zugestellt durch Post.at

Pollinger Gemeindenachrichten

4951 Polling i.I., Waghamer Straße 3, Tel.: 07723/6505
Email: gemeinde@polling-innkreis.ooe.gv.at
www.polling-innkreis.ooe.gv.at

Amtliche Mitteilung **Dezember 2015**

Themen in dieser Ausgabe:

- Stromspar-Projekt für einkommensschwache Haushalte
- Öffnungszeiten der Finanzämter
- Energiespartipps
- Verunreinigung der Kanalisation
- Sicherheitstipps beim Umgang mit Feuerwerk
- Entsorgung von Autoreifen in der Pollinger Ache
- Windelgutschein-Aktion vom Bezirksabfallverband
- Mobile Pflegedienste der Caritas
- Müllabfuhrtermine
- Veranstaltungskalender
- Zuschuss für Studierende
- Jugendtaxi
- Illegale Sammlungen
- Gaunerzinken
- Information der Polizei
- Klimaschutz
- Rezept: Nusskugeln
- Wirbelsäulengymnastik

STROMSPARAKTION für einkommensschwache Haushalte. (Gilt für die Bezirke Braunau am Inn, Freistadt und Linz-Land)

Gültig für Haushalte, die zum Zeitpunkt der Aktion:

- den aktuellen HEIZKOSTENZUSCHUSS in Oberösterreich
- „die Hilfe zur Sicherung des Lebensunterhaltes und des Wohnbedarfes“ (oö. Mindestsicherungsgesetz, BMS) beziehen oder
- eine gültige Befreiung von der RUNDFUNKGEBÜHR (GIS-Befreiung) oder von der Ökostrompauschale haben.

Projektinhalt und Ziel:
Das Projekt zielt darauf ab, die Stromkosten von einkommensschwachen Haushalten nachhaltig zu senken.

Folgendes wird angeboten:

- Produktunabhängige Energieberatung. Einkommensschwache Haushalte erhalten ein **kostenlose und individuelle Energieberatung** durch einen Berater des OÖ Energiesparverbandes mit maßgeschneiderten Tipps und Hinweisen. Dabei gibt es auch ein individuelles „Soforthilfepaket“. (z.B. schaltbare Steckerleisten, LEDs etc.).
- Förderung -Tausch von Elektrogeräten. Sollte im Rahmen der Energieberatung ein entsprechender Bedarf festgestellt werden, gibt es pro Haushalt für den **Austausch eines Elektrogerätes** auf ein **effizientes Neugerät** (Kühl-/Gefriergerät, Waschmaschine) eine Landesförderung von bis zu **maximal 250 Euro.** Das getauschte Altgerät ist zu entsorgen, ein Internet– oder Privatkauf ist nicht förderfähig. Ein Gutschein des Stromhändlers ENAMO ist allfällig zusätzlich zur Landesförderung möglich.

Projektablauf:
Die Anforderung einer Energieberatung beim OÖ Energiesparverband (**Stichwort: Stromsparaktion)** ist telefonisch (0732/7720 -14860) oder per E-Mail (office@esv.or.at) möglich.

Die Mitarbeiter des Gemeindeamtes stehen gerne für Fragen oder Unterstützung diesbezüglich zur Verfügung.

Änderung Öffnungszeiten der Finanzämter

Seit 2. November 2015 gelten österreichweit neue Öffnungszeiten:

Öffnungszeiten der Finanzämter Braunau, Ried i.I. und Schärding

Montag:	**07:30 - 12:00**
Dienstag:	**07:30 - 12:00**
Mittwoch:	**07:30 - 12:00**
Donnerstag:	**07:30 - 15:30**
Freitag:	**07:30 - 12:00**

In den **Sommermonaten** sind bundesweit alle Finanzämter von Montag bis Freitag von 07:30 - 12:00 geöffnet.

ENERGIESPARTIPPS des OÖ Energiesparverbands

Jetzt ansuchen: Bundesförderungen für Holzheizungen

- Die zusätzlich zur Landesförderung mögliche Bundesförderung für Pelletsheizkessel wurde 2015 auf 2.000 € angehoben. Pelletskaminöfen werden mit 500 € gefördert.
- Von den 5 Mio. € Förderbudget sind aktuell noch Mittel verfügbar.
- Rasch für die Förderung anmelden, wenn noch heuer ein Umstieg auf Pellets geplant ist!

Nähere Informationen auf www.energiesparverband.at

Frage aus unserer Energieberatung: Wie vermeide ich Feuchteschäden im Keller?

Lüften Sie Ihren Keller regelmäßig. Die kalte Jahreszeit ist am besten dazu geeignet, Feuchtigkeit aus Räumen zu bekommen. Daher, an warmen Tagen die Kellerfenster schließen und an kalten und trockenen Tagen mehrmals täglich einige Minuten lüften.

Die kostenlose und produktunabhängige Energieberatung des Energiesparverbandes des Landes OÖ www.energiesparverband.at

© Bild OZphotography, FreeDigitalPhotos.net

Energie à la carte - energieeffizient Keks backen:

Heißluft anstelle von Ober- und Unterhitze verwenden: die Wärme verteilt sich dabei im gesamten Backraum optimal und mehrere Backbleche können gleichzeitig verwendet werden. Im Heißluftbetrieb kann die Backtemperatur um 20 Grad niedriger eingestellt werden, oft kann auf das Vorheizen verzichtet werden. Die Restwärme ist häufig noch ausreichend, um die Kekse fertig zu backen – daher Temperatur vorzeitig reduzieren oder abschalten.
Lassen Sie sich's schmecken!

Nähere Informationen auf www.energiesparverband.at

Neue Broschüre des OÖ Energiesparverbands

Niedrigstenergie-Häuser: 16 Vorzeigehäuser – wie oberösterreichische Familien ihr Traumhaus realisiert haben!

Kostenlos Broschüren bestellen auf www.energiesparverband.at

Tipps für Kamin- und Kachelöfen

- Nur trockenes und unbehandeltes Holz verwenden.
- Von oben und mit ausreichend Luftzufuhr anzünden.
- Keinen Müll verheizen.
- Ofen regelmäßig warten sowie sicherheitstechnisch überprüfen lassen

Nähere Informationen auf www.richtig-einheizen.at

Wussten Sie schon,...?

dass im Jahr 2014 in Österreich fossile Energie um 13 Milliarden Euro importiert wurden

Nähere Informationen auf www.energiesparverband.at

Verunreinigung der Kanalisation. Denk KLObal!

Das Wasserressort des Landes Oberösterreich ersucht um Beachtung!

Immer wieder passiert es, dass Abfälle in der Kanalisation landen, die dort nicht hingehören.
z.B. **Öl, Fett, Bioabfälle und Restmüll** die über die Küche oder das WC in die Kanalisation gelangen.

Die Folgen daraus sind:

- Ratten die näher an Wohnobjekte kommen
- Schädigung der Kanalisation
- In Folge: Höhere Reinigungs- und Reparaturkosten!
- Verstopfung der eigenen Hausinstallation

Darum startet das Wasserressort des Landes Oberösterreich einen Aufruf, um **die Bevölkerung** dahingehend wieder zu **sensibilisieren.**

Reifenentsorgung in der Pollinger Ache

Leider kommt es in letzter Zeit vermehrt vor, dass in der **Pollinger Ache alte Autoreifen** entsorgt werden.
Die illegale Ablagerung von Reifen und sonstigem Müll wird **ausnahmslos zur Anzeige gebracht!**
Beobachtungen in dieser Hinsicht, bitte dem Gemeindeamt melden.
Wir ersuchen die Bürger, in Eigenem Interesse und im Sinne der Umwelt, dies zu unterlassen.

Sicherheitstipps beim Umgang mit Feuerwerk

- Lassen Sie Sich beim Kauf von Feuerwerk über die **richtige Handhabung** beraten.
- Lesen Sie die **Gebrauchsanweisung aufmerksam** und bei Tageslicht durch.
- Lagern Sie Feuerwerk an einem **kühlen und trockenen Ort.**
- **Kinder** dürfen **keinen Zugriff** darauf haben.
- Feuerwerk darf **nie in der Nähe von Menschen gezündet** werden. Achten Sie bei der Verwendung auf die richtige Kategorie.
- **Blindgänger** vorerst **liegenlassen.** Unternehmen Sie **keine Nachzündversuche** und übergießen Sie den Feuerwerkskörper mit Wasser.
- Innerhalb des **Ortsgebietes sind** nur Feuerwerkskörper **der Kategorie F1** erlaubt.

Zuwiderhandlungen führen zur Anzeige.

Bezirksabfallverband: Windelgutschein-Aktion

Wickeln mit Stoff bringt bares Geld!
Der BAV fördert Mütter, die mit Mehrwegwindeln „Stoffies“ wickeln, mit Windelgutscheinen.

- **Gut für´s Budget** - Kostenersparnis 700 -1000 Euro pro Kind (Waschkosten sind schon berücksichtigt), zusätzlicher positiver Nebeneffekt: Die Kinder werden meistens schneller sauber.
- **Gut für´s Baby** - gesündere Haut, weiche Stoffe an Babys Haut statt Papier und Chemie, oft die einzige Lösung bei Hautproblemen, gesündere Hüften - eine Empfehlung von allen Kinderärzten.
- **Gut für die Umwelt** - pro Kind werden der Umwelt 1000 kg schwer verrottbarer Müll erspart. Obwohl nur 2% der Bevölkerung Wickelkinder sind, beträgt der Anteil von Wegwerfwindeln am Restmüll 10%.

Nähere Infos zu den WINDELGUTSCHEINEN gibt es unter:

Bezirksabfallverband Braunau, Frau Petra Wagner
Tel.: 07722/66800
Mail: petra.wagner@bav-braunau.at

www.verein-wiwa.at (Verein zur Förderung eines nachhaltigen Lebensstils, Wickelsysteme, Wickelanleitung, etc.)

BAV
BEZIRKSABFALLVERBAND BRAUNAU

Mobile Familien und Pflegedienste der CARITAS

Die Mobilen Pflegedienste sind für Sie da!

Ein älterer Mensch möchte auch im Alter in seiner vertrauten Umgebung leben, braucht aber bei vielen kleinen Handgriffen oder in der Pflege Betreuung und Hilfe.

Die **Mobilen Pflegedienste der Caritas für Betreuung und Pflege** kommen zu Ihnen nach Hause, wenn Sie Unterstützung im Alltag brauchen:

- Hauskrankenpflege
- Fachsozialbetreuung „Altenarbeit“
- Heimhilfe
- Angehörigenentlastungsdienst
- Besuchsdienst
- 24-Stunden - Betreuung

Informationen erhalten Sie unter:
Caritas für Betreuung und Pflege, Mobile Pflegedienste
Pfarrplatz 1, 4910 Ried im Innkreis
Regionalleitung: Mag. (FH) Sigrid Reiter
Tel.: 07752/20810
www.mobiledienste.or.at

ABFUHRTERMINE 2016

Biotonne	**Restmülltonne**	**Alt- u. Problemstoffe 12.30 bis 17.30 Uhr**	**Altpapier**
Mi., 20. Jän.	Mi., 20. Jän.	Mi., 20. Jän.	Di., 02. Feb.
Mi., 17. Feb.	Mi., 17. Feb.		
Mi., 16. März	Mi., 16. März	Mi., 16. März	Di., 15. März
Mi., 13. April	Mi., 13. April		
Mi., 27. April			Di., 26. April
Mi., 11. Mai	Mi., 11. Mai	**Mi., 11. Mai - SPERRMÜLL**	
Mi., 25. Mai			
Mi., 08. Juni	Mi., 08. Juni		Di., 07. Juni
Mi., 22. Juni			
Mi., 06. Juli	Mi., 06. Juli	Mi., 06. Juli	
Mi., 20. Juli			Di., 19. Juli
Mi., 03. Aug.	Mi., 03. Aug.		
Mi., 17. Aug.			
Mi., 31. Aug.	Mi., 31. Aug.	Mi., 31. Aug.	Di., 30.Aug.
Mi., 14. Sept.			
Mi., 28. Sept.	Mi., 28. Sept.		
Mi., 12. Okt.			Di., 11. Okt.
		Di., 18.Okt.	
Do., 27. Okt.	**Di., 25. Okt.**		
Mi., 23. Nov..	Mi., 23. Nov.		Di., 22. Nov.
Mi., 21. Dez.	Mi., 21. Dez.	Mi., 21.Dez.	Di. 03. Jän. 2017
NEU!!! **Die Biotonne IST AM VORTAG des Abholtages bereitzustellen.**	**Die Restmüll-Tonnen sind am Abfuhrtag spätestens ab 7:00 Uhr bereitzustellen**	**Standort bei der Feuerwehr/ Bauhof, außer Sperrmüllabfuhr**	**Die Altpapiertonne ist am Vortag des Abholtages bereitzustellen!**

JÄNNER

Sa, Mo und Di, 02.,04.,05. Jänner
Sternsingeraktion

Dienstag, 05. Jänner
14:00 Uhr JHV – Pensionistenverband
Gasthaus Friedrich, Wagham

Sonntag, 17. Jänner
10:30 Uhr JHV - Musikverein
Gasthaus Stranzinger

Mittwoch, 20. Jänner
19:30 Uhr „Rückblick - Das Jahr 2015 in Polling i.I."
Kameradschaftsbund – Gasthaus Stranzinger

Freitag, 29. Jänner
Anbetungstag der Pfarre

FEBRUAR

Freitag, 05. Februar
18:00 Uhr Gottesdienst - Maria Lichtmess

Sonntag, 07. Februar
13:30 Uhr Kinderfasching – Elternverein – GH Stranzinger

Aschermittwoch, 10. Februar
15:00 Uhr Hl. Messe

Samstag, 13. Februar
19:00 Uhr Vollversammlung – FF Polling
Gasthaus Stranzinger

Samstag, 20. Februar
20:00 Uhr – Musikverein - Frühjahrskonzert – MFHalle

Sonntag, 21. Februar
09:30 Uhr Hl. Messe danach Fastensuppe - KFB

Freitag, 26. Februar
19:00 Uhr Mostprobe - Oldtimerverein
Gasthaus Friedl, Imolkam

Sonntag, 28. Februar
Jahreshauptversammlung Union
Gasthaus Stranzinger

MÄRZ

Samstag, 05. März
20:00 Uhr Vollversammlung - FF Ornading
GH Stranzinger

11:00 Uhr Hl. Messe – Seniorenbund
anschließend JHV – Gasthaus Stranzinger

Sonntag, 13. März
19:00 Uhr KFB – Familienkreuzweg

Donnerstag, 17. März
19:00 Uhr Bußandacht

Samstag, 19. März
08:00 Uhr Flursäuberungsaktion „Hui statt Pfui"
Treffpunkt Zeughaus Polling; Ersatztermin: 02. April

APRIL

Freitag/Samstag, 01./02. April
14:00 Uhr und 18:00 Uhr Stockschützen – Herrenturniere – MFHalle

Samstag, 30. April
14:00 Uhr Stockschützen – Mixturniere
Multifunktionelle Halle

19:00 Uhr Florianimesse
Abmarsch 18:45 Uhr vom Gasthaus Stranzinger

MAI

Sonntag, 01. Mai
Wallfahrt Maria Schmolln – Kameradschaftsbund

Montag-Mittwoch, 02.-04. Mai
Bitttage

Dienstag, 03. Mai
14:00 Uhr Muttertagsfeier – Pensionistenverband
GH Stranzinger

Samstag, 07. Mai
05:45 Uhr Pfarrwallfahrt Maria Schmolln
10:00 Uhr Gottesdienst

Mittwoch, 11. Mai
13:00 Uhr Maiandacht danach Muttertagsfeier – Seniorenbund - Gasthaus Stranzinger

Pfingstsamstag/-sonntag, 14.-15. Mai
Ausflug FF Ornading

Pfingstmontag, 16. Mai
Wallfahrt Oldtimerverein

Pfingstdienstag, 17. Mai
Ausflug Katholische Frauenbewegung

Sonntag, 22. Mai
Erstkommunion

Sonntag, 29. Mai
09:00 Uhr Fronleichnamsprozession

JUNI

Sonntag, 05. Juni
Maibaumfrühschoppen ÖVP

Donnerstag, 09. Juni
Pensionistenverband – Pensionistenstockturnier
Multifunktionelle Halle

Freitag, 17. Juni
19:00 Uhr Sonnwendfeuer - Goldhaubengruppe
Fam. Maier, Remoneuberg
Ersatztermin: 24. Juni

Freitag/Samstag, 17./18. Juni
Sportunion – Sommerfest

Sonntag, 19. Juni
Sportunion – Frühschoppen

Samstag, 25. Juni
Teilemarkt – Oldtimerverein – MFHalle

Sonntag, 26. Juni
Oldtimertreffen – Oldtimerverein – MFHalle

JULI

Sonntag, 03. Juli
Festgottesdienst für Ehejubilare

Sonntag, 17. Juli
Bergmesse

Samstag, 30. Juli
Jahreshauptversammlung - Oldtimerverein

AUGUST

Sonntag, 07. August
11:00 Uhr Frühschoppen – Seniorenbund
Gemeindeplatz

Montag, 15. August
10.00 Uhr FPÖ – Radwegfest
Rastplatz am Radweg

SEPTEMBER

Sonntag, 04. September
Frühschoppen – FF Polling - Gemeindeplatz

Sonntag, 11. September
13:30 Uhr Radwandertag - FF Ornading

Freitag, 16. September
10 - 16 Uhr Feuerlöscherüberprüfung – Zeugstätte Polling
Abgabe auch am Do,15.09. von 18:00 bis 20:00 Uhr bei der Zeugstätte Polling möglich

Sonntag, 18. September
09:30 Uhr Erntedankfest

OKTOBER

Samstag, 01. Oktober
Pensionistenverband – SPÖ Polling
Weinlesefest – Multifunktionelle Halle

Sonntag, 23. Oktober
Tag der Älteren

Sonntag, 30. Oktober
09:15 Uhr Gedenkgottesdienst für Gefallene
Abmarsch vom Gasthaus Stranzinger

NOVEMBER

Dienstag, 01. November
13:30 Uhr Allerseelenandacht

Samstag, 19. November
Stockschützen – Jahresabschluss
Gasthaus Stranzinger

Samstag, 26. November
14:00 Uhr Musikverein – Christkindlmarkt
Multifunktionelle Halle

14:00 Uhr Familiengottesdienst + Adventkranzweihe

DEZEMBER

Samstag, 03., 10., 17. Dezember
16:00 Uhr Glühweinstandl – FF Polling – Zeughaus Polling

Samstag, 03. Dezember
Weihnachtsfeier – FF Ornading

Sonntag, 04. Dezember
18:00 Uhr Adventweg

Mittwoch, 07. Dezember
12:00 Uhr Seniorenbund – Weihnachtsfeier
Gasthaus Stranzinger

Samstag, 10. Dezember
Musikverein – Weihnachtsfeier

Dienstag, 13. Dezember
12:00 Uhr Weihnachtsfeier - Pensionistenverband
Gasthaus Friedrich, Wagham

Mittwoch, 14. Dezember
19:00 Uhr Bußandacht

Sonntag, 18. Dezember
Kameradschaftsbund – JHV + Weihnachtsfeier

Samstag, 24. Dezember
Friedenslicht – FF Polling u. FF Ornading

15:00 Uhr Kindermette

22:00 Uhr Christmette

Montag/Dienstag, 26./27. Dezember
Musikverein Neujahranblasen
Montag: Imolkam, Aigelsberg, Ornading
Dienstag: Polling Seite Schule, Seite Gde, Remoneuberg

Samstag, 31. Dezember
13:30 Uhr Jahresabschlussandacht

ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN
Der Veranstaltungskalender wird auch im Internet auf der Homepage der Gemeinde Polling i.I. www.polling-innkreis.ooe.gv.at veröffentlicht. Terminänderungen können von den Vereinen selber vorgenommen werden, oder sind bei der Gemeinde Polling i.I. zu melden.

was ist los in Polling i.I.

Veranstaltungen

Jänner bis Dezember

2016

ZUSCHUSS für Studierende

Studierende aller Bildungsinstitutionen, welche als Zugangsberechtigung mindestens eine Reife- oder Studienberechtigungsprüfung verlangen und mit einer Diplomprüfung enden, erhalten, wenn sie Ihren Hauptwohnsitz in der Gemeinde Polling haben, **pro Semester** eine finanzielle Unterstützung in der **Höhe von 75,00 Euro.**
Formulare liegen im Gemeindeamt auf.
Für das Ansuchen ist eine Inskriptionsbestätigung vorzulegen.

Weitere Informationen sind auf unserer **Homepage** unter **Bürgersservice /Förderungen** zu finden. Auch das **Antragsformular** befindet sich auf dieser Seite.

Jugendtaxi der Gemeinde Polling im Innkreis

Zur Information: Der **Jugendtaxiausweis** und die **Taxigutscheine** sind im Gemeindeamt für dich reserviert.

Ein Taxigutschein hat den Wert von 2,00 Euro. Pro Fahrt kann 1 Gutschein eingelöst werden. Pro Person werden 25 Gutscheine, mit einer Gültigkeit von einem Jahr, ausgestellt.

Was musst du tun:

- Du bist zwischen 15 und 20 Jahren und hast deinen Hauptwohnsitz in Polling im Innkreis.
- Mit einem Foto von dir ins Gemeindeamt kommen und einen Jugendtaxiauswies beantragen.
- Die Beantragung kann auch über unsere Gemeindehomepage erledigt werden.
- Wenn der Ausweis fertig ist melden wir uns, und du kannst dir den Ausweis und die Taxigutscheine im Gemeindeamt abholen.

Illegale Sammlungen – Information der OÖ Landesregierung

Wir ersuchen um Vorsicht:

Der **„Österreichische Hilfsdienst Verein - ÖHD“** mit Sitz in Klagenfurt der „**Hilfs Fonds Österreich - HFÖ“** mit Sitz in Ferndorf und der **Verein „ProFilius“** mit Sitz in Bad Ischl, führen derzeit in Oberösterreich Geldspenden-Sammlungen durch.

Von Seiten des Amtes der Oö. Landesregierung wurde **keine Bewilligung** für das Sammeln von Geldspenden in Form einer Haus - oder Straßensammlung im Bundesland Oberösterreich an oben genannte Vereine erteilt.

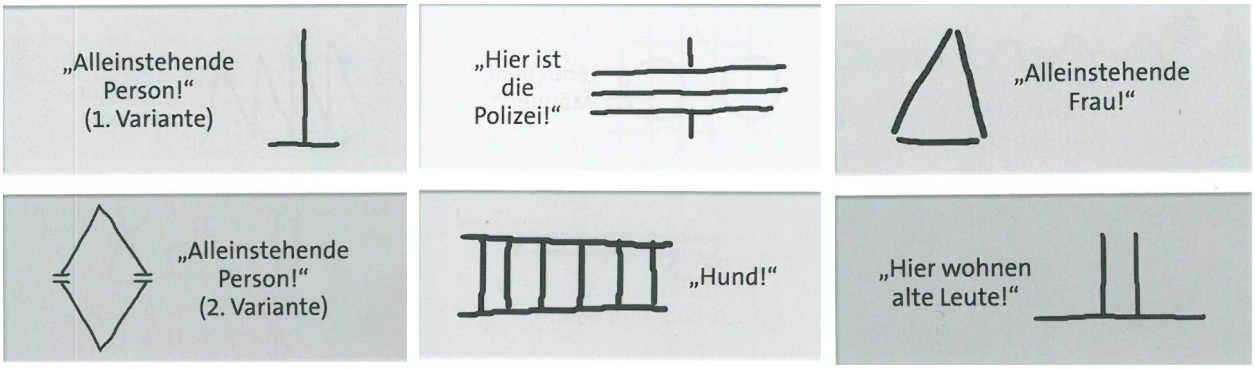
Gemäß §1 Abs. 1 des Oö. Sammlungsgesetztes 1995 gilt als Sammlung die persönliche Aufforderung an eine Mehrheit von Personen zur Hingabe von Geld, wenn keine oder ein unverhältnismäßig geringfügige Gegenleistung in Aussicht gestellte wird und die Aufforderung im Herumgehen von Haus zu Haus an die darin befindlichen Personen gerichtet wird (Haussammlung) oder an allgemein zugänglichen Orten von Personen zu Person gerichtet wird (Straßensammlung).

GAUNERZINKEN - Die geheime Sprache der Einbrecher

Haben Sie bereits einmal geheime Zeichen auf Hauswänden, Türen, Zäunen, Kanaldeckeln usw. entdeckt?
Mit wenigen Linien hinterlassen Kriminelle Hinweise, ob sich ein Einbruch lohnt.

Die Erfahrungen zeigen deutlich, dass immer mehr Wohnungen und Häuser gezielt und systematisch von Profis ausgesucht und ausgeraubt werden.
Viel schwerwiegender als der finanzielle Schaden sind meist die psychologischen Folgen eines Einbruchs.

Deshalb ist Aufklärung wichtig.
Im Gemeindeamt liegt eine Broschüre über die gängigsten Gaunerzinken auf.
Hier ein paar Beispiele:



Information der Polizei - Von Haus aus sicher

Tipps zur Verhinderung von Einbrüchen:

- Vergewissern Sie sich beim Weggehen, ob ihr Schloss versperrt ist.
- Vergessen Sie nicht Fenster und Türen (auch Balkontüren) zu schließen.
- Nachbarschaftshilfe ist zur Verhinderung von Einbrüchen besonders wichtig. - Informieren Sie sich wechselseitig über längere Abwesenheiten und ersuchen Sie um regelmäßiges Leeren des Briefkastens. Aufmerksamen Nachbarn kann vielen Kriminellen das Handwerk legen.
- Bewegungsmelder im Innen– und Außenbereich können Einbrecher abschrecken.
- Zeitschaltuhren bieten dabei viele Möglichkeiten, durch wechselnde Lichtquellen, TV oder Radio einen bewohnten Eindruck zu hinterlassen.
- Hunde sind bei Einbrechern sehr unbeliebt. - Lassen Sie den Eindruck entstehen, dass hier ein Hund zu Hause ist (Hundehütte, Hundespielzeug usw.)
- Täter lassen sich auch durch einfache Sicherungsmaßnahmen abschrecken.

Falls dennoch ein **Notfall** eintritt: **Sofort den Notruf 133 od. 112 (Euronotruf) wählen! Vermeiden Sie jede Konfrontation mit einem Einbrecher.**

Ein Ersuchen der Polizei:
Bei verdächtigen Wahrnehmungen oder Personen, melden Sie diese zu jeder Tageszeit sofort der Polizei.

148.000 Möglichkeiten zum Klimaschutz

Erdbeeren aus Israel, Rindfleisch aus Argentinien, frischer Fisch aus Südostasien – steht man heute vor einem Supermarktregal, so finden sich beinahe 365 Tage im Jahr die gleichen Produkte im Sortiment.

Im Lauf unseres Lebens nehmen wir ca. 148.000 Mahlzeiten zu uns. Wir wissen heute, dass wir mit einer gezielten Auswahl unserer Lebensmittel einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz leisten können. So entfallen 20 % der CO2-Emissionen (Treibhausgase) auf die Produktion von Lebensmitteln. Der Energieverbrauch vom "Acker auf den Teller" spielt dabei eine wichtige Rolle.

Tipps für einen klimafreundlichen Genuss

- Der Einkauf im Supermarkt – Qualität vor Quantität
  Jede Österreicherin und jeder Österreicher wirft jährlich 19 kg Lebensmittel in den Müll.
  Seien Sie kritisch beim Kauf von Sonderangeboten in großen Mengen.
- Regionale Lebensmittel bedeuten kurze Transportwege
  Welche Lebensmittel werden bei Ihnen in der Umgebung angebaut? Ein Einkauf beim Kartoffelbauern oder ein Besuch im Erdbeerland sind ein Erlebnis mit "Mehrwert" für Kinder und Erwachsene!
- Schenken Sie dem Herkunftsland der gekauften Produkte im Supermarkt Aufmerksamkeit
  Sehr häufig haben Sie die Wahl, ob z. B. Kartoffeln aus Österreich oder fernen Ländern in Ihrem Einkaufswagen landen.
- Saisonale Lebensmittel – guter Geschmack und viele Nährstoffel
  Salat, Kartoffel oder Kräuter in kleinen Gärten oder am Balkon bringen den Geschmack der Saison auf den Teller!
- Biologische Lebensmittel
  BIO – ob gesünder oder nicht, darüber wird seit längerem heiß diskutiert. Eines ist aber sicher, klimafreundlicher sind BIO-Produkte auf alle Fälle.
- Man muss nicht Vegetarier sein um "Fleischlos" zu lieben
  Nudelauflauf, Kartoffellaibchen oder Pilzsauce mit Knödel wirken positiv auf das Klima.
  Legen Sie 1 – 2 fleischlose Tage in der Woche ein.
- Verpackung beachten
  Mehrweggebinde sparen Verpackungsmüll und tragen damit wesentlich zum Klimaschutz bei.

Nusskugeln

Für 25 Personen: 12,4 g pro Portion - 310 g Gesamtmenge

Zutaten:
200 g Haselnüsse gerieben
4 EL Schlagobers
2 EL Honig
Zimt, Lebkuchengewürz
50 g Haselnüsse ganz
Konfektkapseln

Zubereitung:
Geriebene Haselnüsse mit flüssigem Schlagobers, Honig und Gewürzen gut verkneten.
Aus der Masse mit feuchten Händen kleine Kugeln formen.
In Konfektkapseln setzen und mit einer ganzen Haselnuss belegen.

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Ballaststoffe
70,6 kcal	6,64 g	1,71 g	1,24 g	0,82 g

Gesunde Gemeinde
www.gesundes-oberoesterreich.at

&

SOÖSB
Ortsgruppe Polling i. Innkr.

laden alle Pollinger/innen zur

Kräftigung- und Dehnungsgymnastik für Wirbelsäule und Gelenke

„Gesunde Gelenke – Gesunder Rücken“

mit Dipl. Physiotherapeut Harald Auer ein

Beginn am Mittwoch den 13. Jänner 2016,
jeweils Mittwochs von 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr
im Turnsaal der Volksschule Polling
10 Einheiten zu je 90 Minuten
Preis pro Person € 50,- (bitte am ersten Kurstag bar entrichten)
Begrenzte Teilnehmerzahl (max. 20 Personen)

Anmeldung ist unbedingt erforderlich:
Diese werden vom Gemeindeamt Polling i.I., Tel.: 07723/6505 oder
bei Herrn Alois Auer, Tel.: 0664/73388790 entgegengenommen.

Zeit für Liebe und Gefühl,
Heut bleibt´s nur draußen kalt.
Kerzenschein und Apfelduft
es liegt Weihnachten in der Luft.

Ein frohes und besinnliches Weihnachtsfest,
Zeit zur Entspannung und Besinnung auf die wirklich wichtigen Dinge sowie Gesundheit, Glück und Erfolg im kommenden Jahr wünschen
der Bürgermeister und die Gemeindebediensteten
der Gemeinde Polling i.I.