

GEMEINDENACHRICHTEN

Mai 2020

CARING COMMUNITIES

Mit Caring Communities die Krise meistern.

Corona Krise hat viele Gesichter

Geschlossene Kindergärten und Schulen, Kurzarbeit oder Jobverlust, Ausgangsbeschränkungen, Ängste, Aggressionen oder Einsamkeit und durch die noch nie dagewesene Situation Unsicherheit und Überforderung. Doch viele Menschen sehen die Krise auch als Chance. Zeit mit den Kindern oder Partner zu verbringen, Wohnung renovieren oder ausmisten, Bücher lesen, oder sich sozial zu engagieren.



Foto: ÖRK

„Zu den schönen Erfahrungen zählen, dass die Bevölkerung wieder enger zusammenrückt, dass der Generationenzusammenhalt, die gute Nachbarschaft und Menschlichkeit in Krisenzeiten funktionieren“, sagen Eva Wurzing, Koordinatorin der Gesundheits- und Sozialen Dienste beim Roten Kreuz Eferding sowie die Bürgermeister der Gemeinden Eferding, Hinzenbach, Fraham und Puppung.

Corona Krise hat viele Gesichter

Unsere Rot Kreuz Klone mit den Schildern „DANKE fürs Durchhalten“, „DANKE fürs gegenseitige HELFEN“ und „DANKE für eure Hilfsbereitschaft“ sollen unseren Dank visualisieren.

„Mit dem Projekt „Caring Communities“ waren wir letztes Jahr beginnend, voll im Trend der Zeit und fast vorausschauend, um das Thema „Nachbarschaftshilfe“ wieder bewusster in unsere Kultur anzusiedeln.“, meint Eva Wurzing und:

„Wir danken allen, die in dieser speziellen Zeit die Infrastruktur aufrechterhalten, Einkäufe und Medikamentenbesorgungen für die Nachbarn machen, die sozialen Kontakte mittels Telefonaten aufrechterhalten sowie ihrer Arbeit unter erschwerten Bedingungen nachgehen. Auch wenn die Wirtschaft großen Schaden erlitten hat und es noch lange dauern wird, bis wir wieder annähernd dort sind, wo wir vor der Krise waren, so ist es jetzt einmal wichtig, dass wir gesundheitlich diesen Virus gut überstehen.“



Eferdinges
Land
HINZENBACH

Caring Communities
Gesunde Gemeinde
Blutspendeaktion
Volksbegehren
Stellung
Waldbrandschutzverordnung
Alkoholberatung
Heizkostenzuschuss
Ferialjobs zu vergeben
BAV informiert
Neues aus dem Melde- und Standesamt
Info Volkshilfe
Biotonne
Volksschule Rockersberg
Müll sammeln
Kindergarten Hinzenbach
Shiatsu in Hinzenbach
Akad. Mental- und Systemischer Coach in Hinzenbach
Judo Staatsmeisterschaft
Krisenstab der Gemeinde
Kanalbaustelle
Mietwohnungen zu vergeben
Union Raiffeisen Hinzenbach

GESUNDE GEMEINDE

Unsere Gesunde Gemeinde Hinzenbach beteiligt sich in den Jahren 2020 - 2021 am Schwerpunkt

„Gesundheit verstehen. Gesundheit leben.“

des Landes Oberösterreich. Innerhalb dieser nächsten zwei Jahre werden wir verschiedene Aktivitäten zu diesem Schwerpunkt planen und umsetzen.

Folgende Angebote sind bereits in Vorbereitung:

- Zeitungsartikel-Serie passend zum Thema
- Sprechstunde/Vortrag „Bewährte Hausmittel“

- Webchecker, Vortrag vom Jugendservice für die Volksschule

Weitere geplante Aktivitäten:

- Kräuterwanderung
- Ankauf von Defibrillatoren für die Gemeinde

Bereits abgehaltene/laufende Veranstaltungen:

- Erste Hilfe Kurs
- Aktivangebot „Leichter Leben“ (wurde auf einen späteren Zeitpunkt, nach der Corona-Krise verschoben)
- Nordic Walking Gruppe (ganzjährig)



Wir würden uns freuen, wenn Sie unsere Angeboten zu diesen wichtigen Gesundheitsthemen besuchen/nutzen.

Arbeitskreisleiterin
Daniela Heizinger

Gesundheitsvorsorge durch Impfen



Schutzimpfungen gehören zu den wichtigsten und wirksamsten vorbeugenden Maßnahmen, die der Medizin zur Verfügung stehen. Mit diesen Impfungen schützen Sie sich selber aber auch Ihr Umfeld, wie noch nicht geimpfte kleine Kinder oder Kranke, die selber nicht geimpft werden dürfen.

Auch wenn Sie nicht verreisen, sollten folgende Impfungen vorliegen und regelmäßig aufgefrischt werden. Ihr erster Ansprechpartner dazu ist Ihre Hausärztin/Ihr Hausarzt (als Grundlage dient ihr/ihm der **österreichische Impfplan**).

- **Diphtherie/Tetanus/Kinderlähmung/Keuchhusten:** Diese 4-fach-Impfung wird alle 10 Jahre aufgefrischt, ab dem 60. Lebensjahr alle 5 Jahre.
- **Masern-Mumps-Röteln-Immunsierung:** Nach der 2. Impfung besteht lebenslanger Schutz.
- **FSME (Frühsommer-Meningoenzephalitis):** Diese wird von Zecken übertragen und verursacht eine Gehirnhautentzündung. Die Infektion kann in Ihrem eigenen Garten passieren.
- Die jährliche **Grippeimpfung** und ein Impfschutz gegen **Pneumokokken** (Erreger von schweren Lungenentzündungen) wird ab dem 50. Lebensjahr oder wenn Sie an einer chronischen Erkrankung leiden, in Absprache mit der/dem behandelnden Ärztin/Arzt angeraten.

Weiterführende Informationen zu Impfungen finden Sie unter

<https://www.land-oberoesterreich.gv.at> >Themen > Gesundheit > Gesundheitsschutz

Quelle: Abteilung Gesundheit beim Amt der Oö. Landesregierung



BLUTSPENDEAKTION

BLUTZENTRALE LINZ | WWW.BLUT.AT



AUS LIEBE ZUM MENSCHEN.

www.rotekruz.at/ooe | 0800 / 190 190

ACHTUNG NEUER TERMIN!

Blut spenden können alle gesunden Personen ab dem **Alter von 18 Jahren** im **Abstand von 8 Wochen**. Der vor der Blutspende auszufüllende Gesundheitsfragebogen und das anschließende vertrauliche Gespräch mit unserem Arzt dienen sowohl der **Sicherheit unserer Blutprodukte**, als auch der **Sicherheit der Blutspender**. Bitte bringen Sie einen **amtlichen Lichtbildausweis** und Ihren **Blutspendeausweis** zur Blutspende mit. Den Laborbefund erhalten Sie ca. 8 Wochen später zugeschiedt, somit wird die Blutspende für Sie auch zu einer kleinen Gesundheitskontrolle.

BLUTSPENDEN

HINZENBACH

Dienstag, 12. Mai 2020

15:30 - 20:30 Uhr

Gemeindeamt

Antworten auf Fragen rund
um Covid-19 finden sie auf:
www.blut.at

Aus Liebe zum Menschen.



Bild: Rotes Kreuz Eferding, Haupt Rosemarie

**SPENDE BLUT
RETTE LEBEN!**

VOLKSBEGEHREN

Aufgrund der stattgegebenen Entscheidung des Bundesministers für Inneres können Stimmberechtigte gem. § 6 Abs. 2 des Volksbegehrensgesetzes 2018

im Zeitraum von 22.06. bis 29.06.2020

für folgende Volksbegehren
ihre Zustimmung erklären:

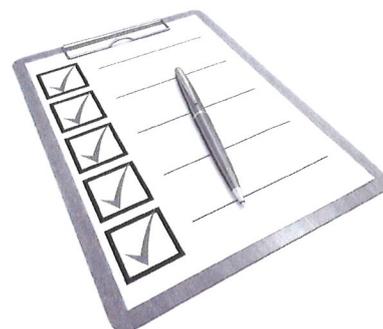
- „Asyl europagerecht umsetzen“
- „Smoke-JA“
- „Smoke-NEIN“
- „EURATOM-Ausstieg Österreichs“
- „Klimavolksbegehren“

Stimmberechtigt ist, wer am letzten Tag des Eintragszeitraumes das Wahlrecht zum Nationalrat besitzt (österreichische Staatsbürgerschaft, Vollendung des 16. Lebensjahres, kein Ausschluss vom Wahlrecht) und zum Stichtag 25. Mai 2020 in der Wählerevidenz einer Gemeinde eingetragen ist.

Bitte beachten Sie, dass Personen welche bereits eine Unterstützungserklärung für ein Volksbegehren abgegeben haben, für dieses Volksbegehren **KEINE** Eintragung mehr vornehmen können, da eine getätigte Unterstützungserklärung bereits als gültige Eintragung zählt.

Eine Eintragung kann entweder persönlich bei jedem Gemeindeamt oder online unter www.bmi.gv.at/volksbegehren erfolgen.

Nähere Informationen zum genauen Ablauf entnehmen sie unserer Amtstafel oder auf der Homepage www.hinzenbach.at.



STELLUNG

Information Aussetzung der Stellung

Aufgrund der Coronakrise haben wir, wie Sie den Medien wahrscheinlich entnommen haben, die Stellungen vorerst bis 20. April ausgesetzt.

Dieser Termin wird nun bis auf weiteres ausgesetzt.

Dies dient zum Schutz der Stellungspflichtigen und ihrer Familien. Die Stellungspflichtigen werden, sobald sich die Lage verbessert hat und die Stellungenstraßen wieder öffnen, per Brief über ihren neuen Stellungstermin informiert.

 **Bundesministerium
Landesverteidigung**

WALDBRANDSCHUTZVERODNUNG

Auszug aus der Verordnung zum Schutz vor Waldbränden (Waldbrandschutz-Verordnung 2020):

In den Waldgebieten aller Gemeinden des Bezirkes Eferding sowie in deren Gefährdungsbereichen sind **jegliches Anzünden von Feuer und das Rauchen verboten**.

Der Gefährdungsbereich ist überall dort gegeben, wo die Bodendecke oder die Windverhältnisse das Übergreifen eines Bodenfeuers oder eines Feuers durch Funkenflug in den benachbarten Wald begünstigen.

Übertretungen werden mit einer Geldstrafe bis zu 7.270,00 Euro oder mit Freiheitsstrafe bis zu 4 Wochen bestraft. Bei Vor-

liegen besonders erschwerender Umstände können die beiden Strafen nebeneinander verhängt werden.

Diese Verordnung tritt mit **10. April 2020 in Kraft** und mit Ablauf des **31. Oktober 2020 außer Kraft**.

Bezirkshauptmannschaft
Eferding



**LAND
OBERÖSTERREICH**

ALKOHOLBERATUNG

ABO Alkoholberatung Land Oberösterreich
Telefonberatung



Wenn der Umgang mit Alkohol zum Problem wird, kann ein Gespräch Klarheit und Orientierung bieten.

Die Alkoholberatung Land Oberösterreich ist trotz der Einschränkungen im Zusammenhang mit der Corona-Prävention weiter in allen Bezirken erreichbar.

Die persönliche Beratung und Gruppenangebote entfallen derzeit, aber wir bieten weiterhin **Information und Beratung per Telefon und E-Mail** für Betroffene, Angehörige und Interessierte.

Wenn Sie sich Gedanken oder Sorgen über Ihren eigenen Alkoholkonsum oder den von Angehörigen machen und mit jemandem darüber reden wollen, erreichen Sie unseren

Journaldienst Alkoholberatung

Tel.: 0664 / 60072-89563

jeweils Mo, Di, Do, Fr von 8:00 bis 12:30

E-Mail: alkoholberatung@ooe.gv.at

Die Beratung ist vertraulich, kostenlos und auf Wunsch anonym.



HEIZKOSTENZUSCHUSS

VERLÄNGERUNG HEIZKOSTENZUSCHUSSAKTION

Aufgrund von Covid-19 wurde die Frist für die Beantragung des Heizkostenzuschusses 2019/2020 bis **29. Mai 2020** verlängert!!

Formulare stehen unter www.hinzenbach.at zum Download bereit oder können nach telefonischer Anfrage unter 07272/2460 gerne per Post übermittelt werden.



FERIALJOBS ZU VERGEBEN

Du hast noch keinen Ferialjob?

Du brauchst noch Geld für diverse Aktivitäten?

Dann melde Dich bitte am Gemeindeamt!



Die Gemeinde Hinzenbach wird in den Sommermonaten in folgenden Bereichen Jugendliche ab 15 Jahren (Bewerberinnen und Bewerber aus der Gemeinde Hinzenbach werden bevorzugt), beschäftigen:

In der zweiten und dritten Ferienwoche: (KW 30 + 31 à 20 Wochenstunden)

⇒ Mithilfe beim Großputz im **Gemeindeamt Hinzenbach**

In den ersten zwei Ferienwochen: (KW 29 + 30 à 40 Wochenstunden)

⇒ Mithilfe im **Bauhof** der Gemeinde Hinzenbach

Die Arbeitszeit und die Dauer der Tätigkeit (je nach Wunsch und Verfügbarkeit 1 oder 2 Wochen) wird persönlich vereinbart.

Deine Bewerbung erwarten wir **bis spätestens 31. Mai 2020.**

Nähere Auskünfte bzw. das Bewerbungsformular erhältst Du am Gemeindeamt Hinzenbach bzw. unter www.hinzenbach.at. (Tel.Nr.: 07272/2460)

BAV INFORMIERT

Mit dem Slogan

„Wirf nix raus! Müll verschwindet nicht!!!“

macht der Bezirksabfallverband Eferding auf Littering, das achtlose Wegwerfen von Abfällen in die Natur, aufmerksam.

Viele Abfälle landen auf den Wiesen, Wäldern und entlang von Straßen auf Feldern und stellen ein ästhetisches Ärgernis dar. Darüber hinaus kann Abfall auch Gefahr bedeuten – schließlich wird dort Futter für die Tiere sowie Lebensmittel für uns Menschen produziert. Unachtsam in die Natur geworfene Abfälle, stellen für Landwirte, wie Max Wimmer, der das Grundstück für die Schilder gerne zur Verfügung stellt ein echtes Problem dar. Müll verschwindet nicht – deshalb muss dieser ein-

gesammelt werden.

Dies ist mit erheblichen Kosten verbunden, welche wiederum die Allgemeinheit zu tragen hat.

Weil's unsere Umwelt ist!

Jeder kann diese Bewusstseinskampagne unterstützen und eine nachhaltige Veränderung herbeiführen: Rede mit deinen Mitmenschen über dieses Thema und starte Abfallsammelaktionen und werde für deine gute Tat unter www.huistattpfui.at mit tollen Preisen belohnt.



ASZ EFERDING

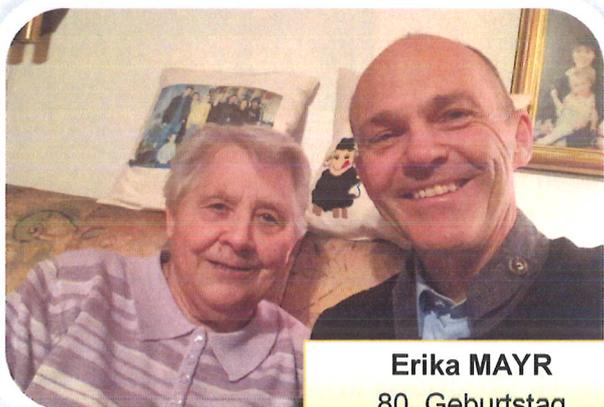
Die Altstoffsammelzentren im Bezirk Eferding haben seit dem 14. April 2020 wieder Normalbetrieb.

Aber ACHTUNG!

- ⇒ Blockweiser Einlass
- ⇒ Fahrwege freihalten!
- ⇒ Bitte befolgen Sie unbedingt die Anweisungen des Personals!
- ⇒ Einen Meter Mindestabstand zu anderen Personen einhalten!
- ⇒ Mund- & Nasenschutz muss getragen werden!



GEBURTSTAGSJUBILÄEN



Erika MAYR
80. Geburtstag
Wohnort: Wagrein



Maria und Ernst HEHENBERGER
Diamantene Hochzeit
Wohnort: Kalköfen



Rudolf RIEGER
80. Geburtstag
Wohnort: Limberg

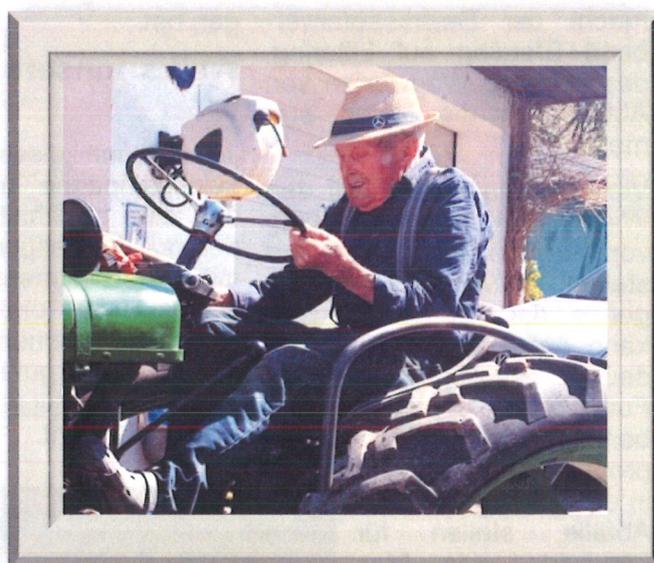
Ohne Foto:

Franziska und Fritz ESCHLBÖCK
Goldene Hochzeit
Wohnort: Polsenz

Erika OBERMAIER
80. Geburtstag
Wohnort: Wagrein



Josef KROPFMÜLLER
85. Geburtstag
Wohnort: Wackersbach



Unser ältester Gemeindegänger **Johann EICHINGER**,
Gstocket, feiert im Mai seinen 97. Geburtstag!

**DIE GEMEINDE HINZENBACH GRATULIERT
ALLEN JUBILAREN RECHT HERZLICH!**

TRAUERFÄLLE

Frau Elfriede AIGNER-GÖTZENBERGER
Unterleiten

verstarb am 11. Februar 2020
im 72. Lebensjahr

Herr Christoph HALLER
Anton-Glas-Straße
verstarb am 27. März 2020
im 56. Lebensjahr



Herr Franz MOSER
Wackersbach

verstarb am 19. April 2020
im 89. Lebensjahr

Frau Hannelore FOHRINGER
Limberg
verstarb am 23. April 2020
im 77. Lebensjahr

Aufrichtige Anteilnahme!

GEBURT

Gabriele und Darko **TOMIC**
eine **Luisa**

Wohnort: Anton-Glas-Straße

MANCHES BEGINNT GROß,
MANCHES KLEIN UND MANCHMAL
IST DAS KLEINSTE DAS GRÖßTE.

INFO VOLKSHILFE

Volkshilfe appelliert an Bevölkerung, von Sachspenden derzeit abzusehen

Shops und Sammelstellen sind wegen der Corona-Krise nicht besetzt, davor deponierte Kleidung und Möbel können daher beschädigt werden und müssten entsorgt werden.

„Wir freuen uns normalerweise immer über Sachspenden, aber in Zeiten wie diesen bitten wir die Bevölkerung, keine Kleiderspenden in die Container zu werfen beziehungsweise daneben zu stellen und keine Möbel oder sonstige Spenden vor unseren Shops zu deponieren, erklärt Martin Zwicker als Geschäftsführer der Volkshilfe Arbeitswelt GmbH.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Shops und Sammel-

stellen seien wegen der Corona-Krise derzeit nicht im Dienst, die Waren würden durch das lange Stehen im Freien beschädigt und müssten dann entsorgt werden. „Wir verstehen natürlich, dass viele gerade ausmisten, aber wir bitten die Menschen eindringlich, die Sachen derweil aufzubewahren und sie uns vorbeizubringen, wenn das Größte überstanden ist“, appelliert Zwicker und bittet um Verständnis für diesen Aufruf. Derzeit sei es viel wichtiger, in den eigenen vier Wänden zu bleiben und dadurch die eigene Gesundheit und jener der Mitmenschen zu schützen.

Rückfragen:
Martin Zwicker
0676 8734 6100

volkshilfe.
OBERÖSTERREICH

BIOTONNE

Umstellung auf Sommer-Abholintervall

Die Biotonne wird in den nächsten Monaten wieder anstatt alle 3 Wochen, alle 2 Wochen abgeholt.



22. Mai bis 22. Oktober
ABHOLINTERVALL
BIOTONNE:
2-wöchentlich



Bitte passt besser auf!

Es gibt Leute, die Glas neben den Containern schmeißen.
Auch auf dem Spielplatz und im Schulhof liegen oft Papierl oder Plastik herum.

Wir nehmen uns vor,
keinen Müll wegzuhauen!
(Die Kinder der 1. Klasse)

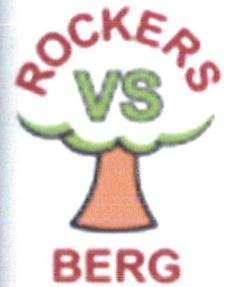


Foto entstand noch vor Corona Krise.

Was SchülerInnen gegen Einsamkeit tun können

Auch wenn Österreichs SchülerInnen, bestens versorgt mit Arbeitsplänen, in Kooperation mit ihren LehrerInnen fleißig Homeoffice betreiben, gibt es für sie doch Zeiten der Einsamkeit. KlassenkameradInnen fehlen, die eigenen vier Wände werden zu eng und der Drang nach Aktivitäten macht sich verstärkt bemerkbar. Doch was tun in Zeiten wie diesen, in denen die Vernunft Distanz gebietet?

Dem wollen die VS Rockersberg und die TNMS Eferding-Nord Abhilfe verschaffen, indem die SchülerInnen nicht nur an ihren Plänen arbeiten, sondern ihren Ausgang in die freie Natur der umliegenden Wiesen und Wälder mit einer Müllsammelaktion verbinden, die auch fotografisch dokumentiert wird. Das ist eine Tä-

tigkeit, die man auch sehr gut alleine oder mit einem weiteren Familienmitglied ausführen kann. Dabei werden vor allem der achtsame und verantwortungsvolle Umgang mit der Natur und der Appell an die MitbürgerInnen, ihre Umwelt sorgsam zu behandeln, gefördert.

An den beiden Schulen war im heurigen Schuljahr das Problem mit dem Plastikmüll bereits großes Thema, sei es im Sachkundeunterricht der Volksschule, sei es fächerübergreifend an der Mittelschule, wo das Schülerparlament sogar einen praktisch umsetzbaren Maßnahmenkatalog zur Vermeidung von Müll erstellte.

Die SchülerInnen hoffen nun, durch diese Aktion das Umweltbewusstsein der Bevölkerung nachhaltig zu schärfen und auch NachahmerInnen zu finden. Ganz abgesehen von den negativen Konsequenzen von achtlos

weggeworfenem Müll für Boden und Trinkwasser stellt sich die Frage: „Wo sonst findet der Mensch Entspannung und Ruhe, wenn nicht in naturbelassener Landschaft?“

Direktor Martin Obermayr



MÜLL SAMMELN

Aktuell sind sehr viele Bürger mit Säcken und Handschuhen ausgerüstet unterwegs, um Abfälle entlang der Straßen, im Wald, etc. aufzusammeln.

Wir möchten diese tollen Individualinitiativen natürlich unterstützen.

Der BAV kann leider einzelnen Bürgern nicht erlauben, diese Abfälle im Altstoffsammelzentrum zu

entsorgen, da dort keine grundsätzliche Restabfallabgabe möglich ist.

Mit dem BAV wurde jedoch vereinbart, dass sie solche **gesammelten Abfälle** (in gut verschlossenen Säcken) **beim Bauhof Hinzenbach abgeben** können. Von dort werden Sie dann - von unseren Bauhofmitarbeitern - gesammelt ins Altstoffsammelzentrum gebracht.





"Quaxi und seine Freunde vom Seerosenteich" zu Besuch im Kindergarten

Mülltrennen geht uns alle an - unsere Kleinsten bewirken Großes



Zum Jahresschwerpunkt "meine kleine, große Welt - mein Lebensraum" sind wir mittlerweile beim Thema Umweltschutz / Nachhaltigkeit angekommen. Passend dazu durften wir in Kooperation mit dem Bezirksabfallverband an einem Workshop, unter der Leitung von Michaela Huemer, zum Thema Abfalltrennung, saubere Landschaft und Umweltschutz teilnehmen.

Die Kinder konnten zu diesem, auch für die Gesellschaft sehr wichtigem Thema, vieles auf spielerische Art und Weise lernen. Im Kindergartenalltag wird Mülltrennung mit Liedern und Büchern noch weiter vertieft und gefestigt.

Viktoria Altendorfer (Kindergartenleiterin)



Rückblick Fasching 2020

Am Faschingsdienstag feierten die Kinder und Erzieherinnen ein lustiges Faschingsfest im Kindergarten.

Am Faschingsdienstag feierten die Kinder und Erzieherinnen im Kindergarten Hinzenbach ein lustiges Faschingsfest. Die Prinzessinnen, Polizisten, Bienen, Löwen,... konnten sich im Turnsaal beim gemeinsamen Singen und Tanzen austoben, danach wurde gemeinsam Pizza gebacken und gegessen. Als Nachspeise wurden noch die vom Bürgermeister gespendeten Krapfen verzehrt.

Bewegung, Spaß und Freude am gemeinsamen Tun standen am Faschingsdienstag im Vordergrund.



Aktuelles Kindergartenprojekt

Wir blühen auf...



Alle Kindergartenkinder bekamen gemeinsam mit der Kindergartenpost Sonnenblumenkerne in den Postkasten geworfen. Sie wurden dazu aufgerufen diese einzupflanzen und die Sonnenblumen beim Heranwachsen zu beobachten.

Viele Kinder schicken Fotos vom Einpflanzen, Pflegen und Wachsen.

Auf unserer Homepage www.hinzenbach.at können Sie viele weitere Fotos finden.



SHIATSU IN HINZENBACH

Shiatsu. Die Kunst der achtsamen Berührung.

Seit Jänner 2020 bietet die Hinzenbacherin Angela Smejkal in Eferding und in der Donaupraxis Aschach an der Donau Shiatsu an. „Ich komme selbst aus der Betriebswirtschaft und kenne daher die Spitzenzeiten, in denen der Körper und das Wohlbefinden manchmal zu kurz kommen. Daher ist es mir ein Anliegen, Menschen in der Erhaltung ihrer Gesundheit zu begleiten. Mit Shiatsu verbinde ich die drei Worte „Raum-Zeit-Sein“, so Angela Smejkal.

Shiatsu ist eine manuelle ganzheitliche Körperarbeit. Seine Ursprünge liegen in den traditionellen chinesischen und japanischen Gesundheitslehren.

Yin und Yang, die fünf Elemente und das Meridian- und Akkupunktursystem (Energieleitbahnen, die den Körper durchfließen) bilden dafür den Bezugsrahmen.

Die Lebensenergie Qi fließt in unseren Meridianen und erfüllt uns mit Lebendigkeit. Aber auch Aspekte aus westlichen Behandlungsmethoden werden bei Shiatsu einbezogen.

Der Mensch steht bei Shiatsu im Mittelpunkt und wird als Ganzheit gesehen.

Die vier Ebenen des Seins – spirituelle, mentale, emotionale und körperliche Ebene – werden je nach Bedarf unterstützt.

Übersetzt bedeutet „shi“ Finger und „atsu“ Druck – im Sinne aufmerksamer und achtsamer Berührung, die mit Hand, Handballen, Ellenbogen, Knien oder Füßen ausgeübt wird. Ergänzend unterstützen Rotationen, Dehnungen und Mobilisationen das gesamte Körpersystem in die Ausgeglichenheit zu finden.

Behandelt wird am Boden auf einer Matte in bequemer Kleidung.

Shiatsu findet in einer gelassenen, ruhigen Atmosphäre statt, mit ausreichend Zeit und Raum für eine tiefe Entspannung.

WARUM SHIATSU?

In erster Linie tragen regelmäßige Shiatsubehandlungen zur Erhaltung der Gesundheit bei. Das größte Potenzial von Shiatsu liegt daher in der Vorsorge, der Aktivierung der Selbstheilungskräfte und in der Steigerung des körperlichen und psychischen Wohlbefindens. Voraussetzung dafür ist immer die Bereitschaft des Menschen selbst.

Schwerpunkte und Anwendungsbereiche

- Prävention zur Stärkung des Organismus
- Tiefe Entspannung oder auch anregende Aktivierung
- Alltagsbeschwerden wie Müdigkeit, Erschöpfung, Schlafprobleme, Kopfschmerzen, Migräne, Beschwerden des Bewegungsapparates
- Unterstützung des Immunsystems und Anregung der Selbstheilungskräfte
- Begleitung bei Veränderungsprozessen und Umbruchphasen
- Förderung der bewussten Körperwahrnehmung sowie seiner Signale
- Begleitung im Frau-Sein (Zyklusregulierung, Kinderwunsch, Wechseljahre)
- Kinder-Shiatsu

Hinweis: Shiatsu ist eine gewerbliche Behandlungsmethode. Die Ausbildung dauert mind. 3 Jahre und kann keine medizinische oder psychotherapeutische Behandlung ersetzen.

Details und nähere Informationen gerne
telefonisch unter: 0664/53 41 135
via E-Mail: office@angela-s-coaching.at
Web: www.angela-s-coaching.at



Dr. Angela Smejkal
Hofweg 3/2
4070 Hinzenbach

AKAD. MENTAL- UND SYSTEMISCHER COACH IN HINZENBACH



Ist die derzeitige Situation für Sie eine Herausforderung?

Einsamkeit, Überforderung aber auch Zukunftsängste sind keine Seltenheit. Sie müssen das nicht allein durchstehen. Oft hilft es, wenn man mit jemandem darüber spricht, um einen neuen Blickwinkel zu bekommen.

Ich begleite Sie gerne und bin derzeit telefonisch oder online für Sie da. Rufen Sie mich an, um einen Termin zu vereinbaren. In Zeiten wie diesen darf man gerne Hilfe annehmen.

Elisabeth Brenner
Akademische Mentalcoach
und systemischer Coach

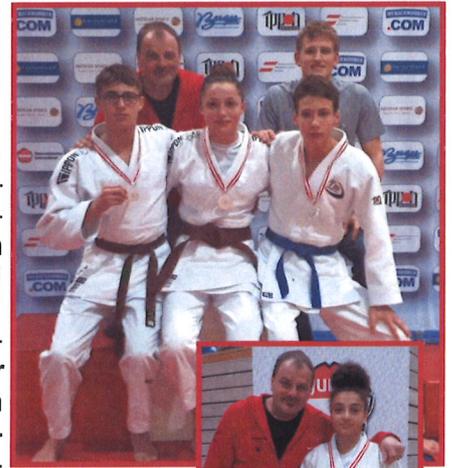
Tel: 0660 77 66 717
e.brenner@brennwerk.at

JUDO STAATSMEISTERSCHAFT

4 Medaillen aus dem Ländle

Nachwuchskader der JU Dynamic One holen sich drei Vize Staatsmeister und eine Bronze Platzierung in Feldkirch/ Vorarlberg

Bei den diesjährigen Judo Staatsmeisterschaften (ÖM) der U18 & U21 Altersklasse, konnten die Athleten der **JU Dynamic One** ihr großes Talent beweisen. Mit 4 Medaillen war die Anreise in das westlichste Bundesland der Republik eine Reise wert. In der U18 Altersklasse sicherten **Lilian Hutterer** (Aschach/Donau), **Julian Wöss** (Hartkirchen) und **Julius Edlbauer (Hinzenbach)** jeweils drei Vizemeistertitel. Alle drei Athleten mussten sich in den Finals erst durch Bestrafungen den späteren Staatsmeister geschlagen geben. Die Betreuer **Gerhard Öhlinger** und **Florian Doppelhammer** waren begeistert von den Kampfleistungen unseres Nachwuchses. Auch mit **Armin Neuhofer** (Scharten) und **Leandra Tawadrous** (Aschach/Donau), welche bei den U18 leer ausgingen. Leandra konnte sich am Folgetag (alle starteten nochmals in der U23 Alterskategorie) bei ihren Gegnerinnen revanchieren und belegte nach starker Kampfleistung den dritten Podestplatz, somit unsere Athleten mit insgesamt 4 Medaillen aus dem Ländle abreisen durften. Gratulation zu den großartigen Leistungen unseres Nachwuchses.



KRISENSTAB DER GEMEINDE

Die Gemeinde Hinzenbach hat einen Krisenstab zu COVID 19 eingerichtet um Maßnahmen zum Schutz der öffentlichen Gesundheit zu beraten und zu beschließen.

Anfangs traf sich der Krisenstab bestehend aus (von links nach rechts) Bürgermeister Wolfgang Kreinecker, Fraktionsobmann



Fred Edlinger, Amtsleiter Max Kaltseis, HBF Manfred Kronschläger und Fraktionsobmann Rupert Stöbich zweimal wöchentlich unter Einhaltung des Sicherheitsabstandes. Zur Zeit finden die Treffen nur noch im Bedarfsfall statt. Danke an alle Mitglieder für die gute Zusammenarbeit.

KANALBAUSTELLE



Hinzenbach wächst!

Alle Baugrundstücke im Bereich der Mittermayr- und Schluckergründe in Hinzenbach wurden zwischenzeitlich verkauft und am 14. April 2020 hat die Firma Glatzhofer mit den Arbeiten für Kanal- und Wasserleitungen begonnen. Es entstehen 15 neue Wohnhäuser und 4 Gewerbebetriebe. Die Besprechungen und Arbeiten finden unter den Einschränkungen von COVID-19 statt.



MIETWOHNUNGEN ZU VERGEBEN

Jungstartwohnung der Gemeinde Hinzenbach in Limberg 11

Erdgeschoss-West 64 m²,
Vorzimmer, Bad, WC, Küche, Wohnzimmer,
Schlafzimmer, Kinderzimmer + PKW Garage
Beziehbar ab 1. September 2020
(ev. vorzeitiger Einzug nach Absprache möglich)
Bewerbungen bis 22. Mai 2020



Freie Wohnungen der VLW in der Anton-Glas-Straße

Ober- bzw. Dachgeschoss; zwischen 74 m² und 80 m²
Vorzimmer, Bad, WC, Küche, Abstellraum,
3 Zimmer + Loggia



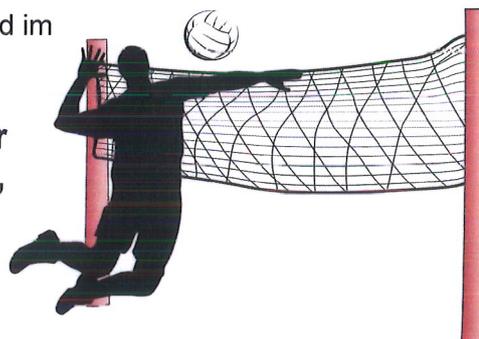
Bei Interesse an einer Wohnung wenden Sie sich bitte an
das Gemeindeamt Hinzenbach: Tel.: 07272 / 24 60 oder
per E-Mail: gemeindeamt@hinzenbach.ooe.gv.at

UNION RAIFFEISEN HINZENBACH

Dank der Bemühungen der Gemeinde wird es auch in Zukunft eine
Beachvolleyballanlage in Seebach geben.
Auf dem neu gepachteten Grundstück der Familie Gammer wird im
Frühjahr 2020 ein Volleyballplatz entstehen.



**Die Sektion Volleyball möchte wieder
eine Volleyballmannschaft aufbauen,
Trainings organisieren und ev. auch
zu Turnieren fahren.**



Interessierte Jugendliche werden eingeladen,
sich beim Obmann Amtmann Anton unter Tel. 0664/73505905
oder am Gemeindeamt 07272/ 2460 zu melden.

Bildnachweis: Fotos vom Archiv der Gemeinde Hinzenbach, Pixabay, Privat und den Veranstaltern

