

## Sicher am Schulweg! Aktion Kinderwarnwesten für die Volksschüler der VS Arbing



(am Foto: Hr. Eduard Paireder – Zivilschutzverantwortlicher des Bezirkes, Fr. Dir. Tandler und Bgm. Krag mit den Schulanfängern)

Die Sicherheit der Kinder ist Jedem ein besonderes Anliegen. Deshalb erhalten die Erstklassler unserer Volksschule in einer Gemeinschaftsaktion mit dem Land Oberösterreich, AUVA und UNIQA vom OÖ. Zivilschutzverband Kinderwarnwesten.

Speziell in der dämmerigen und nebligen Jahreszeit ist es wichtig, die Kinder im Straßenverkehr sicherer zu machen. Durch die Reflektoren sind die Kinder schon ab 150 Meter Entfernung sichtbar.

Die Westen werden den Kindern mit nach Hause gegeben, damit sie auf Schul- bzw. Heimweg verwendet werden. Auch bei jedem Schulausflug trägt das Anziehen der Warnwesten zur Sicherheit auf der Straße bei.

Wir ersuchen alle Eltern, ihre Kinder zu motivieren die Warnwesten zu tragen. Durch Ihre Unterstützung erhöht sich die Tragehäufigkeit. Wir danken Ihnen schon jetzt für Ihre Unterstützung können.

INHALT	
Sicher am Schulweg!	1
Wasserzählerablesung	2
Betriebsbaugelände Machland	
Gesunde Gemeinde	3 - 4
Spiel-Gruppe-Spiegel	5
Gemälde einer Arbinger Bäuerin	6
Gratulationen	
Textiliensammlung	7
Wirbelsäulengymnastik	8

## Straßensperre

Aufgrund einer Veranstaltung am Freitag, den 21. September 2007 am Gemeindevorplatz, wird die Hauptstraße von 18 – 24 h, im Bereich der Liegenschaft Kranzl bis Liegenschaft Kneidinger gesperrt.

## Wasserzählerablesung

Liebe Gemeindebürger(innen)!

Alle jene, welche einen Anschluss an die Ortswasserleitung besitzen, haben in den letzten Tagen die Ablesekarteien dazu erhalten. Wir möchten Sie hiermit noch einmal daran erinnern, den Zählerstand bis Freitag, 28.09.2006 am Gemeindeamt bekannt zu geben. Sie können uns Ihren Zählerstand auch telefonisch (07269/375-16), per Fax (DW 29) od. per E-Mail ([gabriele.jandl@arbing.ooe.gv.at](mailto:gabriele.jandl@arbing.ooe.gv.at)) mitteilen.

!! Vielen Dank für Ihre Mithilfe!!

## Betriebsbaugelände Machland

Nach der Firma Berolan (im Hintergrund) hat nun auch die Firma Prinz mit der Errichtung einer Halle für ihr Tiefbohrunternehmen begonnen.

Der Wirtschaftverband wird bis Ende September die Asphaltierung der Verlängerung der Technologiestraße durchführen. Gleichzeitig werden die Firmen Berolan und Pöschl ihre Betriebsgründe staubfrei machen und den Betrieb aufnehmen.



## Abholung der Kinder vom Kindergarten

Mit Beginn des Kindergartens ist auch der Kindergartentransport wieder voll im Einsatz. Es wird daher ersucht den Zu- und Abfahrtsbereich des Kindergartens frei zu halten.



## Spitzen – Pflüger aus Arbing

Das diesjährige Bezirkspflügen der Landjugend wurde bei traumhaftem Wetter am 19. August in Arbing ausgetragen.

Georg Baderer errang in der Kategorie „Beetpflug“ den hervorragenden 1. Platz vor Andreas Schratzenholzer (beide Arbing) und Franz Schober (Naarn).

In der Kategorie „Drehpflug“ belegte Landl Johann jun. den 2. Platz.

Am 02. September kämpften dann 28 Teilnehmer beim Landespflügen in Sattledt um die Titel in 3 verschiedenen Kategorien. Der erst 14-jährige Georg Baderer überraschte alle mit dem 3. Platz.

Herzliche Gratulation!



# Gesunde Gemeinde

## Vortrag von Diätologin *Viktoria Alex*

(geb. Küllinger, vlg. Peuer)

zum Thema:



Nach der Absolvierung der HBLA Elmberg und der Diätakademie in Linz erfolgte 1993 ihr Berufseinstieg als Diätologin im Landeskrankenhaus Bad Ischl. Sie betreute bereits viele Projekte zum Thema Ernährung, unter anderem gab es ein gemeinsames Projekt „Fit und Schlank“, mit dem ORF und ein Ernährungsprogramm für die ORF Nachlese.

## „Gesunde Ernährung für die ganze Familie“

Donnerstag, 4. Oktober 2007

20:00 Uhr

Pfarrheim Arbing

Inhalt:

- 1.) Richtig Essen und Trinken im Ernährungsalltag
- 2.) Ernährungsverhalten
- 3.) Praktische Tipps rund ums G'sunde Essen



Eintritt: freiwillige Spenden

Im Anschluss laden wir alle auf einen Tee und selbstgebackene Weckerl ein.

### **INFO für alle Nordic Walking Freunde**

Ab Oktober beginnen wir unsere Donnerstagsrunde bereit um **18 Uhr**. Am **25. Oktober** findet das **letzte Treffen** vor der Winterpause statt. Der Termin für das Frühjahr wird rechtzeitig bekanntgegeben.

**Gourmet-Tipp:** Die Diätologin Viktoria Alex empfiehlt:

**Fit & Schlank-Tipps**

**Mehr** Fisch auf den Speiseplan! Mindestens zweimal pro Woche sollte Fisch auf dem Speiseplan stehen. Das enthaltene Fett wirkt sich günstig bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen und chronischen Entzündungen aus. Der Fisch darf ruhig auch einmal etwas fetter sein, da er dann mehr Omega-3-Fettsäuren enthält. Dennoch sollte auf eine fettarme Zubereitung geachtet werden.

**Langsam genießen!**

Versuchen Sie, Ihre Mahlzeit ganz bewusst zu genießen. Nebenbeschäftigungen wie etwa Zeitung lesen oder Fernsehen sollten vermieden werden, da diese sehr schnell zum unkontrollierten Weiteressen verleiten könnten.

**Paella mit Fisch**

**Zutaten:**

(für 2 Personen)

- 100 g Karotten
- 150 g Zucchini
- 60 g Zuckerschoten
- 100 g Tomaten
- 100 g roher Naturreis, parboiled
- Sals, Pfeffer, vegetabile Gemüsebrühe und Wasser, Safran, Zitronensaft, Sojasauce, Chilischote oder -pulver
- 2 EL Parmesan, frisch gerieben
- 50 g Eierschwammerl
- 100 g Champignons
- 200 g Seelachs
- 1 rote Zwiebel

**Zubereitung:**

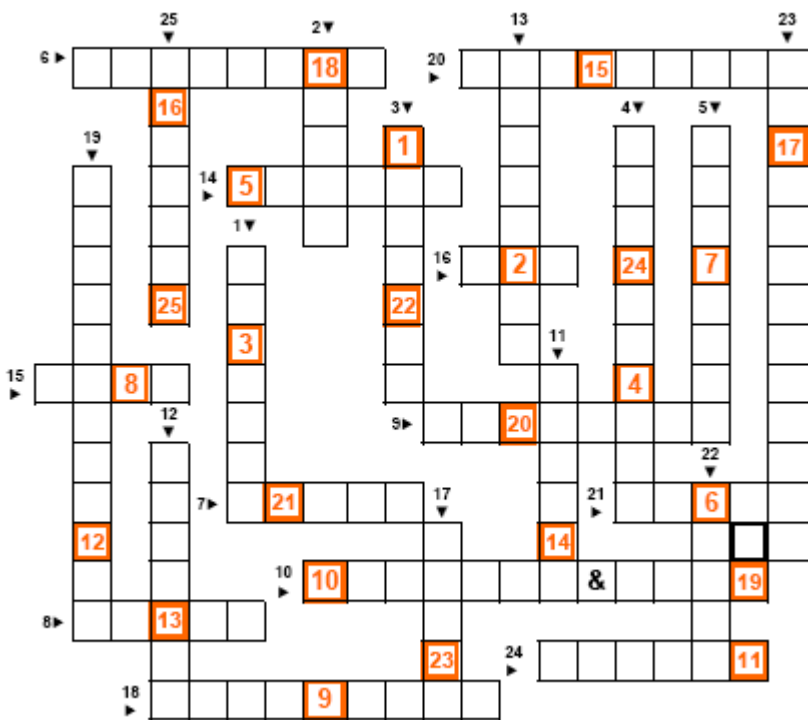
Reis mit der doppelten Menge Wasser und Gewürzen (Salz, Chili, Safran) dünsten. Die Karotten und Zucchini waschen, schälen und in kleinen Würfel schneiden. Die Schwammerl ebenfalls vorbereiten und blättrig schneiden. Zwiebel fein hacken, in einer beschichteten Pfanne mit dem Öl anbraten. Fisch vierteln, zuvor mit Zitronensaft beträufeln und würzen, dazufügen und kurz mitbraten. Alle anderen Zutaten untermischen und servieren. Mit geriebenem Parmesan bestreuen!

**Tipp:** Der Reis kann gegen anderes Getreide wie Zartweizen, Couscous, Hirse, Dinkelreis, etc. ausgetauscht werden.

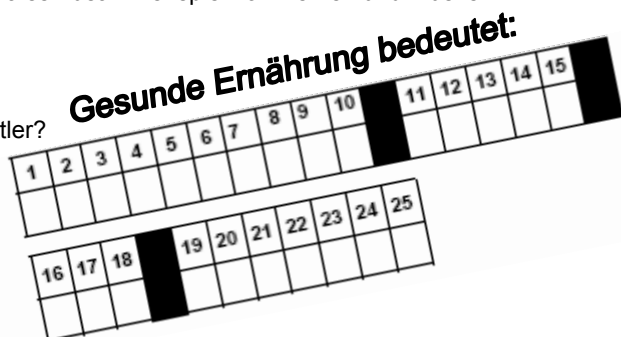
Nährwert: 520 Kalorien, 18 g Fett

**ERNÄHRUNGSRÄTSEL**

1. Mineralstoff, der wichtig für den Knochen- und Zahnaufbau ist
2. Körperliches Signal für Flüssigkeitsmangel
3. Wie nennt man jemanden, der weder Fleisch und Fisch noch Eier und Milch isst?
4. Stoffe die über Schweiß und Urin verloren gehen.
5. Welche Lebensmittelprodukte liefern viele Ballaststoffe?
6. Welche Getränke (ohne Koffein) enthalten 12 Stück Zucker pro Glas?
7. Welches flüssige Lebensmittel liefert besonders Kalzium?
8. Welches Mineralstoff liefert besonders Fleisch?
9. Was zeigt, wie sich eine ausgewogene Ernährung zusammen setzt? Die Ernährungs....
10. Was sollte man mindestens 5mal am Tag essen?
11. Welches koffeinhaltige Getränk ist für Kinder nicht geeignet?
12. Was findest Du in der Spitze der Ernährungspyramide?
13. Welche Getränke enthalten 5 bis 6 % Alkohol und sind daher für Kinder und Jugendliche ungeeignet?
14. Ohne was ist kein Leben möglich?
15. Welcher Nährstoff ist ein Super-Brennstoff?
16. Welcher Mineralstoff ist wichtig für die Schilddrüse? Viele Menschen leiden unter einem Mangel.
17. Wasserreiches Lebensmittel
18. Durch was verlierst du viel Flüssigkeit über die Haut?
19. Was informiert Dich über die Inhaltsstoffe im Lebensmittel?
20. Mineralstoff, der in vielen Mineralwässern enthalten ist und für ein optimales Zusammenspiel von Nerven und Muskeln sorgt.
21. Ausscheidungsorgan für Flüssigkeiten
22. Anderes Wort für „ernähren“
23. Welches Getränk ist ein guter Durstlöscher und enthält Mineralien?
24. Welches Obst ist besonders kaliumreich und ein idealer Snack für Sportler?
25. Für was ist Eiweiß ein wichtiger Baustoff?



LÖSUNG:



## LIEBE KINDER, ELTERN UND GROßELTERN

Wir starten unser Spielgruppe wieder am 24. 25. 26. und 27. September wir bitten alle die mitmachen wollen um Anmeldung bis spätestens 22. September, da wir die Kinder altersgerecht einteilen wollen. Wir freuen uns über alle Babys und Kinder, die noch nicht im Kindergarten sind. Es wird ab Herbst auch wieder eine Babygruppe starten. Natürlich werden auch wieder Elternbildungsgutscheine vom Land Oberösterreich eingelöst.

Bitte gebt bei der Anmeldung auch an, falls es an bestimmten Tagen nicht geht.

Für Fragen und Anmeldungen stehen ihnen unsere Spielgruppenleiterinnen jederzeit zur Verfügung.

Huber Helga  
07269/6530

Daniela Kranzer  
07269/76517

Barbara Steindl  
07269/76543

Daniela Schützenhofer  
07269/7925



**Hier ist noch ein kleiner Vorschlag zum Tanzen.**

**Melodie: Es tanzt ein Bi- ba- Butzemann**

Es tanzt ein klitzekleines Blatt  
in unserm Kreis herum, widebum,  
es tanzt ein klitzekleines Blatt  
in unserm Kreis herum.

Es rüttelt sich, es schüttelt sich,  
alleine tanzen mag ich nicht.  
Drum tanzt das klitzekleine Blatt  
mit dir im Kreis herum.

Es fällt ein klitzekleines Blatt  
ganz müd' im Kreis nun um, widebum,  
es fällt ein klitzekleines Blatt  
ganz müd' im Kreis nun um.

Es kommt ein Kind vergnügt daher,  
hebt alle auf, der Kreis ist leer.  
Nun liegt kein klitzekleines Blatt  
In unserm Kreis herum.

## Kindernotfallkurs

Das Österreichische Rote Kreuz veranstaltet am Dienstag, 13. November 2007, 19:30 einen Kindernotfallkurs. Der Kurs dauert ca. 4 Stunden (Vorraussetzung: 16h EH-Kurs)  
 Kosten: 15,- Euro pro Teilnehmer Ort: Rot Kreuz Ortstelle Perg

## Gemälde einer Arbinger Bäuerin

Bei der Ausstellung „gemalte Lebenslandschaften“ von 31 oö. Bäuerinnen am Seminarhof Kletzmayr ist auch das Gemälde der Arbinger Künstlerin Elfriede Küllinger zu bewundern.

Das Ziel dieses Projektes war, Bäuerinnen, die künstlerisch arbeiten, vorzustellen. Es geht nicht um die Darstellung der Landwirtschaft, sondern um die Themen der Künstlerinnen, deren Lebens- und Arbeitswelt die Landwirtschaft ist.

Idee und Konzept wurde in Tirol entwickelt und in allen Bundesländern umgesetzt. In Oberösterreich reichten 77 Bäuerinnen 400 Bilder ein. Die fachkundige Jury – Erdmuth Scherzer-Klinger, Malerin aus Linz (Mitglied im OÖ Kunstverein und im Künstlerhaus Wien) und Professor Wolfgang Kirchmayr, ehem. Professor an der Kunst-Universität Linz – hat diese Auswahl getroffen.



Alter Birnbaum  
 von Elfriede  
 Küllinger, Arbing

Die Ausstellung ist noch bis 28. September, montags bis freitags von 10 bis 17 Uhr in der Galerie am Seminarhof Kletzmayr, St. Marien, Niderschöftring zu sehen.

Alle ausgestellten Bilder sind auch im Ausstellungskatalog ersichtlich: [www.agrarnet.info](http://www.agrarnet.info) (ARGE Bäuerinnen, die Bäuerinnen in Oberösterreich, Aktuelles).

*Die Bäuerinnen von Arbing gratulieren Frau Elfriede Küllinger sehr herzlich zum ausgestellten Bild und wünschen Ihr weiterhin viel Erfolg beim Malen.*

## Gratulationen

Den 85 Geburtstag feierte

*Karl Pfeiffer*

Hauptstraße 23

Wir gratulieren sehr herzlich



## Kräuterweihe der Goldhaubenfrauen von Arbing

Heuer zum zweiten Mal am 15. August veranstalten die Goldhaubenfrauen und die Spiegelspielgruppe nach dem Gottesdienst einen „Guglhupf - Frühschoppen“. Es war wieder eine gut besuchte Veranstaltung.

Die Goldhaubenfrauen bedanken sich sehr herzlich bei der Musik, bei den Frauen der Spiegelspielgruppe und deren Männern für die tatkräftige Unterstützung. Der Reinerlös wurde zur Renovierung der Heimkehrerstiege gespendet.





## Getrennt SAMMELN & VERWERTEN von A – Z!

### TEXTILIENSAMMLUNG

Liebe(r) Bürger(in)!

Auch heuer findet wieder eine Straßensammlung für Alttextilien durch die OÖ LAVU AG (07242/77977-21, [www.lavu.at](http://www.lavu.at)) statt. Die zur Verfügung gestellten Textiliensäcke (am Gemeindeamt erhältlich) sind nur für die Gemeinde-Straßensammlung der OÖ LAVU AG zu verwenden! Den Textiliensack bitte gut verschnüren und bis spätestens 8:00 Uhr früh bei der jeweiligen Sammelstelle abgeben!

#### Was wird gesammelt:

- ✓ Tragbare und saubere KLEIDUNG
- ✓ Unbeschädigte TASCHEN und GÜRTEL
- ✓ BETTZEUG, BETTFEDERN im Inlett
- ✓ Funktionstüchtige SPIELWAREN
- ✓ Saubere und tragbare SOMMER- und WINTERSCHUHE\*
- ✓ SPORTSCHUHE\*
- ✓ tragbare FUSSBALLSCHUHE\*
- ✓ Funktionstüchtige INLINESKATER\*

\*ausnahmslos paarweise gebündelt

#### Was darf nicht hinein:

- ✗ VERSCHMUTZTE Kleidung
- ✗ NASSE Kleidung
- ✗ KAPUTTE Kleidung
- ✗ STOFFRESTE/PUTZLAPPEN
- ✗ KAPUTTE, VERSCHMUTZTE oder SCHIMMELIGE Schuhe
- ✗ SKI-, SNOWBOARD und EISLAUFSCHUHE
- ✗ SCHUHEINLAGEN

#### Was passiert damit:

Die Textilien bzw. Schuhe werden in Sortierbetriebe (Herren, Damen, Winter, Sommer,...) sortiert. Der Großteil der Kleider wird nach Afrika und in Osteuropäische Länder gebracht und je nach Qualität in eigenen Shops wiederverkauft.

**Termin: Montag, 15. Oktober 2007**

**Sammelstelle(n): (bitte bis spätestens 8:00 Uhr früh abgeben!)**



**HOF des GEMEINDEAMTES ARBING**

Ein Service der kommunalen Abfallwirtschaft!

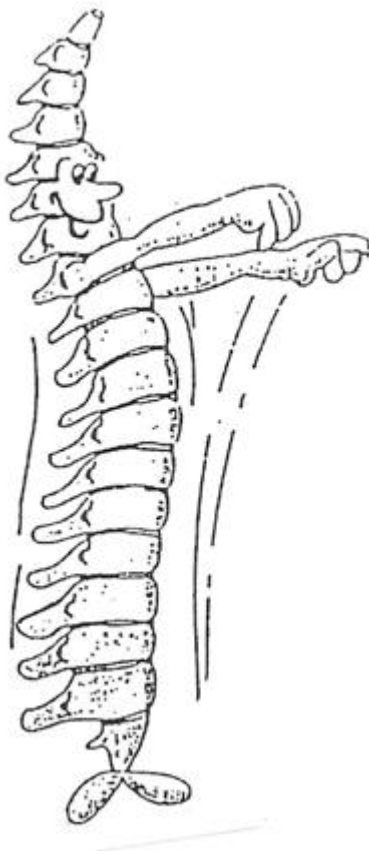


# Union Arbing

Sektion Damenturnen



## Wirbelsäulengymnastik



Jeder, der etwas zur Vorbeugung für seinen Rücken tun möchte oder der Beschwerden im Bereich der Wirbelsäule hat, ist dazu herzlich eingeladen.

**Beginn: Mittwoch, 26. September 2007  
18.45 Uhr - 8 Abende  
in der Mehrzweckhalle Arbing**

Preis: € 32,--

Übungsleiterin: Hermine Leitner  
Sektionsleiterin Damenturnen  
Ausgebildete Übungsleiterin für Haltungs- und  
Wirbelsäulengymnastik

Anmeldung:	bis Mittwoch, 26. September 2007 bei Hermine Leitner, Tel: 7745 oder 0664/1652 669 Gemeindeamt, Fr. Langwieser Tel:375-0
------------	--

" Es ist nicht genug zu wissen - man muss es auch anwenden,  
es ist nicht genug zu wollen - man muss es auch tun" (Goethe)