

# Arbing

Die Gemeindezeitung.



**EIN GESEGNETES  
WEIHNACHTSFEST, FRIEDEN  
UND GESUNDHEIT IM NEUEN  
JAHR WÜNSCHEN DIE  
BÜRGERMEISTERIN  
HERMINE LEITNER, DIE  
GEMEINDEVERTRETUNG UND  
DIE BEDIENTETEN DER  
GEMEINDE ARBING**

In diesem Jahr kann das Friedenslicht dankenswerterweise auch am Anwesen der Familie Ott, Eichpichl unter der Kaiserlinde abgeholt werden.



[www.arbing.at](http://www.arbing.at)

**ÖFFNUNGSZEITEN GEMEINDEAMT**  
**zwischen Weihnachten 2020 und Hl. Drei Könige 2021**  
**DO, 24. Dez. geschlossen,**  
**MO, 28. Dez. bis MI, 30. Dez. 2020 von 08:00 - 12:00 Uhr,**  
**DO, 31. Dez. 2020 geschlossen und**  
**MO, 04. Jän. u. DI, 05. Jän. 2020 von 08:00 - 12:00 Uhr.**

[gemeinde@arbing.ooe.gv.at](mailto:gemeinde@arbing.ooe.gv.at)

## **WEIHNACHTS- UND NEUJAHRSGRÜßE DER BÜRGERMEISTERIN**



Liebe Arbingerinnen und Arbinger!

Vor gut einem Jahr wurde ich zur Bürgermeisterin von Arbing angelobt. Viele Ideen, Ziele und Projekte wollte ich in meinem ersten Jahr umsetzen und weiterentwickeln. Ich übernahm einen sehr positiven Gemeindehaushalt der Spielräume für Projekte ermöglicht und uns in diversen Umsetzungen von kleineren Ideen nicht wesentlich einschränkt. Dann kam Corona, und mit einem Schlag war ich konfrontiert mit Aufgaben und Einschränkungen, die sich keine Bürgermeisterin und kein Bürgermeister wünschen. All unsere Euphorie zerplatzte wie eine Seifenblase.

Wir hatten im Frühjahr zum Glück sehr wenige Ansteckungen, was auf die Akzeptanz der vorgegebenen Einschränkungen zurückzuführen war. Vielen Berufsgruppen wurde und wird einiges abverlangt und sie kommen an die Grenzen ihrer Belastbarkeit. Ich bedanke mich für Ihr Durchhaltvermögen und wünsche Ihnen weiterhin viel Kraft.

Im Herbst erkrankten leider auch bei uns sehr viele Personen an Corona. Damit wir hoffentlich bald wieder in ein normales Leben zurückkehren können, appelliere ich ein weiteres Mal an Sie liebe Arbingerinnen und Arbinger, die vorgegebenen Schutzmaßnahmen einzuhalten.

Im Laufe des Jahres hat sich abgezeichnet, dass wir wieder Abgangsgemeinde werden. Wir werden im heurigen Jahr ein Minus von 80.000 Euro verzeichnen und im nächsten Jahr weitere 320.000 Euro. Dieser Abgang ergibt sich vorwiegend aufgrund des Ausfalles der Ertragsanteile und der geringfügigeren Kommunalsteuereinnahmen. Jetzt ist es unsere Aufgabe, mit dieser Situation sorgsam umzugehen. Wir müssen einen akzeptablen Weg finden, an unseren Projekten weiterzuarbeiten und weiter zu planen, aber wir dürfen die Finanzsituation nicht aus den Augen verlieren.

Dieser Brief gibt mit Gelegenheit ein weiteres Mal öffentlich auszusprechen, dass meine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter großartige und vorbildliche Arbeit leisten. Allen voran Amtsleiter Alois Pointner der mit seinem Wissen und seinem Weitblick mir sehr wertvoll ist.

Mit dem Wissen, dass wir in Arbing am Amt und im Gemeinderat eine sehr gute Arbeit leisten, blicke ich in ein Jahr das uns vermutlich wieder vieles abverlangen wird. Gemeinsam werden wir aber daran arbeiten bestmögliche Ergebnisse für unsere Gemeinde zu erzielen.

Besondere Zeiten bedürfen besonderer Ideen. Dies nahmen die Bewohner der Straße Eichpichl zum Anlass und gestalteten einen Adventkalender in den Häusern. Machen Sie einen Spaziergang und schauen Sie sich diese schön gestalteten Fenster an. Danke für diese super Idee.

Ich wünsche Ihnen allen frohe Weihnachten und alles Gute im Neuen Jahr 2021. Vor allem bleiben oder werden Sie gesund.

Ihre Bürgermeisterin



Hermine Leitner

## **STELLENAUSSCHREIBUNG LEITER/LEITERIN DES GEMEINDEAMTES**

Aufgrund des Gemeinderatsbeschlusses vom 16.12.2020 wird gemäß der §§ 8 und 9 Oö. Gemeinde-Dienstrechts- und Gehaltsgesetz 2002 (Oö. GDG 2002), LGBl. 52/2002 i.d.g.F. folgender Vertragsbediensteten-Dienstposten zur Besetzung öffentlich ausgeschrieben:

### **Leiter/Leiterin des Gemeindeamtes Arbing**

#### **Die wesentlichen Aufgabenbereiche sind:**

- Leitung des Gemeindeamtes und selbständige Führung der gesamten Verwaltung sowie Dienstaufsicht über alle Dienststellen
- Verantwortung für Personalangelegenheiten und Führung der Mitarbeiter/innen
- Gestaltung von personellen, organisatorischen und sachlichen Voraussetzungen für einen zeitgemäßen, bedürfnisorientierten und wirtschaftlichen Dienstleistungsbetrieb
- Ansprechpartner/in für Bürgermeister/in, Gemeindeorgane, Gemeindebedienstete und Bevölkerung
- Aufgabenerledigung nach dem Geschäftsverteilungsplan oder über Auftrag des/der Bürgermeisters/in, Abwicklung sämtlicher Vertrags-, Finanzierungs- und Rechtsangelegenheiten sowie Verordnungen
- Verantwortung und Vorbereitung, Erledigung und Umsetzung der Beschlüsse der Gemeindeorgane und Teilnahme an deren Sitzungen
- Vorbereitung, Leitung bzw. Koordinierung und Umsetzungskontrolle von Gemeindeprojekten
- Finanzplanung (Budgeterstellung und Abwicklung), Vermögensverwaltung, Kassenführung
- Angelegenheiten der Örtlichen Raumordnung

**Dauer der Verwendung:** Die Bestellung zur Amtsleiterin/zum Amtsleiter erfolgt vorerst befristet auf 5 Jahre. Im Anschluss daran sind Weiterbestellungen möglich, die jeweils auf 5 Jahre zu befristen sind.

**Beschäftigungsausmaß:** Teil- bzw. Vollbeschäftigung (30 - 40 Wochenstunden)

**Dienstbeginn Einschulungsphase:** 1. Mai 2021

**Dienstbeginn Amtsleitung:** 1. August 2021

#### **Allgemeine Aufnahmevoraussetzungen (§ 17 Oö. GDG 2002):**

- Österreichische Staatsbürgerschaft
- Volle Handlungsfähigkeit und einwandfreies Vorleben
- Persönliche, gesundheitliche und fachliche Eignung zur Erfüllung der anfallenden Aufgaben
- Bei männlichen Bewerbern: abgeleiteter Präsenz- bzw. Zivildienst

#### **Besondere, unbedingt zu erfüllende Aufnahmevoraussetzungen:**

- Abgelegte Reifeprüfung an einer allgemeinbildenden oder berufsbildenden höheren Schule oder als gleichwertig anerkannte Ausbildung
- Abgeschlossene Dienstausbildung nach der Oö. Gemeinde-Dienstausbildungsverordnung und abgelegte Standesbeamtenprüfung
- Mind. 5-jährige Berufserfahrung in der Gemeindeverwaltung, insbesondere in der Finanzverwaltung
- Gute EDV-Kenntnisse und Erfahrung mit gemeindespezifischen EDV-Anwendungen
- Gute Buchhaltungskenntnisse (besonders im Hinblick auf die VRV 2015)
- Kommunikations-, Koordinations- und Teamfähigkeit, gute mündliche und schriftliche Ausdrucksfähigkeit
- Führerschein der Klasse B

**Erwünschte Fähigkeiten und Kenntnisse:**

- Berufserfahrung als Gemeindeamtsleiter/in
- Management- und Mitarbeiterführungskenntnisse
- Führungskompetenz und Konfliktlösungsfähigkeit
- Organisationsfähigkeit
- Vernetztes Denken im Bereich der Gemeindestrukturen, Teamfähigkeit, Genauigkeit, Zuverlässigkeit und Belastbarkeit
- Offenheit und Objektivität
- Hohe Eigenmotivation, Ausdauer und Genauigkeit
- Bereitschaft zu anfallenden Mehrleistungen
- Bereitschaft zu Weiterbildungen
- Gutes Auftreten, Freundlichkeit und Geschick bzw. Einfühlungsvermögen im Umgang mit Bürgern, Kollegen und Vorgesetzten
- Kenntnis der örtlichen Gemeindestruktur von Vorteil sowie Interesse für regionale Zusammenhänge

**Dienstverhältnis und Entlohnung:**

Ab 1. Mai 2021 Einarbeitungsphase als Vertragsbedienstete/r in der Funktionslaufbahn GD 14.1 (mind. 2.734,40 brutto bei 40 Wochenstunden). Ab 1. August 2021 erfolgt die Einstufung zum/zur Amtsleiter/in in der Funktionslaufbahn GD 11.1 (mind. € 3.366,20 brutto bei 40 Wochenstunden).

**Auswahlverfahren:**

Das Auswahlverfahren erfolgt nach den Bestimmungen des Oö. GDG 2002 unter Beachtung der darin normierten Objektivierungskriterien. Die Gemeinde behält sich das Recht für Vorstellungsgespräche und sonstige fachliche Begutachtungen vor. Allfällige Kosten im Zusammenhang mit der Bewerbung werden nicht ersetzt.

**Hinweis:**

Die Dienstausbildung sowie die Standesbeamtenprüfung ist entsprechend den dienstrechtlichen Aus- und Fortbildungsbestimmungen zu absolvieren. Sofern diese nicht bereits erfolgt sind, sind sie innerhalb der befristeten Bestelldauer zu absolvieren.

**Bewerbungen:**

Eine Bewerbung ist schriftlich unter Anschluss der entsprechenden Unterlagen bis **spätestens Freitag, 12. Februar 2021 um 12:00 Uhr** an das Gemeindeamt Arbing, Hauptstraße 39, 4341 Arbing, oder auf digitalem Weg [gemeinde@arbing.ooe.gv.at](mailto:gemeinde@arbing.ooe.gv.at) zu übermitteln. Später einlangende Bewerbungen können nicht mehr berücksichtigt werden.

**Anzuschließende Unterlagen:**

Lebenslauf mit aktuellem Foto, Motivationsbeschreibung für die Bewerbung, Geburtsurkunde, Staatsbürgerschaftsnachweis, ev. Heiratsurkunde, Strafregisterbescheinigung (nur bei Aufforderung beizubringen), Schul- und Ausbildungszeugnisse, Nachweise über eventuelle Zusatzausbildungen und der bisherigen beruflichen Verwendung, Nachweis über abgeleiteten Präsenz- oder Zivildienst).

Für nähere Auskünfte und Informationen stehen Bgm.<sup>in</sup> Hermine Leitner (0664/1652669) und Amtsleiter Alois Pointner (07269/369-11) gerne zur Verfügung.

## STELLENAUSSCHREIBUNG BAUAMT

Im Laufe des Jahres wird dann auch die Ausschreibung des Posten eines/r Qualifizierten **Sachbearbeiters/in** für das **BAUAMT** folgen.

Eventuell ist auch an die Einstellung eines Lehrlings gedacht.  
Ausbildung: Verwaltungsassistent und Bürokauffrau/mann.

Interessierte können sich dazu bereits gerne bei Frau Bgm.<sup>in</sup> Leitner oder Herr AL Pointner erkundigen.



## VERLAUTBARUNG

über das Eintragungsverfahren für die Volksbegehren mit den Kurzbezeichnungen

**„Tierschutzvolksbegehren“  
„Für Impf Freiheit“  
„Ethik für Alle“**

Am Gemeindeamt Arbing können Eintragungen während des Eintragungszeitraumes, an den nachstehend angeführten Tagen und zu den folgenden Zeiten vorgenommen werden:

<b>Montag,</b>	<b>18. Jänner 2020 von 08.00 bis 20.00 Uhr</b>
<b>Dienstag,</b>	<b>19. Jänner 2020 von 08.00 bis 20.00 Uhr</b>
<b>Mittwoch,</b>	<b>20. Jänner 2020 von 08.00 bis 16.00 Uhr</b>
<b>Donnerstag,</b>	<b>21. Jänner 2020 von 08.00 bis 16.00 Uhr</b>
<b>Freitag,</b>	<b>22. Jänner 2020 von 08.00 bis 16.00 Uhr</b>
<b>Samstag,</b>	<b>23. Jänner 2020 von 08.00 bis 10.00 Uhr</b>
<b>Sonntag,</b>	<b>24. Jänner 2020 geschlossen</b>
<b>Montag,</b>	<b>25. Jänner 2020 von 08.00 bis 16.00 Uhr</b>

### **Hinweis:**

Wenn Sie eines der Volksbegehren bereits in der Einleitungsphase offiziell unterstützt haben, so wird dieser Eintrag gezählt.

## WIE ENTSTEHT EIN VOLKSBEGEHREN?

Wurden die (zumindest erforderlichen) 8.401 Unterstützungserklärungen erreicht, entscheiden die Initiatorinnen/ die Initiatoren des jeweiligen Volksbegehrens selbst, wann sie das Volksbegehren einreichen. In rechtlicher Hinsicht handelt es sich um den sogenannten „Einleitungsantrag“. Bis zu diesem Zeitpunkt kann das Volksbegehren unterstützt werden. Wird positiv über den Antrag entschieden, legt das Bundesministerium für Inneres den achttägigen Eintragungszeitraum für Unterschriften fest. Die Unterstützungserklärungen werden bei der Berechnung der Anzahl an Unterschriften miteingerechnet.

### **WO KANN ICH EINE UNTERSTÜTZUNGSERKLÄRUNG UNTERZEICHNEN?**

- *Persönliche Unterschrift* vor einer beliebigen Gemeinde (in Statutarstädten: Magistrat; in Wien: Magistratische Bezirksamt)
  - unabhängig vom Hauptwohnsitz
- Online via [www.oesterreich.gv.at](http://www.oesterreich.gv.at) mit einer qualifizierten elektronischen Signatur (Handy-Signatur / Bürgerkarte erforderlich)

### **WELCHE VOLKSBEGEHREN SIND DERZEIT ZU UNTERSTÜTZEN:**

- |  |   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Notstandshilfe</li> <li>✓ STOP DER PROZESSKOSTENEXPLOSION</li> <li>✓ Bedingungsloses Grundeinkommen umsetzen!</li> <li>✓ Stoppt Lebedntier-Transportqual</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Recht auf Wohnen</li> <li>✓ Kauf Regional</li> <li>✓ Zivildienst-Volksbegehren</li> <li>✓ Wiedergutmachung der COVID-19-Massnahmen</li> <li>✓ Black Voice</li> </ul> |
|--|---|

## LANDWIRTSCHAFTSKAMMERWAHL 2021



Am Sonntag, 24. Jänner 2021, findet die Landwirtschaftskammerwahl statt. Gewählt werden die Mitglieder der Vollversammlung.

**Wahlzeit u. Wahlort:**

Veranstaltungssaal Arbing, Schlossberg 4, 4341 Arbing  
Von 08:00 bis 12:00 Uhr

**Wählerverständigung:**

Alle Wahlberechtigten erhalten Anfang Jänner 2021 eine persönliche Wählerverständigung. Ab diesem Zeitpunkt kann auch von all jenen, welche am Wahltag nicht im Wahllokal erscheinen können (Abwesenheit,...) eine Wahlkarte am Gemeindeamt Arbing, bei Frau Lehner beantragt werden.

Aufgrund der Coronapandemie werden im Wahllokal entsprechende Sicherheitsmaßnahmen einzuhalten sein. Aus heutiger Sicht wird das Tragen einer Schutzmaske erforderlich sein.

## INFO GEMEINDEVORSCHREIBUNGEN

**Duale Zustellung:**

Nachdem wir Sie in der letzten Ausgabe der Gemeindezeitung vorab über die Vorteile der Dualen Zustellung informiert haben, möchten wir nun den Ablauf der Anmeldung erklären:

Auf der Seite 11 finden Sie die Einwilligungserklärung zur dualen Zustellung. Das ausgefüllte Formular können Sie persönlich am Gemeindeamt oder im gemeindeeigenen Postkasten abgeben. Eine Übermittlung per E-Mail an [annemarie.hiemetsberger@arbing.ooe.gv.at](mailto:annemarie.hiemetsberger@arbing.ooe.gv.at) ist ebenfalls möglich.

Zusätzlich möchten wir Sie informieren, dass das Formular auch auf unserer Homepage ([www.arbing.at](http://www.arbing.at)) zu finden ist, unter „Bürgerservice – Formulare – Formulare-Bürgerservice – Einwilligungserklärung-Duale Zustellung“.

**SEPA-Lastschriftauftrag**

Wir wollen nochmals darauf hinweisen, dass für die Gemeindevorschreibungen ein Abbuchungsauftrag (SEPA-Lastschriftauftrag) möglich ist.

Das Formular finden Sie auf der Seite 12 oder ist auf unserer Homepage ([www.arbing.at](http://www.arbing.at)) unter „Bürgerservice – Formulare – Formulare-Bürgerservice – Abbuchungsauftrag“ zum Downloaden verfügbar.

Wenn Sie das Abbuchungssystem in Anspruch nehmen wollen, dann füllen Sie bitte den Abbuchungsauftrag (SEPA-Lastschriftauftrag) aus. Sie können das ausgefüllte Formular bei uns am Gemeindeamt oder im gemeindeeigenen Postkasten abgeben oder per E-Mail an [annemarie.hiemetsberger@arbing.ooe.gv.at](mailto:annemarie.hiemetsberger@arbing.ooe.gv.at) senden.

Wir würden uns freuen, wenn Sie diese praktischen Möglichkeiten zur Begleichung Ihrer Gemeindevorschreibungen nutzen.

## **FEUERWERKE ZU SILVESTER**

Der Neujahrswchsel steht kurz bevor. Deshalb möchten wir Sie auf folgendes hinweisen:

Grundsätzlich ist gem. § 38 Abs. 1 PyroTG die Verwendung pyrotechnischer Gegenstände der Kategorie F2 im Ortsgebiet verboten, es sei denn, die Verwendung erfolgt im Rahmen einer genehmigten Mitverwendung gem. § 28 Abs. 4 oder § 32 Abs. 4 PyroTG, die eine bescheidmäßige Einzelentscheidung mit den erforderlichen Auflagen, Bedingungen und Befristungen darstellt. Zuständig dafür ist die Bezirksverwaltungsbehörde oder Landespolizeidirektion.



Zusätzlich bitten wir alle Gemeindegänger/-innen, Rücksicht auf die Mitbürger/-innen sowie Haustiere zu nehmen.

## **INFORMATION ZUR MÜLLABFUHR**

### **NEUER BIOMÜLLABHOLTAG MITTWOCH**

Ab dem nächsten Jahr 2021 wird der Biomüll am Mittwoch - statt wie bisher am Donnerstag - abgeholt.

Wir weisen darauf hin, dass die letzte Biomüllabholung im Dezember von Donnerstag, 31. Dezember bereits auf **Mittwoch, den 30. Dezember vorverlegt** wird.  
Wir bitten um Ihr Verständnis!!

Wir ersuchen Sie, die Biomaisstärkesäcke welche für den Biomüll verwendet werden nicht zuzuknoten, da diese laut Herrn Paul Kaltenböck sehr schwer verrotten, bzw. nicht ersichtlich ist, was tatsächlich in der Biotonne entsorgt wird

Die Bioabfalltonne wird im Sommer wöchentlich und im Winter 2-wöchentlich abgeholt.

### **NEUER PAPIERTONNENABHOLTAG DIENSTAG**

Ab dem nächsten Jahr 2021 wird die Papiertonne am Dienstag - statt wie bisher am Mittwoch - abgeholt.

**Alle Abfuhrtermine sind im beiliegenden Müllkalender ersichtlich.**

## **ÖFFNUNGSZEITEN KOMPOSTANLAGE SAXEN**

Montag:	08:00 – 12:00	und	13:00 – 17:00
Dienstag:			15:00 – 17:00
Mittwoch:	08:00 – 12:00	und	13:00 – 17:00
Donnerstag:			15:00 – 17:00
Freitag:	08:00 – 12:00	und	13:00 – 17:00
Samstag:	08:00 – 12:00	und	13:00 – 16:00

**Sonn- und Feiertage sind geschlossen!**

## **NEUIGKEITEN DER FREIWILLIGEN FEUERWEHR ARBING**

### **Friedenslicht:**

Liebe Arbingerrinnen und Arbingerr!

Aufgrund der Corona Pandemie ist es unserer Feuerwehr dieses Jahr nicht möglich, das Friedenslicht in gewohnter Art und Weise im Feuerwehrhaus persönlich an die Bevölkerung zu übergeben.

Die Jugendgruppe wird das Friedenslicht jedoch an folgenden vier Standorten platzieren, damit es dort von allen Arbingerrinnen und Arbingerrn abgeholt werden kann.

- Feuerwehrhaus Arbing
- Feuerwehrhaus Roisenberg
- Kapelle in Groißing
- Moserkapelle in Frühstorf

Wir hoffen, dass sich trotz der Umstände alle am Friedenslicht erfreuen können und wünschen allen eine frohe und besinnliche Weihnachtszeit.

### **Feuerwehrball:**

Nach längerer Diskussion während den letzten Kommandositzungen, wurde einstimmig beschlossen, den Feuerwehrball 2021 abzusagen. Wir bedauern diesen Umstand sehr, aber angesichts des erhöhten Ansteckungsrisiko aufgrund des SARS CoV-2 sehen wir keine andere Möglichkeit.

Die Feuerwehr Arbing bittet um das Verständnis der Bevölkerung.  
Wir hoffen, dass dem Feuerwehrball 2022 nichts im Wege steht!

Da uns durch die Absage des Balles eine unserer Einnahmequellen für das aufrecht erhalten des Feuerwehrbetriebes fehlt, möchten wir euch informieren, dass wir im kommenden Frühjahr eine Spendenaktion in Form von einer Haussammlung zur Instandhaltung und Erneuerung diverser Gerätschaften planen.

Darum bitten wir jetzt schon um Eure Unterstützung.

***Wir als Kommando der Feuerwehr Arbing wünschen Euch ein gesegnetes und gesundes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr***



## Achtsamkeit im Alltag steigert das Wohlbefinden



**Achtsamkeit ist eine innere Haltung, bei der man die Aufmerksamkeit bewusst auf das Hier und Jetzt lenkt. Man wendet sich den eigenen Erfahrungen, Gefühlen und Gedanken ohne Bewertung zu und lernt diese zu akzeptieren.**

### Übungen zeigen schnell positive Effekte

Achtsamkeit kann man in Kursen lernen und mit regelmäßigen Übungen im Alltag verankern. Solche Übungen zeigen bereits relativ schnell positive Effekte: man wird aufmerksamer, lernt mit Stress besser umzugehen, stärkt das Immunsystem und wird wohlwollender – sich und anderen gegenüber. Zusätzlich spürt man eigene Bedürfnisse mehr und steigert die innere Ausgeglichenheit.

### Negative Gedankenspirale durchbrechen

Personen, die zu starkem Grübeln und negativen Bewertungen über sich selbst neigen, profitieren von Achtsamkeitstrainings. Negative Gedankenspiralen lernt man zu durchbrechen, indem man sich z. B. mittels Atemmeditation auf den aktuellen Moment konzentriert und die Wahrnehmung auf etwas Positives lenkt. Achtsamkeitstrainings wirken nicht immer bei jeder Person gleich. Sie können auch zu Angst und Anspannung führen, wenn es zu einer Konfrontation mit negativen Erlebnissen kommt. Es ist daher ratsam, bei Depressionen, Neigung zu Psychosen und Schizophrenie und bei Trauma-Erfahrungen ein Training nur mit Psychologen bzw. Psychotherapeuten zu beginnen.

### Tipps für den Alltag:

- Atemmeditation: Langsam atmen und beim Ein- und Ausatmen bewusst mitzählen. Dem Atem nachspüren. Sich auf den Atem zu konzentrieren, hilft besonders in Stresssituationen schneller ruhiger zu werden.
- Mahlzeiten bewusst und in ruhiger Atmosphäre einnehmen. Ablenkung (TV, Handy) vermeiden und mit allen Sinnen genießen. Ein kleiner Nebeneffekt: Man lernt besser auf seinen Körper zu achten und spürt besser, wann man satt ist.
- Erledigungen nacheinander machen und sich dabei bewusst immer nur auf eine Aufgabe konzentrieren. So kommt man schneller und stressfreier zu Ergebnissen.
- Digitale Medien für einige Stunden einfach mal abschalten und sich anderen Hobbies widmen, die gut tun.
- Die Gedanken schweifen lassen. Tagträume haben einen entspannenden Effekt und können die Kreativität erhöhen.
- Regelmäßig Ruhe-Rituale in den Alltag einbauen, wie z.B. ein entspannender kurzer Spaziergang oder kurze Atemmeditationen.
- Ein Tagebuch zu führen kann helfen, belastende Gedanken und Gefühle los zu lassen und Grübeln vorzubeugen.
- Das Sammeln von positiven Ereignissen (z. B. in einem „Glücks-Glas“) schärft die Wahrnehmung für freudige Momente im Alltag.



## Pflegegeld – die AK berät und hilft vor Gericht

Wenn Sie oder Ihre Angehörigen im täglichen Leben fremde Hilfe benötigen und einige Anspruchsvoraussetzungen erfüllen, haben Sie möglicherweise Anspruch auf Pflegegeld. Dann sollten Sie beim zuständigen Pensionsversicherungsträger gleich einen Antrag stellen. Dabei können Sie auf die Unterstützung der AK Oberösterreich zählen: Wir bieten unseren Mitgliedern eine umfassende Beratung und kostenlose Rechtsvertretung.

### Unser Angebot für Sie:

- Wir prüfen, ob und in welcher Höhe Sie Anspruch auf Pflegegeld haben.
- Wir unterstützen Sie bei der Antragstellung.
- Wenn Ihr Antrag auf Pflegegeld abgelehnt oder ein zu geringes Pflegegeld gewährt wurde, prüfen wir für Sie, ob die Entscheidung des Pensionsversicherungsträgers korrekt ist. Im Falle eines zweifelhaften oder gar falschen Bescheides bieten wir kostenlosen Rechtsschutz zur gerichtlichen Durchsetzung Ihres Anspruches.

Kostenlose Beratung unter 050/6906-1, nähere Infos unter [ooe.arbeiterkammer.at](http://ooe.arbeiterkammer.at)



### Eisstockschießen

In der Sturmmühle Saxen kann in der Winterzeit (ca. ab Mitte Dezember bis Anfang März) bei geeigneter Witterung eine gekühlte Kunsteisstockbahn gemietet werden. Gerne bieten wir auf Vorreservierung auch Bratlessen an.

### Anmeldung in der Sturmmühle:

4351 Saxen, Au 10, Tel. 0664 15 34 238

Durchführung immer nur unter Einhaltung der aktuell gültigen Covid-19-Richtlinien.

Bezahlte Anzeige



REGIONALE  
VERSORGUNG &  
ENTSORGUNG  
AM BAU

## KIESWERK NAARN

Die Swietelsky AG bietet ab sofort am neu eröffneten Standort in der Gemeinde Naarn regionale Ver- und Entsorgungslösungen für Private und Gewerbe.

Neben den gängigen Kiessorten, welche vor Ort produziert werden, besteht auch die Möglichkeit Abfälle wie zB. Beton, Bauschutt oder Bodenaushub anzuliefern.

### ÖFFNUNGSZEITEN:

Montag bis Donnerstag von 7:00 bis 17:30  
Freitag von 7:00 bis 14:00

Für weitere Informationen kontaktieren sie bitte  
Hr. Johannes Burian unter 07224 / 65364 - DW 7996  
[www.swietelsky.at](http://www.swietelsky.at)

Bezahlte Anzeige

Herausgeber:

Gemeindeamt Arbing, 4341 Arbing, Hauptstraße 39

E-Mail: [gemeinde@arbing.ooe.gv.at](mailto:gemeinde@arbing.ooe.gv.at)

Homepage: [www.arbing.at](http://www.arbing.at)

Für den Inhalt verantwortlich:

Bgm<sup>in</sup> Hermine Leitner



## Elektronische Zustellung Ihrer Lastschriftanzeige

Sehr geehrte Damen und Herren,

die Gemeinde Arbing ist als moderner Dienstleistungsbetrieb stets darum bemüht, Verwaltungsabläufe zu vereinfachen und noch bürgerfreundlicher zu gestalten.

Wir erlauben uns daher, Sie mit diesem Schreiben auf eine Möglichkeit hinzuweisen, mit der Sie Ihre Lastschriftanzeige in Zukunft vorrangig auf elektronischem Weg erhalten.

Was sind Ihre Vorteile?

- einfache, unkomplizierte Anwendung
- schnellere Information
- ortsunabhängiger Zugriff
- Reduktion der täglichen Papierflut

Alles was wir von Ihnen benötigen, ist jene E-Mail-Adresse, unter der Sie über Eingang der Gemeinde-Vorschreibungen informiert werden möchten.

Wenn wir ihr Interesse geweckt haben, füllen Sie bitte nachstehende Erklärung aus, und schicken diese an [gemeinde@arbing.ooe.gv.at](mailto:gemeinde@arbing.ooe.gv.at) oder bringen sie persönlich am Gemeindeamt vorbei:

---

### Einwilligungserklärung zur dualen Zustellung

Ich .....  
(Vorname, Nachname, Adresse)

erkläre mich einverstanden, Gemeindevorschreibungen nach technischer Verfügbarkeit in elektronischer Form zu erhalten. Dazu gebe ich der Gemeinde Arbing folgende E-Mail-Adresse bekannt:

.....  
Die Mail-Adresse wird ausschließlich für den oben genannten Zweck verwendet.

Diese Einwilligung kann jederzeit ohne Angaben von Gründen bei der Gemeinde Arbing oder per E-Mail an [gemeinde@arbing.ooe.gv.at](mailto:gemeinde@arbing.ooe.gv.at) widerrufen werden. Die Rechtmäßigkeit der bis zum Widerruf erfolgten Datenverarbeitung bleibt vom Widerruf unberührt.

**Weiterführende Informationen zum Datenschutz** sind auf der Homepage der Gemeinde unter Datenschutz zu finden.

.....  
(Ort), am (Datum)

.....  
Unterschrift

Wir bedanken uns sehr herzlich für Ihre Aufmerksamkeit und verbleiben mit freundlichen Grüßen.

Bürgermeisterin  
Hermine Leitner

SEPA Lastschrift-Mandat  
SEPA Direct Debit Mandate

An/To (Zahlungsempfänger / Creditor) <b>Gemeindeamt Arbing</b> Hauptstraße 39 4341 Arbing  Creditor-ID: AT58ZZZ00000024985
---

Mandatsreferenz / Mandate reference:

<b>Zahlungspflichtiger Debtor</b>	
Name (Titel, Vorname, Nachname) Name of the debtor(s):	Anschrift (Straße, PLZ, Ort, Postfach, Land) Address (Street name and number, Postal code, City, Country):
IBAN:	BIC*:
bei (genaue Bezeichnung der Kreditunternehmung) at (exact description of the credit company):	
Zahlungsart Type of payment: <input type="checkbox"/> Wiederkehrende Zahlung/recurrent-payment <input type="checkbox"/> Einmalige Zahlung/one-off-payment	

<b>Kundenwunsch Customer's Request</b>
<input type="checkbox"/> Neu / New <input type="checkbox"/> Änderung folgender Daten / Amendment of the following information: <input type="checkbox"/> Widerruf / Revocation
Ich ermächtige / Wir ermächtigen Gemeindeamt Arbing, Zahlungen von meinem / unserem Konto mittels SEPA-Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein / weisen wir unser Kreditinstitut an, die von Gemeindeamt Arbing auf mein/ unser Konto gezogenen SEPA-Lastschriften einzulösen. Ich kann/ Wir können innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem/ unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.
By signing this mandate form, you authorise to send instructions to your bank to debit your account and your bank to debit your account in accordance with the instructions from. As part of your rights, you are entitled to a refund from your bank under the terms and conditions of your agreement with your bank. A refund must be claimed within 8 weeks starting from the date on which your account was debited.

\*Ab 01.02.2014 kann die Angabe des BIC entfallen, wenn es sich um nationale Lastschriften handelt. Ab 01.02.2016 ist der BIC auch für grenzüberschreitende Lastschriften innerhalb der EU/EEA nicht mehr erforderlich.

Starting February 1<sup>st</sup>, 2014 quotation of BIC for domestic direct debits can be omitted. Starting February 1<sup>st</sup>, 2016 quotation of BIC for cross-border direct debits within the EU/EEA can be omitted.

Ort, Datum  
Location, Date

Unterschrift(en) Kontoinhaber /Zeichnungsberechtigte(r)  
Signature(s) of account holder(s) / authorized signature

Gedruckt:

Seite 1/1