



# KALTENBERGER Gemeindenachrichten

Oktober 2021



Foto: Gemeinde Kaltenberg; Schulanfänger 2021



## INHALT

Wahlergebnisse

Termine

Neues von der Union

Sitzungsergebnisse

Spielgruppe

News Feuerwehren

Impfstraßen

Bücherei

Standesmeldungen



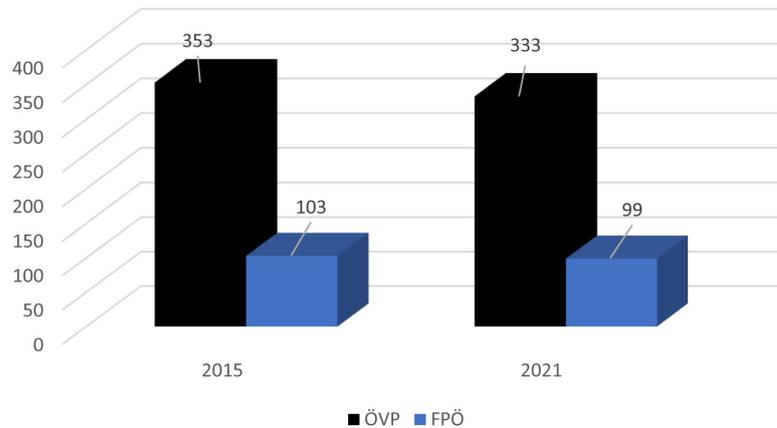
# Ergebnisse der Landtags-, Gemeinderats- und Bürgermeisterwahlen am 26. September 2021

## Gemeinderat

|                     |         |
|---------------------|---------|
| Wahlberechtigte:    | 506     |
| Abgegebene Stimmen: | 456     |
| Gültige Stimmen:    | 432     |
| Ungültige Stimmen:  | 24      |
| Wahlbeteiligung:    | 90,12 % |

Der neue Gemeinderat setzt sich aus 10 Mandaten für die ÖVP und 3 Mandaten für die FPÖ zusammen.

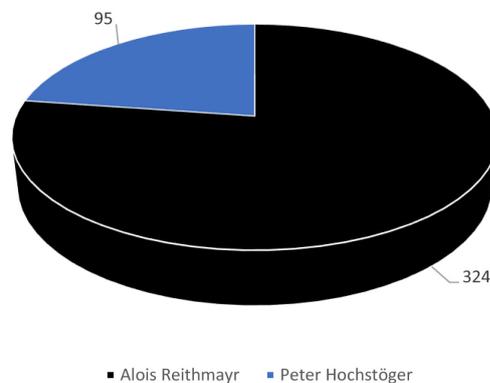
Im Diagramm sind die Vergleichswerte mit der Gemeinderatswahl 2015 dargestellt.



## Bürgermeister

|                     |         |
|---------------------|---------|
| Wahlberechtigte:    | 506     |
| Abgegebene Stimmen: | 456     |
| Gültige Stimmen:    | 419     |
| Ungültige Stimmen:  | 37      |
| Wahlbeteiligung:    | 90,12 % |

Alois Reithmayr wurde mit 324 JA-Stimmen zum Bürgermeister gewählt.

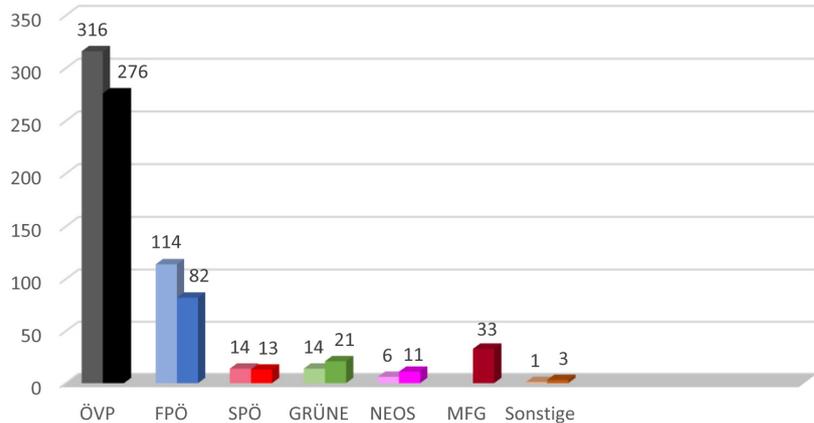


## Landtag

|                     |         |
|---------------------|---------|
| Wahlberechtigte:    | 500     |
| Abgegebene Stimmen: | 454     |
| Ungültige Stimmen:  | 15      |
| Wahlbeteiligung:    | 90,80 % |

Im Diagramm sind die Vergleichswerte mit der Landtagswahl 2015 dargestellt.

Der hellere der beiden Balken je Partei steht für den Wert aus 2015.



## Bgm. Alois Reithmayr

Mit über 90 % Wahlbeteiligung möchte ich mich für euer hohes Demokratieverständnis am Wahlsonntag recht herzlich bedanken. Der kurze Wahlkampf wurde von allen Wahlwerbern sehr fair durchgeführt. Dadurch ist der beste Grundstein für ein gemeinsames Weiterarbeiten gelegt. Das Wahlergebnis sehe ich als Wertschät-

zung unserer geleisteten Arbeit, aber auch als Arbeitsauftrag für unsere Zukunft mit großer Verantwortung. Das heißt für mich, mit aller Kraft mit einem starken Team - den GemeindemitarbeiterInnen, dem Gemeinderat und gemeinsam mit euch, liebe Kaltenbergerinnen und Kaltenberger - für unser Allgemeinwohl in der Gemeinde weiter zu arbeiten.

Ich bitte die Bevölkerung auch in Zukunft

weiterhin um Mithilfe und Beteiligung.

Ich biete natürlich auch jenen, bei denen ich als Bürgermeister keine Zustimmung gefunden habe, bei Anliegen und Problemen meine Unterstützung und Hilfe entsprechend den mir zur Verfügung stehenden Mitteln an.

Danke für euer Vertrauen!



## Sitzungsergebnisse vom 7. September

1. Der Prüfbericht des Prüfungsausschusses vom 26. August 2021 über die Prüfung des 1. Nachtragsvoranschlages und des Mittelfristigen Ergebnis- und Finanzierungsplanes wurde zur Kenntnis genommen.
2. Der Gemeinderat hat den 1. Nachtragsvoranschlag und den MEFP inkl. aller erforderlichen Bestandteile und Ordnung gem. § 9 der Oö. Gemeindehaushaltsordnung beschlossen.
3. Die Änderung Nr. 8 des Flächenwidmungsplanes Nr. 3 und der Änderung Nr. 5 des ÖEK Nr. 2 in Tischberg wurde einstimmig genehmigt.
4. Der Tagesordnungspunkt „Änderung Nr. 9 des Flächenwidmungsplanes Nr. 3 in Kaltenberg – Bereich Sportplatz; Grundsatzbeschluss“ wurde abgesetzt.
5. Der Bericht des Bauausschusses wurde vom Gemeinderat zur Kenntnis genommen.
6. Das Beratungsprotokoll des Klimabündnis OÖ über diverse Klimaanpassungsmaßnahmen in der Klimabündnisgemeinde Kaltenberg wurde zur Kenntnis genommen.
7. Beim Projekt „Beschattungsmaßnahmen beim Freizeitzentrum“ wurde der Auftrag für die Anschaffung von Markisen an den Billigstbieter, die Fa. Sonnenschutz Rainer, Unterweißenbach, mit einer Auftragssumme von € 18.200,00 vergeben.
8. Die Arbeiten für das Projekt „Umstellung Straßenbeleuchtung auf LED“ wurden an den Billigstbieter, die Fa. Elektro Ebner, Perg, mit einer Auftragssumme von € 5.334,62 vergeben.
9. Der Finanzierungsplan zum Projekt „Volksschule – div. Sanierungsmaßnahmen (Innen-/Außenbereich)“ wurde einstimmig angenommen.
10. Die Vergabe von Arbeiten beim Projekt „Volksschule – div. Sanierungsmaßnahmen (Innen-/Außenbereich)“ wurden im Zuge der Direktvergabe an folgende Firmen erteilt:  
Ruhaltinger, Weitersfelden, (€ 8.790,00),  
Spitzer, Attersee (€ 13.298,23),  
Mayr, Scharnstein (€ 8.225,12) und  
STG Elektro, Kaltenberg (€ 2.154,80).

## Pop-Up-Impfungen im Bezirk Freistadt

- 25.09.2021 **Gutau**, 9.00 - 12.00 Uhr  
GH Oyrer, Marktplatz 7  
**Sandl**, 14.30 - 17.00 Uhr  
Gemeindeamt, Sandl 24
- 02.10.2021 **Pierbach**, 9.00 - 12.00 Uhr  
Turnsaal VS Pierbach
- 09.10.2021 **St. Leonhard**, 9.00 - 12.00 Uhr, Kulturzentrum  
St. Leonhard, Schulstraße 9  
**St. Oswald**, 14.30 - 17.00 Uhr; VS St. Oswald
- 12.10.2021 **Hagenberg**, 09.00 - 12.00 Uhr; Parkplatz bei Bibliothek, 13.00 - 15.00 Uhr; Softwarepark 12
- 13.10.2021 **Liebenau**, 12.30 - 15.00 Uhr; Pfarrsaal Liebenau  
**Weitersfelden**, 17.00 - 20.00 Uhr, Gemeindeamt



## Termine

- 06.10. Betriebsanlagen-Sprechtag, BH Freistadt, telef. Voranmeldung (07942/702-62501)
- 12.10. Eltern-Mutterberatung im Familienzentrum Unterweißenbach, 14.30 – 16.30 Uhr
- 17.10. Familienwandertag
- 18.10. Bauverhandlung
- 18.10. - Österreich liest
- 25.10. und Herbstausstellung Bücherei
- 18.10. Seniorensprechtag, GH Fürst, 11.00 – 12.00 Uhr
- 18.10. Sprechtag der Sozialversicherung der Selbständigen, 8.00 – 12.00 Uhr, WKO Freistadt, Anmeldung unter T 050-808 808, [www.svs.at/beratungstage](http://www.svs.at/beratungstage)
- 18.10. Betriebsanlagen-Sprechtag, BH Freistadt, telef. Voranmeldung (07942/702-62501)
- 19.10. Workshop für Betriebsgründer, WKO Freistadt, 14.00 – 17.00 Uhr, Anmeldung unter Tel. 05-90909-5200 oder E-Mail [freistadt@wkoee.at](mailto:freistadt@wkoee.at)
- 29.10. Betriebsanlagen-Sprechtag, BH Freistadt, telef. Voranmeldung (07942/702-62501)
- 30.10. Fußballfahrt zum Einsiedlerkreuz, Katholische Männerbewegung, 7.30 Uhr in Hackstock



## Übungen des Österreichischen Bundesheeres

Zu einer im Raum Tiefflugstrecke Linz 8 geplanten Übung des österr. Bundesheeres wurde der Gemeinde Kaltenberg mitgeteilt, dass diese im Zeitraum von 01.09.2021 bis 31.12.2021 mit vier Eurofeighter durchgeführt wird. Die Verwendung von Knall-, Markier-, Leucht- und Signalmunition ist nicht vorgesehen. Konkret handelt es sich um LOW LEVEL AWARENESS TRAINING, Mindestflughöhe 150m/300m über Grund.



## Infos

Die Spielgruppe findet wieder jeden Montag von 9:00 bis 10:30 Uhr im Spielgruppenraum Kaltenberg (Sportplatz) statt. Alle Kinder ab 0 Jahre bis zum Kindergarten Eintritt sind herzlich eingeladen (mit einem Elternteil).  
Infos & Anmeldung bei Astrid Pichlbauer & Monika Thauerböck 0680/3152482.  
Ein herzliches Dankeschön an Maria & Ingrid, die in den letzten Jahren die Spielgruppe geleitet haben. Danke im Namen aller Kinder und Eltern.



## Sparverein

Der Sparverein sucht zwei Kassiere ab Februar 2022. Bitte bei uns im Kaltenbergerhof melden, wenn Interesse besteht, um den Sparverein wieder aufleben zu lassen.

## Öffnungszeiten

Der Kaltenbergerhof hat ab November wie jedes Jahr wieder seine Winteröffnungszeiten von November bis Mai:  
Montag und Dienstag Ruhetag (an Feiertagen geöffnet)  
Mittwoch bis Samstag statt 10:00 Uhr, ab 11:00 Uhr und Sonntag statt 07:30 Uhr ab 08:00 Uhr geöffnet!



## Bücherei

### Feringewinnspiel

29 Kinder haben heuer ihren LesePASS zum Feringewinnspiel der Bücherei am Gemeindeamt abgegeben. Alle teilnehmenden Kinder werden gebeten, in der Woche Österreich liest (welche in ganz Österreich von 18. – 24. Oktober 2021 stattfindet) ihre Preise am Gemeindeamt abzuholen! Ein herzlicher Dank gilt auch heuer wieder Georg Obereder, welcher die tollen Preise gesponsert hat.

### Ausstellung

Die Bücherei lädt wieder zum Besuch der Herbstausstellung ein. Diese kann als Ideenfunde für Geschenke zu Allerheiligen, zum Geburtstag oder für Weihnachtsgeschenke genutzt werden.

### Kinder-Erlebnis-Tag

Sehr kurzweilig war das Nähen von Leseknochen mit den Kindern am 30. August in der Volksschule Kaltenberg. Es ist erstaunlich, wie sich schon 6-jährige Kinder für das Nähen begeistern können und ihre „Knochen“ mit sehr viel Arbeitseinsatz zustande gebracht haben. Danke nochmals den freiwilligen Helferinnen Ingrid Fragner-Lieb und Daniela Hennerbichler.



Fotos: Daniela Hennerbichler

# Herbstausstellung

im Vorraum der Gemeinde

## 18. bis 25. Oktober 2021

Mo. - Fr. von 7.30 - 12.00 Uhr und  
Mo., Di. und Do. von 14.00 - 17.00 Uhr

- Kalender
- Puzzle
- Basteln
- Drachen
- Lego dots



Auf euer Kommen freut sich das Team der Bücherei!

10 % des Verkaufserlöses kommt der Bücherei zugute!



## Neues von der Union

### Familienwandertag nach Silberberg

Termin: Sonntag, 17. Oktober  
Start: 13.00 Uhr Parkplatz Kaltenberg

Route:

Parkplatz Kaltenberg - Unter Eibensteiner - Obergraben - Markersreith - Stoaninger -

Richtung Ebenort - Plessberger - Richtung Weitersfelden - Meisnester - Nader - Holln - nach Silberberg zum Lichtenwallner Hof - Labstation bei Familie Vorwagner in Silberberg 7

Rückweg am Silberberg Wanderweg - Dangerösser - Grabenbaun - zum Dorf Ebenort - Stadler - Hinterberger - Fischteich - nach Kaltenberg.

Für die Verpflegung bei der Rast- und Labstation sorgt die Dorfgemeinschaft Silberberg.

Danke für Bewirtung und Kuchenspenden an die Silberbergerinnen und Silberberger.



## Beachvolleyballschnupper-training für Kinder

Das erste Schnupper-Beachvolleyballkindertraining der Union wurde sehr gut angenommen. Teilweise versuchten sich bis zu 15 motivierte Kids in den vier Einheiten mit dem Volleyball vertraut zu machen. Aufgrund erfrischender Temperaturen konnte leider nur eine Übungsstunde im Freien durchgeführt werden, die restlichen drei wurden kurzerhand in den Turnsaal verlegt.

Ein großes DANKE gilt Bettina Moser und ihren Volleyball-Freunden für ihr Engagement bei der Vorbereitung und Durchführung des Kindervolleyballtrainings.

Auch für den Frühling 2022 sind wieder einige Übungseinheiten angedacht.



Fotos: Union Kaltenberg



**Kinderwortgottesdienst**

Wann: **3. Oktober 2021**  
Uhrzeit: **9.15 Uhr**  
im Pfarrhof

Kindgerecht beschäftigen wir uns  
an diesem Sonntag  
mit dem Thema

**Erntedank**

Kommt doch einfach vorbei!  
Wir freuen uns auf euch!

## Yogakurs in Kaltenberg

*Manchmal  
sollte man weder mit noch gegen den Strom  
schwimmen,  
sondern einfach mal aus dem Fluss klettern,  
sich ans Ufer setzen und eine Pause machen...*  
(unbekannt)



### Yoga Balance ☐ die sanfte Kraft des Yoga

Heilsames üben für Körper, Geist und Seele! Den Alltag entspannt ausgleichen.

Beginn: Montag 04.10. bis 29.11.2021  
(24.10. und 01.11. keine Yogaeinheit)  
Zeit: von 19:00 – 20:15 Uhr  
Dauer: 7 Einheiten € 56,- je 75 min  
Ort: Turnhalle Volksschule Kaltenberg  
Veranstalter Union Kaltenberg

Trainerin: Heide Hölzl 0664/164 88 83  
Massage Yoga & KlangZeit

Anmeldung bei: Anna Reithmayr 0664 877 50 94

Komme in bequemer Kleidung mit Matte, Decke und flachem Kissen!  
Ich freue mich auf Dich ☺ NAMASTE!

Hinweis Covid-19:  
Aktuell gilt in nicht öffentlichen Sportstätten die 3-G-Regel. Kurzfristige Änderungen in Bezug auf Corona-Schutzmaßnahmen behalte ich mir vor.

## Stellenausschreibungen

### Marktgemeinde Unterweißenbach

Die Marktgemeinde Unterweißenbach sucht ab 1. November 2021 eine/n Mitarbeiter/in im Verwaltungsdienst (Vertragsbedienstete/r GD 20.3) bei entsprechenden Kenntnissen ist auch Einstufung in GD 18.5 möglich. Beschäftigungsausmaß: Vollbeschäftigung mit 40 Wochenstunden oder Teilzeitbeschäftigung mit ca. 15 bis 30 Wochenstunden. Späterer Eintritt aufgrund Kündigungsfrist möglich! Bewerbungen müssen bis spätestens 4. Oktober 2021 beim Gemeindeamt eingelangt sein.

Die gesamte Ausschreibung ist auf der Homepage der Gemeinde Kaltenberg [www.kaltenberg.at](http://www.kaltenberg.at) einsehbar. Für allfällige Anfragen steht AL Roland Haslhofer (Tel.: 0664/75127330 oder 07956/7255-14) gerne jederzeit zur Verfügung.

### Bezirksseniorenheim Unterweißenbach

Das BSH Unterweißenbach hat zur Besetzung ab 18. Oktober 2021 eine/n MitarbeiterIn der Verwaltung (Teilzeit, 12 Wochenstunden) und eine/n SachbearbeiterIn (Teilzeit, 20 Wochenstunden) ausgeschrieben. Die Ausschreibungsmodalitäten sind im Internet [www.shvfr.at](http://www.shvfr.at) und auf der Homepage der Gemeinde Kaltenberg einsehbar.

Schriftliche Bewerbungen inkl. Bewerbungsbogen sind bis spätestens 10. Oktober 2021 an das BSH Unterweißenbach, Markt 3, 4273 Unterweißenbach oder per Mail an [bsh-unterweissenbach.post@shvfr.at](mailto:bsh-unterweissenbach.post@shvfr.at) zu übermitteln.

### Bezirksseniorenheim Freistadt

Das Bezirksseniorenheim Freistadt sucht 1 Koch/Köchin (Teilzeit – 20 WStd.) ab 1. November 2021 und Übernahme der



Küchenleitung ab 1.11.2023 (Vollzeit, 40 WStd.).

Bewerbungsbögen und weitere Auskünfte sind auf der Homepage der Gemeinde Kaltenberg sowie im Internet unter [www.shvfr.at](http://www.shvfr.at) oder im BSH Freistadt unter der Telefonnummer (07942-75711-3001) erhältlich.

Die schriftliche Bewerbung inkl. Bewerbungsbogen ist bis spätestens 15. Oktober 2021 an das Bezirksseniorenheim Freistadt, Frau HL Luzia Hemetsberger, Kaspar-Schwarz-Straße 22, 4240 Freistadt oder per Mail an [bsh-freistadt.post@shvfr.at](mailto:bsh-freistadt.post@shvfr.at) zu übermitteln!

## Achtung Wildwechsel!

### Der Herbst erfordert besondere Vorsicht im Straßenverkehr.

Jetzt, wo die Tage wieder kürzer werden, steigt die Gefahr des Zusammentreffens mit Wildtieren stark an. Zudem fällt die Hauptverkehrszeit genau in die Dämmerung oder Dunkelheit, wo viele Tiere besonders aktiv und die Sichtverhältnisse meist

schwierig einzuschätzen sind. Besondere Aufmerksamkeit ist auf Straßen entlang von Waldrändern und vegetationsreichen Feldern geboten. Mit dem Abernten der Maisfelder verlieren die Wildtiere ihren sicheren, gewohnten Einstand und sind auf der Suche nach neuen Lebensräumen. Dabei überquert das Wild jetzt öfter und unerwartet die Fahrbahnen.

Die gewaltigen Kräfte, die bei einer Kollision mit Wild auf das Fahrzeug einwirken, werden häufig unterschätzt: So beträgt das Aufprallgewicht eines Wildschweins mit 80 kg Körpergewicht auf ein 50 km/h schnelles Auto 2.000 kg, also 2 Tonnen! Ein Reh bringt es auf immerhin auch noch 800 kg! Nicht angepasste Geschwindigkeit ist die häufigste Ursache für Kollisionen mit Wildtieren.



Foto: OÖ. Landesjagdverband; Jetzt, wo die Tage wieder kürzer werden, steigt die Gefahr des Zusammentreffens mit Wildtieren stark an.

Was kann man als Autofahrer tun, um Kollisionen zu vermeiden?

- Warnzeichen „Achtung Wildwechsel!“ beachten
- Tempo reduzieren, vorausschauend und stets bremsbereit fahren
- ausreichend Abstand zum Vorderfahrzeug einhalten

Springt Wild auf die Straße

- Gas wegnehmen
- abblenden
- hupen (mehrmals kurz die Hupe betätigen, nicht dauerhupen)
- abbremsen, wenn es die Verkehrssituation zulässt (vermeiden Sie riskante Ausweichmanöver oder abrupte Vollbremsungen)

Damit gibt man den Tieren ausreichend Zeit, um aus dem Gefahrenbereich zu entkommen. Und bitte beachten Sie: Wild quert selten einzeln die Straße, dem ersten Tier folgen meist weitere.

Kommt es trotzdem zu einer Kollision, muss wie bei jedem anderen Unfall reagiert werden: Warnblinker einschalten, Warnwes-

Bundesministerium  
Inneres

LANDES  
FEUERWEHR  
KOMMANDO OÖ  
LANDESWARNZENTRALE

LAND  
OBERÖSTERREICH

ZIVILSCHUTZ  
Österreich

# FÜR IHRE SICHERHEIT ZIVILSCHUTZ-PROBEALARM

**in ganz Österreich am Samstag, 2. Oktober 2021, zwischen 12:00 und 12:45 Uhr**

Mit mehr als 8.000 Sirenen sowie über KATWARN Österreich/Austria kann die Bevölkerung im Katastrophenfall gewarnt und alarmiert werden. Um Sie mit diesen Signalen vertraut zu machen und gleichzeitig die Funktion und Reichweite der Sirenen zu testen, wird einmal jährlich von der Bundeswarnzentrale im Bundesministerium für Inneres mit den Ämtern der Landesregierungen ein **österreichweiter Zivilschutz-Probearm** durchgeführt.

## DIE BEDEUTUNG DER SIRENENSIGNALE:

|                     |  |  |
|---------------------|--|--|
| <b>SIRENENPROBE</b> | <span style="font-size: 2em; color: #e91e63;">}</span><br>15 sec.                                |  |
| <b>WARNUNG</b>      | <span style="font-size: 2em; color: #e91e63;">}</span><br>3 min. gleichbleibender Dauerton       | <p><b>Herannahende Gefahr!</b><br/>Radio oder Fernseher (ORF) bzw. Internet (<a href="http://www.orf.at">www.orf.at</a>) einschalten, Verhaltensmaßnahmen beachten.<br/><b>Am 2. Oktober nur Probearm!</b></p>   |
| <b>ALARM</b>        | <span style="font-size: 2em; color: #e91e63;">}</span><br>1 min. auf- und abschwellender Heulton | <p><b>Gefahr!</b><br/>Schützende Bereiche bzw. Räumlichkeiten aufsuchen, über Radio oder Fernsehen (ORF) bzw. Internet (<a href="http://www.orf.at">www.orf.at</a>) durchgegebene Verhaltensmaßnahmen befolgen.<br/><b>Am 2. Oktober nur Probearm!</b></p> |
| <b>ENTWARNUNG</b>   | <span style="font-size: 2em; color: #e91e63;">}</span><br>1 min. gleichbleibender Dauerton       | <p><b>Ende der Gefahr.</b><br/>Weitere Hinweise über Radio oder Fernsehen (ORF) bzw. Internet (<a href="http://www.orf.at">www.orf.at</a>) beachten.<br/><b>Am 2. Oktober nur Probearm!</b></p>  |

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

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



te anziehen, Warndreieck aufstellen, gegebenenfalls Verletzte versorgen. Die Polizei muss auf jeden Fall verständigt werden. Wer dies verabsäumt, macht sich wegen Nichtmeldens eines Sachschadens strafbar und bekommt auch keinen Schadenersatz durch die etwaige Versicherung. Selbst wenn das Tier nur angefahren wurde und noch weglaufen konnte, muss die Polizei verständigt werden. Diese kontaktiert dann die zuständige örtliche Jägerschaft, die sich mit einem Jagdhund auf die Suche nach dem Tier macht, um es gegebenenfalls von seinem Leid zu erlösen. Keinesfalls dürfen Sie getötetes Wild mitnehmen. Dies gilt als Wilderei und ist strafbar.

## Wild auf Wild

Wildbret ist ein qualitativ hochwertiges Naturprodukt aus der Region!

Wildbret aus den heimischen Jagdrevieren ist ein natürliches Lebensmittel und bietet viele Vorteile für eine gesunde und umweltbewusste Ernährung. Als regionales Produkt ist es frei von Transport- oder Schlachtstress und zudem eine umweltschonende Alternative zu anderen Fleischsorten, da kurze Transportwege den ökologischen Fußabdruck geringhalten.

## Regionale Wertschöpfung

Je nach Region können saisonal Reh, Wildschwein, Hirsch, Gämse, Hase, Fasan oder auch Ente bei ausgesuchten Fleischhauern, Wildbrethändlern oder bei den regionalen Jägerinnen und Jägern bezogen werden. Fragen Sie doch einfach bei der Jägerschaft in Ihrer Gemeinde oder nutzen Sie die Online Plattform Wildes Österreich samt eigener APP um Wildbret zu erwerben.

Durch den Kauf leisten Abnehmer auch einen wichtigen Beitrag zur regionalen Wertschöpfung und unterstützen die Jägerschaft in der Folge bei ihrer Ausübung des Handwerks Jagd.

Viele köstliche Rezeptideen und Informationen über Wildbret finden Sie hier: [www.wild-oberoesterreich.at](http://www.wild-oberoesterreich.at), [www.wild-oesterreich.at](http://www.wild-oesterreich.at), [www.fragen-zur-jagd.at](http://www.fragen-zur-jagd.at), [www.oeljv.at/jagd-in-ooe/wildbret-rezepte](http://www.oeljv.at/jagd-in-ooe/wildbret-rezepte)

Weitere Informationen rund um die Jagd finden Sie auf unseren Websites [www.oeljv.at](http://www.oeljv.at) und [www.fragen-zur-jagd.at](http://www.fragen-zur-jagd.at) oder auch auf YouTube mit unserem neuen Format „OÖ JagdTV“.



## Gesunde Gemeinde Gesundheitstipp



### Fitness@home - im Wohnzimmer zur Bestform

Die Corona-Krise änderte das alltägliche „normale“ Leben. Betroffen davon sind auch unsere Bewegungsgewohnheiten. War es früher oft der Sport in der Gruppe, so ist es momentan vermehrt die Bewegung alleine. Der Antrieb durch Trainingspartner und Freunde fehlt größtenteils. Jetzt ist es umso wichtiger, sich selbst zu ausreichend Bewegung zu motivieren.

#### Passendes Hometraining für jeden

Die Palette reicht von Pilates über Yoga bis hin zu klassischen Ganzkörperübungen mit einfach Geräten oder dem eigenen Körpergewicht. Für jeden Typ gibt es passende Übungen. Die Vorteile vom Training zu Hause liegen klar auf der Hand: Es besteht keine Ansteckungsgefahr und man ist zeitlich flexibel.

Ganz **wichtig** bei Fitness@home ist, dass Sie im **schmerzfreien Bereich** trainieren. Führen Sie die Übungen achtsam aus – nur so erkennen Sie rechtzeitig Ihre individuelle Grenze.

- ☺ **Eigengewichtsübungen:** Mit dem eigenen Körpergewicht lässt sich unsere gesamte Muskulatur trainieren. Wer sich regelmäßig zwei- bis dreimal pro Woche Zeit für eine Übungsreihe aus Sit-ups, Kniebeugen, Liegestütz & Co nimmt, wird schon nach kurzer Zeit einen ersten Trainingserfolg bemerken.
- ☺ **Einfache Hilfsmittel** wie befüllte Wasserflaschen, ein Rucksack oder Besenstiel bzw. Kleingeräte wie Hanteln, Theraband oder Springschnur eignen sich bestens für ein Ganzkörpertraining in den eigenen vier Wänden und sorgen für genügend Abwechslung.
- ☺ **Koordination** und **Gleichgewicht** wirken sich positiv auf das Verletzungsrisiko aus! Durch den gezielten Einsatz von labilen Gegenständen wie Sitzball, Kippbrett oder Kreisel wird das Zusammenspiel von Muskelgruppen verbessert. Übungen können so noch besser variiert und den individuellen Ansprüchen entsprechend gestaltet werden.
- ☺ Nützen Sie **digitale Unterstützung**. Mit der richtigen Anleitung gelingt das Sportprogramm noch leichter! Übungen für alle Altersgruppen und Ansprüche werden im TV, auf verschiedenen Online-Plattformen oder mittels Handy-App verständlich vorgestellt.

Wie Sie zu Hause fit bleiben

Falls Sie das Gefühl haben, etwas falsch zu machen oder Sie Ihr Training komplexer und individueller gestalten möchten, besteht die Möglichkeit sich von einem Bewegungsexperten bzw. einer Bewegungsexpertin (Physiotherapeut/in, Sportwissenschaftler/in, Personal Trainer/in) beraten zu lassen. Nutzen Sie in den warmen Jahreszeiten bewusst Outdoor-Trainingsmöglichkeiten in Motorikparks oder Fitnessparcours.

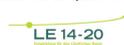
## Machen wir uns gemeinsam auf den Weg! Zukunftsprofil 2030 der Lebensregion Mühlviertler Alm

Du willst aktiv dein Lebensumfeld und unsere Lebensregion Mühlviertler Alm mitgestalten? Dann melde dich jetzt zu den Themen-Workshops an und bringe deine Ideen für eine Weiterentwicklung unserer Lebensregion ein.

|                                     |                            |                                   |
|-------------------------------------|----------------------------|-----------------------------------|
| <b>Landwirtschaft</b>               | Mo. 27.09.2021 - 19:30 Uhr | Hotel Fürst, Unterweißenbach      |
| <b>Tourismus</b>                    | Mo. 04.10.2021 - 19:00 Uhr | Cafe Leonhard's, St. Leonhard/Fr. |
| <b>Jugend</b>                       | Di. 05.10.2021 - 19:00 Uhr | Gemeindeamt, St. Georgen/Walde    |
| <b>Wirtschaft &amp; Arbeitsraum</b> | Di. 12.10.2021 - 19:00 Uhr | Hof 8, Bad Zell                   |
| <b>Soziales</b>                     | Do. 14.10.2021 - 19:00 Uhr | Gasthaus Karlinger, Königswiesen  |

Anmeldung bis 4 Tage vor dem jeweiligen Workshop an: [office@muehlviertleralm.at](mailto:office@muehlviertleralm.at) oder 07954/7304  
Bitte um Einhaltung der zum Zeitpunkt des Workshops gültigen Corona-Vorgaben.

Mit Unterstützung von Bund, Land und Europäischer Union



Verband Mühlviertler Alm - Verein für Regional- und Tourismusentwicklung, Markt 19, Unterweißenbach | [www.muehlviertleralm.at](http://www.muehlviertleralm.at)



## Neues von den Feuerwehren



### Monatsübung

Übungsannahme war ein Garagenbrand mit Fahrzeugbergung.  
Beim Versuch den PKW aus der brennenden Garage raus zu fahren, rutschte dieser über eine Böschung ab. Während der bewusstlose Lenker mit dem Spinboard in Sicherheit gebracht, und der PKW gesichert wurde, mussten der Brand in der Garage gelöscht und das Wohnhaus geschützt werden.



Fotos: FF Silberberg

Im Anschluss wurde der PKW mit der Seilwinde vom RLF geborgen und der Umgang mit Spreitzer und Schere am Fahrzeug geübt.

### Bewerbsgruppe

Wir gratulieren Jakob Ahorner, Peter Reithmayr und Phillip Kloibhofer herzlich zum Leistungsabzeichen in Bronze.

### Gratulation zur Hochzeit

Herzliche Gratulation unserem Atemschutzwart Bernhard Hennerbichler und seiner Feuerwehrfrau Sabrina nochmals zur Eheschließung. Wir wünschen ihnen alles Liebe und Gute auf ihrem gemeinsamen Weg.

### Lünen

Am 23. September 2021 durften wir wieder eine Abordnung unserer Partnerfeuerwehrekameraden aus Lünen bei uns in Kaltenberg begrüßen. Es wurden von Donnerstag bis Sonntag gemeinsam einige gemütliche Stunden verbracht. Sei es bei einer Besichtigung bei den Beer Buddies in Tragwein oder bei einer Schnapsverkostung am Biohof Thauerböck.



Fotos: FF Kaltenberg



## Neues von der Jungschar



Wir starten wieder in ein neues Jungscharjahr und möchten gemeinsam wieder viele verschiedene, lustige Aktivitäten erleben. Zu unserer 1. Jungscharstunde (Schnupperstunde für interessierte Kinder) laden wir dich am Samstag den 02.10.2021 von 09:00 – 11:00 Uhr sehr herzlich ein. Treffpunkt ist am Sportplatz in Kaltenberg. Das Team der Katholischen Jungschar Kaltenberg freut sich auf viele neue Gesichter. Theresa Reithmayr, Laura Kreindl und Paulina Etlstorfer

## Wir gratulieren zur Eheschließung



Sabrina Hölzl und Bernhard Hennerbichler, Kaltenberg 43/2

## zum Geburtstag



Leopoldine Wurz (75), Kaltenberg 30



FREIWILLIGE  
**FEUERWEHR**  
KALTENBERG

## HERBSTÜBUNG

### FF Kaltenberg & FF Silberberg

Wann: 10. Oktober 2021, 14:00 Uhr

Wo: beim „Weber“ in Weidenau

Es sind alle Feuerwehrmitglieder sehr herzlich eingeladen, sich bei dieser besonderen Übung zu beteiligen. Über interessierte Gemeindeglieder freuen sich die beiden Feuerwehren!

### IMPRESSUM:

**Medieninhaber und Herausgeber:** Gemeindeamt Kaltenberg, 4273 Kaltenberg 2

**Redaktion:** Gemeindeamt Kaltenberg, 4273 Kaltenberg 2, Tel.: 07956/7305 Fax: DW 4

Web: [www.kaltenberg.at](http://www.kaltenberg.at)

E-mail: [gemeinde@kaltenberg.ooe.gv.at](mailto:gemeinde@kaltenberg.ooe.gv.at)

Redaktionsschluss: 20. Oktober 2021