendfreundliche Maßnahmen in der Gemeinde zu forcieren und eine Struktur für nachhaltige Jugendarbeit aufzubauen und weiterzuentwickeln.



v.l.n.r.: Bgm. Josef Ruschak, Jugendlandesrätin Mag. Doris Hummer, Adelheid Aumüller und Jugendreferentin Andrea Grüneis (Bild: Land OÖ)

Prüfungserfolge

Frau Margareta Gahleitner, Birkenstraße 8 hat an den am Ländlichen Fortbildungsinstitut Hirschbach durchgeführten Lehrgang „Kräuterpädagogin“ mit ausgezeichnetem Erfolg teilgenommen.



Frau Sandra Vielmetti, Feldstraße 13 hat am aromaForum Österreich die Prüfung als „Aromatologin“ bestanden.

Herzliche Gratulation zu diesen Prüfungserfolgen!

Bronze bei Europameisterschaft

Bei den Europameisterschaften vom 19.3.2013 bis 24.3.2013 in San Sebastian (Spanien) konnte Markus Reifinger mit dem Team Austria hinter Spanien und Frankreich die Bronzemedaille im 5 Km Gehen gewinnen. Mit einer Zeit von 25:34 Minuten stellte er nicht nur eine österreichische Jahresbestleistung auf, sondern verbesserte den OÖ. Rekord um 2 Minuten und 10 Sekunden. Auch im 3 Km Gehen stellte er mit 14:52,19 Minuten eine neue österreichische Jahresbestleistung auf. Markus Reifinger konnte somit bereits 11 Medaillen von Welt- und Europameisterschaften mit nach Hause nehmen. Beim 5 Km Crosslauf am nächsten Tag errang Markus Reifinger noch Platz 5. Insgesamt nahmen bei diesen Europameisterschaften 3274 Athleten aus ganz Europa teil.



Markus Reifinger mit seiner Bronzemedaille

Jagdleiteramt

Jagdleiter Siegfried Jäger hat mit 25. Jänner 2013 seine Funktion als Jagdleiter zurückgelegt. Er bedankt sich bei allen Landwirten, Grund- und Waldbesitzern für die gute Zusammenarbeit in den letzten 6 Jahren und wünscht seinem Nachfolger viel Erfolg!

Wichtige Abfall-Info

Öffnungszeiten Altstoffsammelzentrum Steegen

Kompostierung Obertresleinsbach

Grasschnittentsorgung



Aktuelle Öffnungszeiten des Altstoffsammelzentrums Steegen:

Dienstag	8:00 Uhr bis 12:00 Uhr 13:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Mittwoch	13:00 Uhr bis 17:00 Uhr
Freitag	8:00 Uhr bis 18:00 Uhr
Samstag	9:00 Uhr bis 12:00 Uhr



Bitte beachten: Seit dem Jahr 2012 gelten auch die Samstag-Öffnungszeiten des Altstoffsammelzentrums GANZ-JÄHRIG!

Kompostierung Obertresleinsbach

Nur mehr kontrollierte Übernahme von Rasen-, Strauch- und Heckschnitt an ausgewiesenen Zeiten:

Öffnungszeiten: ab 20. April 2013 (nachmittags)

Öffnungszeiten: Freitag 14:00 bis 18:00 Uhr
Samstag 13:00 bis 17:00 Uhr

Bei der Anlieferung ist immer ein Vertreter der Familie Obernhumer anwesend!

Eine Anlieferung außerhalb dieser Zeiten ist nur nach vorheriger Terminvereinbarung mit der Fam. Obernhumer möglich (Tel. 8049).

Für eine Anlieferung außerhalb der Öffnungszeiten ist ein Unkostenbeitrag in Höhe von Euro 5,00 zu entrichten!

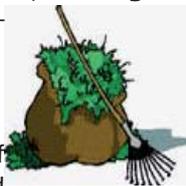
Sortenreine Anlieferung und Ablagerung:

Die Kompostabfälle sind sortenrein (Rasenschnitt, Heckschnitt, Strauchschnitt und Sträucher (Wied) abzulagern. Die Ablagerungsflächen sind gekennzeichnet.

Grasschnittentsorgung

Aus gegebenem Anlass weisen wir darauf hin, dass Gartenabfälle wie Hecken- und Grasschnitt nicht über den Bach entsorgt werden dürfen. Die Aufrechterhaltung eines geregelten und ungehindernten Wasserabflusses ist Voraussetzung für das ökologische Gleichgewicht des Baches. Entsorgung von Gartenabfällen in einem Bach führen zu einer Ablagerung von Bodenmaterial und auf Dauer zu einer Verschlechterung des Wasserabflusses.

Diese unsachgemäße, verbotene Beseitigung von Gartenabfällen ist keinesfalls ein Kavaliärsdelikt und wird darum in Zukunft mit einer Anzeige geahndet.



Wichtiger Entsorgungshinweis:



Pumpenhorror: Feuchttücher

Durch Unwissenheit werden täglich Unmengen an Feuchttüchern über die Toiletten entsorgt. Diese extrem reißfesten Hygieneartikel zersetzen sich am Weg zur Kläranlage nicht, verstopfen Pumpen und Kanäle und verursachen gravierende Schäden (Abwasserrückstau, enormer Aufwand bei der Störungsbeseitigung).

Schon in der Hausinstallation können sie zu Ablagerungen, Verstopfungen und teuren Reinigungsarbeiten führen.

In aufwändiger Arbeit müssen die Feuchttücher aus Pumpen und Maschinen entfernt werden. Das alles verursacht Kosten in Millionenhöhe.

Wenn Feuchttücher unverzichtbar sind, sollte eine Hygienebox im WC aufgestellt werden. **DAS WC IST KEIN MIST-KÜBEL!**

Mehr Informationen dazu findet man online unter www.klobal.at



Die OÖ Garten-Trophy

Die OÖ Blumenolympiade findet im 3-jährigen Rhythmus in jeweils 5 Bezirken Oberösterreichs statt. Im Jahr 2013 sind alle Hobbygärtner des Landes aus folgenden Bezirken zur Teilnahme eingeladen:

Bezirk Braunau Bezirk Grieskirchen
Bezirk Kirchdorf Bezirk Perg
Bezirk Vöcklabruck



Die Bewertungskategorien:

Die Vielfalt der Blumen und Pflanzenwelt ist nahezu unerschöpflich. Um Ihnen die Entscheidung zur Teilnahme an der OÖ Blumenolympiade zu erleichtern, haben wir die Aktion in vier unterschiedliche Bewertungskategorien unterteilt:

Das schönste Wohnhaus:

Bewertet wird der Blumenschmuck am Haus samt umliegender Gartenanlage.

Das schönste Bauernhaus:

Bewertet wird der Blumenschmuck am Haus samt umliegender Garten- und Grünfläche.

Der schönste Garten:

Bewertet wird die Garten- und Grünanlage ohne Berücksichtigung des Hauses.

Der schönste Gemüsegarten:

Bewertet wird die Gemüsevielfalt vom Balkon bis zum Gemüsebeet.

Wie funktioniert die Teilnahme?

1. Bewertungskategorie auswählen.
2. Mindestens 5 Fotos vom eigenen Haus und/oder Garten aufnehmen.
3. Fotos mit Namen und Adresse, Bezirk per Post oder Mail (max. 2 MB je Foto) einschicken.
4. Einsendeschluss ist der 30. Juni 2013!
5. Die schönsten Häuser und Gärten des Bezirkes werden von einer eigenen Expertenjury noch einmal persönlich besichtigt und bewertet.
6. Aus allen Bezirkssiegern werden in weiterer Folge die OÖ Landessieger ermittelt.

Die Preise:

Einkaufsgutscheine für Blumen und Pflanzen im Wert von insgesamt € 15.000,-.

Die Siegerehrungen finden in den jeweiligen Bezirken im März 2014 im Rahmen der Gartenland-Tour 2014 statt.

Die Anmeldung:

Fotos (mind. 5)* unter genauer Angabe von Name,

Adresse, Bezirk und Bewertungskategorie per Post oder Mail an folgende Adresse schicken:

OÖ Garten-Trophy
Landwirtschaftskammer OÖ
Auf der Gugl 3, 4021 Linz
gartentrophy@lk-ooe.at

Anmeldeschluss ist der 30. Juni 2013!

*Fotos müssen aktuell aus dem Jahr 2013 sein! Der Veröffentlichung der Fotos im Zusammenhang mit der OÖ Garten-Trophy wird zugestimmt. Eingesandte Fotos werden nicht retourniert. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen!

E-Bike Saison eröffnet

Raus aus dem Auto - rauf aufs E-Bike. Die günstige Alternative - Spassfaktor inklusive!

Auch in diesem Jahr werden die Autofahrer wieder kräftig in die Taschen greifen müssen. Anlässe für Treibstoffhöhungen gibt es genug - Ostern, Pfingsten, Ferienzeit. Da lohnt es sich durchaus, den PKW im Alltag öfters gegen das E-Bike einzutauschen. Als Alternative zum Auto bieten schon zahlreiche Gemeinden den öffentlichen E-Bike Verleih von Happy Bike an.

Seit 2012 auch in Natternbach - eigener E-Bike Verleih in unserer Gemeinde im Freizeitzentrum. Alle Infos rund um den E-Bike Verleih finden sie unter <http://www.happy-bike.at/e-bikeverleih/so-funktioniert-es/>.

E-Biken zum Kennenlernpreis



Zum Saisonstart am 1. April 2013 hat sich Happy Bike eine tolle Aktion einfallen lassen, die HAPPY BIKE CARD 2013.

Diese „Saisonkarte für E-Biker“ ist von 1. April 2013 bis 31.10.2013 - je nach Witterung auch länger - gültig. Mit der Happy Bike Card kann man sich an jeder Verleihstation ein E-Bike ausleihen und täglich bis zu 180 Minuten e-biken. Das geniale daran ist der sensationelle Preis. Dieser beträgt Euro 77 und kann nach Wunsch auf einmal oder in sieben Teilbeträgen zu je Euro 11 pro Monat bezahlt werden.

Mit der HAPPY BIKE CARD kann man also 90 Stunden im Monat e-biken und das für Euro 11. Eine Budget schonende Alternative zum PKW, die nebenbei noch gesund ist und nicht zuletzt jede Menge Spaß macht.

Ab sofort unter www.happy-bike.at oder telefonisch unter +43 / 662 / 83 14 95 erhältlich.

Gleich zuschlagen!

Pro Gemeinde kann nur ein begrenztes Kartenkontingent ausgegeben werden. Deshalb noch heute zuschlagen und HAPPY BIKE CARD sichern.

Nächste E-Bike Tankstelle:

Ratzenböck Franz
Knotzberg 8, 4724 Neukirchen a.W.

Telefon: 0650/4212021



WICHTIGE INFO: Der bisherige Vertrag mit der Fa. Nextbike wurde beendet. Daher kommt es zu folgender Änderung: Die bereits registrierten E-Bike Kunden müssen sich neu anmelden unter www.happy-bike.at (ohne der 1,- Euro Probezahlung). Zusätzlich kann auch künftig mit dem Handy bezahlt werden.

Service-Paket für AlleinerzieherInnen



Vor kurzem wurde das neue Service-Paket für AlleinerzieherInnen auf Initiative von Frauenlandesrätin Mag.a Doris Hummer vorgestellt.

AlleinerzieherInnen sind bei der Bewältigung Ihres Lebensunterhalts und der Erziehung ihrer Kinder ganz besonders auf die Unterstützung der Gesellschaft angewiesen. Es ist ein ganzes Bündel an Maßnahmen notwendig.

Das neue Service-Paket für Alleinerziehende in Oberösterreich gibt Antworten auf brennende Fragen wie:

- Wo bekomme ich finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten?
- Wo erhalte ich kostengünstige bzw. kostenlose Rechtsberatung?
- Welches Angebot an flexibler Kinderbetreuung oder Pflegeunterstützung für Angehörige gibt es?
- Wer betreut mein Kind im unerwarteten Krankheitsfall oder während einer Dienstreise?

Das Service-Paket für Alleinerziehende umfasst:

- Neue Broschüre „Ratgeber für Alleinerziehende“ des Frauenreferates des Landes OÖ.
- Förderschwerpunkt 2013 „Alleinerzieherinnen“ des Frauenreferats des Landes OÖ
- Bündelung der Kräfte der OÖ Frauenberatungsstellen:
- Zusammenarbeit „Verein Alleinerziehend“
- Pilotprojekt des Hilfswerkes Eferding (Mobile Beratung, Notrufnummer, Kleingruppentreffen)
- Projekt „Vielfalt Alleinerziehend“ der Frauenstiftung Steyr
- Alleinerzieherinnengruppe der Braunauer Frauenberatung „Frau für Frau“
- Reise- und Urlaubsangebote, speziell auf die Bedürfnisse von Alleinerziehenden abgestimmt

Nähere Informationen finden Sie auf der Homepage www.frauenreferat-ooe.at.

Der Ratgeber kann auf der Homepage des Frauenreferates unter www.frauenreferat-ooe.at heruntergeladen und auch in Printform unter der Tel. 0732/7720-11851 oder per E-Mail: frauen@ooe.gv.at bestellt werden.



Kurs für den Sachkundenachweis nach dem Hundehaltegesetz

Aufgrund der Bestimmungen des Oö. Hundehaltegesetzes 2003 i.d.g.F. ist jeder Hundehalter verpflichtet, zur Registrierung seines über zwölf Wochen alten Hundes, der Gemeinde gegenüber nachzuweisen, dass der „Allgemeine

Sachkundenachweis“ erworben wurde.

Der Hundeausbildungsverein SVÖ Grieskirchen – Tratt-
nachtal bietet für alle Interessierten am

07.06.2013 um 18:00 Uhr,

im Vereinshaus am Alten Kaisersteig,

nächst der Sportplatzanlage des SV Pöttinger Grieskirchen

einen Kurs zum Erwerb dieses Allgemeinen Sachkunde-
nachweises an.

Im Rahmen des zukünftig dreistündig abzuhaltenden
Sachkundekurses wird Wissenswertes von einem Tierarzt
und einem Hundeausbildner vermittelt. Kursunterlagen
werden zur Verfügung gestellt.

Für Voranmeldungen und Rückfragen wollen sich die In-
teressenten bitte an Dieter Strobach, Tel. 07248/68224
oder Gabriele Strobach, Tel. 0699/10482990 wenden.



Jobs und Fortbildung

PrivatkundenbetreuerIn bei der
Sparkasse Natternbach:

Die Sparkasse Eferding-Peuerbach-
Waizenkirchen ist eine rechtlich selbst-
ständige Regionalbank mit 14 Filialen und zirka 100 Mit-
arbeiterInnen. Zur Verstärkung des engagierten Teams in
der Filiale Natternbach wird ein(e) Privatkundenbetreue-
rIn gesucht.

Sie bringen mit:

- kaufmännische Ausbildung (HAK / HAS)
- Freude am Umgang mit Menschen
- zielorientierte Beratungsstärke
- Teamfähigkeit und Verantwortungsbereitschaft

Es wird eine interessante, verantwortungsvolle und ab-
wechslungsreiche Aufgabe mit viel Gestaltungsfreiraum
und Eigenverantwortung sowie Ausbildungsmöglichkei-
ten im Bankwesen geboten.

Ihre Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte an:

Sparkasse Eferding-Peuerbach-Waizenkirchen

z.Hd.: Frau Andrea Wittig

Stadtplatz 1

4070 Eferding



Praktikum bei der Leaderregion Hausruck Nord:

Die Leaderregion Hausruck Nord besteht aus den 12 nörd-
lichsten Gemeinden des Bezirkes Grieskirchen. Als Lea-
derregion wurden zahlreiche Projekte initiiert und einige
befinden sich noch in Umsetzung. Dazu gehört auch das
Projekt als Klima- und Energiemodellregion. Diese Projek-
te gilt es zu betreuen und zu begleiten. Für die Unterstü-
tzung und Umsetzung wird für die Sommermonate ein(e)
PraktikantIn gesucht:

- Betreuung der Homepage
- Gestaltung von Drucksorten und Werbematerialien
- Organisation und Umsetzung von Veranstaltungen
- Gestaltung von Verwaltungsbefehlen (edv-gestützt)
- Öffentlichkeitsarbeit
- Vorbereitungsarbeiten für die Erstellung der Entwick-
lungsstrategie Leader 2014-2020

Beginn: ab Juli 2013

Entlohnung: 40h/Woche - € 600/Monat

Ihre Bewerbung richten Sie bitte an:

Netzwerk Hausruck Nord, Marktplatz 20, 4724

Neukirchen am Walde, zH Herrn Ing. Franz

Augustin, 0664/73557002, leader@hausruck-

nord.at



Erste Hilfe rettet Leben: - Erste Hilfe Kurs durch Rotes Kreuz

Das Erste-Hilfe-Wissen sollte regelmäßig aufgefrischt wer-
den. Nur so ist man sicher, was in einer Notfallsituation zu
tun ist. Eine Möglichkeit dazu bot das Rote Kreuz im März
in Natternbach.

Das Rote Kreuz hat im März einen 16-stündigen Erste Hilfe
Kurs abgehalten. Organisiert wurde dieser vom Umwelt-
ausschuss im Gasthaus Pfeneberg. Die 18 Teilnehmer ha-
ben ihre Kenntnisse als Ersthelfer wieder auf den aktuellen
Stand gebracht und bei den praktischen Übungen vertieft.
Die Vortragende Kallinger Madeleine aus Natternbach
hat diesen Kurs sehr interessant und kurzweilig gestaltet,
nochmals ein Dankeschön an dieser Stelle.

Spätestens für den Führerschein macht jeder einmal einen
Erste-Hilfe-Kurs - verpflichtend. Doch nach ein paar Jahren
ist von dem dort erworbenen Wissen nicht mehr viel üb-
rig. Das heißt, die meisten beschäftigen sich danach nicht
mehr mit dem Thema. Das führt dazu, dass sich viele, aus
Angst etwas falsch zu machen, scheuen in Notsituationen
zu helfen.

Laut Statistiken des Österreichischen Roten Kreuzes (ÖRK)
sind nur drei von zehn ÖsterreicherInnen fähig, im Notfall
richtige Erste Hilfe zu leisten.

Fast die Hälfte der Unfälle passieren im privaten Umfeld,
also im Familien- und Freundeskreis. Es betrifft Personen
die man gut kennt. Dies ist eine Zahl, die jeden dazu bewe-
gen sollte, einen Erste-Hilfe-Kurs zu besuchen. Außerdem
sind für den Verunfallten die ersten 2-5 Minuten entschei-
dend, ein Rettungsauto muss in Oberösterreich in 12 Mi-
nuten am Unfallgeschehen sein.

Eine Auffrischung ist daher äußerst sinnvoll, denn jeder
kann mal Hilfe brauchen, und dann ist man froh, wenn
man in die Hände eines geschulten Ersthelfers kommt. Das
Schlechteste ist aber Nichts zu Tun.

Wir werden auch weiterhin Erste Hilfe Kurse bei genü-
gend Interesse organisieren.

Umweltausschuss

Obmann Scheucher Markus



TeilnehmerInnen des Erste Hilfe Kurses in Pfeneberg (Foto: Markus
Scheucher)

Wundermittel Bewegung

Am deutlichsten profitieren Herz und Kreislauf von sportlicher Bewegung, aber auch Diabetes und Osteoporose kann durch Krafttraining vorgebeugt werden.

Regelmäßiges Training bewirkt eine Umstellung des Stoffwechsels, welche nicht nur das Leben verlängert, sondern auch das momentane Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit steigert.

Das sympathische Nervensystem entspannt sich, wodurch der Blutdruck absinkt. Gutes Cholesterin beginnt zu steigen und die Fließeigenschaft des Blutes verändert sich, wodurch der Herzmuskel besser durchblutet wird. Bereits nach 4 Wochen Training können die Herzgefäße 29 Prozent mehr Blut transportieren als zuvor. Diabetes, die Zuckerkrankheit, ist in den Industrieländern auf dem Vormarsch. Die Gründe dafür sind zu wenig Bewegung und zu fettes Essen. Zu Beginn der Erkrankung sinkt die Empfindlichkeit des Körpers auf Insulin, das für den Transport des Zuckers in die Zelle verantwortlich ist. Regelmäßige Bewegung unterbricht diese Entwicklung, indem sie die Zellen wieder empfänglich für Insulin macht. Diabetes kann so in seinem Verlauf gebremst oder sogar verhindert werden.

Die Entstehung von Osteoporose, dem sogenannten brüchigen Knochen, wird durch einen Mangel an Bewegung begünstigt. Die Kräfte, die während eines Krafttrainings auf den Knochen einwirken, regen die Aktivität der Knochenbildungszellen an. Diese Aufbauprozesse erhalten und verbessern die Knochengesundheit. Um Osteoporose vorzubeugen oder zu therapieren, ist ein gezieltes Krafttraining notwendig. Durch die Kräftigung der Muskulatur reduziert sich auch das Sturzrisiko und somit auch die Gefahr von Verletzungen und Brüchen.

Regelmäßige körperliche Betätigung hat sich als wirkliches "Super-Medikament" erwiesen. Mit einem derart effektiven Mittel sollte jedoch entsprechend vorsichtig und gezielt umgegangen werden. Wichtig ist vor allem die richtige Dosierung. Gerade ältere Menschen sollten eine Eingangsuntersuchung beim Arzt auf jeden Fall durchführen lassen, um sich nicht zu überfordern.

Schwer übergewichtige Personen sollten den Einstieg in ein Bewegungsprogramm über gelenksentlastende Aktivitäten planen, wie z.B: Schwimmen, Radfahren (Ergometer – Zimmerfahrrad), Nordic Walking.

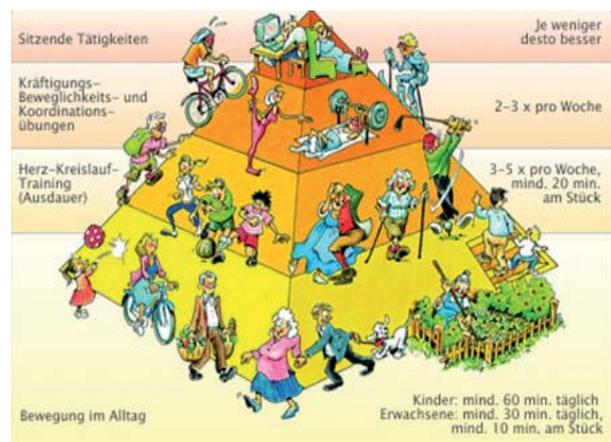
Hier noch ein paar Tipps, wie sich Bewegung in den Alltag integrieren lässt:

- Lift vermeiden, Treppen steigen
- kurze Strecken mit dem Fahrrad fahren
- 3 mal pro Woche zumindest 15 Minuten spazieren gehen
- erreichbare Tagesziele setzen

„GEMEINSAM GESUND BEWEGEN“

NORDIC-WALKING-TREFF IN NATTERNBACH

AB 9. APRIL JEDEN DIENSTAG UND FREITAG
TREFFPUNKT: 18:30 UHR VOR DER SCHULE



Natternbach – Total regional Pflanzentauschbasar Sonntag 28.4.2013 beim Kirtag

Zimmeraralie sucht neuen Pflegeplatz.....

Salatpflanze sucht neues Betätigungsfeld...

Ribiselstaude sucht Marmeladefan.....

Bestimmt hat sich auch in Ihrem Garten oder auf der Blumenbank etwas üppig vermehrt, das zum Wegwerfen viel zu schade ist. Bringen Sie Ihre Kostbarkeiten zum Tauschmarkt und erwerben Sie dort gerade das, was Ihnen noch fehlt.

Möge dir hundertfach Frucht bringen, der Samen den du ausgebracht hast. Tausendfach der, den du mit anderen teilst.
(irisches Sprichwort)

*Nähere Informationen bei
Hildegard Ruschak Tel.: 07278/8376*



Kochbuch

Liebe Hobbyköchinnen und Hobbyköche
in Natternbach!

Der Arbeitskreis der „Gesunden
Gemeinde“ ist auch im Jahr 2013 nicht

untätig. Es soll ein Kochbuch entstehen. Dazu brauchen wir eure Unterstützung und bitten euch, uns eure erprobten Lieblingsrezepte zur Verfügung zu stellen. Das Kochbuch soll eine Verbindung der einfachen Bauernküche von damals mit den leichten Küchenkreationen von heute herstellen. Neben den Rezepten wird das Buch auch wissenswertes über diverse Grundprodukte, sowie Tipps und Tricks bei der Zubereitung enthalten.

Nähere Informationen bei Hildegard Ruschak, Tel. 07278/8376 oder Heidi Aumüller, Tel. 07278/8255-13.

Rezepte können auch per Mail eingereicht werden:

aumueller@natternbach.ooe.gv.at

Nachfolgendes Rezept wurde uns von Eva Grüneis aus Baumühl für das Kochbuch zur Verfügung gestellt.

Gemüselaibchen mit Knoblauchssauce



Gemüselaibchen

Zutaten:

→ 300 g gekochte geriebene Kartoffel



- 1 Ei
- 100 g Grieß
- ca. 200 g gekochtes abgetropftes Gemüse
- ½ Zwiebel hell angeröstet und abgekühlt
- 1 Hand voll Knödelbrot
- Salz
- Pfeffer
- Kräuter nach Belieben (Schnittlauch, Petersilie,...)

Zubereitung:

Alle Zutaten verrühren. Laibchen formen. In Semmelbrösel wenden und in wenig Fett auf beiden Seiten braten.

Knoblauchsauce:

- 1 Becher Sauerrahm oder Joghurt
- Salz
- Pfeffer
- 1 Zehe fein gehackten Knoblauch
- Schnittlauch

Alle Zutaten verrühren und würzig abschmecken.

Beilagen: Kartoffeln und Salat

B u a t E K i n d e r e i e n

Der Frühling steht vor der Tür und wenn die Kleidung angemessen ist, gibt es kaum einen Tag, an denen man nicht im Freien spielen kann.

1, 2, 3, angeschlagen!

Geh´ mit deinen Freunden in den Garten oder zum nächsten Spielplatz und spiel doch mal „**1,2,3, angeschlagen**“. Dies ist ein Spiel für vier oder mehr Spieler und geht so:



Ein/e Spieler(in) „schaut ein“, zählt dann bis 50 und ruft dann: **„Hinter meiner, vorder meiner, links, rechts gilt nicht!“**

Die anderen Kinder verstecken sich inzwischen in der Umgebung. Der „Einschauer“ versucht nun die anderen zu finden. Entdeckt er eines, muss er mit ihm um die Wette zum „Einschauplatz“ laufen. Wer den Platz schneller erreicht und ihn mit der Hand berührt ruft: **„Eins, zwei, drei, z. B. Karin angeschlagen!“**

Sind alle erwischt worden, so ist das Kind, das als erstes erwischt wurde, der „Einschauer“. Kann ein Kind unbemerkt zum Einschauplatz schleichen, so kann es mit dem Ruf: **„Eins, zwei, drei, ich bin frei!“** sich selber anschlagen. Eine weitere Variante wäre, das Kind kann mit dem Spruch **„Eins, zwei, drei, alle frei!“** alle erlösen und das Spiel geht mit dem gleichen „Einschauer“ wieder von vorne los.

Lustige Zungenbrecher

Zwischen zwei Zwetschkenbäumen zwitschern zwei Schwalben. Zwei Schwalben zwitschern zwischen zwei Zwetschkenbäume.

**Zehn zahme Ziegen zogen zehn Zentner
Zucker zumZoo. Zehn Zentner Zucker
zogen zehn zahme Ziegen zumZoo.**

Verbinde die Zahlen und male das Bild bunt an



Gesundheitsförderungspreis des Landes OÖ

Zum 15. Mal wurde heuer der mit insgesamt 9300,- Euro dotierte Gesundheitsförderungspreis des Landes OÖ im Rahmen des Netzwerkes „Gesunde Gemeinde“ vergeben.

Unter den Sonderpreisträgern befindet sich auch die Marktgemeinde Natternbach mit dem Projekt „TOTAL-REGIONAL“ und wurde mit einem Preisgeld von € 350,- bedacht.

Das Projekt umfasste den Pflanzentauschbasar, die Broschüre „Was Oma noch wusste....“, den Gesundheitstag im vergangenen Oktober und natürlich die „TOTAL-REGIONAL“-Liste der Natternbacher Direktvermarkter.



v.l.n.r.: Bürgermeister Josef Ruschak, Adelheid Aumüller, Gesunde Gemeinde Arbeitskreisleiterin Hildegard Ruschak, LH Dr. Josef Pühringer und weitere Vertreter des Landes OÖ (Bild: Land OÖ)

Natternbacher Gemeindezeitung – IMPRESSUM: Eigentümer und Herausgeber: Marktgemeinde 4723 Natternbach, Vischerstraße 1; Redaktion: Bürgermeister Josef Ruschak, Amtsleiter Siegfried Sageder, Mitarbeiter Gemeindeverwaltung; Herstellungsort Natternbach – Eigendruck; Zielrichtung: unpolitisches Amtsblatt der Marktgemeinde Natternbach.