Zugestellt durch post.at
Postentgelt bar bezahlt

Amtliche Mitteilung

Erscheinungsort Lichtenberg
Verlagspostamt 4040 Linz, Donau

Lichtenberg

naturnah . stadtnah

Gemeindenachrichten

Nr. 2/2015

Im Bild: Traditionelles Maibaumaufstellen am 1. Mai

Lichtenberger Maibaum ziert neuen Ortsplatz

Auch im heurigen Jahr wurde in der Gemeinde Lichtenberg das traditionelle Maifest - organisiert von der örtlichen Landjugend - am 1. Mai gefeiert. Dem diesjährigen Maibaum wird allerdings die große Ehre zuteil, dass er erstmals die neue Lichtenberger Mitte schmücken „darf“. Gespendet wurde dieser von Familie Kogler (Asbergring), der an dieser Stelle seitens der Gemeindevertretung herzlich gedankt wird.

Die alten Brauchtümer des Maibaumaufstellens und auch des Maibaumstehlens leben in unserer Gemeinde hoch. Das beweist nicht zuletzt die gute Besucherfrequenz des Festes trotz Schlechtwetters, sondern auch der engagierte Einsatz der Landjugend Lichtenberg, die inzwischen zwei Maibäume aus den Ortschaften Oberbairing und Treffling ergattern konnte.

Inhaltsverzeichnis

Bürgermeistereditorial **2**
Amtliches/Infos **3 - 11**
EU-Austritts-Volksbegehren 3
Gemeinderatssitzung 4
Abfall-Card: Wichtige Info 4
Neues aus dem Standesamt 5
Fotowettbewerb & Ehrungsfeier 7 - 9
Neue Unternehmen 10
Schule/Kinder/Bildung **12**
Gesundheit/Soziales **13 - 15**
141 - Hausärztlicher Notdienst 13
Gesunde Gemeinde 15
Termine **16**

Gemeinde Lichtenberg
4040 Am Ortsplatz 1
T: 07239/6708
www.lichtenberg.ooe.gv.at
gemeinde@lichtenberg.ooe.gv.at

Sicherheit - vor allem die der Kinder - geht vor!

AUVA Radworkshop am neuen Ortsplatz mit den Volksschülern

Sprechtage

Meine Sprechtage im Gemeindeamt:
Dienstag: 16.00 bis 18.00 Uhr
Donnerstag: 8.00 bis 10.00 Uhr

Sie erreichen mich telefonisch unter:
Mobil: 0676/84 72 39 211
Tel.: 07239/6708-211

E-Mail:
daniela.durstberger@lichtenberg.ooe.gv.at

Öffnungszeiten Gemeindeamt

Parteienverkehr:

Montag:	07.00 - 12.00 Uhr
Dienstag:	07.00 - 18.00 Uhr
Mittwoch:	07.00 - 12.00 Uhr
Donnerstag:	07.00 - 12.00 Uhr
	14.00 - 16.00 Uhr*)
Freitag:	07.00 - 12.00 Uhr

*) *nach telefonischer Vereinbarung*

Amtszeiten:

Montag:	07.00 - 12.30 Uhr
	13.00 - 16.00 Uhr
Dienstag:	07.00 - 18.00 Uhr
Mittwoch:	07.00 - 13.00 Uhr
Donnerstag:	07.00 - 12.30 Uhr
	13.00 - 16.00 Uhr
Freitag:	07.00 - 13.00 Uhr

Aufgrund der Entstehung unseres Ortsmittelpunktes herrscht rege Frequenz an Fußgängern und Radfahrern im Bereich des Ortsplatzes. Auch die zahlreichen Parkmöglichkeiten im Ortszentrum sorgen für erhöhtes Verkehrs- und Fußgängeraufkommen.

Damit alle Verkehrsteilnehmer auch vor jeglichen Gefahren des Straßenverkehrs bestmöglich geschützt sind, hat sich die Gemeinde Lichtenberg die Erweiterung der 30 km/h Beschränkung als vorrangiges Ziel gesetzt. Vor allem die Jüngsten unserer Bevölkerung sollten durch die entsprechende Geschwindigkeitsbeschränkung noch gefahrenfreier ihren Schulweg zurücklegen können. Auch die Bring- und Holsituation der Kindergarten- und Krabbelstubenkinder wird durch die Erweiterung des 30ers beginnend von der Ortseinfahrt Bereich Kindergarten bis hin zur Libenauerstraße optimiert. Das dafür notwendige Ansuchen um Geschwindigkeitsbeschränkung wurde bereits bei der Bezirkshauptmannschaft Urfahr, es handelt sich ja um eine Landesstraße, eingebracht.

Weiters sollen die Gehsteigverlängerungen in Alt- und Neulichtenberg (Baubeginn im Sommer) bestehende Gefahrenbereiche mindern und ein sicheres Fortbewegen für Wanderer und Fußgänger in den beiden Ortsteilen ermöglichen.

Einen großen Schwerpunkt in Sachen Verkehrserziehung setzt auch die Volksschule Lichtenberg unter Leitung der Direktorin Petra Binder mit zahlreichen Aktionen und Aktivitäten. Die Einrichtung einer Elternhaltestelle in Zusammenarbeit mit dem Kuratorium für Verkehrssicherheit und der AUVA sowie den AUVA Radworkshop am neuen Ortsplatz allen Volksschulklassen sehe ich als perfekte Vorbereitung und Schulung für den Straßenverkehr. Ein großes Dankeschön an dieser Stelle für das großartige Engagement der Volksschule, die gerade diesem Thema ein großes Augenmerk widmet.

Als Bürgermeisterin wünsche ich allen Verkehrsteilnehmern sowie Fußgängern- und Radfahrern eine unfallfreie Fortbewegung!

Ihre Bürgermeisterin

Daniela Durstberger

Eintragungsverfahren beim „EU-Austritts-Volksbegehren“

Im Zeitraum von **24. Juni bis** einschließlich **1. Juli 2015** findet das „EU-Austritts-Volksbegehren“ im Gemeindeamt Lichtenberg statt.

Stimmberechtigte können an nachstehend angeführten Zeiten beim Gemeindeamt Lichtenberg in den Text des Volksbegehrens Einsicht nehmen und ihre Zustimmung durch einmalige eigenhändige Eintragung ihrer Unterschrift abgeben. **Eintragungsberechtigt sind** alle Frauen und Männer, die die österreichische Staatsbürgerschaft besitzen, in Lichtenberg mit Hauptwohnsitz gemeldet sind, am 1. Juli 2015 das 16. Lebensjahr vollendet haben und vom Wahlrecht nicht ausgeschlossen sind. Personen, die bereits eine Unterstützungserklärung für dieses Volksbegehren unterzeichnet haben, sind nicht mehr stimmberechtigt.

Sollten Sie Ihr Stimmrecht nicht in Lichtenberg ausüben können, benötigen Sie eine **Stimmkarte**. Diese können Sie im **Bürgerservice der Gemeinde Lichtenberg** beantragen. Nähere Infos erhalten Sie unter Tel. 07239/6708 oder per Mail an gemeinde@lichtenberg.ooe.gv.at.

Eintragungszeiten des Volksbegehrens:

24. Juni (Mi)	08.00 – 16.00 Uhr
25. Juni (Do)	08.00 – 20.00 Uhr
26. Juni (Fr)	08.00 – 16.00 Uhr
27. Juni (Sa)	08.00 – 12.00 Uhr
28. Juni (So)	08.00 – 12.00 Uhr
29. Juni (Mo)	08.00 – 16.00 Uhr
30. Juni (Di)	08.00 – 20.00 Uhr
01. Juli (Mi)	08.00 – 16.00 Uhr

Müll & Hundekot -
Eine Gefahr für Tier und Mensch

Die Natur ist Erholungsraum für uns Menschen, Lebensraum für Tiere und Pflanzen sowie Grundlage der Lebensmittelproduktion. Die Bewirtschaftung durch die Bauern sichert den Erhalt der Kulturlandschaft wie wir sie kennen und brauchen und ist Garant für die Versorgung mit frischen, regionalen Lebensmitteln.

- **Ein „Sackerl für´s Gackerl“ ist auch außerhalb der Stadt Pflicht!** Wiesen, Weiden und Futterflächen müssen frei von Hundekot sein. Bakterien im Hundekot sind die häufigste Ursache für Fehlgeburten bei Rindern und Schafen.

- **Hinweisschild gegen Hundekot** *(s. Abb. nebenan)***!** Unsere Wiesen und Felder sind nicht nur die Teller für unsere Tiere sondern letztlich auch für uns Menschen. Das Hinweisschild möchte aufklären und mehr Bewusstsein schaffen, welche Auswirkungen Hundekot auf Feld und Wiese haben kann.

- **Müll ist eine große Gefahr für Wild- und Nutztiere!** Bei der Feldarbeit werden beispielsweise Aludosen und Glasflaschen in kleine Stücke gerissen, bei Tieren können diese zu gefährlichen äußeren und inneren Verletzungen führen.

- **Jeder hat die Möglichkeit Müll in Altstoffsammelzentren kostenlos zu entsorgen!** Wer hingegen seinen Abfall in der Natur „entsorgt“, dem drohen Strafen von über 7.000 €!

Die Bauern bewirtschaften Wiesen, Felder und Wälder mit umfassendem Know-how und größter Sorgfalt für die Ökologie. Nur durch das unermüdliche Engagement von uns allen kann die Kulturlandschaft als Erholungs- und Freizeitraum erhalten und zur Verfügung gestellt werden.

Gemeinderatssitzung vom 12. Mai 2015

ABA Lichtenberg, BA 13 - Digitaler Leitungskataster, Annahme des Förderungsvertrages

Für die Finanzierung des Kanalbauabschnittes 13 – Digitaler Leitungskataster wurde der Abschluss eines Förderungsvertrages mit der Kommunalkredit Public Consulting GmbH in Höhe von 49.500 € beschlossen.

Grundstücksveräußerung

Dem Ansuchen von Familie Vorhemus, ein gemeindeeigenes Grundstück im Ausmaß von 45 m² (im Bereich Schmiedgraben) zu erwerben, wurde stattgegeben.

Übernahme von privaten Grundstücken ins Öffentliche Gut

Aufgrund der Bebauungsabsicht eines Baulandes von Fam. Bachlechner im Bereich des Lärchenweges wurde die Übernahme von privaten, der Aufschließung dienenden Grundstücken ins Öffentliche Gut beantragt. Nachdem die Kriterien zur Übernahme nicht erfüllt waren (z.B. unzureichende Straßenbreite, keine Wendemöglichkeit), lehnte der Gemeinderat den Antrag ab.

Projekt Wochenmarkt

Zur regelmäßigen Belebung des Ortsplatzes wurde die Idee geboren, einen Wochenmarkt in Lichtenberg einzuführen. Zur Regelung des Marktverkehrs wurde zunächst eine entsprechende Marktordnung sowie eine Marktgebührenordnung erlassen. Aktuell sind alle Vorarbeiten im Gange, um den Wochenmarkt ehestmöglich zu starten. Nähere Informationen folgen!

Flächenwidmungsplanänderung

Zum Zwecke einer zeitgemäßen Wohnraumschaffung wurde die Änderung des Flächenwidmungsplanes für die Ausweisung einer Ersatzbaulandfläche für die Liegenschaft Asbergring 43 genehmigt.

So werden Sie Ihren „Alten“ los!

Foto: Fotolia/daskleineatelier

Die kostenlose Autowrackentsorgung wird am **12., 13. und 15. Juni 2015** im Altstoffsammelzentrum (ASZ) Lichtenberg stattfinden. Für jedes Fahrzeug, das abgeben wird, muss der Typenschein vorhanden sein und das Übernahmeblatt ausgefüllt werden.

Wenn auch Sie Ihr altes Gefährt jetzt endlich los werden möchten, so melden Sie sich einfach beim ASZ unter Tel. 07239/20 141. Dort erhalten Sie alle weiteren Informationen hinsichtlich Ihrer Altautoentsorgung.

Hinweis: Bei der Altautoentsorgung werden nicht nur Autos übernommen, sondern auch landwirtschaftliche Geräte, Fahrzeuge, die größtenteils aus Alteisen bestehen! Weiters können nicht nur Privatpersonen kostenlos entsorgen, sondern auch Gewerbetreibende (Betriebe). Kostenlose Direktabholungen sind ab mindestens drei Fahrzeugen möglich.

Die Abfall-Card: Hinweis zur Entsorgung von Grün- und Strauchschnitt

Foto: Fotolia/Dan Race

Mit Ihrer Abfall-Card können Sie seit heuer nicht nur sperrige Abfälle, sondern auch Grünabfälle, biogene Abfälle und Bauschutt im Altstoffsammelzentrum bezahlen. Das **jährliche Guthaben** beträgt dabei **22 €**. Bitte beachten Sie, dass der Bonus aus der Abfall-Card ausnahmslos nur dann in Anspruch genommen werden kann, wenn der zu entsorgende Abfall auch unmittelbar im Altstoffsammelzentrum abgegeben wird. Gerade bei **Grünabfällen** kommt es immer wieder vor, dass diese **auf direktem Weg** über die **Kompostieranlage** (Ing. Thomas Aichbauer, Tel. 0650/44 37 599) in Gramastetten zur Entsorgung gelangen. In einem solchen Fall ist die **Abrechnung über die Abfall-Card** leider **nicht möglich**!

Neues aus dem Standesamt

Foto: Fotolia/alena0509

Seit 1. November 2014 sind alle 1.500 Österreichischen Standesämter miteinander vernetzt und jeder Personenstandsfall (Geburt, Eheschließung, Todesfall, Namensänderung, Staatsbürgerschaft usw.) wird im Zentralen Personenstandsregister (ZPR) bzw. im Zentralen Staatsbürgerschaftsregister (ZSR) digital erfasst und gespeichert.

Vor dem Start des ZPR/ZSR wurden **Daten**, die **seit 1939** in den Standesämtern teils händisch, teils bereits digital erfasst waren, **in die neuen Register eingespeist**. Diese stehen nun für die standesamtliche Arbeit zur Verfügung. Die sogenannten „migrierten" Daten **müssen** von den zuständigen Standesbeamten bei Anlassfällen **überprüft** werden. Somit können fehlerhafte Datensätze korrigiert und in Folge gesichert zur Verfügung gestellt werden. Nicht migrierte Daten müssen **händisch nacherfasst** werden. Diese Nacherfassung ist sehr aufwendig und wird noch lange Zeit in Anspruch nehmen.

Das hat zur Folge, dass aktuelle Personenstandsfälle eine längere Vorlaufzeit brauchen, damit die entsprechenden Personendaten aufbereitet und weiterverarbeitet werden können *(siehe Beispiel nebenan)*.

Diese, zugegebenermaßen derzeit noch aufwendigen Verfahrensabläufe werden sich allerdings in Zukunft erheblich verkürzen und vereinfachen, sobald die Register mit überprüften und aktuellen Daten befüllt sind. Dann wird es nicht mehr notwendig sein, Dokumente am Standesamt vorzulegen - ein bisschen wird das allerdings noch dauern.

Für Sie als Bürger bringt die **Einführung des ZPR/ZSR** sicher **viele Vereinfachungen** mit sich. Unter anderem ist seit 1. November 2014 **unabhängig vom Wohnsitz** jedes Standesamt für alle Personenstands-Anliegen zuständig. Die einzige **Ausnahme** bildet die **Eintragung einer Geburt**. Diese muss wie bisher vom Standesamt am Geburtsort durchgeführt werden.

Für weitere Auskünfte wenden Sie sich an das Standesamt Lichtenberg unter Tel. 07239/6708-241 bzw. tina.stadler@lichtenberg.ooe.gv.at.

Beispiel: Eheschließung

Ein Brautpaar wird in Lichtenberg heiraten. Vorweg sind von den Verlobten die Geburtsurkunden und Staatsbürgerschaftsnachweise an das Standesamt Lichtenberg zu übermitteln (per Mail oder persönlich). Sobald die Dokumente eingelangt sind, sind standesamtsübergreifend **eine Reihe von Vorarbeiten** zu leisten:

- Das Standesamt Lichtenberg fordert das Standesamt, bei dem die Geburt eingetragen ist, auf, die entsprechenden geburtsrelevanten Daten
  a) zu überprüfen, wenn diese im ZPR bereits erfasst sind
  b) nachzuerfassen, wenn diese noch nicht im ZPR erfasst sind
  c) abschließend freizugeben.

Dann erfolgt der Auftrag an die Staatsbürgerschafts-Evidenzstellen der Verlobten, um zu überprüfen/bestätigen, ob/dass eine österreichische Staatsangehörigkeit vorliegt. Siehe Erledigungsablauf a) bis c).

War ein oder beide Verlobte bereits verheiratet, ergeht ein Auftrag um Überprüfung oder Nacherfassung der Vorehe an das damalige Eheschließungsstandesamt. Siehe Erledigungsablauf a) bis c).

Haben die Brautleute bereits ein gemeinsames Kind (Geburtsdatum vor 1. November 2014), ergeht an das Geburtenbuch des Kindes ein Prüfungs- bzw. Erfassungsauftrag. Erledigungsablauf a) bis c).

Erst nachdem alle angeforderten Daten von den angefragten Standesämtern freigeschalten wurden, kann das Standesamt Lichtenberg einen Termin zur Ermittlung der Ehefähigkeit mit den Verlobten festsetzen und folglich - sofern einer Eheschließung nichts im Wege steht - die Trauung durchführen.

Lichtenberg schreibt Geschichte

Wussten Sie, dass Lebensmittel auf unseren Tellern, die für uns selbstverständlich sind, weder auf römischen Tellern noch auf denen von Karl dem Großen, ganz zu schweigen auf denen mittelalterlicher Bauern lagen?

Es sind Lebensmittel, die man zur damaligen Zeit gar nicht kannte. Allerdings kamen bereits in der Antike einige asiatische Genüsse auf dem Landweg über die Seidenstraße allmählich zu uns. Sowohl die Kreuzzüge, als auch die Entdeckung Amerikas haben unseren Speisezettel komplettiert.

Foto: Fotolia/byheaven

Die Kartoffel stammt aus den Anden. Aber auch andere Nachtschattengewächse stammen aus Süd- oder Mittelamerika. So etwa die Tomate, die als „Paradiesapfel“, später dann als Paradeiser auf den Tisch kam. Verschiedene Paprikasorten hatte Kolumbus mitgebracht. Sie waren Ersatz für den sündteuren Pfeffer, dessen Handel ganz in Händen von Venedig lag. Allerdings wird Paprika fälschlich mit Ungarn identifiziert: er kam nur über Ungarn zu uns. So war es dann auch mit Chili und zahlreichen Paprikavarianten, von den fruchtig grünen Schoten bis zum Pfefferoni, die aus Amerika kamen.

Das einzige essbare Nachtschattengewächs, das nicht aus Amerika stammt, war die Eierfrucht (Melanzani oder Aubergine), die schon vor 4000 Jahren in Ostasien angebaut wurde. Zu uns kam sie durch die Türken.

Foto: Fotolia/atoss

Auch eine Getreidesorte kommt aus Amerika, das Grundnahrungsmittel der Azteken, Mayas und Inkas: der Mais. Allerdings ließ eine bei Beginn der Neuzeit ausbrechende „Kleine Eiszeit“ den wärmeliebenden Mais nicht mehr wachsen. Seine Körner kamen später wieder über den Mittelmeerraum zu uns. Noch heißt er in Kärnten und Tirol „Türken“, in Ostösterreich „Kukuruz“, im Gedenken an die Kuruzen und Türken.

Reis kannten schon die Römer, die ihn in Ägypten kennen lernten und dann zu uns brachten.

Was hat man bei uns früher getrunken? Milch, Wein, Bier, Most, allenfalls Früchte- oder Kräuteraufgüsse. Kaffee (aus Äthiopien), Tee (aus China) und Kakao (aus Amerika) waren bei uns nicht bekannt.

Die Aztekenfürsten liebten den Vanille-Kakao! Auch der Truthahn fehlte auf unseren Tischen. Er war das größte jagbare Wild in Mexiko. Nach der Entdeckung Amerikas kam er auf unsere Speisekarten. Bananen und Zucker kamen erst im 11. Jhdt. durch die Kreuzzüge nach Europa, beide aus Asien. Gemüsesorten, wie Kürbis und Zucchini waren unbekannt. Man aß Kraut und Kohl in allen Varianten hier zu Lande. Bohnengerichte gab es auch im Mittelalter. Aber die Sau- oder Ackerbohne ist heute fast nur mehr Viehfutter. Sie wurde von den aus Amerika kommenden Garten- und Feuerbohnen verdrängt. Die Sojabohne - in China schon Jahrtausende verwendet - kam erst um 1700 nach Europa, um 1765 in die USA und wurde seither zur Weltmacht. Dieses auch für Menschen hochwertige Nahrungsmittel wird aber vor allem als Viehfutter verwendet.

Noch vieles mehr ist in den vergangenen Jahrhunderten aus aller Welt auf unsere Tische gekommen. Durch die Globalisierung gelangen heute Nahrungsmittel aus aller Herren Länder auf unseren Tellern. Wir denken allerdings selten darüber nach, welche Kosten und Belastungen für die Umwelt durch ihre Verfügbarkeit entstehen.

Beitrag: OSR Karl Unterbruner

Fotowettbewerb: Die Gewinner

„Schnappschüsse aus Lichtenberg“ - unter diesem Motto wurden die Lichtenberger erstmals aufgerufen, ihre persönlichen Eindrücke unserer Gemeinde in Form von Fotos einzufangen und sich am erstmaligen Fotowettbewerb der Gemeinde Lichtenberg zu beteiligen. Das Ergebnis kann sich sehen lassen: Ungefähr 50 Bilder wurden eingesendet, wovon wirklich jedes einzelne ein Kunstwerk für sich darstellt. Erwähnenswert ist in diesem Zusammenhang auch, dass sich der Wettbewerb in zwei Kategorien unterteilte:
a) Kategorie „Erwachsene“ und
b) Kategorie „Kinder und Jugend“

Letztendlich hatten die Juroren Gerhard Braterschofsky, OSR Karl Unterbruner (Volksschuldirektor a.D.) und Fotokünstler Franz Linschinger die Qual der Wahl zur Findung der Siegerreihung.

Im Rahmen der Ehrungsfeier, die Mitte April über die Bühne ging, wurden die Sieger der jeweiligen Kategorien offiziell bekannt gegeben und gewürdigt.

Die Erstplatzierungen...

Kategorie „Erwachsene“

Platz 1: Siegerfoto von Siegfried Ratzenböck
(Fototitel: „Morgenspaziergang in die Ewigkeit“)

Platz 2: Johann Danninger
(Fototitel: „Kyrill - auf der Gis“)

Platz 3: Veronika Wallner (Fototitel: „Meine 1. Adresse in der neuen Kirche. Er hat mich noch nie belogen.“)

Kategorie „Kinder und Jugend“:

Platz 1: Niklas Gressenbauer
(Fototitel: „Street Lights“)

Platz 2: Markus Füreder (Fototitel: Winterlandschaft mit Raureif in Neulichtenberg“)

Platz 3: Niklas Gressenbauer
(Fototitel: „Dew On Grain“)

Showeinlage „Dirty Dancing“

Musikalische Umrahmung vom gisChor

Lichtenberg und seine verdienten Persön

Die Gemeinde Lichtenberg ehrt alle zwei Jahre jene Persönlichkeiten, die im sportlichen Bereich besondere Leistungen erzielt oder sich ehrenamtlich zum Nutzen der Gemeinde engagiert haben. Ebenso gebührt auch allen ausgeschiedenen Gemeinderäten Dank und Anerkennung für ihr politisches Bemühen zum Wohle der Gemeinde. Zu diesem Anlass wurde im Rahmen des heurigen Kulturfrühlings die Ehrungsfeier organisiert, bei der folgende Personen eine Ehrung erhielten:

Ehrenzeichen in Gold

Leopold Wiesinger für jahrelanges Engagement in der Gemeindepolitik (Mitglied im Gemeindevorstand, -rat, Umweltausschussobmann)

Sonstige Ehrungen:

Die Schützen **Klaus Haslinger, Fritz Haslinger, Alois Litschmann, Karl-Heinz Baumgartner, Margareta Baumgartner** für ausgezeichnete Platzierungen bei Europa-, Welt- und heimischen Meisterschaften
Die Sektion Stocksport des Sportvereines Lichtenberg (SVL) zählt national zu den Spitzenmannschaften. Folglich wurden ausgezeichnet:
Johann Hager, Veronika Koll, Hermann Peherstorfer, Gertrud Messner, Martin Hinterhölzl, Elisabeth Priglinger, Klaus Traxler, Margit Traxler, Christoph Wakolbinger, Martina Asanger, Josef Wakolbinger, Christian Schinkinger, Josef Kastner

Die beiden Toptalente **Christoph Hofer** und **Maximilian Welzenbach** aus der Sektion Judo des SVL. Beide erreichten ausgezeichnete Platzierungen in verschiedenen Meisterschaftswettbewerben.

Niklas Peil für hervorragende Leistungen im Schilanglauf. (Österreichischer Meister 2015 in Saalfelden im Einzel klassisch sowie in der Staffel klassisch, Gewinner der Austria Cup Wertung)

Das **Team der Bibliothek**: Sylvia Ahrer begann vor 14 Jahren mit dem Aufbau und der Leitung der damaligen Bücherei im ehemaligen Lehrerwohnhaus und leistete mit ihrem Engagement einen wesentlichen Beitrag zur positiven Entwicklung der Bibliothek. Für die wertvolle ehrenamtliche Arbeit wurde den **16 MitarbeiterInnen** Dank und Anerkennung ausgesprochen.

Dr. Gerhard Eder für 12 Jahre Chorleitung des gisChors (vormals Singkreis) sowie für seine Forschungstätigkeiten im Bereich Polymerwissenschaften am Sektor Kunststoffindustrie.

Walter Hofbauer für mehr als 12 Jahre Obmann des SVL.

Fritz Pichler für über 12 Jahre Obmann der Sektion Schi des SVL. Nebenbei erwähnt, war Pichler auch vierzig Jahre im Vorstand des SVL.

Johann Danninger für ein „Ehrenamt im Dienste der Gesellschaft“! Danninger war in seiner Jugendzeit ein talentierter Fußballspieler und Torschützenkönig in der Kampfmannschaft. Er leistete Pionierarbeit in Bezug auf den Aufbau erfolgreicher Nachwuchsarbeit im Fußball, fungierte als Bauleiter des Fußballclubhauses, als langjähriger Sektionsobmann, als Schriftführer im Vorstand des SVL sowie als Redakteur und Layouter des Sportreports für unzählige Jahre.

Herta Wöss für über zehn Jahre ÖAAB Obfrau. Ihr unermüdlicher Einsatz galt den Pendlern entlang der Pachmayrstraße.

Rudolf Radler für seine Funktion als

Verleihung des goldenen Ehrenzeichens an Leopold Wiesinger

Die Gruppe „Blechsalat“ sorgte für Stimmung im Foyer ...

lichkeiten

Kommandant der Freiwilligen Feuerwehr Lichtenberg von mehr als 14 Jahren.

Veronika Leiner - Bereits mehrfach wurde sie für ihr vielseitiges Engagement in der Gemeinde (Seniorenbund, Gemeindepolitik, uvm.) gewürdigt, die diesmalige Ehrung gebührte für die 20jährige Funktion als Leiterin des Volksbildungswerks Lichtenberg.

Renate Pany und **Ernst Danninger** für ihre langjährige Funktion als Obmann/frau der Ortsbauernschaft.

Johann Durstberger für 24 Jahre Obmannschaft und Schriftführung beim Bauernbund Lichtenberg.

DI Dr. Helmut Kogler war neun Jahre lang Kapellmeister des Musikvereines - ein Kapellmeister und Komponist aus Leidenschaft mit großartigen selbstkomponierten Werken. Ebenso leitete er fünf Jahre lang die Jungmusiker als Kapellmeister. Kogler zählt mit seinen 27 Mitgliedsjahren bereits zum Urgestein des Musikvereins.

Stefan Kmenta für 6 Jahre Obmann des Musikvereines Pöstlingberg und Umgebung. Ebenso war Kmenta von 1999 bis 2001 Jugendreferent und hatte auch die Funktionen des Pressereferenten und des Schriftführers einige Jahre inne.

Parov Stelar (alias **Marcus Füreder**) für seinen internationalen Erfolg in der Musikbranche; Parov Stelar gilt als Pionier des Electroswings. Mit Auftritten in beinahe allen europäischen Großstädten wie London, Paris, Berlin und Moskau, als auch Konzerte in New York und Los Angeles, wurde er zum meist gebuchtesten österreichischen Musiker.

Prof. Mag. Stanislaw Pasierski hat sich um die Entwicklung des Musikwesens in OÖ große Verdienste erworben. Als langjähriger Landesmusikschullehrer gelang es ihm, seine didaktischen und pädagogischen Fähigkeiten erfolgreich in die Arbeit mit jungen Künstlern einzubringen. Seitens des Landes OÖ wurde ihm auch die Bundesauszeichnung für den ersten Stimmführer der Kontrabässe im Bruckner Orchester verliehen.

Familienbetrieb Holzbauerngut (Margareta und Ing. Georg Schneider) für den Erfolgskurs als Edelbrandsommelier und Direktvermarkter. Bei nationalen und internationalen Auszeichnungen konnte der Lichtenberger Betrieb im Zeitraum 2007 bis 2015 rund 100 Medaillen und Preise für die ausgezeichneten und qualitativ hochwertigen Edelbrände, Liköre und Moste erzielen.

Marvin Turner ist Lehrling im vierten Lehrjahr als Gastronomiefachmann und hat sich mit einem 3-Gänge-Menü überlegen den Staatsmeistertitel erkocht! Sein Lehrherr: Gerhard Fehrer vom Landgasthaus Holzpoldl.

MMag. Gerald Resch hat es geschafft, seine eigene künstlerische Persönlichkeit zu entfalten. Der Komponist überlässt nichts dem Zufall und übernimmt die alleinige Verantwortung für alle Bereiche seiner Musik. Über 27 Werke sind auf seiner Liste vom Jahr 2007 bis 2015 ersichtlich. Er wurde im Jahr 2014 mit dem Landeskulturpreis ausgezeichnet.

Der innovative Chirurg **Dr. Klaus Pastl** gilt als Erfinder der Knochenschraube „Shark Screw“. Er erzielte den zweiten Platz bei INVENTUM - der Preis für die besten patentierten Erfindungen des Jahres. Im Zuge seiner Ehrung wurde ihm auch Dank und Anerkennung für seine jahrelange Tätigkeit als Obmann des Lichtenberger Leichtathletikklubs ausgesprochen.

Neue Unternehmen in Lichtenberg

Zentrum für Energiearbeit und Geistheilung

Institut HealingSpirit

Seit Jänner 2014 biete ich in meiner Praxis in Neulichtenberg ein ganzheitliches Heilkonzept auf Basis modernster wissenschaftlicher und geistiger Erkenntnisse aus der Informationsmedizin sowie aus den traditionellen fernöstlichen Heilweisen.

Durch KAHI-Healing verändern sich innerhalb von wenigen Minuten Ihr Informationsfeld und die Energie, die um und durch Ihren Körper fließt. Ihre körperlichen, seelischen und geistigen Systeme beginnen sich durch das Spannungsfeld, das sich zwischen meinen Händen bildet, im Sinne der göttlichen Ordnung zu regenerieren. Ihre Selbstheilungskräfte werden so angeregt, dass eine Heilung durch Sie selbst möglich wird. Aus einem erweiterten Verständnis über die Wesenheit Mensch heraus, arbeite ich mit Ihnen um die Ursachen Ihrer Beschwerden aufzudecken. Ohne Erkenntnis ist KEINE dauerhafte Heilung möglich.

Anwendungsbereiche:

KAHI-Healing ist bei jedem Menschen und jedem Tier ohne Nebenwirkungen anzuwenden. Es ermöglicht durch zielgerichtetes Aktivieren der Selbstheilungskräfte auf allen Ebenen gleichzeitig:

- Glaubenssätze aufzulösen,
- Ahnenfelder zu bereinigen,
- jegliche Blockaden zu lösen,
- Flüche/Besetzungen aufzuheben,
- Zähne, Knochen, Sehnen, Bänder, Muskeln und Organe können sich regenerieren,
- alle Formen von chronischen Krankheiten in die Heilung zu bringen,
- Autoimmunerkrankungen und Allergien in jeglicher Variation in die Normalität umzuwandeln.

Mein Ziel ist Ihre dauerhafte Gesundheit.

Kontakt/Nähere Information:
Dipl.-Ing. (FH) Mag. Siegfried Kreutzer
Kahi-Healing Master-Practitioner
Akupunkt Meridian Massage Therapeut

Lierzbergerweg 47
4040 Lichtenberg
Tel.: 0650/20 00 205
Web: www.healingspirit.at

Natürliches vom Kranzler - Adelheid Messner

Verkaufstag jeden Freitag und Samstag von 8.00 bis 18.00 Uhr

- Frisches Bauern- und Dinkelbrot, Ripperl, Säfte, Marmeladen etc.
- Abwechselnd Bauernkrapfen bzw. hausgemachte Mehlspeisen.
- Bestellen können Sie auch für Feierlichkeiten ein Catering (garnierte Fleischplatten, Nachspeisenbuffet, u.v.m.) sowie Torten für Muttertag, Geburtstage oder Plunder.

Kontakt/Standort: **Messner Adelheid**
Kranzlerweg 11, 4040 Lichtenberg
Tel.: 0699/10 58 10 66

Fünf Jahre Stöbern & Plaudern

... die etwas andere Art kreative Damenmode zu fairen Preisen in zwangslosem Ambiente einzukaufen.

Bereits seit fünf Jahren stöbern und plaudern im 1. Stock meines Hauses zahlreiche Lichtenbergerinnen und mittlerweile auch viele weitergereiste Damen. Geboten werden schicke Damenmode, modische Accessoires wie Schals, exquisiter Modeschmuck und die passende Tasche darf natürlich auch nicht fehlen. Stressfreies Einkaufen, verbunden mit netter Sektplauderei - nicht nur über Mode - wird bereits von vielen Kundinnen sehr geschätzt.

Ich freue mich auf euer/Ihr zahlreiches Kommen!

Mein Angebot:

- Tragbare Mode in den Größen 34-46
- Faire Preise und Schnäppchen
- gemütliche Plauderei bei einem Glas Sekt
- Viel Stöbermöglichkeit & beste Beratung
- Menschlichkeit und Wertschätzung

Die Öffnungszeiten sende ich gerne regelmäßig per Mail und SMS zu oder Sie besuchen meine Homepage.

Ernestine Potuschak
Mode & Lifestyle Einzelhandel
Im Sonnendorf 1b
www.stoebern.at

Verdienste um die Oö. Jugend

Ende März überreichte Landesrätin Mag. Doris Hummer die Ehrenzeichen "Verdienste um die Oö. Jugend" im Linzer Landhaus – unter anderem an die beiden Lichtenbergerinnen Edith Maria Adey und Berta Mayer.

Edith Maria Adey ist seit der Gründung der Österreichischen Naturschutzjugend Kasten im Jahre 1987 aktiv in der Ortsgruppe tätig. Weil ihr neben der Naturschutzarbeit besonders die Jugendarbeit ein großes Anliegen ist, führt sie nicht nur sämtliche Kinder- und Jugendgruppen, sondern organisiert und leitet viele Sommerlager. Nach einer mehrjährigen ausbildungs- und berufsbedingten Pause im Ausland kehrt die diplomierte Pädagogin als **Mitorganisatorin im „Unterkagerer sunnseitn"-Team** der Naturschutzjugend Kasten zurück. Trotz des vielseitigen Einsatzes findet Edith Adey noch Zeit, auch im Sportverein Lichtenberg bei diversen Aktivitäten ehrenamtlich mitzuarbeiten.

Auch **Berta Mayer** weiß, was es heißt, von Kindesbeinen an kräftig anzupacken. Der Bäuerin aus Leidenschaft und gelernten Gärtnerin liegt die Caritas Haussammlung besonders am Herzen. Aber sie **betreut** auch gemeinsam mit ihrem Mann die **Selbstversorgerhütte** der Evangelischen Jugend OÖ., das **„Martin-Luther-Heim"**. Nicht weniger als 5.000 Gäste pro Jahr erfordern absolute zuverlässige und perfekte Rundumbetreuung, die sie mit liebevollem Geschick und Gespür meisterhaft bewerkstelligt. Seit 16 Jahren ist sie ununterbrochen stets zur Stelle, wenn irgendwo jemand gebraucht wird.

Stellenangebote/Jobs

Aufgeschlossener Office-Mitarbeiter (m/w) zur Unterstützung bei Bürotätigkeiten gesucht; geringfügige Beschäftigung. Bewerbung mit Lebenslauf per Mail an office@monika-ratzenboeck.at
Kontakt/Nähere Infos: Agentur Strategische Öffentlichkeitsarbeit, Monika Ratzenböck, Lichtenberg, Tel. 0732/27 37 37
Mo – Do: 9.00 – 13.00 Uhr

Aushilfskraft (m/w) für Herbst für Fotoretusche in Kirchschlag gesucht! PC und/oder Photoshop-Kenntnisse von Vorteil aber nicht Voraussetzung!
Kontakt: GMR Fotografen GmbH, Michael Mair, Tel. 0664/164 88 96, Mail: michael.mair@gmr-foto.at

Wohnungsvermietung

80 m² Wohnung im Wohnpark mit Loggia (top-Zustand, tlw. möbliert, optimale Raumaufteilung) zu vermieten.
Miete: € 600 + BK
Kontakt: Tel. 0664/28 07 923

Kleindenkmal-Restaurierung

Seit Kurzem präsentiert sich das Kleindenkmal westlich der Ebnerstraße (Blick Richtung Pöstlingberg) in neuem Glanz. Auf Initiative von Klaus-Dieter Richter wurde das Marterl restauriert. Neben der Ergänzung fehlender Steinteile, der generellen Reinigung sowie der Erneuerung des Kreuzes wurden insbesondere vier neue Bildtafeln in die vorgesehenen Vertiefungen eingesetzt. Die Bilder stellen folgende „Pestheiligen" dar: Maria (Mutter Jesu), Rochus von Montpellier, die heilige Rosalia und der heilige Sebastian.

Geschichtlicher Hintergrund: Jakob Stadler, Besitzer des „Edthofes" oder „Ebner" wurde im Jahr 1680 mit zwei „Dienstmenschen", einem Knecht und einem „Buben" von der Pest dahingerafft. Da die an der Pest Verstorbenen nicht am Friedhof begraben werden durften, begrub ein überlebender Knecht die Toten auf einem Grundstück des Hofes. Dieses nannte man der Überlieferung zufolge „Totenwinkel".

Schulanfänger zu Besuch in der Volksschule

Nach dem Informations- und Einschreibungsabend im November besuchten 34 Kindergartenkinder, die im nächsten Schuljahr in die erste Klasse kommen, die Kinder der ersten und zweiten Klassen. Die Schulanfänger hatten so die Möglichkeit, einmal Schulluft zu schnuppern. Dabei wurde geplaudert, geturnt, gespielt, geschnitten und gemalt.

Einige Kinder einer zweiten Klasse schildern ihre Eindrücke:

- „Ich habe dem Kind etwas vorgelesen, ein Tierrätsel mit ihm gelöst und etwas mit ihm gebastelt“, Bianca
- „Es gab Stationen. Das war cool. Einmal wollte mein Schulanfängerkind alles alleine machen, da habe ich gestaunt.“ Anatol
- „Die Schulanfänger waren sehr nett. Im Turnsaal haben wir Versteinern gespielt. Auch das Balancieren auf den Langbänken fand ich lustig.“ Felix
- „Es hat mir gefallen, dass meine Schwester in meiner Gruppe war. Sie hat schon viel von mir gelernt. Bald kommt sie auch in die Schule.“ Niklas

Beitrag: VS Lichtenberg

SPIEGEL Lichtenberg

20 Jahre SPIEGEL

Das 20. Jubiläumsjahr feiert der Spiegel Lichtenberg am **Sonntag, 5. Juli 2015** zunächst bei einem **Familiengottesdienst um 9.15 Uhr** im Seelsorgezentrum Lichtenberg. Anschließend sind alle Gäste zum Familienpicknick am alten Sportplatz eingeladen. Die Initiatoren freuen sich über den Besuch vieler Familien sowie von Personen, die beim Spiegel in den letzten 20 Jahren mitgewirkt und somit 20 Jahre Spielgruppe überhaupt ermöglicht haben.

Die Kinder dürfen sich unter anderem auf eine **Hüpfburg** und einen **Luftballonstart** freuen. Für Verpflegung wird gesorgt.

Offener Spielgruppentreff

(für Kinder von 0 bis 4 Jahre mit Begleitung)

14-tägig, jeweils donnerstags, findet der „offene Treff“ der Spielgruppen von **9.00 - 11.00 Uhr** im **Seelsorgezentrum** Lichtenberg statt. Keine Anmeldung erforderlich! (Kosten: € 2,00/Treffen)

Nächste Termine:
21.05., 11.06., 25.06.2015

SPIEGEL
Kinder · Eltern · Bildung

Lichtenberger Bibliothek

Sommer, Sonne, Lesezeit... da sieht sich so mancher schon im Liegestuhl mit einem Buch in der Hand und in eine andere Welt eintauchen. Die Einen mögen‘s romantisch, andere bevorzugen das Kriminalistische oder Abenteuerliche. Vielleicht darf es auch mal ein gutes Sachbuch sein?
Und sollte es im Urlaub regnen - kein Problem! Ein Buch ist die beste Medizin gegen Langeweile und Stress.

Die Bibliothek hat für alle was! Ein Extra-Regal bietet „Taschenbücher für gemütliche und (ent)spannende Stunden“ - die ideale Lektüre für den Sommer!

Terminaviso:
In der Woche „Österreich liest, Treffpunkt Bibliothek“ von 19. bis 24. Oktober finden zwei Veranstaltungen statt:
Krimilesung: 22.10.2015
Bilderbuch-Theater: 23.10.2015

Bibliothek
LICHTENBERG

Öffnungszeiten:

Mittwoch
16.30 - 19.00 Uhr

Freitag
16.30 - 18.30 Uhr

Sonntag
08.30 - 11.00 Uhr

Hausärztlicher Notdienst:

141 bzw. 144 (in Notfällen)

Foto: Rotes Kreuz

In der Bevölkerung herrscht immer noch eine gewisse Unklarheit bezüglich des Hausärztlichen Notdienstes (HÄND), vor allem was die Visiten- und Ordinationsdienste angeht. Voraus ist zu erwähnen, dass der HÄND nur auf der Basis eines gut funktionierenden Notarztdienstes Sinn macht. Das heißt, dass Notfälle rund um die Uhr binnen kürzester Zeit von den Notarztwägen in Linz und Zwettl/Rodl erreicht werden, zusätzlich steht ein Helikopter zur Verfügung.

Die Visiten, die keinen Notfall darstellen, werden an den HÄND weitervermittelt. Dort wird geprüft, ob eine telefonische Beratung genügt, oder ob eine Visite gefahren werden muss.

Regelung an Wochentagen:

Wochentags bis 19.00 Uhr gelten die früheren "Radldienste", d.h. ein Arzt in der Nähe hat Bereitschaftsdienst und ist jederzeit über 141 erreichbar. Um 19.00 Uhr ist Dienstbeginn des HÄND, d.h. ein Arzt und ein Fahrer mit Einsatzort Kirchschlag stehen für Visiten zur Verfügung, erreichbar unter 141. Dieser Dienst endet um 7.00 Uhr früh.

Regelung am Wochenende:

An den Wochenenden gilt der HÄND Tag und Nacht (12 Stundendienste, Dienstbeginn 7.00 Uhr und 19.00 Uhr). Zusätzlich betreuen samstags und sonntags zwei Ärzte (einer im Norden, einer im Süden des Bezirkes) zwischen 9.00 und 12.00 Uhr in der Ordination die mobilen Patienten. Welchen Arzt Sie im Bedarfsfall aufsuchen können, erfahren Sie unter 141.

Eigentlich eine einfache Sache:

Notfälle übernehmen rund um die Uhr die Notärzte: **Notruf 144**

Eine hausärztliche Betreuung ist rund um die Uhr gewährleistet:
Tel. 141

Tageszentrum „Lebensgarten" Oberneukirchen

Tapetenwechsel für Pflegebedürftige, Entlastung für pflegende Angehörige: Das bietet die Tagesbetreuung für Seniorinnen und Senioren im Lebenshaus Oberneukirchen. Das Tageszentrum ist eine teilstationäre Einrichtung älterer Menschen und ist seit acht Jahren jeden Dienstag in Betrieb. Knapp 15 Damen und Herren werden von qualifizierten Mitarbeitern des OÖ Hilfswerkes betreut.

Da sich die Einrichtung immer größerer Beliebtheit erfreut, wurde ein zweiter Öffnungstag - und zwar jeden Donnerstag - eingerichtet. Die Klienten sind in einer fixen Tagesstruktur eingebunden und es wird deren Selbstständigkeit unterstützt und gefördert. Durch das gemeinsame Zubereiten der Mahlzeiten sowie die abwechslungsreichen Aktivitäten, die dem Jahreskreis angepasst werden, wird die Gemeinschaft gefördert.

Auch an der Demenzgruppe der M.A.S. Alzheimerhilfe können die Tageszentrumgäste teilnehmen. Logopädie, Ergotherapie oder/und Physiotherapie (nach Arztanordnung und Vereinbarung) werden ebenfalls angeboten.

Die Tagespauschale ist nach Einkommen und Pflegegeldbezug gestaffelt.

Für die Angehörigen bietet das Tageszentrum „Lebensgarten" eine Unterstützung und Entlastung. Sie bekommen etwas Freiraum, um persönliche Interessen wahrzunehmen. Ein kostenloser Schnuppertag ist nach telefonischer Terminvereinbarung möglich.

Anmeldung / weitere Infos:
Lebenshaus Oberneukirchen
Auf der Bleich 2a, 4181 Oberneukirchen
Tel.: 07212/3012
oberneukirchen@ooe.hilfswerk.at
Ihre Ansprechpartner:
Sissy Wolfesberger, 0664/80 76 51 720
oder Anneliese Bräuer, 0664/17 70 997

Eröffnung des ersten Sozialmarktes im Bezirk Urfahr-Umgebung

Verwenden statt verschwenden!

Anfang April öffnete der erste Sozialmarkt im Bezirk Urfahr-Umgebung seine Pforten. Einkaufsberechtigt sind alle, deren Nettoeinkommen 950 € monatlich nicht übersteigt (Ein-Personen-Haushalt). Zwei Personen dürfen maximal über ein Einkommen von 1.400 € verfügen. Für jedes Kind erhöht sich die Grenze um 215 €. Die Einkaufsberechtigungen können bei den Sozialberatungsstellen im Bezirk beantragt werden.

Kontakt: Sozialberatungsstelle Gramastetten, Marktstraße 17 (Gemeindeamt EG), Tel.: 07239/20417

Öffnungszeiten/Standort:

Sozialmarkt-Öffnungszeiten:
Dienstags und freitags
jeweils von 14.00 – 17.00 Uhr

Standort:
Am Teichfeld 12
4100 Ottensheim

Welche Produkte werden angeboten?

Lebensmittel und Waren des täglichen Bedarfes, die beispielsweise durch Verpackungsschäden, Überproduktion oder ein sehr kurzes Haltbarkeitsdatum für den Handel nicht mehr geeignet sind, werden zu einem symbolischen Preis an Menschen mit geringem Einkommen abgegeben. Die Artikel werden um etwa ein Drittel bis ein Viertel des Normalpreises angeboten. Vollsortiment gibt es allerdings keines, denn es hängt davon ab, welche Waren von den regionalen Partnern und der Bevölkerung zur Verfügung gestellt werden. Alkohol oder Tabak sind selbstverständlich nicht zu finden.

Sie wollen noch mehr wissen?

Für weitere Informationen rund um diese neue Sozialeinrichtung wenden Sie sich Stefan Zierlinger, Tel. 0732/76 44 406 vom Roten Kreuz.

Behindertenberatung für Urfahr-Umgebung

Der Behindertenverband OÖ. KOBV (Kriegsopfer- und Behindertenverband) hilft seit seiner Gründung im Jahr 1945 behinderten Menschen nicht nur, um zu ihrem Recht zu kommen und ihnen durch viele Errungenschaften des täglichen Lebens ihren Alltag zu erleichtern, sondern auch ihre Ansprüche – vor allem finanzieller Art – nützen zu können. Daher wurde der regionale Beratungsdienst ins Leben gerufen, um sie umfassend über Ansprüche und Begünstigungen zu informieren.

Zumeist herrscht Unsicherheit bei den Themen: **Behindertenpass, „Parkausweis“, Invaliditätspension, Pflegegeld** und den zahlreichen **Steuerbegünstigungen**. Der KOBV unterstützt bei der Antragstellung und gegebenenfalls auch bei Beschwerden und Klagen.

Die Landesleitung des KOBV befindet sich in der Linzer **Humboldtstraße 41** (mit eigener Parkmöglichkeit).

Sollten Sie einen **Beratungstermin** wünschen so melden Sie sich einfach unter **Tel. 0732/65 63 61.**

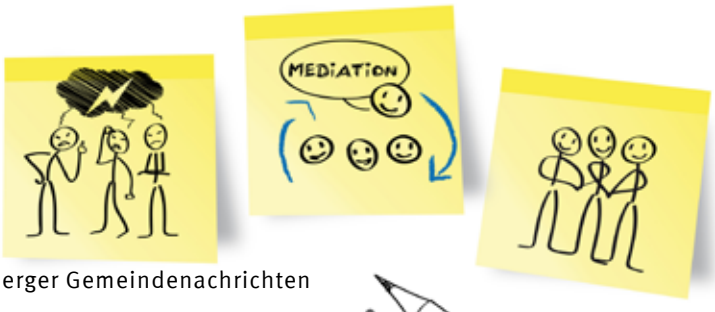
Familientherapie-Zentrum

Das Familientherapie-Zentrum des Landes Oberösterreich bietet Familien, Paaren und Einzelpersonen Rat und Unterstützung bei psychischen Problemen, Beziehungsproblemen und Problemen mit Kindern. In der Männerberatung des Familientherapie-Zentrums widmen sich ausschließlich männliche Therapeuten spezifischen Fragen ihrer Geschlechtsgenossen.

Mit einer Beratungsstelle in Linz steht somit eine qualifizierte Beratung und Psychotherapie zu sozial gestaffelten Honoraren zur Verfügung. Die Beratung ist streng vertraulich. Klienten können auf Wunsch auch anonym bleiben.

Terminvereinbarung/Nähere Infos:
Familientherapie-Zentrum des Landes OÖ
Telefon: 0732/66 64 12
www.familientherapie-zentrum.at

Bürozeiten:
Mo - Fr: 08.00 – 12.00 Uhr und
Mo, Di, Do: 13.00 – 16.00 Uhr



Grafik: Fotolia/Trueffelpix

Mutterberatung

Die Mutterberatung findet in Lichtenberg jeden 4. Dienstag im Monat statt.

Nächste Termine:
Di, 23. Juni 2015
Di, 28. Juli 2015
im Hort Lichtenberg

jeweils 9.30 - 11.00 Uhr
Allgemeinberatung mit Gerlinde Felkel und Kinderfachärztin Dr. Claudia Czerny

Gesunde Gemeinde – Fit mit dem Mountainbike & Nordic Walking

Auf los geht‘s los

Die Indoor-Aktivitäten des Sportvereins Lichtenberg machen Sommerpause. Jetzt geht’s los mit den Outdoor-Aktivitäten Mountainbiken und Nordic Walken. **Jeden Freitag** um **17.00 Uhr** ist Treffpunkt am **alten Gemeindeparkplatz** für gemeinsame Ausfahrten mit dem Mountainbike und für die Walkingtouren rund um Lichtenberg.

Das von der Gesunden Gemeinde geförderte Projekt „Fit mit dem Mountainbike“ erfreut sich nach wie vor größter Beliebtheit. Jeder ist herzlich eingeladen, bei den wöchentlichen ca. zweistündigen Ausfahrten mitzuradeln. Es besteht die Möglichkeit, in leistungsorientierten Gruppen – Anfänger bis Fortgeschrittene – dem persönlichen Niveau entsprechend teilzunehmen.

Auch die Nordic Walker freuen sich über aktive Teilnahme der Lichtenberger Gemeindebürger – keine Altersbeschränkung – jeder ist herzlich willkommen.

Mountainbike-Verhaltensregeln

Mountainbiking ist eine der schönsten Sportarten, die es gibt. Kaum ein anderer Sport bietet eine solch breite Betätigungsvielfalt wie der Mountainbike Sport. Ob leistungsorientiert oder nur in der Freizeit aus Hobby und zur Verbesserung von Fitness und Gesundheit. Aber wer mit dem Mountainbike unterwegs ist, sollte ein paar wichtige Verhaltensregeln beachten. Fahren Sie auf dem Mountainbike stets mit einer Geschwindigkeit, die Sie kontrollieren können! Achten Sie besonders in Kurven und auf Abfahrten immer auf gute Sicht. Es können jederzeit Hindernisse, wie Äste, Steine, Forstmaschinen, Wild und auch Wanderer oder Spaziergänger auftreten.

Nehmen Sie auf dem Bike stets Rücksicht auf Wanderer und Fußgänger! Machen Sie sich bemerkbar, wenn Sie von hinten an Fußgänger heranfahren und fahren Sie im Schritttempo an diesen vorbei. Beachten Sie immer die Schwierigkeiten des Parcours! Mountainbiking kann gefährlich sein! Schätzen Sie Ihre Kräfte und Ihre Fahrweise richtig ein. Steigen Sie an schwierigen Stellen lieber ab und schieben Sie Ihr Bike. Fahren Sie immer mit Helm! Das gilt für jede Disziplin des Mountainbike Sports.

Kontrollieren Sie vor jeder Fahrt Ihre Ausrüstung. Halten Sie sich immer an die jeweilige Streckenführung und die vorgeschriebene Fahrtrichtung! Beachten Sie bitte in Bikeparks die Warnschilder und fahren Sie mit dem Bike nicht auf öffentlichen Straßen, wenn es nicht unbedingt sein muss. Schonen Sie die Natur! Mountainbike Aktive sind auf die Natur angewiesen. Fahren Sie nicht in Wiesen, wenn es sich vermeiden lässt. Unterlassen Sie Fahrweisen, die die Natur unnötig schädigen können. Hinterlassen Sie keine Abfälle und nehmen Sie Rücksicht auf Wildtiere und Vieh!

„Gesunde Rezeptecke“

Foto: Land OÖ / Abteilung Gesundheit

Apfel-Sauerrahm-Nocken auf Rhabarberragout

Rezept für 6 Personen:
262 g pro Portion -
1,57 kg Gesamtmenge

Zutaten:
250 g Apfelmus
250 g Qimiq
100 g Joghurt (1,5% Fett)
10 g Honig
110 g Zucker
Vanillezucker, Zimt
1 EL Zitronensaft
Zeste von 1/2 Zitrone
50 g Obers (steif geschlagen)
800 g Rhabarber
etwas Zitronensaft
Minze

Zubereitung:
Qimiq glatt rühren, dann mit Apfelmus, Joghurt, Honig, 30 g Zucker, Zimt, Vanille, Zitronensaft und Zeste vermischen. Obers unterheben und mind. 5 Stunden kalt stellen. Rhabarber schälen und in 2 cm lange Rauten schneiden, mit restlichem Zucker und Zitrone bestreuen und den Saft ziehen lassen. Dann den Rhabarber im eigenen Saft kurz aufkochen und mit grob gehackter Minze vermischen. Ragout auf die Tellermitte setzen, mit einem Löffel Nocken ausstechen und garnieren.

Veranstaltungskalender

TAG	DATUM	ZEIT	VERANSTALTUNG	ORT/TREFFPUNKT	VERANSTALTER/INFO
Fr	jeden	17.00 h	Fit mit dem Mountainbike	ehemaliger Gemeindeparkplatz	SV-Lichtenberg
Di	02.06.2015	19.00 h	Konzert: „groove4you“ *(Achtung: neuer Termin!)*	Gemeindezentrum	Karten erhältlich im Gemeinde-Bürgerservice (VVK: 10 €, AK: 12 €) *eine Veranstaltung im Rahmen des Kulturfrühlings 2015*
Sa	06.06.2015	ab 11.00 h	Jubiläumsfest: 6,6 Jahre Panoramastüberl	Panoramastüberl Lbg. (Osbergerweg 4)	mit Kistensau und Musik (Beischl Sierra); um 13.30 h Auftritt der Lichtenberger Plattlermädels
Mi	10.06.2015	9.30 h	Senioren PC-Treff	Gemeindezentrum	Trainer: Alois Regl Kontakt: Felix Messner, Tel. 0664/82 61 717
Fr	12.06.2015	20.00 h	Midsummerfestival - Open Air am Ortsplatz	Ortsplatz Lichtenberg	Festival mit „handmade soulfood“ *eine Veranstaltung im Rahmen des Kulturfrühlings 2015*
Fr	19.06.2015	16.00 h 20.00 h	Kinderfilmvorführung Abendfilmvorführung	Gemeindezentrum Lbg.	ÖVP-Frauen Lichtenberg noch bis Ende Mai mitmachen beim Filmvoting unter http://lichtenberg.ooevp.at - Voting
So	05.07.2015	ab 10.00 h	Familienpicknick (Highlights für Kinder: Hüpfburg, Kindertombola, Kinderschminken, u.v.m.)	Alter Sportplatz Lichtenberg	Volksbildungswerk & SPIEGEL-Team Lichtenberg Anmeldung erforderlich unter: Melanie Wöss, Tel. 0650/9209033 melanie.woess@aon.at
Sa	18.07.2015	ab 17.00 Uhr (offizieller Teil ab 19.00 Uhr)	125-Jahr-Feier der Raiffeisenbank Gramastetten-Herzogsdorf	Raiffeisen-Gewerbezentrum Gramastetten (Rodltalstraße 12)	anschl. Dämmerschoppen Musik: Blech Brass Brothers
Do	25.07.2015	20.00 h	Paulus – Pop Oratorium vom Chor VIVA MUSICA	Seelsorgezentrum Lbg.	Dieses Musical erzählt das Leben und Denken der Paulus.

Turmwanderung (im Raum Pöstlingberg)

Kommen Sie mit auf eine Zeitreise und erkunden Sie in der Gruppe die alte Befestigungsanlage rund um den Pöstlingberg. Gerhard Schwentner wird bei dieser Wanderung Interessantes zu der Befestigungsanlage mitteilen. Feste Schuhe und Neugier mitbringen! Für eine kleine Stärkung wird gesorgt.

Termin & Treffpunkt:
21. Juni 2015, 13.30 Uhr
beim **Feuerwehrhaus Pöstlingberg**

Kosten: 3 € pro Person
5 € pro Familie

Veranstalter: Volksbildungswerk & Seniorenbund Lichtenberg