EGGENDORF
im Traunkreis

Eggendorf AKTUELL

Amtliche Mitteilung I Zugestellt durch österr. Post

Verlagspostamt: 4614 Marchtrenk I Erscheinungsort: Eggendorf

Nr. 3/Juli 2018

Eine erholsame Urlaubszeit und wunderschöne Sommertage wünschen allen BürgerInnen der Bürgermeister und das Gemeinde - Team

Inhaltsverzeichnis:

01-06 Aus der Gemeinde
07-07 Familiennachrichten
08-12 Vereinsinformation
13-17 Gesunde Gemeinde
18-19 Inserate
20-20 Termine/Impress.

Liebe Eggendorferinnen und Eggendorfer!

Der heurige Frühling bescherte uns wahre Sommertemperaturen, die Natur braucht – zumindest in unseren Breiten – dringend Regen, die landwirtschaftlichen Kulturen leiden sehr unter der Trockenheit und die Landwirte sehen mit Sorge den zu erwartenden Ernteeinbußen entgegen. Es gibt aber auch Menschen, denen diese Bedingungen Freude bereiten, die eine verlängerte Badesaison und die lang anhaltende Hitze genießen.

Trotz - oder gerade wegen – dieser Hitze treiben die **Sträucher und Bäume** sehr stark aus und die Grundbesitzer übersehen sehr oft, dass diese auch auf öffentliche Straßen und Wege hinein ragen. Der Bewuchs beeinträchtigt sehr oft die Verkehrssicherheit durch sich daraus - vor allem in Kurven, etc. - ergebende schlechte Sichtverhältnisse und durch eine verringerte nutzbare Fahrbahnbreite. Ich bitte die Wald- und Grundbesitzer oder -pächter dringend darum, an exponierten Stellen bzw. die allgemein **in das öffentliche Gut bzw. in Straßen und Wege ragenden Äste und Triebe entsprechend zu beseitigen**, da ansonsten die Gemeinde Ersatzvornahmen durchführen muss und die Kosten den jeweiligen Grundbesitzern vor zu schreiben sind. Dies führt zu einem nicht unerheblichen Verwaltungsaufwand, schafft nicht notwendige Konflikte und Kosten, ist aber relativ einfach zu vermeiden. Ich bedanke mich schon im Voraus für euer Verständnis und eure Mitarbeit.

Lt. der ÖNORM B 2538 Pkt.3.5.4 ist der **Verlauf von Rohrleitungen** an geeigneten Punkten durch Hinweisschilder, Markierungssteine u. dgl. kenntlich zu machen und die **Lage der Armaturen (z.B. Wasserschieber) ist durch Hinweisschilder zu kennzeichnen**. Es wurden in Eggendorf in den letzten Jahren viele neue Rohr- und Wasserleitungen verlegt sowie viele Hausanschlüsse hergestellt und der Gemeinde wurde von der Bezirkshauptmannschaft Linz-Land per Bescheid auferlegt, zur Auffindung der unterirdischen Einbauten wie Schieber und Ventile, entsprechende (blaue) Hinweisschilder an Gartenmauern, Zäunen usw. anzubringen. Wir bitten bei allen Hauseigentümern um Verständnis dafür, dass in den nächsten Wochen und Monaten die vorgeschriebenen Hinweisschilder an ihren Gartenzäunen oder –mauern durch die Gemeinde oder durch ein Unternehmen im Auftrag der Gemeinde, montiert werden. Diese Maßnahme ist selbstverständlich in eurem Interesse und dient dazu, dass z.B. bei Auftreten eines Rohrbruchs in eurem Haus, der Hausanschlussschieber, auch bei Verschmutzten, Verschneiten, etc. Straßenverhältnissen rasch gefunden und abgedreht werden kann. Sollte Jemand dazu irgendwelche Fragen oder Wünsche haben, so bitten wir darum, sich am Gemeindeamt zu melden.

In der **Schlossfeldsiedlung Etappe 4** werden derzeit die Arbeiten zur Errichtung der Infrastruktur (Kanal, Wasser, Strom, LWL-Leitung, Straßenbeleuchtung) durchgeführt. Da im ersten Bereich keine Interessenten für den Bezug von Erdgas sind, wird derzeit keine Gasleitung verlegt. Ab Juli 2018 wird in diesem Bereich auch mit dem Bau der ersten Einfamilienhäuser begonnen werden. Um für die angrenzenden Wohngebiete den LKW-Verkehr einzugrenzen ist ab dem Sommer auf einigen Straßen ein **Fahrverbot für LKW** in bestimmte Fahrtrichtungen vorgesehen. Der Holunderweg darf bergwärts (von der Landesstraße aus) und die Eichenstraße darf bergab (von der neuen Siedlung aus) mit LKW nicht befahren werden. Das Zu- und Abfahren über die Schlossstraße ist möglich, die verlängerte Schlossstraße Richtung Brunnern ist ab Ende der Siedlung für LKW in beiden Richtungen gesperrt.

Anfang Juni 2018 hat im Bereich Vöcklabruck und Umgebung ein **besonderes sportliches Ereignis**, **die Special Olympics,** stattgefunden. Auch ein Eggendorfer hat an diesem Sportereignis teilgenommen und sehr positiv abgeschnitten. **Philip Kaltenbrunner** ist beim Radfahren gestartet, beendete mit dem hervorragenden 2. Platz die 5 km Strecke und belegte bei der 10 km Distanz den sehr guten 4. Platz. Wir – meine Frau Monika und ich, sowie ein Eggendorfer und ein überörtlicher Fanclub – waren am Sonntag 10. Juni beim 10 km Rennen in Schörfling dabei und haben Philip lautstark und aus Leibeskräften angefeuert. Es war sehr schön mitzuerleben, wie die teilnehmenden Athleten mit sehr viel

Freude, Sportlichkeit aber auch mit Ehrgeiz an ihre Aufgabe heran gegangen sind. **Philip, nochmals herzlichen Glückwunsch zu deiner ausgezeichneten Leistung.**

Ich wünsche allen Eggendorferinnen und Eggendorfern schöne Sommermonate, Zeit zum Krafttanken und dafür um sich Auszeiten zu nehmen. Ich wünsche Euch (Ihnen), dass der Sommer mit der Kraft der Sonne neue Energie, neuen Elan und neue Ideen bringt, damit auch im Herbst die Herausforderungen des Alltags wieder gut gemeistert werden können. Für die Landwirte erhoffe ich eine zufriedenstellende Ernte und eine unfallfreie Feld- und Ackerarbeit.

Ihr Bürgermeister

Walter Schiller

Aktuelle Volksbegehren

Zur Zeit können Sie für folgende Volksbegehren mittels Handysignatur oder auf den Gemeindeämtern zu den Amtszeiten unterschreiben:

- ORF ohne Zwangsgebühr
- Asyl europagerecht umsetzen
- Für verpflichtende Volksabstimmungen
- Faires Wahlrecht - Volksbegehren
- Weniger Fluglärm
- Autobahnmaut abschaffen
- EURATOM - Austtieg Österreichs
- CETA - Volksabstimmung
- Österreichs Grenzschutz wiederherstellen
- Österreichs Neutralität wiederherstellen

Wichtige Informationen zur richtigen Mülltonnenbereitstellung

Aus gegebenen Anlass muss wieder auf die korrekte Bereitstellung der Restmüll-, Bio- und Altpapiertonnen hingewiesen werden: Diese müssen zeitgerecht (am besten am Vorabend des Abholtermins) und ordnungsgemäß bereitstehen. Ordnungsgemäß bedeuted, dass die Tonnen weder hinter Einfriedungsmauern, noch in sog. Müllboxen oder Mülltonnenunterständen und auch nicht im Hausbereich von Einfahrt stehen dürfen, da das Entsorgungsunternehmen grundsätzlich den Privatbereich nicht betreten darf. Die Behälter müssen deutlich erkennbar für den Entsorger am Straßenrand mit dem Intervalletikett nach vorne bereitgestellt werden. Die Etiketten mit dem Entsorgungsintervall sind regelmäßig auf deutliche Lesbarkeit zu überprüfen, da diese im Laufe der Zeit witterungsbedingt beschädigt bzw. schwer lesbar werden. Ein Austausch des Pickerl kann jederzeit am Gemeindeamt angefordert werden.

In den nächsten Wochen wird der Inhalt der Biotonnen bei der Abfuhr genauer kontrolliert. Bei hohem Fehlwurfanteil wird die Biotonne nicht entleert.

Ihre Gemeindeverwaltung

Wasseranalyse März 2018

Institut für Hydroanalytik Linz
Wieningerstraße 8, 4020 Linz
Leitung: DI Dr. Norbert Inreiter

AGES

Prüfergebnisse:

Parameter	Ergebnis	IPW	PW	Einheit	N	K
Messungen vor Ort						
Wassertemperatur	10,5			grd C		4
pH Wert (vor Ort)	7,27	6,50 - 9,50				5
Leitfähigkeit (vor Ort)	568	max. 2500		µS/cm		6
Färbung (vor Ort)	farblos, klar					3
Geruch (vor Ort)	ohne Besonderheiten					3
Bodensatz (vor Ort)	kein Bodensatz					3
Chemische Parameter						
Gesamthärte	19,5			°dH		7
Carbonathärte	15,9			°dH		7
Calcium (Ca)	103,5			mg/l		7
Magnesium (Mg)	22,5			mg/l		7
NPOC (nicht ausblasbarer organischer Kohlenstoff)	0,3			mg/l		8
Nitrat	25,0		max. 50,0	mg/l		9
Nitrit	<0,010		max. 0,10	mg/l		10
Ammonium	<0,030	max. 0,50		mg/l		11
Chlorid (Cl-)	12,5	max. 200		mg/l		9
Sulfat	37,5	max. 750		mg/l		9
Eisen (Fe)	<0,0300	max. 0,200		mg/l		12
Mangan (Mn)	<0,0100	max. 0,0500		mg/l		12
Natrium (Na)	4,2	max. 200,0		mg/l		12
Kalium (K)	1,1			mg/l		12
Mikrobiologische Parameter						
koloniebildende Einheiten bei 22°C Bebrütungstemperatur	1	max. 100		KBE/ml		13
koloniebildende Einheiten bei 37°C Bebrütungstemperatur	0	max. 20		KBE/ml		13
Escherichia coli	0		max. 0	KBE/100ml		14
Coliforme Bakterien	0	max. 0		KBE/100ml		14
Enterokokken	0		max. 0	KBE/100ml		15

Allfällig verwendete Abkürzungen:

IPW ..... Indikatorparameterwert ("Richtwert")
PW ..... Parameterwert ("Grenzwert")
< [Wert]... nicht bestimmbar (unterhalb der Bestimmungsgrenze=[Wert])
n.a. ... nicht auswertbar
N ... Hinweis auf nicht akkreditiertes Verfahren
x ... Verfahren nicht akkreditiert
K ... Kommentar

SPATENSTICH

Spatenstich für den Neubau des Altstoffsammelzentrums Kremsta17.04.2018

In Kooperation mit den Gemeinden Neuhofen, Kematen an der Krems, Piberbach, Allhaming und Eggendorf errichtet der Bezirksabfallverband Linz-Land (BAV) an der Industriestraße in Neuhofen in der Ortschaft Fischen ein modernes und großzügiges Altstoffsammelzentrum (ASZ), da das bestehende ASZ Neuhofen im Bauhofareal der Gemeinde Neuhofen in der „Steyrer Straße 53“ nicht mehr den heutigen Anforderungen entspricht.

Errichtet wird auf einer Gesamtfläche von rund 6.500 m² ein Betriebsgebäude mit geräumiger Annahmehalle, Lager und Büro, weiters eine überdachte Sägezahnrampe für Großcontainer, sowie großzügige Park- und Entlademöglichkeiten zur komfortablen Abgabe von Altstoffen und Abfällen. Für Grün- und Strauchschnitt wird gleichfalls die entsprechende Infrastruktur geschaffen.

Das neue ASZ Kremstal wird ab Herbst 2018 mit kundenfreundlichen Öffnungszeiten zur Verfügung stehen und die Bevölkerung sowie Klein- und Mittelbetriebe mit einem breiten Entsorgungsspektrum versorgen. Hier werden, so wie in den 7 weiteren ASZ im Bezirk Linz-Land, über 80 verschiedene Alt- und Problemstoffe sortenrein übernommen und garantiert verwertet bzw. ordnungsgemäß entsorgt.

Foto: BAV LL

Eggendorfer Ferien(s)pass 2018

Das Programm:

- 09.-13-07.: Kindertenniskurs, UTC Eggendorf und taf tennis academy
- 16.07. : Kinderlauftreff, Elternverein und Günther Weidlinger
- 17.07. : Klettern an der Kletterwand, Alpenvereinsjugend Weißkirchen, Roland Rankl
- 19.07. : Minigolf Marchtrenk, Elternverein
- 03.08. : Nachmittag bei der Feuerwehr
- 19.08. : Ikuna, Indianerwelt, ÖVP und ÖAAB
- 16.08. : Kreativworkshop, Elternverein
- 20.-21-08.: Natürlich Kreativ, Erleben mit Sinn, Gesunde Gemeinde Gerald Eckerstorfer & Ybolya Vass
- 24.08. : Vormittag am Kindergartenspielplatz, Elternverein

Die Anmeldung ist verbindlich und erfolgt ausschließlich online auf unserer Homepage
www.eggendorf.at

Taxigutscheine für Jugendliche

Die Taxi-Gutscheine für das 2. Halbjahr, können ab sofort zu den Amtszeiten am Gemeindeamt abgeholt werden.

W i r g r a t u l i e r e n . . .

Familie Jenny und Christian Zeintl zur Geburt Ihrer Tochter Greta Rosa

Hr. Rudolf Grüblinger zum 85. Geburtstag

Frau Johanna Kaiblinger zum 80. Geburtstag

Herr Karl Klebinder zum 85. Geburtstag

www.gourmetfein.com

gourmetfein
So muss das schmecken.

SO FEIERT MAN HEUTE

INDIVIDUELLE PARTYBOX ZUSAMMENSTELLEN UND BEIM AB-HOF-PARTNER IN EGGENDORF ABHOLEN!

SO FUNKTIONIERT'S

GOURMETFEIN ONLINE SHOP

Leberkäse Partybox mit Ihren Lieblingssorten unter **www.gourmetfein.com** zusammenstellen.

Kostenlose Lieferung zur Abholstation in Eggendorf:

Robert Neubauer
Obere Dorfstraße 6/2, 4622 Eggendorf
Abholung Freitags 14.00 - 17.00 Uhr

Holen Sie sich Ihre Partybox zur gewählten Uhrzeit bei der Abholstation in Eggendorf ab.

Jetzt online Ihre persönliche Leberkäse Partybox zusammenstellen!

EINZIGARTIGES PARTYMENÜ

Mit den Leberkäseblöcken im praktischen 1 kg Format zum Aufbacken für zuhause können Sie in 90 Minuten ein ausgefallenes Partymenü für ca. 20 Personen zaubern. Während der Leberkäse im Backrohr brät haben Sie Zeit für Ihre Gäste.

Gemeinsam für ein sauberes Eggendorf

Am Freitag, 23.03.2018 wurde wieder unsere obligate Flurreinigung durchgeführt. Knapp 40 Teilnehmer, davon wieder eine Vielzahl an Kindern, rückten mit Müllsäcken aus und säuberten unser Eggendorf. Aludosen, Glasflaschen, Papier- und Plastikmüll, auch Alteisen – das alles war zu finden, was im Laufe des Vorjahres von „Umweltsündern“ achtlos weggeworfen wurde.

BM Walter Schiller und Strigl Fritz sammelten die gefüllten Müllsäcke mit den Traktoren auf. Anschließend gab´s wieder einen Imbiss und ein Getränk beim Gasthaus „Silos“.

Herzlichen Dank an alle Helfer die hier mitgewirkt haben.

Aus der Musikkapelle

Am 16. Februar 2018 legte unser Musikkollege Lukas Geistberger in Marchtrenk die Prüfung für das Jungmusiker-Leistungsabzeichen in Gold am Schlagwerk ab.
Er erreichte ein Ergebnis „mit sehr gutem Erfolg“, wozu ihm an dieser Stelle herzlich gratuliert wird.
Ende April/Anfang Mai bat die Musikkapelle wieder um Spenden beim „Maiblasen“.
An dieser Stelle ein „Herzliches Dankeschön“ an die Bevölkerung, die sich wieder sehr großzügig gezeigt hat. Das Geld wird für dringend notwendigen Instrumentenkauf, Reparaturen, Bekleidung und Jungmusikerausbildung verwendet.
Sonntag, der 6. Mai 2018 stand im Zeichen der Feuerwehr. Die Musikkapelle eskortierte die Eggendorfer Feuerwehr zur Florianimesse und anschließend wieder hinunter zum Gemeindeamt.
Auf Einladung des neuen Feuerwehrkommandanten René Kern gab es im Gasthaus zur Schütt bzw. Pizzeria Silo´s einen Umtrunk.
Astrid Neubauer, die frischgebackene Stabführerin hatte dabei ihre Feuertaufe, die sie meisterhaft bestanden hat. Und gleich am letzten Mai d.J. führte sie die Fronleichnamsprozession an der Spitze der Musikkapelle an.
Kapellmeister Bernhard Neubauer hat beruflich oft in Tirol zu tun und bei dieser Gelegenheit mit der BMK (Bundesmusikkapelle) Steinberg am Rofan eine Verbindung geknüpft.
So werden die Tiroler Ende Mai nach Eggendorf kommen und anlässlich des Sonnwendfeuers im Dratholz (Anwesen des Bürgermeisters) bei uns konzertieren.

DI Alois Duschlbauer

KULTUR IM DORF

KULTUR IM DORF

KABARETT

Der **URLAUB** ist vorbei, oder **ANDERSRUM** gesagt: Wenn der KAMMERHOFER kurz nach der anstrengenden **PIRSCH** auf wohlverdiente **KUR** geht und dort seinem geliebten Schatten **LEIDER NICHT** begegnet, dann heißt es **„BITTE WARTEN“.**

Mit anderen Worten … Walter konzentriert sich! Über 12 Stunden KAMMERHOFER, in knapp 111 Minuten.

Dazu Walters WARNUNG:
Dieser konzentrierte Angriff auf Ihre Lachmuskeln findet ohne Atempause statt. Bitte atmen Sie zuhause vor.

Freitag, 14. September 2018
19:3o Uhr
Kulturzentrum Eggenorf
Eintritt: € 19,-

Vereinsinformation

Trachtensonntag und die Heilige Notburga

Ein schöner Brauch der seit den 1980er Jahren vielerorts gepflegt wird, ist der Dirndlgwand- bzw. Trachtensonntag. An diesem besonderen Tag sind alle Dorfbewohner aufgerufen, in Tracht oder Lederhose zum Gottesdienst zu kommen und dann ein gemeinsames, fröhliches Fest zu feiern.

Historisch gesehen ist die Verbindung von Tracht und Sonntag naheliegend, war es doch früher üblich, am Sonntag das festlichste Kleid für den Kirchgang aus dem Schrank zu holen. Eng damit verbunden ist auch die Heilige Notburga, Schutzpatronin der Tracht. „Zuständig" insbesondere für Bauern, Dienstmägde und Bedürftige, für den Feierabend und die Sonntagsruhe, für Zivilcourage und Demut. Notburga ist immer, in Hemd, Kittel und Schürze, der Grundform des Dirndls dargestellt. Ihr Gedenktag wird im September gefeiert.

Tracht ist eine besondere Kleidung, ein wertvolles Kulturgut, das gepflegt gehört und vor allem, ist sie die sichtbare Identität mit unserer Heimat. Tracht verbindet und auch unsere Eggendorfer Ortstracht spiegelt die lebendige Zusammengehörigkeit in unserem Dorf wieder.

Wir Goldhaubenfrauen möchten schon heute alle EggendorferInnen am 2. September 2018 zum **1. Trachtensonntag** in unserem Dorf einladen und ersuchen, den Termin vorzumerken!

Wir feiern nach dem Festgottesdienst mit einem zünftigen Frühschoppen. Für reichlich Speis und Trank und so manche Überraschung wird gesorgt. Die Musikkapelle liefert den nötigen Schwung dazu. Wir freuen uns schon heute auf ein schönes gemeinsames Trachtenfest!

Edith Fiedler

Philipp Kaltenbrunner bei den nationalen Special Olympics Sommerspielen

Vom 8. Bis 11. Juni 2018 fanden in Vöcklabruck und Umgebung die nationalen Special Olympics Sommerspiele statt. Philipp Kaltenbrunner aus Eggendorf nahm an den 5Km- und 10 Km- Radrennen teil. Philipp erreichte beim 5 Km-Rennen in der Division M7 Kategorie M4 den tollen zweiten Platz und beim 10 Km-Rennen in der Division M4 Kategorie 4 den 4. Platz.

Herzliche Gratulation zur tollen Leistung!

Nach dem Rennen, Philipp mit seinem Fanclub

Vortrag von Frater Philipp Wögerbauer
vom Stift Kremsmünster
am 12. Juli 2018 um 19.45 Uhr
im Treffpunkt AVE, Eggendorf im Traunkreis

Unter dem Titel „Mein Herz wird nicht dement“
spricht Frater Philipp Wögerbauer über den Alltag
in der Betreuung eines pflegebedürftigen Mitbruders.

Neben Tipps für Betreuer und Betroffene möchte er vor allem Bewusstsein
dafür schaffen, dass Demenzkranke Bedürfnisse haben,
auch wenn sie diese nicht artikulieren können.
Frater Philipp betont, selbst keine pflegerische Ausbildung zu haben;
er möchte seine Erfahrungen weitergeben und mitteilen,
welche Einsichten er durch die Beschäftigung mit diesem Thema gewonnen hat.

Hubert und Erich von der KMB-Eggendorf haben diesen Vortrag besucht
und waren überwältigt von den fachlich und sachlich fundierten
Ausführungen von Frater Philipp.

Jeden kann diese Krankheit treffen.
Sowohl persönlich als auch als pflegender Angehöriger.
Wenn das Gedächtnis nachlässt?
Wenn der Kranke seine Angehörigen nicht mehr erkennt?
Wenn pflegende Angehörige hilflos sind?
Wie reagiere ich?
Bin ich wirklich hilflos?
Demenz braucht Kompetenz und Liebe.

19.00 Uhr Vorabendmesse mit Pater David
19.45 Uhr Vortrag von Frater Philipp Wögerbauer, anschl. Diskussion
Eintritt: freiwillige Spenden
Beschränkte Teilnehmerzahl / Anmeldung unbedingt erforderlich.
Hubert Felber-Größwang 0699 / 17 30 99 10 oder hubert@kalligrafie.at

Freiwillige Feuerwehr Eggendorf im Traunkreis

HELDEN GESUCHT!

Auch die Kleinen sind für unsere Feuerwehr sehr wichtig!
Wolltest du schon immer gerne mal Feuerwehrfrau/-mann sein?
Dann bist du in unserer Jugendfeuerwehr genau richtig! Bei uns lernst du Grundlagen für Brandeinsätze und technische Hilfeleistung. Für die Kameradschaftspflege werden viele weitere Veranstaltungen wie Zeltlager und Ausflüge organisiert.
Wenn du zwischen 10 und 16 Jahre alt bist und gerne im Team arbeitest, dann schau doch mal bei uns vorbei.
Unsere Übungsstunden finden wieder ab September 2018 jeden Freitagabend statt.

Wir freuen uns auf neue Kameraden!
Die Jugendfeuer von der Freiwilligen Feuerwehr Eggendorf im Traunkreis

Für weitere Informationen steht unser Jugendbetreuer, Maximilian Mühlberger, gerne zur Verfügung.
Tel. 0676/844766310

08. September Beginn 14:00

Sportplatz Eggendorf

Für alle Kinder von 2-12 Jahren

Kostenlose Teilnahme! Anmeldung bis 02. September
am Gemeindeamt oder auf www.eggendorf.at

„Schritt für Schritt gesund und fit“

Die Weichen für ein gesundes Leben werden in der Kindheit gestellt. Lebensgewohnheiten, die für die Gesundheit nicht unbedingt förderlich sind, die man sich in jungen Jahren aneignet, können im Erwachsenenalter, auch wenn es notwendig wäre, nur sehr schwer verändert werden.

Aus diesem Grund hat sich der Arbeitskreis der Gesunden Gemeinde entschieden, in den nächsten drei Jahren die Zielgruppe 1,5 – 10-Jährigen zum Schwerpunkt zu setzen. Gemeinsam mit den örtlichen Bildungseinrichtungen (Krabbelstube, Kindergarten, Schule und Nachmittagsbetreuung) sind wir bemüht unser Programm auszubauen.

Schritt für Schritt wollen wir als Gesunde Gemeinde mit unseren Aktivitäten den Bürgerinnen und Bürgern eine Unterstützung für ein gesünderes und fitteres Leben sein.

Die Aktivitäten außerhalb der Zielgruppe wie Fit im Winter, Lauftreff, Nordic Walking & smoveyWALK, Volleyball, Beckenbodengymnastik, Yoga etc. werden natürlich weiterhin angeboten.

Am 8.9.2018 findet die diesjährige Kinderolympiade statt. **Wenn auch du, egal welcher Altersgruppe Interesse hast, uns zu unterstützen (ca. 3 Stunden nachmittags) melde dich bitte auf der Gemeinde bei Martina Neuffer. Wir können deine Hilfe sehr gut gebrauchen!**

Karin Dipolt, Arbeitskreis Gesunde Gemeinde

Die Gesundheit unserer Kinder

Der natürliche Bewegungsdrang unserer Kinder ist uns allen bekannt. Ball spielen, klettern, springen, laufen, fallen, aufstehen und weitermachen! Kinder bewegen sich aus Lust an Bewegung, trainieren dabei die Muskulatur, verbessern die Motorik, erlernen Bewegungsmuster (Koordination), bringen den Blutkreislauf und das Lymphsystem in Schwung, bauen Gifte und Stoffwechselabfälle ab und nicht zuletzt wird durch die Ausschüttung von Glückshormonen, sowie der Abbau von Stresshormonen die psychische Gesundheit erhalten.

Die technischen Entwicklungen, die digitalen Welten mit all ihren Facetten bringen neben fantastischen Möglichkeiten, leider auch mit sich, dass man sich zum Beispiel für soziale Interaktion mit Freunden nicht mehr zwingend in BeWEGung setzten muss. Die Folgen sind bekannt: krankhaftes Übergewicht, Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes mellitus, vorzeitige Beschwerden im Bereich des Bewegungsapparates usw.

Bewegung allein ist nicht genug!

Ebenso wichtig ist die richtige Ernährung, wodurch dem Körper wichtiges Baumaterial zugeführt wird. Fette und Eiweiße werden gebraucht um neue Zellen zu bilden, die dann wiederum das Wachstum des Kindes ermöglichen. Vitamine, Mineralien, Spurenelemente bedienen die unterschiedlichsten Funktionen und Abläufe im Körper. Durch eine ausgewogene Mischkost mit hohen pflanzlichen Anteilen, wird ein optimales Wachstum sowie eine Stärkung der Gesundheit erreicht.

Durch einseitige Ernährung jedoch kann es zu einem Mangel an bestimmten Nährstoffen kommen, woraufhin der Körper oft mit Symptomen antwortet. Müdigkeit und Blässe können ein Zeichen für Eisenmangel sein. Vitamin-D-Mangel kann sich durch Müdigkeit, Infektanfälligkeit oder Hautprobleme äußern.

Kinder werden krank und das ist gut so!

Der Kontakt mit Erregern ist für die Entwicklung von Gesundheit von großer Bedeutung. Durch die Medizin hat der Mensch eine Fähigkeit entwickelt in Krankheitsverläufe einzugreifen. Wir haben nun die Möglichkeit schwerwiegende Entwicklungen abzuwenden und Komplikationen zu vermeiden. Aus meiner Sicht, ist ins besondere bei Kindern, die Therapieentscheidung nicht einfach, da man nicht immer auf klare Richtlinien zurückgreifen kann. Hier genieße ich als Hausarzt den Umstand, dass ich oft das biopsychosoziale Umfeld kenne und auf dessen Basis eine individuelle Therapieentscheidung treffen kann. Das "Kranksein" erleben zu dürfen, hat vor allem bei Kindern, eine wichtige Funktion. Das Immunsystem wird trainiert.

Aus meiner persönlichen Erfahrung heraus, kann ich voller Überzeugung vertreten, dass vorwiegend pflanzliche und unverarbeitete Kost die Häufigkeit sowie den Verlauf von Erkrankungen verbessern kann.

Gesunde Kinderernährung

Kinder wachsen und brauchen daher mehr gesunde Fette und Eiweiße als Erwachsene. Gute Lieferanten dafür sind Walnüsse, Mandeln, Avocado, Kürbiskerne, Sesamsamen, Chiasamen, Kokosnuss, Oliven usw. Auch gegen Fleisch als Eiweißquelle ist grundsätzlich nichts einzuwenden. Hier sollte man aber ganz besonders auf die Herkunft achten. In unserer Region sollte das aufgrund der Vielzahl an ausgezeichneten landwirtschaftlichen Betrieben kein Problem sein.

Die wichtigste Energiequelle bei Kindern sind die Kohlenhydrate. Hier sollte man unbedingt auf die Qualität achten. Sogenannte „Leere" Kohlenhydrate wie raffinierte Zucker, Weißmehle (Nudeln, Pizza, Gebäck, usw.) sollten nur einen kleinen Anteil in der täglichen Ernährung haben. Diese einfachen Zuckermoleküle werden zu schnell und direkt über den Darm in das Blut aufgenommen und führen zu Blutzuckerspitzen, woraufhin Insulin verstärkt ausgeschüttet wird. Insulin senkt den Blutzuckerspiegel, indem es den Zucker in die Zellen transferiert. Da der Zucker oft nicht sofort zur Energiegewinnung gebraucht wird, wird er gespeichert. Überschüssige Zuckermoleküle werden jedoch in Fett umgewandelt und ebenfalls, leider in allzu gut bekannten Körperregionen eingelagert.

„Guter" Zucker findet sich im Obst und Trockenfrüchten. Die enthalte Fructose ist für Kinder eine ausgezeichnete Energie- und Nährstoffquelle. Mehrfach-Zucker wie Stärke (z.B. Kartoffel), müssen bevor sie über die Darmwand aufgenommen werden können, erst enzymatisch zerkleinert werden, was zu einem deutlich moderateren Blutzuckeranstieg führt und als Nebeneffekt ein längeres Sättigungsgefühl beschert.

Wie man sieht, gibt es unzählige Gründe, warum die Ernährung für die Gesundheit der Kinder so wichtig ist. Durch diesen Beitrag möchte ich ermutigen auf nähr- und vitalstoffreiche Kost bei unseren Kindern zu achten. Großer Wert sollte auf Regionalität und Saisonalität gelegt werden und am besten gelangt unverarbeitete Kost in die Münder unserer Kinder...aber auch in unsere Eigene!

Geschrieben für die Gesunde Gemeinde von:
Dr. Peter Pichler, Allgemeinmediziner, zuständiger Gemeindearzt in Sipbachzell

Die Sonne und der Mensch

Wir alle wissen ohne Sonne gibt es kein Leben. Schon in vorchristlichen Zeiten gab es den Sonnenkult und den Sonnengott. In der heutigen hektischen Zeit vergisst man sehr oft die Anbindung zur Natur und wie wichtig die Sonne für unser Leben ist.

In erster Linie spendet die Sonne, Licht und Wärme, welches wir nicht sehen können. Im kurzwelligeren Frequenzbereich ist das Ultraviolette-Licht, welches für den Stoffwechsel bei Mensch, Tier und Pflanze notwendig ist. Im langwelligeren Frequenzbereich das Infrarote-Licht, welches als Wärmestrahlung zu uns kommt.

Auch die Sonnendauer pro Tag hat Einfluss auf unseren Tagesablauf. Im Winter mit weniger Sonnenstunden wird früher das Hormon Melatonin ausgeschüttet was dem Körper die Schlafphase signalisiert. Das Serotonin ist für die Wachphase zuständig. Deshalb sind wir im Sommer agiler als im Winter wenn wir die natürlichen Zyklen so akzeptieren würden. In der Praxis ist es jedoch so, dass Blaulicht die Ausschüttung von Melatonin verhindert und wir zu weniger Schlaf gelangen, da wir uns am Abend mit Blaulicht in Form von Fernsehen, Handy, PC, Laptop und anderen elektronischen Spielen beschäftigen.

Auf einen weiteren Punkt, welche die Sonne betrifft möchte ich ebenfalls zu sprechen kommen. Es geht um das Vitamin D3. Wir Menschen produzieren das Vitamin D3 selbst, über die Sonnenstrahlung auf die Haut und Augen. Dies funktioniert nur wenn wir direkter Sonnenstrahlung ausgesetzt sind. Über Glas, Sonnenbrillen, Brillen und Kontaktlinsen kann kein UV Licht durchdringen und daher kein Vitamin D3 produziert werden. Daher sollte man Sonnenbrillen nur wenn es notwendig ist verwenden. Eine tägliche Versorgung an Vitamin D3 ist gegeben, wenn man die halbe Zeit in der Sonne ist, die die Haut brauchen würde um sich zu röten. Wenn man dies in mehreren Etappen macht ist möglicherweise auch kein Sonnenöl oder eine Sonnenmilch notwendig.

Warum ist das Vitamin D3 so wichtig? Unser Körper braucht es für die Knochengesundheit, als Zellschutz, für die Organgesundheit, für die Muskelfitness, zur Immunstärke, als Nervenschutz und für das Wohlbefinden. Der optimale Vitamin D3 Wert lässt sich über das Blut bestimmen und liegt bei 40-60 ng/ml. Die Sonne ist ein wunderbarer Planet in unserem Universum, vergessen wir nicht die Selbstverständlichkeit von Licht und Wärme, die er spendet.

Es freut mich, dass Sie diesen Artikel gelesen haben und hoffe Ihnen ein paar Tipps für den Sommer mitgegeben zu haben.

Geschrieben für die Gesunde Gemeinde von:
Gerhard Esterer, Naturheiltherapeut, www.Ganzheitliche-Behandlung.at

Aktivitäten: Gesunde Gemeinde

Änderungen vorbehalten

Lauftreff Für Anfänger und Fortgeschrittene – immer freitags				
ab Fr., 30.3.18; 18 Uhr	Sportplatz	Thomas Krupa	0650 / 3070177	kostenlos
Nordic Walking & smoveyWALK Für Anfänger und Fortgeschrittene – immer mittwochs				
ab Mi., 28.3.18; 18 Uhr	Sportplatz	Kurt Winzer	0660 / 8168806	kostenlos
Bewegung und Gymnastik ab 55 „Bewegungsvielfalt“				
ab Di., 14.8.18; 18 Uhr	Eggendorf	Margot Brucker	SMS: 0650 / 8267245 margot.brucker@gmail.com	€ 40,- 4x 1 h
Volleyball Für alle Hobby Beachboys and Girls				
ab Mo., 1.10.; 19:30 Uhr	Turnsaal	Gerald Eckerstorfer	0680 / 3075305	kostenlos
Yoga Entspannung, Pranayama, Kurzmeditationen, Asanas				
ab Mo., 10.9.; (24.9. und 1.10. entfällt) 9:30 Uhr 17:30 Uhr 19:30 Uhr	Treffpunkt AVE	Hermine Wöss	0680 / 2445465 hermine.woess@gmx.at	€ 70,- 10x 1,5 h
Fit im Winter Das “ganzheitliche Training”				
ab Fr., 2.11.18; 19 Uhr keine Anmeldung erforderlich	Turnsaal	Thomas Krupa	0650 / 3070177	€ 4,-

Spielegruppe Spielerisch können sich Eggendorfer Kleinkinder (bis 4 Jahre) und Eltern kennenlernen				
ab Do., 11.10.18; 10:15 Uhr	Volksschule	Alexandra Jentner	0664 / 3534688	kostenlos
Eltern-Kind-Turnen Eggendorfer Kinder (2-6 Jahre) gehen mit ihren Eltern auf Entdeckungsreise				
ab Fr., 8.10.18; 15:30 Uhr (26.10. und 2.11. entfällt)	Turnsaal	Martina Kufleitner	0676 / 3671401	kostenlos 8x 1,5 h
TuTaYo – Turnen, Tanzen, Yoga Kinder in Bewegung in Eggendorf - für Kinder zwischen 5 und 10 Jahren				
ab Di., 14.8.18; 16:30 Uhr	Wiese oder Turnsaal	Margot Brucker	SMS: 0650 / 8267245 margot.brucker@gmail.com	€ 32,- 4x 1 h

Inserate

Urlaubsinformation Dr. Peter Pichler / Sipbachzell
Ordination geschlossen von : 28.06.2018 bis 02.07.2018
wieder geöffnet ab Dienstag 03. 07.2018
30.07.2018 bis 15.08.2018
ACHTUNG! Nächste Ordination Donnerstag 16.08.2018
Sonderöffnungszeit von 15:00 bis 19:00 Uhr

RICO

Bewirb dich jetzt unter
www.rico.at/lehre

Wir freuen uns auf dich!

Lehre mit optimaler Passform.

Du willst mit deiner Arbeit etwas bewegen? Bei Rico bieten wir dir eine Ausbildung mit optimaler Passform – in einer absoluten Zukunftsbranche.

MetalltechnikerIn Werkzeugbau
Lehrzeit 3,5 Jahre / Lehrlingsentschädigung EUR 576,65 (1. Lehrjahr)

KunststoffformgeberIn
Lehrzeit 3 Jahre / Lehrlingsentschädigung EUR 576,65 (1. Lehrjahr)

Schon gewusst?
Bei uns kannst du eine Lehre mit Matura machen oder eine Doppellehre als MetalltechnikerIn Werkzeugbau und KunststoffformgeberIn absolvieren.

RICO Elastomere Projecting GmbH
zH Fr. Wögerbauer
Am Thalbach 8, 4600 Thalheim/Wels

SCHNALZENBERGER
Flachdach- & Abdichtungstechnik

Allhaming 49
4511 Allhaming
+43 660 3001319
m.schnalzenberger@gmail.com

ICH BIETE IHNEN
HANDWERK MIT HANDSCHLAGQUALITÄT:

- Garagen-, Carport- & Terrassenabdichtung
- Spengleranschlussarbeiten
- Dachreparaturdienst

Kontaktieren Sie mich gerne telefonisch für einen ersten Besichtigungstermin.

Ihr Spengler aus der Umgebung,
Matthias Schnalzenberger

Termine/Impressum

WANN	WAS	WER
1. Juli 2018	Jubelhochzeiten	Pfarre
3. Juli 2018	Knitteln beim Lindlbauer	Seniorenbund
5. Juli 2018	Volksschule trifft Heimatmuseum	Kultur im Dorf
09.-13. Juli 2018	Kindertenniskurs UTC	UTC-Eggendorf
16. Juli 2018	Ferienpass Kinderlauftreff	Elternverein
19. Juli 2018	Ferienspass Minigolf	Elternverein
28.-29. Juli 2018	Ausflug Musikkapelle	PV-Verband
03. August 2018	Ferienspass Feuerwerhr	Feuerwehr
08. August 2018	Goldhaubenstammtisch 19:00 Uhr	Goldhauben
09. August 2018	Ferienspass IKUNA	ÖVP
15. August 2018	Kräuterweihe	Pfarre
16. August 2018	Ferienspass Kreativworkshop	Elternverein
20.-21. August 2018	Ferienspass Natürlich Kreativ	Gesunde Gemeinde
24. August 2018	Ferienspass Spielplatz	Elternverein
26.August 2018	FF-Knittelwerfen	Feuerwehr
01.September 2018	Feuerwehr Großübung	Feuerwehr
02. September 2018	Eggendorfer Trachtensonntag	Goldhauben
02. September 2018	FF-Knittelwerfen Ersatztermin	Feuerwehr
08. September 2018	Oktoberfest UTC	UTC
08. September 2018	Kinderolympiade	Gesunde Gemeinde
09. September 2018	Bergemsse	Pfarre
12. September 2018	Goldhaubenstammtisch 19:00 Uhr	Goldhauben
14. September 2018	Kabarett Best of Kammerhofer	Kultur im Dorf
15. Septermber 2018	Herbstwanderung	Eggendorfer Faschingsnarren
20. September 2018	Herstbausflug Seniorenbund	Seniorenbund
21. September 2018	Bauernmarkt	

Impressum:

Medieninhaber/Eigentümer/Herausgeber und Redaktion: Gemeinde Eggendorf, Obere Dorfstraße 4, 4622 Eggendorf i.Trk., Tel.07228/7265, Web: www.eggendorf.at, E-Mail: gemeinde@eggendorf.ooe.gv.at
Fotos: Gem. Eggendorf i.Trk., priv.
Titelseite/Rückseite: pixabay.de Rest namentlich gekennzeichnet
Druck: 4622 Eggendorf i.Trk.
Erscheinungs- u. Herstellungsort: 4622 Eggendorf i.Trk.

Redaktionsschluss:

Juli-September 2018= 06.09.2018