



Pollinger Gemeindenachrichten

4951 Polling i.L., Waghamer Straße 3, Tel.: 07723/6505

Email: gemeinde@polling-innkreis.ooe.gv.at

www.polling-innkreis.ooe.gv.at

Amtliche Mitteilung

Dezember 2018

Themen in dieser

Ausgabe:

- Bericht des Bürgermeisters
- Newsletter - Gemeindehomepage
- „familienfreundliche gemeinde“
- Winterräum- und Streudienst
- Müllabfuhrtermine 2019
- Veranstaltungskalender 2019
- Theaterbus - Landestheater Linz
- Zivilschutz
- FF-Polling, Erste-Hilfe-Kurs
- Stammtisch für pflegende Angehörige
- Gesunde Gemeinde - Die Walnuss
- Sicherheitstipps beim Umgang mit Feuerwerk
- Gesunde Gemeinde - Fragebogenaktion
- Kräftigungs- und Dehnungsgymnastik



**Liebe Pollingerinnen!
Liebe Pollinger!**



Oberflächenwasserkanal Ornading

Das Projekt Oberflächenwasserkanal Ornading wurde vor kurzem ausgeschrieben. Mehrere Bau-firmen wurden zur Angebotslegung eingeladen. Ende Jänner 2019 erfolgt dann die Angebotser-öffnung. **Die Errichtung des Projektes wird voraussichtlich zwischen April 2019 und August 2019 erfolgen.** Dabei werden zwei Rückhaltebecken gebaut und ein Regenwasserkanal erneuert.

Ortstaxe und Freizeitwohnungspauschale

Im Jahr 2018 wurde vom OÖ Landtag das OÖ Tourismusgesetz geändert. Die Neufassung tritt mit 1. Jänner 2019 in Kraft.

Damit einhergehend ist vorgesehen, dass Nächtigungsgäste in allen oberösterreichischen Ge-meinden, und damit auch in Nicht-Tourismusgemeinden wie Polling, eine sogenannte Ortstaxe entrichten müssen. Diese beträgt landesweit 2 Euro. Von diesen 2 Euro verbleiben 5% der Ge-meinde als Kostenbeitrag für die Einhebung, der übrige Betrag (95%) fließt in Nicht-Tourismusgemeinden an die Landes-Tourismusorganisation.

Nach den Bestimmungen des neuen Tourismusgesetzes unterliegen der Pflicht zur Entrichtung der Ortstaxe jene Personen, die in einer Gästeunterkunft (z.B. Gewerbliche Unterkünfte, Privat-unterkünfte..) nächtigen, sofern sie in der betreffenden Gemeinde nicht ihren Hauptwohnsitz haben.

Eine weitere Neuerung ist die sogenannte Freizeitwohnungsabgabe. Danach müssen mit 1. Jän-ner 2019 Eigentümer einer Wohnung in ganz Oberösterreich eine jährliche Pauschale entrichten, wenn die betreffende Wohnung länger als 26 Wochen von keiner Person als Hauptwohnsitz be-nützt wurde. Die Höhe der Pauschale beträgt pro Jahr für Wohnungen bis zu 50 m² Nutzfläche 72 Euro und für Wohnungen über 50 m² Nutzfläche 108 Euro, wobei der Gemeinde auch hier 5% je Wohnung als Kostenbeitrag für die Einhebung verbleiben. Abgabepflichtig sind die Eigentümer von Wohnungen und Häusern, die im Gebäude- und Wohnungsregister eingetragen sind.

Aus meiner Sicht ist die Sinnhaftigkeit dieser Abgaben in Nicht-Tourismusgemeinden zu hinter-fragen, zumal sie den Gemeinden einen enormen bürokratischen Aufwand bescheren und nach dem Motto „außer Spesen nichts gewesen“ keine zusätzlichen Einnahmen bringen.

Ruhestand Alois Danecker

Mit 1. November 2018 ist Amtsleiter Alois Danecker in den Ruhestand gegangen. Er war 31 Jahre Amtsleiter der Gemeinde Polling. In seiner Ära wurden zahlreiche Großprojekte wie der Ortskanal, das Gemeindezentrum, die Mehrzweckhalle oder die Schul- und Kindergartensanierung realisiert. Ich möchte mich an dieser Stelle bei Alois Danecker noch einmal für sein Engagement zum Wohle der Gemeinde Polling und die gute und vertrauensvolle Zusammenarbeit herzlich bedanken und wünsche ihm alles Gute für den wohlverdienten Ruhestand.



Euer Bürgermeister:

Newsletter - Gemeindehomepage

Der Newsletter informiert über aktuelle Veranstaltungen und diverse wichtige Ereignisse die die Gemeinde Polling im Innkreis betreffen.

Es gibt die Möglichkeit den Veranstaltungsnewsletter und/oder den klassischen Newsletter zu abonnieren.

Falls Sie den Newsletter abonnieren wollen, ist das wie folgt möglich:

- Die Homepage der Gemeinde Polling i.l. aufrufen.
- Unter dem Menüpunkt Veranstaltungen den Punkt „Newsletter abonnieren“ auswählen.
- Die Kontaktdaten angeben und auswählen welche oder welchen Newsletter man abonnieren will.
- Das war's!

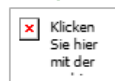
Bei Fragen, wenden Sie sich gerne an des Team des Gemeindeamtes Polling im Innkreis.

Tel. Nr.: 07723/6505

BEISPIEL:

News

Fahrplan-Änderung Linzer Straße



Fahrplanänderung Linzer Straße Altheim: **Ab Dienstag, 11. Dezember** fährt der Bus in der Linzer Straße, Altheim um **13:25 Uhr** ab!

Weitere ...

Amtstafel

Kriminalpolizei OÖ warnt: Geldforderung am Telefon bzw. per E-Mail/Internet = **BETRUG**
Info Nr. 61 - Kriminalpolizei OÖ - Geldforderungen am Telefon.pdf
04.12.2018 - 31.12.2019

Weitere ...

Zivilschutz-Selbstschutztipp: Einbruch und Diebstahl



Liebe Pollingerinnen und Pollinger!

Wie in der letzten Zeitung angemeldet, haben wir zwei Workshops abgehalten bei denen sich zahlreiche Pollingerinnen und Pollinger beteiligt haben. Nach der Erhebung der IST-Situation gingen wir rasch in die Phase der Produktion von Ideen über. Die Vielzahl der Wünsche und Vorschläge waren dafür eine wirklich gute Basis. Die Ergebnisse wurden dann nach Wichtigkeit sortiert, denn nicht alles kann und muss sofort umgesetzt werden. Die Vorschläge für die konkreten Maßnahmen haben wir an die Lebensphasen der Menschen angelehnt wie z.B. wurden auch verschiedene Maßnahmevorschläge nach den unterschiedlichen Lebensphasen erarbeitet.

- Für Kinder von 0-6 Jahre: Zaun am Spielplatz bei der Ostseite schließen.
- Für Schulkinder: Schülerlotsen
- Für Jugendliche: Jugendraum / Gemeinschaftsraum
- Nachelterliche Phase: Buslinien, die besser vertaktet werden
- Jung und Alt: Straßensicherheit

Ein großes DANKE an alle Mitwirkenden.

Im Familienausschuss werde ich die Projekte mit allen Familienausschussmitgliedern nochmals besprechen und so aufbereiten, dass sie dem Gemeinderat beschlussfertig vorgelegt werden können.

Euer Vize BGM

Gernhard Pollinger



Winterräum- und Streudienst Information

Seitens der Gemeinde Polling im Innkreis wird auf die gesetzlichen Anrainerverpflichtungen, insbesondere gemäß § 93 Straßenverkehrsordnung 1960 - StVO 1960, BGBl. 1960/159 idgF., hingewiesen.

§ 93 StVO 1960 lautet:

(1) Die Eigentümer von Liegenschaften in Ortsgebieten, ausgenommen die Eigentümer von unverbauten land- und forstwirtschaftlich genutzten Liegenschaften, haben dafür zu sorgen, dass die entlang der Liegenschaft in einer Entfernung von nicht mehr als 3 m vorhandenen, dem öffentlichen Verkehr dienenden **Gehsteige und Gehwege** entlang der ganzen Liegenschaft in der Zeit von 06:00 Uhr bis 22:00 Uhr von **Schnee und Verunreinigungen gesäubert sowie bei Schnee und Glätte bestreut** sind. Ist ein Gehsteig (Gehweg) nicht vorhanden, so ist der Straßenrand in einer Breite von 1 m zu säubern und zu bestreuen. Die gleiche Verpflichtung trifft Eigentümer von Verkaufshütten.

(2) Die in Abs. 1 genannten Personen haben ferner dafür zu sorgen, dass Schneewächten oder Eisbildungen von den Dächern ihrer an der Straße gelegenen Gebäude bzw. Verkaufshütten entfernt werden.

Im Zuge der Durchführung des Winterdienstes auf öffentlichen Verkehrsflächen kann es aus arbeitstechnischen Gründen vorkommen, dass die Straßenverwaltung Flächen räumt und streut, hinsichtlich derer die Anrainer/Grundeigentümer im Sinne der vorstehend genannten bzw. anderer gesetzlicher Bestimmungen selbst zur Räumung und Streuung verpflichtet sind.

Die Gemeinde Polling im Innkreis weist ausdrücklich darauf hin, dass

- es sich dabei um eine (zufällige) **unverbindliche Arbeitsleistung** der Gemeinde Polling i. d. handelt, aus der **kein Rechtsanspruch** abgeleitet werden kann;
- die **gesetzliche Verpflichtung** sowie die damit verbundene **zivilrechtliche Haftung** für die zeitgerechte und ordnungsgemäße Durchführung der Arbeiten in jedem Fall beim verpflichteten **Anrainer bzw. Grundeigentümer** verbleibt.
- eine Übernahme dieser **Räum- und Streupflicht** durch stillschweigende Übung im Sinne des § 863 ABGB hiermit **ausdrücklich ausgeschlossen** wird.

Beim Winterdienst kommt es zudem leider immer wieder insofern zu Problemen, weil PKW's und LKW's auf unübersichtlichen und engen Straßenstellen geparkt werden. Da die Schneeräumfahrzeuge einen erhöhten Platzbedarf haben und die Straßen sauber geräumt und gestreut werden müssen, werden alle Verkehrsteilnehmer hiermit eindringlich ersucht, ihre Autos auf Parkplätzen bzw. in ihren Garageneinfahrten abzustellen.

Weiters wird darauf hingewiesen, dass der in Privat- bzw. Firmeneinfahrten liegende Schnee nicht auf die Straße geworfen werden darf, da dies zu gefährlichen Verkehrssituationen führen kann. Im Falle eines Schadens könnte daher der Grundeigentümer zum Schadenersatz herangezogen werden.

Die Gemeinde Polling im Innkreis ersucht um Kenntnisnahme und hofft, dass durch ein gutes Zusammenwirken der kommunalen Einrichtungen und des privaten Verantwortungsbewusstseins auch im kommenden Winter wieder eine sichere und gefahrlose Benützung der Gehsteige, Gehwege und öffentlichen Straßen im Gemeindegebiet möglich ist.



ABFUHRTERMINE 2019



Biotonne

Restmülltonne

Alt- u. Problemstoffe 12:30 bis 17:30 Uhr

Altpapier

Mi., 09. Jän.

Mi., 16. Jän.

Di., 29. Jän.

Mi., 06. Feb.

Mi., 13. Feb.

Mi., 13. Feb.

Mi., 06. März

Mi., 13. März

Di., 12. März

Mi., 03. April

Mi., 10. April

Mi., 10. April

Mi., 17. April

Mi., 24. April

Do., 02. Mai

Mi., 08. Mai

Mi., 15. Mai

Mi., 29. Mai

Mi., 12. Juni

Mi., 05. Juni

Mi., 05. Juni

Di., 04. Juni

Mi., 26. Juni

Mi., 10. Juli

Mi., 03. Juli

Mi., 31. Juli

Di., 16. Juli

Mi., 24. Juli

Mi., 07. Aug.

Mi., 28. Aug.

Di., 27. Aug.

Mi., 21. Aug.

Mi., 04. Sept.

Mi., 25. Sept.

Mi., 25. Sept.

Mi., 18. Sept.

Mi., 02. Okt.

Di., 08. Okt.

Mi., 16. Okt.

Mi., 23. Okt.

Mi., 13. Nov.

Mi., 20. Nov.

Mi., 20. Nov.

Di., 19. Nov.

Mi., 11. Dez.

Mi., 18. Dez.

Di., 31. Dez.

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

Die Altpapiertonne
ist am Vortag des
Abholtages
bereitzustellen!

JÄNNER

Mi, Do und Fr, 02., 03., 04. Jänner

Sternsingeraktion

Di, Do, 08., 10., 15. und 17. Jänner

Erste-Hilfe-Kurs, FF Polling
Sitzungssaal der Gemeinde, Beginn 18:30 Uhr

Mittwoch, 16. Jänner

19:30 Uhr „Rückblick - Das Jahr 2018 in Polling i.L.“
Kameradschaftsbund – Gasthaus Stranzinger

Sonntag, 27. Jänner

10:30 Uhr JHV - Musikverein
Gasthaus Stranzinger

FEBRUAR

Freitag, 01. Februar

20:00 Uhr – Sport Union – JHV - Clubheim

Samstag, 02. Februar

17:00 Uhr - ÖVP Gemeindepartei tag
Gasthaus Stranzinger

Sonntag, 03. Februar

09:30 Uhr Gottesdienst für Täuflinge, Lichtmesse

Freitag, 15. Februar

19:29 Uhr Pfarrfaschingsball, MFHalle

Freitag, 22. Februar

19:00 Uhr Mostprobe – Oldtimerverein – GH Friedl

Samstag, 23. Februar

19:30 Uhr Vollversammlung – FF Polling
Gasthaus Stranzinger

MÄRZ

Sonntag, 03. März

13:30 Uhr Kinderfasching – Elternverein
GH Stranzinger

Aschermittwoch, 06. März

15:00 Uhr - HI. Messe

Samstag, 09. März

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

19:30 Uhr Vollversammlung – FF Ornading
Gasthaus Stranzinger

Dienstag, 12. März

14:00 Uhr JHV – Pensionistenverband, GH Friedrich

Samstag, 16. März

20:00 Uhr Frühjahrskonzert – Musikverein –
MFHalle

Sonntag, 17. März

09:30 Uhr HI. Messe danach Fastensuppe – KFB

Samstag, 23. März

08:00 Uhr Flursäuberungsaktion „Hui statt Pfui!“
Treffpunkt Zeughaus Polling; Ersatztermin: 30. März

Freitag, 29. März und Samstag, 30. März

Stockschützen – Herrenturniere - MFHalle

APRIL

Mittwoch, 10. April

19:00 Uhr Bußandacht

Samstag, 13. April

14:00 Uhr Ostereisuche – Kinderfreunde
Sportplatz

Palmsonntag, 14. April

09:30 HI. Messe - nach Gottesdienst / Goldhauben-
Palmsonntagscafe im Pfarrhaus

Gründonnerstag, 18. April

19:30 Uhr HI. Messe

Karfreitag, 19. April

15:00 Uhr HI. Messe

Karsamstag, 20. April

19:30 Uhr Osternachtsfeier

Dienstag, 23. April

19:30 Uhr Blackout - Vortrag
Feuerwehrhaus, FF Polling i.L.

Freitag, 26. April

17:00 Uhr Kräuterwanderung – Gesunde Gemeinde

M AI

Mittwoch, 01. Mai

08:45 Uhr Wallfahrt Maria Schmolln –
Kameradschaftsbund, Treffpunkt – GH Stranzinger

Samstag, 04. Mai

05:45 Uhr Wallfahrt, Treffpunkt beim Pfarrhof
10:00 Uhr Gottesdienst in Maria Schmolln

08:45 Uhr Wallfahrt Maria Schmolln – Oldtimerverein
Treffpunkt: Gemeindezentrum

Dienstag, 07. Mai

17:00 Uhr Muttertagsfeier – Pensionistenverband
GH Friedl, Imolkam

Mittwoch, 08. Mai

13:00 Uhr Muttertagsfeier, Maiandacht –
Seniorenbund - Gasthaus Stranzinger

Samstag, 11. Mai

19:00 Florianimesse, Abmarsch vom GH Stranzinger

Sonntag, 19. Mai

09:30 Uhr Erstkommunion
19:00 Uhr Bittag - Bittprozession

Samstag, 25. Mai

Stockschützen – Mixturnier – MFHalle

JUNI

Sonntag, 02. Juni

10:30 Uhr ÖVP Frühschoppen – Gemeindevorplatz

Pfingstsonntag, 09. Juni

10:30 Uhr Pfingstfrühschoppen – FF Ornading

Donnerstag, 13. Juni

Pensionistenstockturnier MFHalle

Samstag, 15. Juni

05:00 Uhr Teilemarkt – Oldtimerverein
17:00 Uhr Bunter Abend – Oldtimerverein
Gewerbegebiet Achleitner

Sonntag, 16. Juni

09:00 Uhr 10 Jahre Oldtimerverein – Mittagstisch,
Traktor und Autotreff – Gewerbegebiet Achleitner

Donnerstag, 20. Juni

09:00 Uhr Fronleichnamsprozession

Freitag, 21. Juni

Ministrantenfest – Sportplatz und Volksschule

Samstag, 22. Juni

14:00 Uhr Familienfest – Kinderfreunde – Sportplatz

Samstag, 29. Juni

Sportunion – Sommerfest - Sportplatz

Sonntag, 30. Juni

09:30 Uhr Festgottesdienst für Ehejubilare

JULI

Sonntag, 14. Juli
09:30 Uhr Bergmesse

AUGUST

Sonntag, 04. August

11:00 Uhr Sommerfest – Seniorenbund - MFHalle

Donnerstag, 15. August

10:00 Uhr FPÖ – Radwegfest
Rastplatz am Radweg

SEPTEMBER

Sonntag, 01. September

Bergmesse der 3 Pfarren

Sonntag, 08. September

13:00 Uhr Radwandertag - FF Ornating
Treffpunkt Zeugstätte

Sonntag, 15. September

09:30 Uhr Erntedankfest

OKTOBER

Samstag, 05. Oktober

17:00 Uhr Pensionistenverband und SPÖ Polling
Weinlesefest – Multifunktionelle Halle

Sonntag, 13. Oktober

Tag der Älteren

Sonntag, 20. Oktober

Dekanatsfest in Altheim, Rudolf-Wimmer-Halle
Gemeinsamer Gottesdienst aller Pfarren. In Polling
findet kein Gottesdienst statt.

Sonntag, 27. Oktober

09:30 Uhr Gedenkgottesdienst für Gefallene und
Vermisste der beiden Weltkriege
09:15 Uhr Abmarsch vom Gasthaus Stranzinger

NOVEMBER

Freitag, 01. November

13:30 Uhr Friedhofsandacht

Samstag, 02. November

09:30 Uhr Hl. Messe - Allerseelen

Samstag, 16. November

18:00 Uhr Jahresabschluss - Stockschützen
Gasthaus Stranzinger

Freitag, 29. November

19:00 Uhr JHV und Weihnachtsfeier Oldtimerverein
GH Friedl, Imolkam

Samstag, 30. November

15:00 Uhr Musikverein – Christkindlmarkt
Multifunktionelle Halle
14:00 Uhr Adventkranzweihn

DEZEMBER

Dienstag, 03. Dezember

12:00 Uhr Weihnachtsfeier - Pensionistenverband
Gasthaus Friedrich, Wagharn

Mittwoch, 04. Dezember

06:00 Uhr Rorate mit Frühstück
12:00 Uhr Seniorenbund – Weihnachtsfeier
Gasthaus Stranzinger

Samstag, 07. Dezember

19:30 Uhr Weihnachtsfeier – FF Ornating
Gasthaus Stranzinger

Samstag, 07., 14., 21. Dezember

17:00 Uhr Glühweinstandl – FF Polling –
Gemeindeplatz

Samstag, 14. Dezember

20:00 Uhr Musikverein – Weihnachtsfeier

Sonntag, 22. Dezember

14:00 Uhr JHV + Weihnachtsfeier –
Kameradschaftsbund, GH Stranzinger

Dienstag, 24. Dezember

ab 08:00 Uhr Friedenslicht –
FF Polling u. FF Ornating
15:00 Uhr Kindermesse
22:00 Uhr Christmette

Donnerstag/Freitag, 26./27. Dezember

Musikverein Neujahrblasen

Dienstag, 31. Dezember

13:30 Uhr Jahresschlussandacht

ÄNDERUNGEN VORBEHALTEN

Der Veranstaltungskalender wird auch im Internet auf der Homepage der Gemeinde
Polling i.L. www.gdölling-imkreis.ooe.gv.at veröffentlicht. Terminänderungen können von
den Vereinen selber online vorgenommen werden, oder sind bei der Gemeinde Polling
i.L. zu melden.

*was ist los
in
Polling i.L.*



Veranstaltungen

2019

Landestheater Linz - Theaterbus

Das Landestheater bietet wieder organisierte Busfahrten an.

Das Angebot beinhaltet die Busfahrt hin und retour und die Theaterkarte.

Folgendes wird angeboten:

Sa, 29. Dezember 2018	Der Vogelhändler
Di, 01. Jänner 2019	Ein Amerikaner in Paris
Sa, 05. Jänner 2019	Lazarus
So, 06. Jänner 2019	Tristan und Isolde
Sa, 16. Februar 2019	Elektra
So, 17. März 2019	Ragtime
Fr, 22. März 2019	Ein Amerikaner in Paris
So, 07. April 2019	La clemenza di Tito
Sa, 25. Mai 2019	Ragtime
Sa, 15. Juni 2019	Chess

Zustiegsmöglichkeiten:

Braunau am Inn	Busbahnhof	16:50 Uhr
St. Peter a.H.	Gemeindeamt	17:00 Uhr
Altheim	Rathaus	17:10 Uhr
Polling i.L.	Gemeindeamt	17:15 Uhr
Ried/Tumeltsham	ÖAMTC	17:40 Uhr

Weitere Zustiege auf Anfrage möglich.

Die Abfahrtszeiten bei Nachmittagsvorstellungen erfahren Sie direkt beim Busunternehmen.

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!

Buchbar bei Weiss-Reisen

Industriezeile 44
5280 Braunau am Inn
Tel.: +43(0)7722/62911
office@weiss-reisen.at





DER AKTUELLE SELBSTSCHUTZTIPP

Selbstschutz ist der beste Schutz bei:

DUNKELHEIT IM STRASSENVERKEHR

Ein Autofahrer mit Abblendlicht kann einen reflektierenden Streifen wesentlich früher erkennen. Zeitgerechtes Abbremsen oder Ausweichen wird dadurch möglich. Mit ruckstrahlender Kleidung oder Streifen sind Fußgänger, Radfahrer, Hobbysportler,... und vor allem Kinder auf dem Schulweg sichtbar und damit sicherer unterwegs.



Fußgänger:

- Helle Kleidung tragen
- Kleidung mit Reflektoren ausrüsten
- Auf Rundum-Sichtbarkeit (360°) achten
- Warnweste zusätzlich zur gesetzlichen Tragepflicht verwenden
- Vorbild für Kinder sein

Radfahrer:

- Obligatorische Reflektoren anbringen (vorne weiß, hinten rot)
- Leuchtpedale
- Speichereflektoren
- Licht vor Fahrt kontrollieren

Auto- und Motorradfahrer:

- Fahrverhalten den Sicht- und Witterungsverhältnissen anpassen
- Heck- und Windschutzscheiben sowie Fahrzeuglichter sauber halten
- Immer wieder prüfen, ob alle Lichter funktionieren
- Licht und Scheinwerfeinstellung vor der Fahrt kontrollieren
- Rechtzeitig abblenden



! Mehr Informationen erhalten Sie unter:

Oberösterreichischer Zivilschutz
Petzoldstraße 41, 4020 Linz
Telefon: 0732 65 24 36
E-Mail: office@zivilschutz-ooe.at
www.zivilschutz-ooe.at

**SELBST-
SCHUTZ
IST DER
BESTE
SCHUTZ.**

**SORGEN
SIE FÜR
NOTFÄLLE
VOR.**
zivilschutz-ooe.at



Reflektorbänder sind, solange der Vorrat reicht, beim OÖ Zivilschutz erhältlich!



OBERÖSTERREICHISCHER
ZIVILSCHUTZ



DER AKTUELLE SELBSTSCHUTZTIPP

Selbstschutz ist der beste Schutz:

BRANDSCHUTZ ZU WEIHNACHTEN

Flackernde Kerzen und Lichter verbreiten zur Weihnachtszeit besinnliche Stimmung in der Wohnung. Doch alle Jahre wieder steigen in der Advent- und Weihnachtszeit die Brandfälle sprunghaft an. Meistens sind Leichtsinn und Unachtsamkeit die Gründe für die Wohnungsbrände.



Vorsichtsmaßnahmen beachten:

- Kaufen Sie einen frischen Adventkranz bzw. Christbaum. Bevor er gebraucht wird, bewahren Sie ihn an einem kühlen Ort.
- Wählen Sie für den Baum einen möglichst kippsicheren Standort, der sich weder neben Wärmequellen (Öfen, Heizkörper, etc.) noch in unmittelbarer Nähe von Vorhängen befindet
- Achten Sie darauf, dass Zweige und Dekorationsmaterial einen möglichst großen Abstand zu den Kerzen aufweisen
- Entzünden Sie die Kerzen Ihres Christbaumes von oben nach unten und löschen Sie diese von unten nach oben. Lassen Sie die Kerzen nie ganz herunterbrennen
- Vorsicht mit Wunderkerzen - akute Gefahr durch glühend abspritzenden Funken
- Beaufsichtigen Sie Kinder, wenn sie in der Nähe des Christbaumes spielen
- Halten Sie geeignete Löschmittel (Wasser, Feuerlöscher, Löschdecke) immer bereit
- Kerzen auf Adventkränzen und Christbäumen müssen ausgetauscht werden, bevor sie zu tief niederbrennen und schon das umliegende Gehölz erreichen

Häufige Brandauslöser sind vergessene Kerzen!

- Lassen Sie offenes Feuer und Licht nie ohne Aufsicht
- Kerzen sollen immer in Haltern mit Auffangschalen aus nicht-brennbarem Material verwendet werden
- Sprechen Sie mit Ihren Kindern über die Gefahren bei Kerzen und Feuer, üben Sie zudem mit ihnen den Ernstfall



! Mehr Informationen erhalten Sie unter:

Oberösterreichischer Zivilschutz
Petzoldstraße 41, 4020 Linz
Telefon: 0732 65 24 36
E-Mail: office@zivilschutz-ooe.at
www.zivilschutz-ooe.at



Sollte es zu einem Brand kommen, bewahren Sie Ruhe und alarmieren Sie unverzüglich die Feuerwehr unter der Notrufnummer 122.

**SELBST-
SCHUTZ
IST DER
BESTE
SCHUTZ.**

**SORGEN
SIE FÜR
NOTFÄLLE
VOR.**
zivilschutz-ooe.at



OBERÖSTERREICHISCHER
ZIVILSCHUTZ



FREIWILLIGE
FEUERWEHR
POLLING

4951 Polling i.l. / Bez. Braunau a.l.
www.ff-polling.at

EINLADUNG **zum** **16-stündigen Erste-Hilfe-Kurs**

Kurszeiten:

Dienstag:	08. Jänner 2019 von 18:30 – 22:00 Uhr
Donnerstag:	10. Jänner 2019 von 18:30 – 22:00 Uhr
Dienstag:	15. Jänner 2019 von 18:30 – 22:00 Uhr
Donnerstag:	17. Jänner 2019 von 18:30 – 22:00 Uhr

Schulungsraum: Sitzungssaal der Gemeinde Polling i.l.

Anmeldung: Gemeindeamt (Tel.: 07723/6505- 0) oder
BI Pfaffinger Alexander (0676/840160310)

Mindestteilnehmerzahl: 10 Personen

Kursbeitrag: € 75,00 pro Personen

Auf eine rege Teilnahme freut sich das Kommando der FF Polling.

Stammtisch für pflegende Angehörige



Pflegende Angehörige sind „Experten des Alltag's, diese sind herzlich zu einem gemütlichem Austausch, pflegerischen Tipps oder auch Fachvorträgen eingeladen.

Rückblick 2018:

Jänner: Stammtisch	Juli/August: Sommerpause
Februar: Stammtisch	September: Stammtisch
März: Fachvortrag Dr. Drinberger-Puchner	Oktober: Gesundheitsstraße und Fachvortrag Dr. John
April: Stammtisch	Dezember: Weihnachtsfeier am 07.12.18
Mai: Stammtisch	
Juni: Ausflug ins Mühlviertel	

Nüsse sind echtes Futter für den Körper – Zeit für ein Loblied



Vor langer Zeit schon, zählten sie zu den Grundnahrungsmitteln der Menschen, Knabberei die es in sich hat.

Generell enthalten alle Nüsse je nach Sorte zwischen 35 und über 70 Prozent Fett. Einen halbe Tüte Haselnüsse liefert mit 100 Gramm genauso viel Fett wie sechs Esslöffel Butter. Doch dieses setzt sich – im Gegensatz zum tierischen – aus einem hohen Anteil an ungesättigten Fettsäuren zusammen. Diese übernehmen wichtige Funktionen. So sorgen sie unter anderem dafür, dass die Zellmembranen durchlässig und flexibel bleiben. Auch das Gehirn besteht zum großen Teilen daraus. Ungesättigte Fettsäuren wie Linolen- und Linolsäure, auch bekannt als Omega 3 und Omega 6, kann der Körper nicht selbst herstellen und ist auf Zufuhr von außen angewiesen. Alle Nussorten sind durch ihren hohen Gehalt an B-Vitaminen „Brainfood“ par excellence. Sie liefern unserem Organismus auch reichlich Vitamin A, E, Mineralstoffe wie Magnesium, Kalzium, Kalium und Phosphor sowie Ballaststoffe, sekundäre Pflanzenstoffe und Aminosäuren. Mit ihren gesunden Fettsäuren verringern Nüsse das Herzinfarktrisiko, da diese die Blutfettwerte und den Cholesterinspiegel senken.



Wie wertvoll Nüsse sind, ist auch abhängig vom Anbau und der Weiterverarbeitung. In konventionellen Monokulturen kann auf den Einsatz von Herbiziden kaum verzichtet werden. Sie dringen durch die Schale in die Samen ein. Ebenfalls bedenklich ist die Behandlung mit Schwefel, der die Schale aufhellt, sowie die Begasung während der Transport- und Lagerzeit, die einen Schädlingsbefall verhindern soll.

Biologisch - fair und heimisch Wer Bio-Nüsse kauft, geht dadurch auf Nummer sicher.

Küchentipps

Nüsse werden wegen ihres Fettgehalts leicht ranzig. Der Aufbewahrungsort sollte deshalb kühl, dunkel, trocken und luftig sein. Größere Mengen lassen sich gut einfrieren. Beim Einkauf gilt: Klappert die Frucht in der Schale, so ist sie eingetrocknet.

Für ein intensives Aroma, die Kerne vor dem Verzehr in einer beschichteten Pfanne ohne Fett rösten.

Die meisten Sorten lassen sich am einfachsten mit einem klassischen Zangennussknacker öffnen. Ist die Schale sehr hartnäckig, legt man die Nuss für eine Stunde ins Gefrierfach. Die niedrige Temperatur verändert die Struktur der Schale, sodass sie leichter zu knacken ist.

Die kernigen Köstlichkeiten sind nicht nur leckerer Knabberspaß und raffinierte Backzutaten, sondern verfeinern auch pikante Gerichte. Sie lassen sich mit Fleisch kombinieren, schmecken mit Gemüse und machen sich gut in herzhaften Saucen.



Ein vitaminreiches Rezept:

Karotten—Apfel—Salat mit Orangendressing und Walnüssen:

500 g Karotten
1 großer Apfel
4 EL Walnüsse

Für das Dressing:

5 EL Öl
3 EL Essig
1 Orange
1 cm frischer Ingwer
etwas Salz und Pfeffer



Zubereitung:

Für das Dressing die Orange in einer großen Schüssel auspressen. Ingwer reiben und dazu geben. Öl, Essig, Salz und Pfeffer dazu geben und alles gut verrühren. Möhren schälen, Apfel waschen und entkernen. Beides direkt in die Schüssel reiben. Alles gut miteinander mischen und 30 Min. im Kühlschrank ziehen lassen.

Die Walnüsse grob hacken und beim Servieren über den Salat streuen.

GUTES GELINGEN!

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 Ortsgebiets** sind nur Feuerwerkskörper der Kategorie F1 erlaubt.



Zuwiderhandlungen führen zur Anzeige.

Die Gesunde Gemeinde dankt allen Teilnehmenden der Fragebogenaktion des vergangenen Jahres.



Nochmals kurz zusammengefasst, ging es darin um die Erhebung zweier interessanter Fragen und zwar:

- Wie sieht das aktuelle Gesundheitsverhalten der Pollinger Bevölkerung in den Bereichen „**Sport & Bewegung**“, „**Ernährung**“, „**Rauchen**“ und „**Alkohol**“ aus?
- Möchte der Einzelnen an seinem Gesundheitsverhalten etwas verändern?

Diese Erhebung zielte darauf ab, bedarfsorientierter planen zu können, welche Vorträge bzw. Kurse in der Gemeinde „gut gebraucht“ werden können. Denn, jemanden ein Raucherentwöhnungsprogramm anzubieten, der in seinem Tabakkonsum keine Notwendigkeit zur Veränderung sieht, macht keinen Sinn.

Ergebnisse:

- Von den rückgeflossenen Umfragebögen, gaben 2/3 an, sich täglich zu bewegen. Die meiste **Bewegung** fiel dabei auf Alltagstätigkeiten wie Gartenarbeit, die Bewegung in der Arbeit oder im Haushalt. Ca. die Hälfte übte dabei „gelegentlich“ Sport (weniger als 1x pro Woche für mind. ½ Std) aus. Bevorzugte Sportarten stellten Laufen, Schwimmen und Radfahren dar. Die andere Hälfte teilte sich auf. Die die noch weniger Sport betreiben und die, die mehr betreiben. Da zeigt sich natürlich Luft nach oben. Positiv stimmt, dass ca. 2/3 an ihrem Bewegungsverhalten etwas verändern möchten.
- Hinsichtlich der **Ernährung** zeigt sich ein ähnlicher Trend. Ebenfalls ca. 2/3 sind der Ansicht an ihrem Ernährungsverhalten etwas verändern zu müssen. Das konkrete Essverhalten konnte aufgrund fehlender Datenlage leider nicht genau erhoben werden. **Wasser** getrunken wird ca. zwischen ½ bis 2 ½ Liter pro Tag. Getränke wie Fanta, Cola, Sprite nehmen erfreulicherweise nur einen verschwindend kleinen Prozentsatz ein. Bei **Kaffee** hingegen gehen die Zahlen wieder nach oben. Diesen tranken alle, die Menge variiert zwischen ¼ Liter – 1 Liter pro Tag.
- 1/3 der Befragten waren **Raucher**, durchschnittlich werden zwischen 10-15 Zigaretten pro Tag konsumiert. Erfreulicherweise wollten beinahe alle ihr Rauchverhalten ändern.
- Der **Alkoholkonsum** stimmte ebenfalls sehr positiv. Der Großteil, ca. 2/3 der Befragten, trank weniger als 1x pro Woche Bier. Ein noch höherer Prozentsatz trank weniger als 1x pro Woche Wein oder Spirituosen. Dementsprechend wollten auch die meisten an ihrem Alkoholkonsum nichts verändern.

Interessant zu erwähnen ist noch die Altersverteilung der Befragten, ca. 2/3 waren 40 Jahre oder älter.

Man kann daraus schließen, dass vor allem der **Bereich „Sport & Bewegung“**, aber auch der **Bereich „Rauchen“** gesundheitstechnisch noch ausbaufähig ist. Hinsichtlich **Ernährung** versuchten wir mit dem Vortrag von Hrn. Mag. Christian Putscher im März diesen Jahres bereits Akzente zu setzen. **Der Schwerpunkt für 2019/20 wird auf Herzgesundheit** fallen, wo wir die Ergebnisse der Fragebogenaktion gut einbauen können. Wir werden diesbezüglich wieder interessante Aktivitäten anbieten.



Die Gesunde Gemeinde wünscht ein gesundes Jahr 2019 und ein frohes Weihnachtsfest!

Weihnachten

Als Kind suchen wir
Weihnachten, weil wir
wissen möchten
wo all die Geschenke herkommen.

Als Erwachsener suchen
wir Weihnachten, weil wir
ständig auf der Suche nach
irgendwas sind.

Als Greis suchen wir
Weihnachten,
weil wir uns erinnern möchten,
wie es als Kind war.

Wir werden Weihnachten
nie finden,
wenn wir es nicht in
unserem Herzen suchen

Peter Brall



&



laden alle Pollinger/innen zur

Kräftigung - und Dehnungsgymnastik für Wirbelsäule und Gelenke

mit Dipl. Physiotherapeut Harald Auer ein.

Beginn am Mittwoch den 09. Jänner 2019, jeweils von 17:30 Uhr 19:00 Uhr
10 Einheiten je 90 Minuten (jeweils Mittwoch) im **Turnsaal der Volksschule Polling**
Preis pro Person **EUR 60,00** für SB-Mitglieder, Preis pro Person **EUR 70,00** für Nicht-Mitglieder
(bitte am ersten Kurstag entrichten)
Begrenzte Teilnehmerzahl (max. 20 Personen)

Anmeldung ist unbedingt erforderlich

Diese werden vom Gemeindeamt Polling i.L., Tel.: 07723/6505 entgegengenommen.

**Zeit zu schweigen, zu lauschen, in sich zu gehen.
Nur wer die Ruhe beherrscht kann die Wunder noch sehen,
die der Geist der Weihnacht den Menschen schenkt.
Auch wenn so mancher anders denkt.**

**Ein frohes und besinnliches
Weihnachtsfest,
Zeit zur Entspannung und Besin-
nung auf die wirklich wichtigen
Dinge sowie Gesundheit, Glück
und Erfolg im kommenden Jahr
wünschen**



Der Bürgermeister

**und die Gemeindebediensteten
der Gemeinde Polling i.L.**