



GEMEINDENACHRICHTEN

der
Gemeinde
Michaelnbach

Termine
Information
Verlaut-
barungen

Jahrg. 2006
Folge 02

☎ 07277/2555 E-Mail: gemeinde@michaelnbach.ooe.gv.at

www.michaelnbach.at

Amtliche Mitteilung – An einen Haushalt – bar freigemacht beim Postamt 4710 Grieskirchen – 11.04.2006

Liebe MichaelnbacherInnen

Mit dem Schmelzen des Schnees in den letzten Wochen kamen wieder allherhand „Schätze“ an den Wald- und Straßenrändern zum Vorschein. Leider kapiert anscheinend einige Leute noch immer nicht, dass Müll nicht entsorgt ist wenn er aus dem Auto entfernt ist. Leider stellen wir auch bei den Müllsammelstellen beim Bauhof oder beim Friedhof fest, dass immer wieder einige dieses Trenn- und Sammelsystem nicht mit der gebotenen Sorgfalt benutzen und die Abfälle durcheinander in die Sammelcontainer werfen. Sie verursachen damit zusätzliche Arbeit für die Betreuer der Sammelstellen und mitunter auch höhere Kosten für die Müllentsorgung. Diese Kosten haben aber leider alle gemeinsam zu tragen. Ich ersuche alle, diese angebotenen Müllsammelstellen ordnungsgemäß zu benutzen.

Rama dama

Um unser Gemeindegebiet wieder von Unrat zu befreien, sind vor allem alle Jugendlichen eingeladen, im Rahmen der gesunden Gemeinde bei einer Säuberungsaktion tatkräftig mitzuhelfen. „Rama dama“ ist das Motto dieser Aktion, die am Sa. 22. April von 9.00 bis 13.00 Uhr stattfindet. Treffpunkt ist der Gemeindebauhof.

Veränderungen im Gemeindedienst

In den vergangenen Wochen haben zwei langjährige Mitarbeiter der Gemeinde ihre Dienstzeit beendet und sind in den Ruhestand bzw. den Zeitausgleich übergetreten. Anton Hofinger war über 37 Jahre Mitarbeiter im Bauhof.

Rudolf Gittmaier war 36 Jahre im Gemeindeamt tätig. Er wird noch aushilfsweise die Durchführung der Feuerbeschau betreuen.

In ihrer langen Dienstzeit hatten beide viele Veränderungen im Gemeindedienst zu bewältigen. Auf diesem Wege bedanke ich mich bei den beiden Mitarbeitern für die geleisteten Arbeiten und wünsche ihnen Gesundheit und Zufriedenheit im neuen Lebensabschnitt.



Mit dem Kassenführer Rudolf Gittmaier ging auch die Gemeindekasse in Pension. Anton Hofinger erhielt für seine Dienste die erste „Ehren-Schneestange“ Michaelnbachs.

Mit Gutscheinen für Wellness und Jagd bedankten sich der Bürgermeister und die Kollegen für die Zusammenarbeit.

Im Namen der Gemeinderäte und der Bediensteten wünsche ich allen MichaelnbacherInnen ein schönes Osterfest, begleitet von warmem Frühlingswetter.

Euer Bürgermeister
Martin Dammayr

PS: Bei den beginnenden Vorbereitungen für den Sommer nicht auf die Planung der Dorffeste vergessen. Die „Getränkförderung“ wird auch heuer wieder gewährt.

Aus dem Gemeinderat

Rechnungsabschluss 2005

Der Rechnungsabschluss 2005 konnte nach vorheriger Prüfung durch den Prüfungsausschuss mit einem Sollergebnis von 7.070,34 € beschlossen werden.

Gesamtbudget 2005:

Ordentlicher Haushalt:

Einnahmen1.695.072,77 Euro
Ausgaben1.688.002,43 Euro
Überschuss..... + 7.070,34 Euro

Außerordentlicher Haushalt:

Einnahmen444.822,82 Euro
Ausgaben451.437,35 Euro
Abgang - 6.614,53 Euro

Neben den laufenden Pflichtausgaben der Gemeinde wurden für die nachstehenden außerordentlichen Vorhaben folgende Beträge ausgegeben:

- Werkraumeinrichtung 1.736,83 €
- Kindergartenbau (ausfinanziert) 17.000,00 €
- Gehsteigbau (ausfinanziert) 150,36 €
- Straßenbau 26.500,00 €
- Ortsbeleuchtung 2.853,74 €
- Bauhoffahrzeuge (ausfin.) 11.874,72 €
- Kanalbau BA 01, Rest 13,97 €
- Gesamt 60.129,62 €

Das Vorhaben LKW-Kauf und Anschaffung von div. Einsatzgeräten für den Bauhof wurde abgeschlossen und ausfinanziert wie folgt:

Kosten LKW	132.000,00
Kosten UNIMOG	12.500,00
Kosten Gehsteigtraktor	25.000,00
Kosten Schneepflug	10.000,00
Gesamtinvestition	179.500,00
Erhaltene Bedarfszuweisung	154.500,00
Gemeindeleistung aus OH	25.000,00

Der Kanalbau vom Bauabschnitt 01 wurde ebenfalls endgültig mit folgenden Summen abgerechnet:

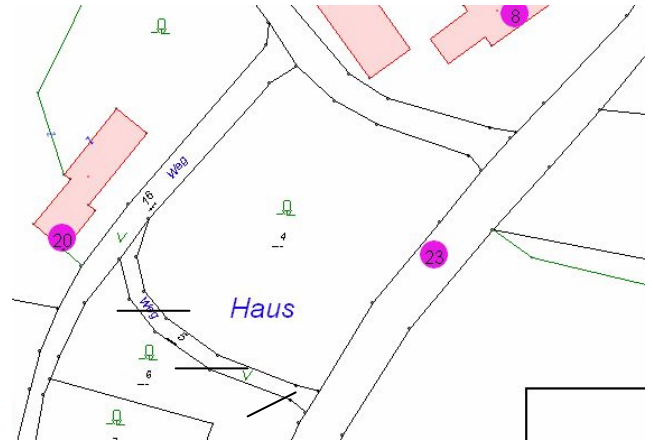
Kostenschätzung	3,997.000
Kosten lt. Endabrechnung	2,287.000
Finanzierung:	
Darlehensaufnahme	1,452.600
Anschlussgebühren	382.290
Landesbeiträge	204.910
Bedarfszuweisung	247.200
Summe	2,287.000

Schuldenstand per 31.12.2005:

Gesamtverschuldung: 2,879.169,49 €
davon für Wasser u. Kanal 2,857.245,69 €
Pro-Kopf-Verschuldung = 2.267,06 €

Auflassung des entbehrlich gewordenen öffentlichen Weges in Haus

Im Zuge der Umwidmung in der Ortschaft Haus und der nachfolgenden Parzellierung wird das öffentliche Gut, Parz.Nr. 5, aufgelassen und zum ortsüblichen Baugrundpreis veräußert.



Vergabe der Kanalbauarbeiten und der Bauleitung für den Bauabschnitt 03

Zur Durchführung der Kanalbauarbeiten in den Ortschaften Oberspaching, Seiblberg, Stefansdorf, Oberreitbach, Hilpetsberg u. Armau wurde nach öffentlicher Ausschreibung der Auftrag an den Billigstbieter, Fa. Leyrer+Graf aus Linz, mit einer Summe von rd. 544.000 € vergeben.

Mit der Bauleitung und Überwachung wurde wiederum das Büro Machowetz & Partner beauftragt. Kosten rd. 57.000 €

Beitritt zur Geodaten-Rahmenvereinbarung

Durch den Beitritt zur Geodaten-Rahmenvereinbarung durch das Land OÖ. erhält die Gemeinde weiterhin kostenlos die digitalen Daten für den Grundstückskataster. Durch den einmaligen Ankauf um 520 € stehen künftig auch die Orthofotos vom Gemeindegebiet zur Verfügung.

Bestellung eines Kassenführers

Entsprechend der Bestimmungen der OÖ. Gde-Haushalts-, Kassen- u. Rechnungsordnung wurde vom Gemeinderat Herr Johannes Mühlböck zum neuen Kassenführer bestellt.

Nahversorgung-Förderung

Aus wirtschaftlicher Sicht ist das Lebensmittelgeschäft in der bisherigen Form schwer zu betreiben. Die Nahversorgung bleibt jedoch ein großes Anliegen und zur Weiterführung wurde ein Förderbetrag von 4.000 € gewährt.

Einrichtung eines Sozialfonds

Nach Vorberatung im Sozialausschuss wurde der Grundsatzbeschluss zur Einrichtung eines Sozialfonds gefasst. Damit sollte eine rasche und unbürokratische Hilfe für unschuldig in Not geratene Gemeindeglieder ermöglicht werden. Durch verschiedene Veranstaltungen und von Spenden sollte der Fonds „gespeist“ werden. Genaue Details sind noch auszuarbeiten.

Flächenwidmungsplan-Änderung Nr. 3.4

Am Doktorberg ist eine schmale Parzelle beim Feld von Fam. Hutterer gewidmet. Zur besseren Nutzung wird diese Widmung entsprechend dem Örtl. Entwicklungskonzept um rd. 10 m erweitert.

Landesdarlehen für Wasserversorgungsanlage

Zur Finanzierung der Wasserversorgungsanlage wird vom Land ein weiteres Darlehen in der Höhe von 8.400 € gewährt und erreicht damit eine Gesamthöhe von 74.500 €. Das Darlehen ist 10 Jahre zinsen- u. tilgungsfrei.

Resolution

Beschlossen wurde eine Resolution zur Änderung der Zählregel in den Autobussen beim Schülertransport. Auch Kinder unter 14 Jahre sollten als 1 Person gezählt (dzt. 2:3 Regelung) und dadurch eine Überfüllung der Schulbusse vermieden werden.

KINDER-FERIENPROGRAMM 2006

Für die Schul- und Kindergartenkinder soll auch heuer wieder ein interessantes Ferienprogramm erstellt werden. Es werden daher alle Vereine, Gruppen, Eltern, ... eingeladen, dieses Ferienprogramm mitzugestalten.

Interessierte werden gebeten, ihre Ideen und Anmeldungen beim Gemeindeamt einzubringen.

Wildschäden

Aufgrund des heurigen starken Winters kann es vermehrt zu Wildschäden an land und forstwirtschaftlichen Kulturen kommen. Der erste Ansprechpartner ist in solchen Fällen der Jagdleiter Josef Blätterbinder. Sollte es zu keiner Einigung kommen ist die Wildschadenskommission der Gemeinde zuständig. Ansprechpartner ist der Ortsbauernobmann Alois Mallinger.

Neuer Bezirkshauptmann zu Besuch



Seit Anfang Dezember gibt es einen neuen Bezirkshauptmann. Dr. Paul Gruber aus Linz leitet nun die Bezirksverwaltung. Bei seinem Vorstellungsbuchung in Michaelnbad diskutierte der Gemeindevorstand mit dem neuen Bezirkshauptmann die künftigen Vorhaben und Entwicklungsschritte für Michaelnbad.

Schutzmaßnahmen gegen Bodenerosion

Im Vorjahr wurden Schutzmaßnahmen zur Verbesserung der Erosion auf landwirtschaftlichen Flächen erprobt. Diese Aktion zur Verringerung der Bodenabschwemmung in Maisflächen wird weitergeführt. Der Mehraufwand für folgende Maßnahmen wird unterstützt:

1. **Schlagteilung** (max. 60% der Hanglänge dürfen Hackfrüchte sein)
Abgeltung: 20,-- € pro ha für gefährdete Felder im Hangbereich
2. **Grün- und Querstreifen** (>20 m breit)
0,50 € pro Laufmeter am Feldrand/Straße
1,00 € pro Laufmeter in der Mitte des Feldes
Dies gilt auch bei mehrjährig angelegten Streifen.
3. Die Anlage von **Dauerkulturen** mit erosionsmindernder Wirkung wird ebenso unterstützt.

Für die Abwicklung wurden einige Festlegungen getroffen:

Die Teilnahme ist nicht verpflichtend.

Bis 1. Juni ist die Teilnahme an diesen Maßnahmen am Gemeindeamt bekannt zu geben.

Dazu ist ein Lageplan mit Skizze der getroffenen Maßnahme abzugeben.

Ein Team unter Leitung eines Sachverständigen der Bezirksbauernkammer beurteilt in der Folge die Wirksamkeit der gesetzten Maßnahme.

INFORMATIONSPRESENZABEND ZUR UNTERNEHMUNGSGRÜNDUNG

Noch nie haben sich so viele Menschen in Oberösterreich dazu entschlossen selbstständig zu arbeiten. Diesem Aufwärtstrend folgend veranstaltet die Wirtschaftskammer OÖ einen Informationsabend zur Unternehmungsgründung.

Wirtschaftskammer Grieskirchen
Am 26. April 2006 um 19:00 Uhr

Experten aus allen Themengebieten zeigen auf, worauf es bei einer Unternehmungsgründung wirklich ankommt und worauf man unbedingt achten sollte. Weiters gibt es Blicke hinter die Kulissen der erfolgreichsten Unternehmen in OÖ. Außerdem wird aufgezeigt, wer mit welchen Hilfestellungen die Unternehmungsgründung unterstützen und erleichtern kann

Die Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung aber unbedingt erforderlich:
Wirtschaftskammer Grieskirchen, Fr. Hummel
Tel.: 05-90909-5355

SPRECHTAGE FÜR JUNGUNTER- NEHMER UND BETRIEBSGRÜNDER

Die Bezirkshauptmannschaft Grieskirchen hält in zweimonatigen Abständen einen Sprechtag für Jungunternehmer und Betriebsgründer ab. Es können dabei neben den gewerberechtlichen Fragen wie etwa Befähigungsnachweis, Gewerbeanmeldung und Betriebsanlagengenehmigung auch sozialversicherungsrechtliche, arbeitsmarktpolitische und finanztechnische Fragen abgeklärt werden.

Nächste Sprechtag

Mo, 8. Mai 2006,

von 14.00 – 16.00 Uhr

BH Grieskirchen, 2. Stock, Zimmer Nr. 64

(Vor Anmeldung erwünscht! Tel: 07248/603-402)

BAUBERATUNG

Der Bausachverständige vom Bezirksbauamt Wels steht wieder am

12. Mai 2006 von 8.30 Uhr bis 11.30 Uhr

im Gemeindeamt für Fragen im Zusammenhang mit diversen Bauangelegenheiten zur Verfügung.
(Vor Anmeldung erwünscht!!)

KURS FÜR DEN ALLGEMEINEN SACHKUNDENACHWEIS NACH DEM HUNDEHALTEGESETZ

Der Hundeverein **SVÖ Grieskirchen Trattnachtal** bietet für alle Interessierten am

05. Mai 2006 um 18.00 Uhr

im Vereinshaus am Alten Kaisersteig,

nächst der Sportplatzanlage des SV Pöttinger Grieskirchen

einen Kurs zum Erwerb des allgemeinen Sachkundenachweises an.

Für Voranmeldungen und Rückfragen wenden Sie sich an die Obmannstellvertreterin Gabriele Strobach
Tel: 0699/10482990

TIPPS ZUM WIEDEREINSTIEG INS BERUFSLEBEN

Der Arbeitsmarktservice Grieskirchen bietet für Frauen im Karenzurlaub und für Wiedereinsteigerinnen eine Informationsveranstaltung an.

AMS GRIESKIRCHEN

26. April 2006 von 8:30 bis 11:30 Uhr

Themen: Die Situation am Arbeitsmarkt, Förderangebote und Möglichkeiten der Weiterbildung, Information über Kinderbetreuungseinrichtungen.

Anmeldung:

Tel: 0810/810 500

AMS-Serviceline zum Ortstarif

(Mo-Do 8.00 – 17.00 Uhr, Fr 8.00 – 16.00 Uhr)

STELLENAUSSCHREIBUNG GÄRTNER MASCHINENRING

Der Maschinenring-Service sucht zur Verstärkung des Gärtnerteams einen **Landschaftsgärtner** für den Bezirk Grieskirchen.

Anforderungen:

- Fachkenntnisse in der Gartengestaltung mit Praxiserfahrung
- Hohe Einsatzbereitschaft und Flexibilität
- Selbständiges Arbeiten und zugleich auch Teamfähigkeit
- Führerschein Gruppe B

Bewerbungen bitte schriftlich an:

Maschinenring-Service Grieskirchen

z.H. Gärtnermeister Manfred Pauzenberger

Parz 6, 4710 Grieskirchen

DIE TENNISSAISON 2006 HAT BEGONNEN

Tennis ist Sport und Spaß für die gesamte Familie. Der Tennisplatz ist in einem perfekten Zustand und es würde uns freuen wenn Ihr die Angebote nützt. Es kann also losgehen!



Geplante Aktivitäten für dieses Jahr:

- **Anfänger und Wiedereinsteigerkurs**
Geleitet durch einen staatlich geprüften Tennislehrer – die ideale Gelegenheit für einen Anfänger oder Wiedereinsteiger.
- **Firmen- und Vereinsturnier**
Am Pfingstmontag, den 05. Juni 2006
- **Kinder- und Jugendkurs**
Wöchentlicher Kurs mit einem Tennislehrer. In den Sommerferien.

Infos und Anmeldung bei:

Ameshofer Werner: 0664/28 36 413
Neumayer Bernhard: 0699/11 108 320

Schau vorbei! Du bist herzlich willkommen!

SPRECHTAG DER OÖ. PATIENTEN- UND PFLEGEVERTRETUNG

Die Oö. Patienten- und Pflegevertretung hält am

Dienstag, 30. Mai 06 von 9.00 bis 12.00 Uhr
Bezirkshauptmannschaft Grieskirchen

einen Sprechtag ab.

Die Beratung umfasst folgende Bereiche:

- Behandlung von Beschwerden und Erteilung von Auskünften, die mit dem Aufenthalt von Patientinnen und Patienten in einer Oö. Krankenanstalt zusammenhängen.
- Unterstützung von Beschwerden von Bewohnerinnen und Bewohnern von Alten- und Pflegeheimen sowie von Menschen mit besonderen Bedürfnissen in Einrichtungen der Behindertenhilfe bei Streitfällen in Zusammenhang mit einer mangelhaften Unterbringung, Verpflegung und Hilfe

FUNDAMT - HANDY

Anfang April wurde beim Gemeindeamt ein **Handy** der Marke **SHARP** abgegeben.

KOPFING TO DELHI Michaelnbacher auf großer Reise

Wenn einer eine Reise macht, ...
... so kann er viel erzählen.

Wenn einer eine Traktorreise macht, so sind die Erlebnisse sicher etwas ganz besonderes. Und wenn einer eine Traktorreise sogar bis Indien macht, dann kann davon bisher noch keiner was erzählen. Aber das wird sich bald ändern. Ali Hendlmayr hat sich das Ziel gesetzt, mit einem 18er Steyr Traktor bis Delhi zu fahren. Im Juni bricht er mit seinem Kollegen Thomas Kaufmann aus Kopfing zu dieser 12.000 km langen Reise auf.

Das ist aber noch nicht Herausforderung genug: dieser Traktor wird bis Indien nicht eine Tankstelle brauchen. Er tankt auf den Feldern. Dieser 18er wird mit reinem Pflanzenöl betrieben, das durch eine aufgebaute Ölpresse direkt während der Fahrt gepresst wird. Das bedeutet insgesamt eine technische Tüftelei an der sich derzeit neben den beiden Fahrern noch einige Ingenieure, HTL-Schüler und Firmen die Köpfe zerbrechen. „Diese Tour soll zeigen, dass man durch Verwendung von Pflanzenöl als Treibstoff unabhängig ist von den Ölkonzernen und die Tour soll die Leute mehr auf das Thema Bioenergie aufmerksam machen.“ betont Ali Hendlmayr.

Ali gibt für seine Freunde, Nachbarn und Bekannten eine Abschiedsparty am 20. Mai 2006 ab 19.30 Uhr in der Tenne beim Hendlmayr. Bei einer gemütlichen Feier mit Verpflegung zu Selbstkostenpreisen berichtet Ali über seine Beweggründe diese Reise zu unternehmen. Beim Dorffest am 25. Mai beim Bauhof wird das Traktorgespann zu besichtigen sein und das Fahrer-Duo für Gespräche und vielleicht auch für so manche Probefahrt zur Verfügung stehen.



Näheres zur Reise und Berichte während der Reise gibt es unter www.traktorreisen.at
Zu dieser Reise gibt es auch ein Gewinnspiel. Karten dazu liegen am Gemeindeamt auf. Wir wünschen unserem Abenteurer Ali eine gute Fahrt und freuen uns auf seine Reiseberichte.



Die gesunde Seite

Welche Nahrung tut meinem Kind gut?

Ernährungsverhalten ist ein zentraler Bestandteil eines gesunden Lebensstils.

Es wird wesentlich in den ersten 10 Lebensjahren erlernt und gebildet. Früh im Leben erworbene Ernährungsrisiken (z.B. Übergewicht) haben einen dauernden und schlechten Einfluss auf die Gesundheit im späteren Leben.

Allgemeine Empfehlungen für die Ernährung von Kindern lauten:

in den ersten **4-6 Monaten** ausschließlich Stillen

im **6-24. Monat** nach und nach Einführen anderer Lebensmittel (Beikost ab dem 5.-7. Monat, ab dem 10. Monat Brot- und Milchmahlzeiten) und

ab dem **2. Lebensjahr** Mischkost

Für die Beurteilung von Lebensmitteln gilt grundsätzlich, dass es weder gesunde noch ungesunde Lebensmittel gibt. Alle Lebensmittel (schadstoffbelastete und verdorbene Lebensmittel etc. natürlich ausgenommen) können grundsätzlich zu einer *gesunden* Ernährung beitragen.

Gesunde Ernährung für Kinder ...

... unterscheidet sich in ihren Grundlagen nicht von der für Erwachsene. Bedingt durch die Wachstumsphasen liegt jedoch der Nährstoffbedarf bei Kindern höher als bei Erwachsenen. Kinder benötigen z.B. deutlich mehr **Kalzium, Vitamin D und C.**

Kinder brauchen keine Spezialprodukte und erst recht keine Extrawurst.

Brot, Kartoffeln, Gemüse, Obst, Milch, Käse und seltener Fleisch, Fisch, Eier und Fett, sind die optimalen Zutaten für eine gesunde Kinderkost.

Aus diesen Zutaten lassen sich abwechslungsreiche Mahlzeiten kochen, die alle wichtigen Nährstoffe liefern, gut schmecken und weitaus weniger kosten als „kleine Steaks“ in Plastikbechern.

Gesunde Ernährung hat wenig mit Verboten zu tun.

Kinder essen eben gerne Süßigkeiten und Fast-Food. Wenn sich die Mengen in Grenzen halten, ist das auch kein Problem. Mit frischem Obst und Gemüse als Ausgleich sind kleine Sünden schnell wieder ausgegült und für alle Beteiligten besser bekömmlich als Ärger und Zwang.

Wichtig für Kinder ist außerdem ein regelmäßiger Mahlzeitenrhythmus.

Empfehlenswert sind drei Haupt- und zwei Zwischenmahlzeiten. Die Hauptmahlzeiten sollten kindgerecht und nicht zu üppig, salzig oder fettig sein, die kleinen Mahlzeiten zwischendurch am besten kleine Portionen und viel frisches Obst oder Gemüse beinhalten.



Schulkinder benötigen hochwertige Nahrung.

Hauptnährstoffe wie Eiweiß, Fette, Kohlenhydrate und Vitamine und Mineralien. Die Hauptnährstoffe sowie die Vitamine C, D und die Vitamine der B-Gruppe, die Mineralstoffe Kalzium, Eisen, Jod und Fluor sind alle in Getreide, Obst und Gemüse sowie in (magerem) Fleisch reichlich und in gesunder Form vorhanden.

Mit einer solchen Ernährung ist die optimale Versorgung der Kinder gewährleistet. **Präparate in Tablettenform oder in Säften als Vitamin-Zusatz sind dabei überflüssig.**

Manche Kinder sind echte Vieltrinker, andere eher Trinkmuffel.

Viele Kinder trinken zu wenig. Das ist ungesund und belastet die Nieren.

Kindern soll **regelmäßig etwas zu trinken angeboten werden** - am besten ungesüßten Früchte- oder Kräutertee (schwarzer oder grüner Tee ist wegen seines Koffeingehaltes nichts für Kinder) oder auch ein (bevorzugt stilles) Mineralwasser.

Wird viel Obstsaft getrunken, kann die Säure die Zähne angreifen, was im Verbund mit dem Zucker Karies begünstigt. Dennoch ist ein Glas/Fläschchen verdünnter Saft zwischendurch in Ordnung.

Alkohol ist tabu für Kinder

Auch auf das gelegentliche „Probieren“ soll unbedingt verzichtet werden.

Kleine Künstler ganz groß

Michaelnbachs Volksschulkinder stellen ihre Werke im Kuddelmuddel aus:

Für die heurige Erlebnisausstellung im Linzer Kinderkulturzentrum KUDDELMUDDEL wird schon emsig gemalt, gebastelt, geformt, gedichtet und geübt.

Unter dem Motto „WasserZeichen“ entstehen derzeit in der Volksschule Michaelnbach viele Kunstwerke, die von Schülerinnen und Schülern aller Klassen angefertigt werden. Liebevoll betreut und tatkräftig unterstützt werden die Mädchen und Buben von ihren Lehrkräften und der Linzer Künstlerin Mag. Silvia Lüftenegger.

„WASSERZEICHEN“

ist eine Ausstellung für Kinder gestaltet von Kindern. Unter anderem werden auch Fragen von Fachleuten kindgerecht beantwortet und jede Menge Projekte zum Thema Wasser gezeigt.

**VON 02.05. BIS 02.06.06
IM KUDDELMUDDEL**

Projektleiterin und Kuddelmuddel-Chefin Christa Koinig zeigt sich begeistert von der Phantasie und Freude, mit der die Kinder an das wichtige Thema „Wasser“ herangehen.



Die kleinen Künstler werden selbst am Eröffnungstag mit einem Bus zur Ausstellung fahren und können ihre Werke bestaunen.

Gesundheitslexikon

Cholesterin:

Ist ein lebensnotwendiges Fett, das nur bei Menschen und Tieren vorkommt. Zellwachstum und Zellteilung sind ohne genügend Cholesterin nicht möglich.

Cholesterin wird vor allem in der Leber abgebaut und in Form von Gallensäuren über den Darm ausgeschieden.

Unterschieden wird zwischen **HDL-** und **LDL-Cholesterin**, wobei ein hoher HDL-Cholesterinspiegel als positiv, ein hoher LDL-Spiegel dagegen als negativ angesehen wird.

Ein erhöhter Cholesterinspiegel steigert die Arterienverkalkung und erhöht das Risiko eines Herzinfarktes oder Schlaganfalles.

Eine Senkung des LDL-Spiegels erreicht man am Besten durch Vermeiden von tierischen Fetten und Eiern.

Termine Termine Termine Termine Termine

Sitzung der Gesunden Gemeinde

**Am 25. April um 20 h
In der Volksschule**

Themen:

- Rückmeldungen über das bisherige Programm
- Veranstaltungen für das 2. Halbjahr

Alle, die an einer gesunden Lebensweise Interesse haben, sind herzlich willkommen.

Ein Erste Hilfe Kurs

wird voraussichtlich im Juni dieses Jahres in Zusammenarbeit von Feuerwehr, Jugend und Gesunde Gemeinde veranstaltet.

Das Ernährungstraining hat bereits begonnen und die Teilnehmer sind mit großer Motivation dabei.

Wir wünschen allen Teilnehmern viel Erfolg!

Nordic Walking-Treff



Wann: jeden Donnerstag, 19:00 Uhr
Wo: am Pendlerparkplatz
Start: Donnerstag, 20. April 2006



Warum ist Nordic Walking so gesund?

- ✓ Trainiert 90 % der Muskelpartien
- ✓ Hoher Kalorienverbrauch
- ✓ Gelenkschonend – besonders Knie
- ✓ Löst Muskelverspannungen im Schulter- und Nackenbereich
- ✓ Stärkt das Herz-Kreislaufsystem und die Ausdauer
- ✓ Freude durch Bewegung in der Natur.

Information über **große Walking-Touren** mit Einkehr werden beim Geschäft aufgehängt! ⇒ **BITTE SCHAUEN!**



Rama dama Umwelt-Säuberungsaktion

Alle Jugendliche und Kinder sind eingeladen und aufgerufen mitzuhelfen, unsere Straßen- und Waldränder von Unrat und Müll zu befreien.

22. April 2006 von 9.00 – ca.13.00 Uhr
Treffpunkt beim Gemeindebauhof

Bitte festes Schuhwerk und Handschuhe mitbringen.

ÄRZTENOTDIENST

DIENSTEINTEILUNG

MAI/JUNI 2006

01.05.06	Dr. Strand Hannes	(Doppeldienst m. 1. Mai)	Peuerbach – Gallspach
07.05.06	Dr. Geroldinger	St. Marienkirchen	Waizenk. – Haag/H.
14.05.06	Dr. Spörker	Prambachkirchen	Schallerb. – Neumarkt
21.05.06	Dr. Bocksleitner	Michaelnbach	Griesk. – Schlüßlberg
25.05.06	Dr. Puchegger	Waizenk. (Christi Himmelf.)	Griesk. – Schlüßlberg
28.05.06	Dr. Strand Hannes	Waizenkirchen	Peuerb. – Gallspach
04.06.06	Dr. Puchegger	Waizenkirchen	Waizenk. – Haag/H.
05.06.06	Dr. Puchegger	(Pfingsten Doppeldienst)	Waizenk. – Haag/H.
11.06.06	Dr. Bocksleitner	Michaelnbach	Schallerb. – Neumarkt
15.06.06	Dr. Strand Ursula	Waizenk. (Fronleichnam)	Schallerb. – Neumarkt
18.06.06	Dr. Spörker	Prambachkirchen	Griesk. – Schlüßlberg
25.06.06	Dr. Geroldinger	St. Marienkirchen	Peuerb. - Gallspach