

Arbing

Die Gemeindezeitung.



*Den Winter im Herz aufnehmen,
und die leisen Tage.*

~monika minder

www.arbing.at



Foto: Eva Weberberger



Foto: Hermine Leitner

In der Ordination von Frau Dr. Leonhartsberger gibt es ab März die Möglichkeit zur Physio- und Lymphtherapie. Termine bei Frau Michaela Zöchlinger können bereits schon jetzt vereinbart werden. Weitere Infos erhalten Sie auf der Seite 11.

HEIZKOSTENZUSCHUSS – AKTION 2020/21



Die Oö. Landesregierung hat in ihrer Sitzung am 14. Dezember 2020 für die Heizperiode 2020/2021 die Gewährung eines Heizkostenzuschusses in der Höhe von € 152,- an sozial bedürftige Personen beschlossen.

Nachfolgende Einkommensgrenzen sind für die Zuerkennung des Heizkostenzuschusses zu beachten:

Alleinstehende Personen:	€	950,00
Ehepaare/Lebensgemeinschaften:	€	1.500,00
für jedes minderjährige Kind mit Familienbeihilfe:	€	240,00
für die erste weitere erwachsene Person im Haushalt:	€	520,00
für jede weitere erwachsene Person im Haushalt:	€	350,00
Freibetrag Lehrlingsentschädigung:	€	232,49

Der Heizkostenzuschuss kann **bis 23. April 2021** am Gemeindeamt beantragt werden.

ROTKREUZ-MARKT

Einkaufen mit schmalen Geldbörsen. Alle Menschen, deren Einkommen eine bestimmte Obergrenze nicht überschreitet, erhalten einen Einkaufsausweis für den **Rotkreuz-Markt**.



Aus Liebe zum Menschen.

Die aktuellen Einkommensgrenzen sind:

Alleinstehende: € 1.000,00 im Monat. Ehepaare/Lebensgemeinschaft: € 1.500,00 im Monat.

Für jede weitere unterhaltsberechtigten Person erhöht sich der Richtsatz um € 250,00.

Wird der Heizkostenzuschuss gewährt, so erfüllen die Antragsteller auch die Kriterien für den Erhalt einer Einkaufsberechtigung im Rotkreuz-Markt.

Das **Antragsformular** für den Sozialmarkt liegt am Gemeindeamt Arbing auf.

LANDWIRTSCHAFTSKAMMERWAHL 2021

Am 24. Jänner 2021 war die Landwirtschaftskammerwahl über die politische Zusammensetzung der 35 Mitglieder in der LK Vollversammlung, sowie der Mitglieder in den 424 Ortsbauernausschüssen.

Die Wahlbeteiligung lag oberösterreichweit bei 49,04 Prozent und damit leicht unter dem Niveau der letzten Landwirtschaftskammerwahl am 25. Jänner 2015.

Gegenüber der Wahl 2015 ergaben sich in Arbing bei den Stimmanteilen der Wählergruppen folgende Änderungen:

OÖ Bauernbund:	62,60 %	(- 3,83 %)
Unabhängiger Bauernverband OÖ (UBV):	20,33 %	(+ 13,9 %)
Freiheitliche Bauernschaft OÖ (FB):	0,00 %	(- 17,14 %)
SPÖ Bauern:	4,88 %	(+ 3,45 %)
Grüne Bäuerinnen u. Bauern OÖ:	12,20 %	(+ 3,63 %)



Weitere Infos erhalten Sie im Internet unter <https://www.ooe.lko.at>.

ÜBERSICHT GEMEINDEGEBÜHREN 2021

ÜBERSICHT INFRASTRUKTURBENÜTZUNGSGEBÜHREN 2021

Kanalbenützungsgebühr

(Vorschreibung halbjährlich: 15.02.+15.08.)
Stichtag: 15.01. + 15.07. - GR-Beschluss 16.12.2020

Kubikmetersatz 2021: 5,50 €

Berechnungsgrundlage: (1. Person 75 m³,
2. Person 25 m³ und jede weitere Person 20 m³)
weitere Wohnsitze jeweils 20m³

Pers.	m ³	jährlich	1/2 jährlich
0-1	75	412,50	206,25
2	100	550,00	275,00
3	120	660,00	330,00
4	140	770,00	385,00
5	160	880,00	440,00
6	180	990,00	495,00
7	200	1.100,00	550,00
8	220	1.210,00	605,00

unbewohnte	
Objekte: 70 m³	385,00
(lt. GR-Beschluss v. 16.12.2020 inkl. 10 % Ust.)	
	192,50

Müllgebühr

(Vorschreibung halbjährlich: 15.05.+15.11.)
Stichtag: 15.01. + 15.07. GR-Beschluss 16.12.2020

1. Person: 131,89 €

weitere Person: 43,56 €
weiterer Wohnsitz: 43,56 €

Pers.	jährlich	1/2-jährlich
1	131,89	65,95
2	175,45	87,73
3	219,01	109,51
4	262,57	131,29
5	306,13	153,07
6	349,69	174,85
7	393,25	196,63
8	436,81	218,41

Container € 1.468,91 jährlich

Bioabfalltonne € 84,70 jährlich
Sommer wöchentlich, Winter 2-wöchentlich

(lt. GR Beschluss v. 16.12.2020 inkl. 10 % Ust)

Wassergebühren

Wasserbereitstellungsgebühr
(Vorschreibung jährlich: 15.05.)
166,10 € inkl. 10 % MwSt.

Wasserbezugsgebühr

bis 300 m³: 1,58 € pro m³ inkl. 10 % USt.
ab 301 m³: 1,43 € pro m³ inkl. 10 % USt.

(Vorschreibung halbjährlich: 15.05.+15.11.)
15.05.: halber Betrag vom tatsächlichen Verbrauch des Vorjahres

15.11.: Ablesung des Wasserzählers -

Berechnung des Jahresverbrauches
Vorschreibung des Restbetrages
abzüglich der Zahlung des 1. Halbjahres

Zählermiete

3 m³ + 4 m³- Zähler: 22,00 € inkl. 10 % USt (Vorschreibung jährlich: 15.05.)

GR-Beschluss 16.12.2020

Hundeabgabe

(Vorschreibung jährlich zum 31.03.)

Hund: 40,-- € (GR-Beschluss 07.06.2018)

Hundemarke: 2,-- €

(Vorschreibung einmalig - bei Hundeanmeldung)

Grundsteuer

(Vorschreibung jährlich od. vierteljährlich: 15.02.+15.05.+15.08.+15.11.)

Berechnungsgrundlage:

Die Berechnung erfolgt aufgrund des **rechtskräftigen Einheitswertes-Bescheides** des Finanzamtes. Wenn der Einheitswertbescheid rechtskräftig ist, kann eine Grundsteuervorschreibung nur mit einer Neufestsetzung des Einheitswertes geändert werden.

GEMEINDEFINANZEN 2020 UND 2021

CORONA-BEDINGT

EINNAHMEN 2020:

Die Gemeindeeinnahmen bestehen überwiegend aus den „ERTRAGSANTEILEN“ des Bundes, wovon die Gemeinden durchschnittlich 11,849 % erhalten.

Diese Ertragsanteile werden dann noch unterschiedlich aufgeteilt:

Gemeinden bis 10.000 Einwohner Faktor: 1,61

Gemeinden ab 50.000 Einwohner Faktor: 2,33 = „45 %“ mehr als Arbing pro Einwohner erhält

Diese Einnahmen aus **Ertragsanteilen** sollten 2020 lt. Voranschlag 1,322.100 € betragen.

Corona-bedingt belaufen sich diese schlussendlich aber leider nur auf **1,185.156 €**

also um **136.944 € weniger** als geplant.

Bei der **Kommunalsteuer** wurden anstelle von veranschlagten 336.000 € nur **298.667 €** eingenommen, das sind um **37.333 € weniger**.

Das waren bei den Betrieben in der Gemeinde um 10,4 % weniger Einnahmen als 2019, bei den INKOBA-Betrieben um 3 % weniger und beim Gemeindeanteil an den Wirtschaftspark-Standorten in Perg, Naarn und Bad Kreuzen um 10,4 % weniger.

Zur teilweisen Abdeckung der Verluste hat das Land OÖ 2020 der Gemeinde Arbing 61.000 € ausbezahlt.

AUSGABEN 2020:

Die Ausgaben im operativen Haushalt sind aber nahezu gleichgeblieben (- 28.000 €).

JAHRESABSCHLUSS 2020:

Nachdem Arbing 2019 als einzige Kleingemeinde in OÖ den früher „ordentlichen“ Haushalt und alle 27 Projekte der letzten 5 Jahre ausfinanzieren und sogar 84.800 € Rücklagen für ein neues Feuerwehrfahrzeug ansparen konnte, ergibt dies für 2020 einen **Abgang** im nunmehr „operativen“ Haushalt von rd. **85.000 €**.

EINNAHMENVERLUSTE 2021:

Die Ertragsanteile werden sich weiter um **22.600 €** auf 1,162.600 € verringern, gleichzeitig steigen die Sozialhilfeverbandsumlage und der Krankenanstaltenbeitrag 2021 um **54.200 €**.

Dies ergibt 2021 einen **Abgang von 342.000 €**.

Dazu wird nun vom Bund aus der Gemeindemilliarde an Arbing ein Betrag von 179.000 € vorschussweise ausbezahlt, das heißt, er muss in den nächsten Jahren wieder zurückbezahlt werden.

MINDEREINNAHMEN 2020-2023 gesamt:

Nachdem für das Jahr 2022 auch noch ein Abgang von **93.000** prognostiziert, 2023 ev. +- 0,00, ergibt sich für 2020 bis 2023 vorerst ein **Minus von 520.000 €**.

Dieser Abgang kann erst in den Jahren 2024 – 2029 zurückbezahlt werden, wenn jährlich wieder rd. 85.000 € bleiben, so wie im Jahr 2019, oder die Gemeinde Mittel aus dem „Härteausgleich“ des Landes erhält.

Alles unter der Voraussetzung, dass sich bis Ende 2021 die Wirtschaft wieder erholt.

ABGANG = HÄRTEAUSGLEICHSGEMEINDE:

Damit fällt Arbing wieder unter die „Härteausgleichsgemeinden“ und es gelten erneut die verschärften Vorschriften, wie z.B. Einschränkungen bei den freiwilligen Ausgaben, Instandhaltungen oder Anschaffungen (*max. 9.000 € für Gemeindeamt, Volksschule, Kindergarten und Bauhof pro Jahr*)

Leider gehört dazu aber auch wieder eine Erhöhung von Gemeindegebühren, welche man sich und den Gemeindegürgern durch den Ausgleich des Haushaltes 2019 eigentlich ersparen wollte. Gemäß Härteausgleichsrichtlinien müssen Gemeinden - um Förderungen durch das Land zu erhalten - beim Kanal um 1,10 € pro m² und beim Wasser um 0,66 € pro m² höhere Gebühren einheben, was bei einem 3-Personenhaushalt 211,20 € pro Jahr ergibt. (*inkl. 10 % USt.*)

Wir halten dies für äußerst ungerecht und das haben die politischen Vertreter/innen bereits mehrmals vorgebracht, aber man rennt leider - wie bei den eingangs angeführten Unterschieden - bei der Aufteilung der Ertragsanteile als „Kleiner“ vergebens Türen ein. *Meist wird darauf verwiesen, dass das Durchschnittseinkommen in Arbing verhältnismäßig hoch ist.*

Höhere Gebühren bei der Müllabfuhr müssen zudem Corona-bedingt eingehoben werden, da u. a. die Verwertung von recyclebaren Stoffen für den Bezirksabfallverband weniger Einnahmen bringt.

ERZIELUNG von mehr EINNAHMEN aus EIGENEN STEUERMITTELN

Man könnte das Problem ehrlicherweise allerdings tatsächlich vor Ort lösen, wenn man **Wohnraum für 200 – 300 weitere Gemeindegürger** schaffen könnte.

Gleiches würde zutreffen bei **500 - 600 zusätzlichen Arbeitsplätzen**, was aber einen nicht unerheblichen und umstrittenen Aufwand zu weiteren Betriebsansiedelungen erforderlich machen würde.

Bei beiden Varianten fallen aber automatisch **rd. 52 % der Einnahmen** aufgrund **zusätzlicher Kosten** für die Pflichtausgaben (Sozialhilfeverbandsbeitrag, Krankenanstaltenbeitrag und Landesumlage) wieder weg.

Bei der Kommunalsteuer aus den Betrieben im Wirtschaftsparkgebiet halbiert sich diese zudem, weil Arbing als Standortgemeinde nur 50 % erhält, dafür aber auch nur 50 % investieren müsste.

Bei den derzeitigen INKOBA-Betrieben erhält Arbing 25 %, dies ergibt somit auch nur mehr 12 % Einnahmen. Dafür muss Arbing hier aber auch nur 25 % aus den Kommunalsteuereinnahmen investieren bzw. zur Rückzahlung der Darlehen für Wasser und Kanal im B-Gebiet verwenden. Die weiteren INKOBA-Anteile halten Klam, Mitterkirchen, Perg und Saxen.

Für die **Wohnraumschaffung** (derzeit **1.520** Hauptwohnsitze) spricht zusätzlich, dass damit ein kontinuierlicher Betrieb in der Krabbelstube, im Kindergarten und in der Volksschule gegeben ist und die Infrastruktur besser ausgenutzt werden kann.

Für die Schaffung weiterer Arbeitsplätze die Umwegrentabilität und natürlich der „**Arbeitsplatz vor Ort**“.

Vor Entstehen des B-Gebietes hatten wir z.B. kein Geschäft und keine Tankstelle mehr. Inzwischen rollt ab 6:00 Uhr früh der Verkehr in einer Kolone zu den Arbeitsplätzen in den Zentralraum.

Beides bedingt aber auch andererseits wieder die Bebauung von rd. 10 – 15 ha Grund und Investitionen, egal ob in Arbing, Großing, der Rast oder im Betriebsbaugelände.

Saxen (1.760) und Mitterkirchen (1.720) „leben“ z.B. von ihren höheren Einwohnerzahlen (*Hauptwohnsitzen*), Münzbach (rd. 800.000 €) und Baumgartenberg (rd. 766.000 €) von den Kommunalsteuereinnahmen bzw. ist dort die Infrastruktur in den peripheren Lagen nicht so ausgebaut wie in Arbing. (*Wasser: 98,5 %, Kanal: 93,5 %*)

Verteilung der gemeinschaftlichen Bundesabgaben

Dies bedeutet z.B., dass Arbing Mittel aus den Lohn- und Umsatzsteueraufkommen von den Skigebieten in Tirol, Salzburg und Vorarlberg bekämen würde. Ebenso wie z.B. die Tiroler Gemeinden Steueranteile des Umsatzes und der Lohn- und Körperschaftssteuer von MAN in Steyr oder von der Biersteuer bei den Klamkonzerten oder den Fußballspielen LASK-Rapid erhalten würden.

Entwicklung der gemeinschaftlichen Bundesabgaben 2019 – 2020

Die 3 Hauptsteuereinnahmen sind wie aus beiliegender Aufstellung ersichtlich die **Umsatzsteuer**, welche 2020 um 8,3 % von 30 Milliarden auf **27,6 Milliarden**, die **Lohnsteuer**, dank Kurzarbeit nur um 4,2 % von 28,4 Milliarden auf **27,3 Milliarden** und die **Körperschaftssteuer**, welche von 9,4 auf **6,3 Milliarden** gesunken ist.

Gesamt sind die Steuereinnahmen lt. beiliegender Aufstellung 2020 gegenüber 2019 um **10,1 Milliarden** oder **11 %**, von 89,5 auf 79,4 Milliarden gesunken.

BAUGRÜNDE ODER TAUSCHGRÜNDE GESUCHT

Zur kontinuierlichen Entwicklung der Gemeinde werden **dringend Baugründe** gesucht.

Gleichbleibende Schüler- und Kindergartenkinderzahlen sichern den jeweiligen Bestand der Gruppen und Klassen und verursachen weniger Kosten.

Zudem wird die Gemeindeinfrastruktur mehr ausgenutzt, was ebenfalls der Allgemeinheit zugutekommt.

Sollte jemand Baugründe zur Verfügung stellen, nehmen Sie bitte Kontakt mit Frau Bürgermeisterin Hermine Leitner auf.

OÖ FAMILIENPAKET UND GUTSCHEIN

Nachdem die Anmeldung von neugeborenen Kindern bereits am Geburtsstandesamt erfolgt, erhalten die Eltern mit der Geburtsurkunde auch eine Meldebestätigung und den Staatsbürgerschaftsnachweis (kostenlos) für das Neugeborene. Somit ist der Weg zur Wohnsitzgemeinde nicht mehr notwendig.

Dennoch ersuchen wir Sie, liebe Eltern, auch einen „Abstecher“ zum Gemeindeamt zu machen, wo eine Mappe mit zahlreichen nützlichen Informationen (Oö. Familienpaket) und ein **Gutschein** auf Sie warten.



Entwicklung wesentlicher gemeinschaftlicher Bundesabgaben

in Mio. EUR	Erfolg Dezember		Veränd. in %		Erfolg		Veränd. in %		Gemeindeanteil ab 2018
	2019	2020	2019	2020	2019	2020	2019	2020	
Einkommen- und Vermögensteuern									
Veranlagte Einkommensteuer	237,7	281,2	18,3%		4 953,3	2 981,5	-39,8%		11,849%
Lohnsteuer	2 939,3	2 897,1	-1,4%		28 453,1	27 253,5	-4,2%		11,849%
Kapitalertragsteuer I	292,6	327,6	12,0%		2 244,2	1 788,8	-20,3%		11,849%
Kapitalertragsteuer II (Zinsen)	44,5	45,1	1,2%		627,8	714,7	13,8%		11,849%
Körperschaftsteuer	143,9	29,8	-79,3%		9 384,7	6 333,9	-32,5%		11,849%
Umsatzsteuer	2 786,1	2 677,5	-3,9%		30 046,2	27 562,8	-8,3%		11,849%
Kunstförderungsbeitrag	0,0	0,0			17,8	17,8	0,2%		11,849%
Verbrauchssteuern									
Tabaksteuer	138,3	149,2	7,8%		1 894,2	1 989,3	5,0%		11,849%
Biersteuer	6,5	21,4	228,2%		189,6	193,6	2,1%		11,849%
Mineralölsteuer	333,7	443,0	32,7%		4 465,8	3 777,6	-15,4%		11,849%
Alkoholsteuer	14,3	13,6	-4,8%		153,8	138,2	-10,2%		11,849%
Verkehrssteuern									
Kapitalverkehrssteuern	0,2	0,0	-90,4%		1,3	0,9	-28,9%		11,849%
Werbeabgabe	11,7	10,1	-14,1%		105,6	87,9	-16,7%		11,849%
Energieabgabe	84,7	80,6	-4,8%		865,6	836,3	-3,4%		11,849%
Normverbrauchsabgabe	43,3	32,8	-24,2%		553,6	444,0	-19,8%		11,849%
Grunderwerbsteuer	113,7	123,1	8,3%		1 316,5	1 319,1	0,2%		93,742%
Versicherungssteuer	177,6	184,3	3,7%		1 215,2	1 240,4	2,1%		11,849%
Motorbezogene Versicherungssteuer	186,9	197,0	5,4%		2 358,1	2 425,9	2,9%		11,849%
Kraftfahrzeugsteuer	1,2	1,0	-15,5%		55,9	51,0	-8,8%		11,849%
Konzessionsabgabe	26,7	29,1	8,8%		272,9	276,2	1,2%		11,849%
Flugabgabe	6,0	0,4	-93,1%		72,4	23,1	-68,1%		11,849%

Datenquelle: BMV - Budgetvollzug 2018-2020; Gemeindeanteile gem. FAG 2017

Vorschüsse auf die Ertragsanteile der Gemeinden

	in Mio. EUR		Veränd.		Vorschüsse		Veränd.		Vorschüsse	
	2020	2021	in %	2020	2019	2020	in %	2018	2019	
Burgenland	31,0	27,4	-11,5%	271,9	248,9	-8,5%	261,3			
Kärnten	73,7	65,1	-11,7%	643,5	590,4	-8,3%	618,5			
Niederösterreich	200,9	180,5	-10,2%	1 754,7	1 618,3	-7,8%	1 691,3			
Oberösterreich	191,6	170,5	-11,0%	1 678,3	1 542,8	-8,1%	1 603,1			
Salzburg	83,7	75,9	-9,2%	741,1	684,2	-7,7%	706,9			
Steiermark	153,3	135,2	-11,8%	1 350,4	1 230,2	-8,9%	1 290,1			
Tirol	106,7	95,6	-10,4%	953,8	878,9	-7,8%	903,3			
Vorarlberg	58,9	51,5	-12,6%	517,5	479,9	-7,3%	489,2			
Wien	329,2	289,8	-12,0%	2 924,6	2 666,1	-8,8%	2 783,4			
Gesamt Gemeinden ohne Wien	899,7	801,7	-10,9%	7 911,2	7 273,6	-8,1%	7 563,8			
Gesamt Gemeinden mit Wien	1 228,9	1 091,5	-11,2%	10 835,9	9 939,7	-8,3%	10 347,2			

Inkl. 12,8% Gemeinde-Bedarfszuweisungsmittel; Datenquelle: BMF II/3

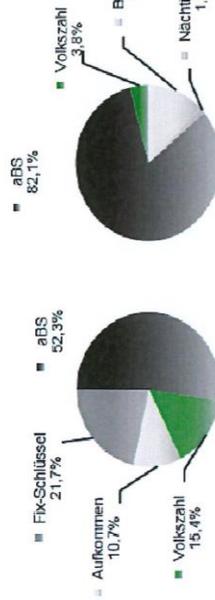
Erläuternde Bemerkungen zu den Gemeinde-Ertragsanteilen:

In einem 1. Schritt werden die Anteile der Gemeinden an den gemeinschaftlichen Bundesabgaben auf die 9 Ländertöpfe aufgeteilt, im 2. Schritt dann auf die einzelnen Gemeinden. Die Diagramme zeigen exemplarisch für das Jahr 2014 die Verteilungsschlüssel (rechnerische Zusammenfassung der Einzelregelungen des FAG), die zur Ermittlung der Gemeinde-Ertragsanteile verwendet werden.

Seit 1.1.2009 erfolgt die Verteilung der Ertragsanteile aufgrund der Bevölkerungsstatistik (Registerzählung) der Statistik Austria. Dem abgestuften Bevölkerungsschlüssel (kurz aBS) kommt nach wie vor bei der Verteilung der Mittel eine dominante Rolle zu. Wie auch nebenstehende Tabelle zeigt, wird diese für kleine und mittlere Gemeinden finanziell diskriminierende Gewichtung für Kommunen unter 10.000 Einwohner etwas entschärft, indem ihre Bevölkerungszahl ab 2011 bei der Ermittlung ihrer Ertragsanteile mit dem rechnerischen Faktor von 1 41/67 (anstatt 1 1/2) vervielfacht wird. Von den oben dargestellten EA-Vorschüssen (ohne Einbeziehung der Zwischenabrechnung) werden vom jeweiligen Land 12,8 Prozent einbehalten. Diese Mittel in Höhe von jährlich rund 1 Mrd. EUR werden danach von den Ländern in Form von Bedarfszuweisungen an die Gemeinden verteilt.

Die unterschiedliche Entwicklung der Gemeinde-EA ist großteils durch örtliche Steueraufkommen (z.B. Grund-erwerbsteuer) bedingt. Die überwiesenen EA-Vorschüsse der Gemeinden errechnen sich anhand des Ertrages gemeinschaftlicher Bundesabgaben des jeweils zweitvorangegangenen Monats; die Vorschüsse des Monats September basieren also auf dem Abgabenaufkommen des Monats Juli. Das Ergebnis der Zwischenabrechnung (ZA = Jahresabrechnung der EA-Vorschüsse des Vorjahres) wird mit den EA-Vorschüssen des Monats März verrechnet. Vor allem bedingt durch die unterjährigen Vorschüsse auf die KESt II entstanden im Finanzausgleichsjahr 2019 Übergüsse in Höhe von -17,3 Mio. EUR, die mit den März-2020-Vorschüssen auf die Gemeindeertragsanteile verrechnet wurden. (Die gegenständlichen Daten enthalten nicht die § 13 Abs. 3 Vorschüsse.)

Exemplarisch der Verteilungsschlüssel 2017



1) Bildung Ländertöpfe

aBS gem. FAG 2008 sowie FAG 2017

Gemeinden	2008 - 2010	2011 - 2021
bis 10.000 EW	1 1/2	1 41/67
10.001-20.000	1 2/3	1 2/3
20.001-50.000	2	2
ab 50.001 EW	2 1/3	2 1/3

2) Gemeindegewinnverteilung

Gemeinden	2008 - 2010	2011 - 2021
bis 10.000 EW	1 1/2	1 41/67
10.001-20.000	1 2/3	1 2/3
20.001-50.000	2	2
ab 50.001 EW	2 1/3	2 1/3

CORONA-DAUERTEST-STATIONEN

PERG:	GREIN/ST. NIKOLA:	MAUTHAUSEN:
Fadingerstraße 1, 4320 Perg (ehem. Billa Gebäude, gegen- über KUZ)	<u>Bis Schulbeginn:</u> Grein, Turnsaal Mittelschule <u>Später:</u> Gemeindezentrum St. Nikola	Donausaal Mauthausen
Öffnungszeiten: Mo, Mi, Do, Sa u. So von 14:00 bis 19:00 Uhr	Öffnungszeiten: Di u. Fr von 14:00 bis 19:00 Uhr	Öffnungszeiten: Mo bis So von 08:00 bis 12:30 u. 13:00 bis 17:00 Uhr

Kostenlose Testmöglichkeit mittels Antigen-Test.

Anmeldung unter www.oesterreich-testet.at (nicht unbedingt erforderlich!)

SACHKUNDENACHWEIS KURS

Die Hundekunde-Kurse / Sachkundenachweis nach dem Oö. Hundehaltegesetz finden im Jahr 2021 **voraussichtlich** statt am:

Mittwoch, den 24. März 2021

Mittwoch, den 19. Mai 2021

jeweils um 19:00 Uhr

Wo: Vereinshaus ÖGV Hundeschule Perg

Kosten: € 25,00

Anmeldung bzw. Information:

Tel. 0650 415 03 44

E-Mail: info@hundeschuleperg.at



Foto: pixabay

••••• WOHNUNGSBÖRSE •••••

Adresse Wohnung	Kontaktperson	Details der Wohnung	Größe in m ²	verfügbar
Bahnhofstraße 16/1, 4341 Arbing	Gemeindeamt Fr. Lehner, 07269 375-10	LAWOG-Wohnung Erdgeschoss 3-Zimmerwohnung	88,75	ab sofort
Bahnhofstraße 16/4, 4341 Arbing	Gemeindeamt Fr. Lehner, 07269 375-10	LAWOG-Wohnung 2. Stock 3-Zimmerwohnung	88,29	ab 01. Mai 2021

Sollten in Zukunft Häuser zu verkaufen bzw. Wohnungen zu vermieten sein, ersuchen wir um Mitteilung an das Gemeindeamt!

INFORMATION DES MUSIKVEREINS ARBING**Faschingssamstag in Arbing:
Best of „Narrisch witzig quat“ online**

Die Corona-Maßnahmen erlauben zwar heuer keine rauschenden Partys und Bälle am Faschingssamstag, das heißt aber nicht, dass in den eigenen vier Wänden trotzdem nicht gelacht werden darf.

Der Musikverein Arbing hat sich zum Ziel gesetzt, dabei behilflich zu sein. Exakt um 20:00 Uhr wird am 13. Februar unter dem Internetlink <https://www.mv-arbing.at/narrisch-witzig-quat> und auf YouTube ein Video gestreamt, das als Best-Of die lustigsten Sketches und Einlagen aus den letzten Jahren unseres Faschingsgschnas' „Narrisch witzig quat“ zeigt. Zudem wartet die circa einstündige Übertragung mit neuen witzigen Videos und einer launigen Moderation von zwei Musikerinnen auf. Zu viel soll aber an dieser Stelle nicht verraten werden!

Das Video ist natürlich auch noch einige Zeit später auf unserer Website und auf YouTube verfügbar. Wer zum Beispiel auch am Faschingdienstag eine Beschäftigung sucht, kann sich einfach noch einmal reinklicken.



Mehr musikalische Tätigkeit ist aus den bekannten Gründen aktuell nicht möglich. Der Musikverein Arbing hält sich natürlich strikt an alle Vorgaben der Bundesregierung. Wir sind aber optimistisch, dass es auch wieder einmal anders wird und dann freuen wir uns auf Frühschoppen, Dämmerchoppen und andere Outdoor-Aktivitäten. Im Idealfall können wir sogar ein Open Air im Juli veranstalten. Informationen dazu folgen.

Rückenfit? So startest auch Du gesund in den Frühling!

Mein Name ist Michaela Zöchlinger, ich bin Physiotherapeutin und ab Anfang März biete ich im Zentrum von Arbing – in der Ordination von Dr. Margit Leonhartsberger – Physiotherapie an. Besonders mit orthopädischen Anliegen sowie nach Verletzungen oder Operationen des Bewegungsapparates bist Du bei mir genau richtig. Eines meiner Spezialgebiete ist zudem die manuelle Lymphdrainage.

Gerade in Zeiten von Homeoffice, Lockdown und Bewegungsmangel muss unser Rücken im Alltag so einigen Herausforderungen standhalten. Mit den richtigen Tipps und Übungen kannst auch Du aktiv etwas zu Deiner Gesundheit beitragen. Wie das geht, verrate ich Dir jetzt:

Besteht Dein (beruflicher) Alltag größtenteils aus sitzenden Tätigkeiten? Dann versuche, möglichst oft die Sitzposition zu verändern, verschiedene Sitzunterlagen zu verwenden und aktive Pausen einzubauen. Stehe öfters auf, dehne Deinen Nacken, kreise Deine Schultern und strecke Dich durch.

Ein ergonomischer, individuell eingerichteter Arbeitsplatz bringt nicht nur ein angenehmeres Arbeitsumfeld mit sich, sondern fördert auch Deine körperliche und geistige Gesundheit. Nutze die Möglichkeit, gewisse Aufgaben wie z.B. Telefonate im Stehen oder Gehen durchzuführen. Deine Bandscheiben lieben und brauchen die Bewegung!

Es gehört jedoch mehr dazu, um Deinen Rücken fit zu halten. Neben der Mobilität der Wirbelsäule ist auch die Rumpfkraft und vor allem die Koordination, also das Zusammenspiel Deiner Muskulatur, von großer Bedeutung.

Hier habe ich für Dich ein paar Übungen zusammengestellt, die Du ohne viel Equipment einfach Zuhause machen kannst. Wichtig ist dabei, dass die Bewegungen schmerzfrei durchgeführt werden.

Übung 1: Beginne im Vierfußstand. Platziere Deine Knie unter den Hüften und Deine Hände unter den Schultergelenken. Wenn das Knien auf hartem Untergrund unangenehm ist, lege eine Decke oder eine Matte darunter. Mobilisiere nun Deine Wirbelsäule abwechselnd einmal in einen Rundrücken und einmal in ein geführtes Hohlkreuz. Versuche auch den Kopf in Verlängerung der Wirbelsäule mitzunehmen. Führe diese Bewegungsabfolge mindestens zwei bis drei Minuten durch.



Übung 2: Bleibe im Vierfußstand. Stelle Deine Zehen so auf, dass sie direkten Kontakt zum Boden haben. Achte darauf, dass Dein Rücken während der Übung gerade bleibt und hebe nun beide Knie gleichzeitig für einige Zentimeter vom Boden ab. Versuche diese Position drei bis fünf Sekunden zu halten und wiederhole die Übung zehn Mal.

Übung 3: Nimm einen aufrechten Stand ein. Für diese Übung kannst Du eine Wasserflasche oder eine Kurzhantel als zusätzliches Gewicht in jeder Hand halten, die Arme locker nach unten hängen lassen. Ziehe nun beide Schultern zu den Ohren, bewege dann die Schultern nach hinten und langsam wieder zurück nach unten. Führe diese Übung mindestens zwanzig Mal durch und achte auf eine kreisende Bewegungsausführung.



Auch ein kurzes Training lohnt sich und wirkt sich positiv auf Deine Gesundheit aus.

Wenn Du selbst an Rückenbeschwerden leidest und Physiotherapie in Anspruch nehmen möchtest, kannst Du Dich gerne bei mir melden. Ein präventives Training kann außerdem helfen, Schmerzen vorzubeugen und die Beweglichkeit sowie die Leistungsfähigkeit Deiner Wirbelsäule zu steigern.

Viel Spaß beim Üben!

Michaela Zöchlinger, B. Sc.
Physiotherapeutin, Lymphtherapeutin



Weitere Infos unter:

+43 650/ 258 07 10
info@physio-one.at



**Online-Premiere
am Sa. 13. Februar um 20 Uhr**

**www.mv-arbing.at/narrisch-witzig-guat
und auf YouTube**



Herausgeber:

Gemeindeamt Arbing, 4341 Arbing, Hauptstraße 39

E-Mail: gemeinde@arbing.ooe.gv.at

Homepage: www.arbing.at

Für den Inhalt verantwortlich:

Bgmⁱⁿ Hermine Leitner