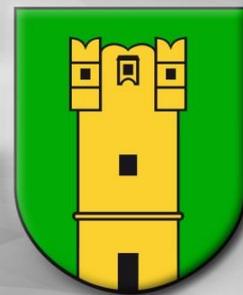


Arbing

Die Gemeindezeitung.



**LOC HOLZ GMBH
BAUBEGINN BRETTSPERRHOLZWERK
im INKOBA-GEBIET ARBING**

www.arbing.at



Bild: LOC Holz GmbH

**BAUBEGINN: AUGUST 2021 – FERTIGSTELLUNG: AUGUST 2022
BAUKOSTEN: 47 MIO. EURO**

Liebe Arbingerinnen und Arbinger,

die Vorbereitungen der Landtags-Gemeinderats- und Bürgermeisterwahlen gehen in die finale Phase. Am 26. September 2021 hat die OÖ Bevölkerung wieder das demokratische Recht die Vertreterinnen und Vertreter des Landtages und des Gemeinderates zu wählen. In Arbing treten vier Parteien für den Gemeinderat an. Für das Amt des Bürgermeisters treten neben mir noch drei weitere Kandidaten der jeweils anderen Parteien an. Die Arbeit im Gemeinderat erfordert nicht nur Zeit, sondern vor allem ein gutes, respekt- und vertrauensvolles Miteinander. Ich bedanke mich bereits jetzt bei allen, die sich um ein Mandat im Gemeinderat beworben haben und die sich in der kommenden Periode für das Wohl der Gemeinde engagieren werden.



Volksschule

Neben den schönen Wandverbauten in den Klassenräumen die im August aufgebaut wurden, haben wir auch die Lieferung von 8 Stück Laptops erhalten. So können wir mit Schulbeginn diese an die Lehrerinnen und Lehrer und an die Schülerinnen und Schüler übergeben.

Wir wünschen allen SchülerInnen und dem Lehrpersonal einen guten Start und alles Gute für das kommende Schuljahr.

Sicherheit für Arbing

Da es leider zu keiner Einigung betreffend Linksabbieger im Bereich des Sportplatzes gekommen ist, versuchen wir – aufgrund der wirklich gefährlichen Situation in diesem Bereich – kurzfristig einen Geh- und Radweg zu schaffen. Es muss möglich sein, dass Familien, Kinder und Radfahrer, die von Frühstorf, Puchberg oder der Rast kommen, nicht den gefährlichen Abschnitt der B3 benutzen müssen, sondern auf diesem Weg sicher zum Sportplatz gelangen.

Gleichzeitig werden wir die Parkfläche des Sportplatzes



erweitern, da hier der Platz ebenfalls viel zu klein ist. Jeder der kürzlich das spannende Derby gegen Baumgartenberg gesehen hat, wo unsere Fußballer einen fulminanten Sieg (3:0) errungen haben, kann bestätigen, wie gefährlich auch die Parksituation in diesem Bereich ist.

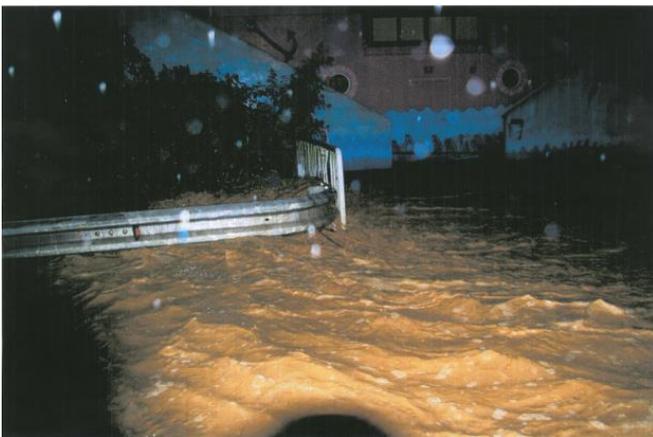
Geh- und Radweg nach Perg

Laut Information von LAbg. Bgm Anton Froschauer wird auch noch in diesem Jahr mit dem Lückenschluss des Radweges von Tobra nach Perg begonnen.

So kann in diesem riskanten Bereich für die Radfahrer die Situation entschärft werden und ein lang ersehnter Wunsch vieler Arbingerinne und Arbingern geht in Erfüllung.

Rückhaltebecken am Neuhauserbach und am Hanibach

Nach einer Besprechung mit den Anrainern im Jahre 2016 und einer Vorplanung des Projektes im Jahr 2020 gab es jetzt erneut eine Zusammenkunft mit den Grundbesitzern und dem Gebietsbauleiter DI Gruber und Techniker DI Kyriazis von der Wildbach- und Lawinenverbauung. Aufgrund der starken Regenereignisse im Jahr 2016 und des nicht aufzuhaltenden Klimawandels muss es Überlegungen geben, wie wir vor allem den Bereich des Rosentals, der Hauptstraße und der Bahnhofstraße hochwassersicher gestalten können. Mit dem Ausbau des Bachbettes auf durchgehend 7 m³ im Jahre 2016 können wir maximal ein 30-jähriges Hochwasser abdecken. Leider kommt es aber, wie erst kürzlich im ganz schlimmen Ausmaß in Deutschland, aber auch bei uns in Österreich in den Bezirken Freistadt und Rohrbach, zu derartig starken Regenfällen, die ein Volumen übersteigen, wofür wir nicht gerüstet sind.



Ereignisse wie diese 2009 und 2016 bereiten vielen Arbingerinne und Arbingern große Ängste

Deshalb werden wir uns bemühen, gemeinsam mit allen Grundbesitzern und Betroffenen eine Lösung zu finden. Die Kosten beider Rückhaltebecken werden auf ca. 3 Mio Euro geschätzt. Aufgrund der hohen Bundes- und Landesförderungen für Hochwasserschutzprojekte verbleiben der Gemeinde Arbing 4,25% der Projektkosten und die Grundablöse.

Ein großes Dankeschön

Ich bedanke mich bei allen Gemeinderätinnen und Gemeinderäten für ihre wertvolle Arbeit im Gemeinderat aber auch in den Ausschüssen, in den Verbänden und Organisationen. Aufgrund der guten und konstruktiven Zusammenarbeit aller Parteien konnte der Großteil der Beschlüsse einstimmig gefasst werden. Nur so ist es möglich, Projekte umzusetzen und die Gemeinde Arbing weiterzuentwickeln.

Liebe Arbingerinne und Arbingern,

ich lade Sie ein, am 26. September 2021 von Ihrem Wahlrecht Gebrauch zu machen. Bitte nehmen Sie einen gültigen Lichtbildausweis und die Wahlinformationskarte mit. Wie bereits mehrmals erwähnt, haben Sie auch die Möglichkeit eine Briefwahl zu beantragen. Hier können Sie ganz entspannt von zuhause aus die drei Stimmzetteln ausfüllen und das unterschriebene Kuvert bei der Post abgeben.

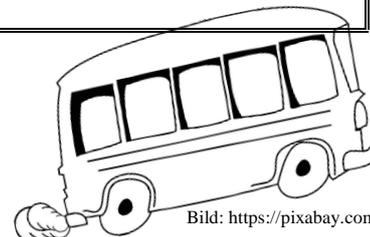
Genießen Sie den schönen Herbst, aber vor allem bleiben Sie gesund.

Ihre Bürgermeisterin
Hermine Leitner

SCHULJAHR 2021/2022

Buslinie 376 (Wilhelm WELSER GmbH) Abfahrtszeiten nach Perg Haltestelle Perg Schulzentrum

HALTESTELLE	UHRZEIT
Puchberg	7:22
Frühstorf	7:24
Arbing Gemeindeamt	7:26



SchülerInnen von der Haltestelle Arbing West entweder zur Haltestelle Gemeindeamt Arbing oder Arbing Bahnhof!

Buslinie 383 (Wilhelm WELSER GmbH) Abfahrtszeiten für Volksschulkinder zum Gemeindeamt Arbing sowie NMS Schüler nach Baumgartenberg, Saxen, Bad Kreuzen

HALTESTELLE	UHRZEIT
Am Steinbichl	6:58
Groißing	6:59
Rosental	7:01
Arbing Gemeindeamt	7:02
Frühstorf	7:22
Puchberg	7:23

**Für die SchülerInnen nach Saxen fährt der Bus durch bis Haltestelle Saxen Ortsmitte.
Für die SchülerInnen nach Bad Kreuzen fährt der Bus durch bis Bad Kreuzen Schulzentrum (Bus 383 schaltet in Baumgartenberg um auf Linie 384).**

Buslinie 376 (Wilhelm WELSER GmbH) Abfahrtszeiten nach Baumgartenberg – Haltestelle Baumgartenberg Europagymnasium

HALTESTELLE	UHRZEIT
Arbing Gemeindeamt	7:10

Die SchülerInnen nach Bad Kreuzen müssen bei der Haltestelle Baumgartenberg Europagymnasium in die Buslinie 384 umsteigen!

ZUG R-Regionalzug Abfahrtszeit nach Perg

HALTESTELLE

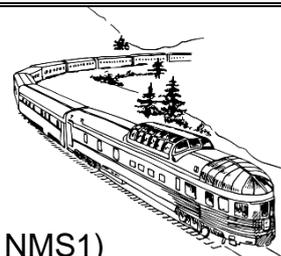
Bahnhof Arbing

Bahnhof Arbing

UHRZEIT

7:04

7:34



(Ankunft Perg Schulzentrum um 7:10 Uhr bzw. 7:40 Uhr)
(Ankunft Perg Bahnhof um 7:12 Uhr bzw. 7:42 Uhr - Fußweg zur NMS1)

Bild: <https://pixabay.com/>

ZUG R-Regionalzug Abfahrtszeit nach Baumgartenberg, Sachsen

HALTESTELLE

Bahnhof Arbing

UHRZEIT

7:22

(Ankunft in Baumgartenberg um 7:26 Uhr, in Sachsen um 7:32 Uhr)

VERLAUTBARUNG

über das Eintragungsverfahren für die Volksbegehren mit den Kurzbezeichnungen

„Notstandshilfe“

„Impfpflicht: Notfalls JA“

„Impfpflicht: Striktes NEIN“

„Kauf regional“

Bild: <https://pixabay.com/>

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

Montag	20.09.2021	07:30 Uhr – 20:00 Uhr
Dienstag	21.09.2021	07:30 Uhr – 20:00 Uhr
Mittwoch	22.09.2021	07:30 Uhr – 16:00 Uhr
Donnerstag	23.09.2021	07:30 Uhr – 16:00 Uhr
Freitag	24.09.2021	07:30 Uhr – 16:00 Uhr
Samstag	25.09.2021	08:00 Uhr – 10:00 Uhr
Sonntag	26.09.2021	geschlossen
Montag	27.09.2021	07:30 Uhr – 16:00 Uhr

Hinweis:

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

FREIWILLIGES SOZIALES JAHR IM KINDERGARTEN ARBING

Wir suchen Dich - geh nicht irgendeinen Weg, geh DEINEN Weg!

Zu wissen, wer man ist, was man kann, was man will und dabei nie auf die anderen zu vergessen, ist die solideste Basis für ein zufriedenes Leben. Das FSJ kann dafür Wichtiges beitragen.

Ab diesem Herbst bietet die Gemeinde Arbing die Möglichkeit ein „Freiwilliges Soziales Jahr“ (FSJ) im Kindergarten Arbing zu absolvieren. Der Beginn ist jeweils im September oder Oktober eines Kalenderjahres.



Die Voraussetzungen hierfür sind:

- Positive Absolvierung des Aufnahmegespräches
- Mindestalter 18 Jahre, unter bestimmten Voraussetzungen und mit der schriftlichen Zustimmung der Erziehungsberechtigten ab Vollendung des 17. Lebensjahres
- Interesse und Motivation
- Bereitschaft zur verantwortungsbewussten Mitarbeit
- physische und psychische Stabilität, Belastbarkeit
- Bereitschaft zur vollständigen Teilnahme am verpflichtenden Bildungsprogramm

Für junge Männer besteht auch die Möglichkeit ein „Freiwilliges Soziales Jahr“ anstelle des Zivildienstes zu absolvieren. Hierfür ist wichtig zu wissen, dass:

- ein mindestens 10-monatiger FSJ-Einsatz nötig ist zur Erfüllung der Zivildienstpflicht,
- die Stellung ergibt, dass du zivildienstpflichtig bist und
- Zivildienstserviceagentur über das geplante FSJ informieren.

Die Vorteile für dich sind, dass du in deiner unmittelbaren Nähe einer sinnvollen Tätigkeit nachgehen kannst. Darüber hinaus kannst du den Alltag von Kindern in einem engagierten Team mitgestalten.

Weitere Informationen zum „Freiwilligen Sozialen Jahr“ findest du unter: <https://www.fsj.at/>

Natürlich kannst du dich bei Fragen auch an die Gemeinde (Frau Beate Bauer, 07269 375 12), oder die Kindergartenleitung (Frau Elfriede Fröschl, 07269 375 23) wenden.



Bilder: <http://www.fsj.at>

FSJ- INFOBOX

Einsatzdauer: 10 bzw. 11 Monate (inkl. begleitende Seminare & Freistellungstage); max. 34 Std. /Woche; Start im Herbst

Taschengeld: 255 Euro netto pro Monat;

Leistungen: Sozialversicherung, Familienbeihilfe, Jugendticket, Verpflegung & ggf. Unterkunft; anrechenbar als Zivildienst.

Nähere Informationen und alles Wichtige zur Bewerbung unter

www.fsj.at

ANTRAG FÖRDERUNG PHOTOVOLTAIK-ANLAGEN

Für den Antrag zur Gemeindeförderung für Photovoltaik-Anlagen sind folgende Unterlagen für die Einreichung notwendig:

- Rechnung
- Zahlungsbeleg
- Netzanschlussvertrag, bzw. Netzzugangsvertrag
- Förderungsvertrag (Kommunalkredit, bzw. ÖMAG)
- Bankverbindung (BIC und IBAN)



INFOS AUS DEM BÜRGERSERVICE

Für die Ausstellung von Reisepass, Führerschein, Personalausweis o. Ä. ist die Bezirkshauptmannschaft Perg, Dirnbergerstraße 11, 4320 Perg, 07262/5510 zuständig. Um telefonische Terminvereinbarung wird ersucht.



Die Ausstellung von Staatsbürgerschaftsnachweis, Geburtsurkunde o. Ä. erfolgt durch den Standesamtsverband Perg, Hauptplatz 4, 4320 Perg, 07262/522 55-600. Um telefonische Terminvereinbarung wird ersucht.

AUSZAHLUNG DER JAGDPACHT FÜR 2020 UND 2021

Für die Auszahlung des Jagdpachtentgeltes an die Grundbesitzer mit land- und forstwirtschaftlichen Flächen ersuchen wir - falls sich in den letzten beiden Jahren Ihre Bankdaten geändert haben – um umgehende Bekanntgabe der neuen Bankverbindung, damit eine ordnungsgemäße Überweisung erfolgen kann. **Bitte geben Sie Ihre neuen Daten (IBAN und BIC) am Gemeindeamt Arbing (Tel. Nr. 07269-375, E-Mail: erna.kern@arbing.ooe.gv.at) bekannt.**



Ebenso bitten wir, falls sich die Eigentümer sowie die Grundflächen (durch Zu- und/oder Verkauf) verändert haben, um Übermittlung der aktuellen Daten.

Die Jagdpacht wird heuer für die Jahre 2020 und 2021 an die Grundbesitzer mit land- und forstwirtschaftlichen Flächen ausbezahlt.

WASSERZÄHLERTAUSCH

Der Wasserzähler wird alle 5 Jahre getauscht. Dieser Tausch wird vom Gruppenwasserverband Perg mit Unterstützung unseres Bauhofmitarbeiters Karl Knoll durchgeführt.

WASSERZÄHLERABLESUNG

Die Besitzer der Objekte, welche an die Ortswasserleitung angeschlossen sind, werden in den nächsten Tagen die Ablesekarten erhalten. Wir möchten Sie hiermit daran erinnern, den Zählerstand **per 30.09.2021** bis

spätestens **07. Oktober 2021**

am Gemeindeamt bekannt zu geben.

Es stehen folgende Möglichkeiten zur Verfügung:

- telefonisch (**07269/375-16** – Dienstag bis Freitag, 08:00 Uhr bis 12:00 Uhr)
- per E-Mail (annemarie.hiemetsberger@arbing.ooe.gv.at)
- in den gemeindeeigenen Postkasten vor dem Gemeindeamt oder
- per Post.



Es wird empfohlen, monatlich den Wasserzählerstand zu kontrollieren. Sollten Sie Abweichungen beim Wasserverbrauch feststellen, melden Sie sich bitte bei uns telefonisch (07269/375-10), damit die Ursache der Abweichung zeitnah festgestellt werden kann.

ABSCHNITT FÜR MONATLICHE KONTROLLE DES WASSERSTANDES



Monat	Ableседatum	Stand	Verbrauch
September 2021			
Oktober 2021			
November 2021			
Dezember 2021			
Jänner 2022			
Februar 2022			
März 2022			
April 2022			
Mai 2022			
Juni 2022			
Juli 2022			
August 2022			
September 2022			

NEUIGKEITEN AUS DEM BETRIEBSBAUGEBIET

Oberösterreichs erstes Brettsperrholzwerk errichten drei erfahrene Unternehmer mit ihrem gemeinsamen Start-up „LOC Holz GmbH“ im Wirtschaftspark Arbing.

Rudolf Ortner, Josef Lauss und Jan Walter Cappelen investieren mit ihrer Firma LOC Holz GmbH 47 Millionen Euro in eine hochmoderne Produktion und schaffen damit im ersten Schritt 70, mittelfristig sogar 100 neue Arbeitsplätze.

Wirtschaftslandesrat Markus Achleitner zeigt sich beim Spatenstich am Montag, 30. August, begeistert: „Die erfolgreiche Ansiedlung von LOC Holz stellt einmal mehr die Standortqualität Oberösterreichs unter Beweis. Die Entscheidung ist unter anderem deshalb für Arbing gefallen, weil es hier ausgezeichnete Fachkräfte gibt und das Unternehmen im Vorfeld professionell unterstützt wurde.“



Josef Lauss, Mag. Christian Matzinger, LR Markus Achleitner, Rudolf Ortner, Bgmln Hermine Leitner, WK-Obmann Dir. Wolfgang Wimmer, LAAbg. Bgm. Anton Froschauer, Johann Fröschl

Fokus auf Nachhaltigkeit

LOC Holz verfolgt bei der Investition konsequent den Gedanken der Nachhaltigkeit: Erstens nutzt die innovative Produktionstechnologie den Rohstoff Holz besonders effizient. „Wir machen aus einem Baum mehr Haus, als das durch andere Produktionsverfahren möglich wäre“, erklärt Rudolf Ortner. Zweitens wird das Produktionswerk in ökologischer Bauweise errichtet – vom Sonnenstrom über Biomasse bis zum Elektrostapler. Und drittens das Produkt Brettsperrholz selbst. „Brettsperrholz ist der einzige Baustoff mit einer positiven CO₂-Bilanz – er speichert mehr CO₂, als er in der Produktion verursacht“, sagt Ortner stolz. Gleichzeitig ist Brettsperrholz aber auch „Beton aus Holz“ – statisch tragend und massiv wie Beton. Durch den hohen Vorfertigungsgrad trägt es zu einem raschen Baufortschritt bei.

Eine weitere Besonderheit ist, dass im Werk verschiedene Holzarten jeglicher Qualität verarbeitet werden können. Bereits im Herbst 2022 sollen die ersten Brettsperrholz-Elemente das Werk in Arbing verlassen und dann in Wohn- und Gewerbebauten zum Einsatz kommen.

Betriebsbaugelände in Arbing komplett genutzt

LOC Holz wurde während des gesamten Ansiedlungsprozesses durch die öö. Standortagentur Business Upper Austria unterstützt: beginnend mit der Standortsuche und -analyse, Förderberatung bis hin zur Fachkräfteanalyse. „Durch diese Professionalität der Akteure vor Ort,

die Fachkräfte und auch die Nähe zum Zentralraum hat sich Arbing schließlich gegen alternative Standorte in zwei anderen Bundesländern durchgesetzt“, berichtet Josef Lauss.

Seit dem Start des Betriebsbaugebietes in Arbing im Jahr 2002 haben sich 20 Betriebe angesiedelt, die derzeit 150 bis 170 Mitarbeiter beschäftigen. Mit der Fertigstellung des Gewerbeparkes Masilko werden sich dort noch bis Jahresende weitere Firmen einmieten. Aufgrund der Ansiedlung von LOC Holz sind nun alle Flächen in Arbing optimal ausgelastet.

Text: Presstext Land OÖ, Bilder: LOC Holz GmbH

Aufgrund der schlechten Witterung zu Baubeginn ist es natürlich zu Behinderungen auf den umgebenden Straßen und Wegen gekommen. Dies sollte sich nun durch die bereits erfolgte Kalkstabilisierung und Schotterung der Straßenteile verbessern. Die Betreiber ersuchen die Arbinger Bevölkerung dafür wie bei jeder anderen Baustelle auch um Verständnis. Die Baustellen/Werkszufahrt erfolgt künftig über die Kreuzung Technologiestraße / Gewerbeparkstraße von Süden her.

ERÖFFNUNG GWERBEPARK ARBING FIRMA MASILKO HOLDING GMBH

Bei einer gelungenen Betriebseröffnung der Fa. Masilko im Gewerbegebiet mit feierlicher Untermauerung durch den Musikverein Arbing konnten viele Arbinger und Arbingerinnen teilnehmen. Inhaber Gottfried Masilko berichtete dabei über die gute Zusammenarbeit mit den Professionisten - darunter viele Nachbarbetriebe - und einer Bauzeit von lediglich 6 Monaten und 28 Tagen.

Die Masilko Holding GmbH bietet für Start-up's 3.700 m² Betriebsfläche, 250 m² Bürofläche und 14 Garagen an. Eine Bürofläche wären aktuell noch zu mieten.

Bilder: Masilko Holding GmbH



Ein paar Eindrücke von der gelungenen Eröffnungsfeier am 29.08.2021.



Kostenlose Agrarfoliensammlung



Achtung, neue Sammelkriterien:

- **Rundballenfolien und Fahrsiloplanen werden künftig gemeinsam gesammelt und der Wiederverwertung zugeführt!**
- **Netze und Schnüre sind nicht wiederverwertbar und müssen daher getrennt gesammelt und abgegeben werden! Diese daher nicht mit Rundballenfolien und Fahrsiloplanen vermischen!**

Sammeltermine

Montag 11.10.2021 08:00 – 12:00 Uhr ASZ Pabneukirchen	Dienstag 12.10.2021 13:00 – 16:30 Uhr ASZ St. Georgen/G.	Mittwoch 13.10.2021 08:00 – 12:00 Uhr Bauhof St. Georgen/W.	Donnerstag 14.10.2021 08:00 – 12:00 Uhr ASZ Grein	Freitag 15.10.2021 08:00 – 14:00 Uhr Altstoffsammelpl. Münzbach	Samstag 16.10.2021 08:00 – 12:00 Uhr ASZ Perg
Montag 11.10.2021 13:30 – 17:00 Uhr Kläranlage Dimbach		Mittwoch 13.10.2021 13:30 – 17:00 Uhr Bauhof Waldhausen	Donnerstag 14.10.2021 13:30 – 17:00 Uhr ASI Saxen		Achtung neue Sammelstelle im Altstoffsammel- zentrum Perg Kickenau 7! Einfahrt für die LKW Fahrfläche benützen!



Bild: BAV Perg

Wichtige Qualitätskriterien:

- Sämtliche Agrarfolien müssen **sauber, besenrein und frei von Fremdkörpern** sein.
- Nur **trocken** angelieferte Folien können einer Wiederverwertung zugeführt werden.
- **Die Fahrsiloplanen zu Abschnitten mit max. 3 x 7 m zuschneiden!**

Impfen ohne Anmeldung

Pop-Up
Impfstraße

für die **MACHLANDGEMEINDEN**

Kostenlos für alle über 12 Jahre mit E-Card.

Am **Freitag, 17.09.2021,**
von **16:00 bis 20:00 Uhr**
im **Marktstadl Baumgartenberg.**

Je mehr Menschen sich impfen lassen, umso eher können wir die Pandemie überwinden.

Danke, dass Sie mit der Teilnahme an unserer Impfaktion dazu beitragen.

Sollten Sie bereits auf **ooe-impft.at** einen Termin gebucht haben, bitten wir Sie dringend, diesen zu stornieren. Den Stornolink finden Sie auf Ihrer Terminbestätigung.

Wenn Sie Ihren **Aufklärungsbogen** zu Hause ausfüllen wollen, finden Sie diesen unter **www.ooe-impft.at** bzw. ausgedruckt am **Gemeindeamt** und bei den **örtlichen Geldinstituten**. Mitnahme der **Impfkarte** von Vorteil.



Das Land Oberösterreich unterstützt die Initiative „Österreich impft“.



Gemeinsam gegen Corona!

Jetzt impfen lassen! Auch für Genesene! (*)

Die Impfung ist ein wichtiger Schritt im Kampf gegen Corona. Je mehr Menschen geimpft sind, desto lebendiger wird die Zeit.

- Der Corona-Impfstoff ist sicher und wirksam!
- Die Impfung reduziert das Risiko eines schweren Krankheitsverlaufs!
- Mit der Impfung können wir gemeinsam das Virus besiegen!

Geimpft wird mit Impfstoffen von
☞ **BioNTech/Pfizer** (ab 12 Jahre) und
☞ **Johnson & Johnson** (ab 18 Jahre)
solange der Vorrat reicht.



In **Baumgartenberg**
für das **Machland**
am
17.09.2021

Quelle: BDBTV

Eine Aktion der BH Perg,
der Machlandgemeinden

& der Gemeindeärzte

Dr. Michael Kastler
Dr.ⁱⁿ Eveline Kerbler
Dr.ⁱⁿ Margit Leonhartsberger



Das Land Oberösterreich unterstützt die Initiative „Österreich impft.“



Alle Informationen zur Impfung unter: oesterreich-impft.at
Für Fragen zur Sicherheit und Wirksamkeit der Impfstoffe wurde eine Impf-Hotline unter der Telefonnummer **0800 555 621** eingerichtet, die sieben Tage in der Woche rund um die Uhr zur Verfügung steht.

(*) Hinweis für Genesene: Zum Schutz gegen die Delta-Variante wird die Impfung ab 4 Wochen nach der Erkrankung empfohlen!

Fit durch den Herbst in der Nachbargemeinde Baumgartenberg:

Kinderkurse:

Inlineskaterkurs für Anfänger, Samstag, 4. September 9:00 – 11:00 (1x)
 Kinderturnen (1.- 2. Klasse VS) Dienstag, ab 21. September 15:00 – 16:20 (8x)
 Kinderturnen (3. – 4. Klasse VS) Dienstag, ab 21. September 16:30 – 17:50 (8x)
 Kinderturnen (4 - 6 Jahre) Mittwoch, ab 22. September 15:00 – 16:20 (8x)
 Kinderturnen (4 - 6 Jahre) Mittwoch, ab 22. September 16:30 – 17:50 (8x)
 Eltern-Kind-Turnen (2-4 Jahre) Montag, ab 27. September 16:30 – 17:50 (8x)
 KLAKI (Klangschalen & Yoga für KIGA-Kinder) Samstag, 9. Oktober 8:30 – 9:45 (1x)
 KLAKI (Klangschalen & Yoga für Schüler) Samstag, 9. Oktober 10:00 – 11:15 (1x)

Erwachsenenkurse:

Yoga, Dienstag, ab 7. September 18:30 – 20:00 (5x)
 Yoga, Mittwoch, ab 15. September 18:30 – 20:00 (10x)
 Yoga, Montag, ab 27. September 18:00 – 19:30 (5x)
 Wirbelsäulengymnastik, Donnerstag, ab 30. September 18:30 -19:45 (10x)
 Bauchkiller-Workout, Dienstag, ab 12. Oktober 18:15 – 19:15 (8x)

Anmeldung und nähere Infos:

Petra Palmethofer, 0699/11 34 94 34, www.gesundheitstraining-machland.at

Bezahlte Anzeige

ZIVILSCHUTZTAG

Samstag, 2. Oktober 2021



Österreich verfügt über ein flächendeckendes Warn- und Alarmierungssystem. Anlässlich des Zivilschutz-Probealarms, ...

... DER JÄHRLICH
 AM ERSTEN SAMSTAG
 IM OKTOBER STATTFINDET,
 WERDEN ZWISCHEN
 12:00 UND 12:45 UHR ...

... mehr als 8.000 Sirenen in ganz Österreich getestet. Damit die Bevölkerung im Ernstfall vor Katastrophen gewarnt wird und reagieren kann.

Ein wesentlicher Eckpunkt für den Selbstschutz ist die Bevorratung. Jeder Haushalt sollte zumindest eine Woche ohne Einkaufen und Strom auskommen. **Alle Informationen zum Thema Zivil- und Selbstschutz bietet ihr Zivilschutzverband ihres Bundeslandes.** www.zivilschutz-ooe.at

DIE BEDEUTUNG DER SIRENENSIGNALE:

PROBE



Dauert das Sirensignal nur 15 Sekunden handelt es sich um eine **Sirenenprobe**.
 15 sec.

WARNUNG



Radio, Fernseher oder Internet einschalten – es droht eine **herannahende Gefahr**.
 3 min. gleichbleibender Dauerton



ALARM



Sofort **schützende Bereiche aufsuchen**, Radio, Fernseher oder Internet einschalten und die Verhaltensmaßnahmen befolgen.
 1 min. auf- und abschwellender Heulton



ENTWARNUNG



Ende der Gefahr.
 1 min. gleichbleibender Dauerton



GESUNDE GEMEINDE

Mineralstoffe und Vitamine halten das Immunsystem fit

Die Funktion der Immunzellen und unser (Energie)Stoffwechsel sind eng verbunden. So beeinträchtigen sowohl Unterernährung als auch Übergewicht die Funktion unserer Immunzellen, was unter anderem mit erhöhter Anfälligkeit für Infekte, Autoimmunerkrankungen oder auch chronischen entzündliche Veränderungen im Körper z. B. im Darm einhergeht.

Eine Kost, die arm an pflanzlichen Lebensmitteln ist und viele Fertigprodukte beinhaltet, führt zur Entstehung einer Unterversorgung an lebensnotwendigen Mikronährstoffen und begünstigt dadurch eine Mangelernährung. Auf der anderen Seite wird durch die übermäßige Zufuhr an Fett, Zucker und Weißmehlprodukten („leere Kalorien“) das Risiko für Übergewicht erhöht.

Mikronährstoffe, welche eine besondere Rolle in der Immunabwehr spielen:

- **Sekundäre Pflanzenstoffe** (Carotinoide, Polyphenole, Glucosinolate) in roten, orangen, violetten Obst- und Gemüsesorten sowie Gemüse mit einer „scharfen Note“ (Kren, Rettich, Zwiebel, Knoblauch)
- **Ballaststoffe** in Vollkorngetreide, Hülsenfrüchten, Nüssen, Samen, Obst, Gemüse
- **Mineralstoffe Eisen, Zink, Selen**
- **Vitamine A, D, E, C, B2, B6, B12, Folsäure**

Die meisten dieser „immunstärkenden“ Inhaltsstoffe kommen in pflanzlichen Lebensmitteln vor. Für die Versorgung mit Eisen, Zink, Selen, Vitamin D, E, B2, B6, B12 sind aber auch fettarmes Fleisch, fette Meeresfische, Eier, Milchprodukte wie Käse und pflanzliche Öle wesentlich. Vitamine oder Mineralstoffe in Tablettenform sind bei einem ausgewogenen Lebensstil inklusive einer abwechslungsreichen Kost nicht notwendig (Ausnahme sind z.B. Schwangere und Stillende), da eine Überdosierung die Gesundheit sogar gefährden kann.

Fazit

Auch in Sachen „Immunfitness“ lohnt sich der Blick auf die Ernährungspyramide:

- reichlich Buntes und Scharfes – Gemüse und Obst
- viel Pflanzliches – Vollkorngetreide, Hülsenfrüchte, Nüsse, Samen
- wenig tierische Produkte – mageres Fleisch, Fisch
- mehr zuckerfreie (Sauer)Milchprodukte
- saisonale und regionale Qualität & Vielfalt!



(Quelle: Land OÖ)



Gesundes 



DER AKTUELLE SELBSTSCHUTZTIPP

Selbstschutz ist der beste Schutz bei:

DUNKELHEIT IM STRASSENVERKEHR

Ein Autofahrer mit Abblendlicht kann einen reflektierenden Streifen wesentlich früher erkennen. Zeitgerechtes Abbremsen oder Ausweichen wird dadurch möglich. Mit rückstrahlender Kleidung oder Streifen sind Fußgänger, Radfahrer, Hobbysportler,... und vor allem Kinder auf dem Schulweg sichtbar und damit sicherer unterwegs.



Fußgänger:

- Helle Kleidung tragen
- Kleidung mit Reflektoren ausrüsten
- Auf Rundum-Sichtbarkeit (360°) achten
- Warnweste zusätzlich zur gesetzlichen Tragepflicht verwenden
- Vorbild für Kinder sein

Radfahrer:

- Obligatorische Reflektoren anbringen (vorne weiß, hinten rot)
- Leuchtpedale
- Speichenreflektoren
- Licht vor Fahrt kontrollieren



Auto- und Motorradfahrer:

- Fahrverhalten den Sicht- und Witterungsverhältnissen anpassen
- Heck- und Windschutzscheiben sowie Fahrzeuglichter sauber halten
- Immer wieder prüfen, ob alle Lichter funktionieren
- Licht und Scheinwerfereinstellung vor der Fahrt kontrollieren
- Rechtzeitig abblenden



i Mehr Informationen erhalten Sie unter:

Oberösterreichischer Zivilschutz
Petzoldstraße 41, 4020 Linz
Telefon: 0732 65 24 36
E-Mail: office@zivilschutz-ooe.at
www.zivilschutz-ooe.at



Reflektorbänder sind, solange der Vorrat reicht, beim OÖ Zivilschutz erhältlich!

**SELBST-
SCHUTZ
IST DER
BESTE
SCHUTZ.**

SORGEN
SIE FÜR
NOTFÄLLE
VOR.
zivilschutz-ooe.at

