

Änderung Öffnungszeiten ASZ

Ab sofort hat das ASZ folgende Öffnungszeiten. Es wird nicht mehr zwischen Sommer- und Winterzeit unterschieden:
Mittwoch 12.30 - 19.00 Uhr
Freitag 9.00 - 18.00 Uhr

Überprüfung Feuerlöscher in Sonnberg, Hörschlag und Zulissen

Nähere Info's S. 8.

Tag der Älteren

Aufgrund der derzeit heiklen Situation gibt es beim Erntedankfest und Tag der Älteren eine Änderung.
Nähere Info's siehe S. 2.

Im Katastrophenfall informiert sein

Mit dem Zivilschutz-SMS erhalten Sie bei Katastrophen und Notsituationen wichtige Benachrichtigungen: regionale Informationen und Verhaltensanweisungen durch die Gemeinde.

Anmeldung unter:
www.zivilschutz-ooe.gv.at

Zivilschutz-Probealarm

Der bundesweite Zivilschutz-Probealarm wird in ganz Österreich durchgeführt:
am Samstag, 3. Oktober 2020,
12.00 und 12.45 Uhr. Näheres S. 8.



Seit Schulbeginn sind wieder mehr Kinder unterwegs.



Wir appellieren an alle Verkehrsteilnehmer zu besonders vorsichtiger Fahrweise im Bereich der Schulen, Schutzwege und Bushaltestellen. Vor allem jüngere Kinder können Geschwindigkeiten, Abstände und Bremswege noch nicht richtig einschätzen. Sie sind leicht ablenkbar und oft wenig auf das Verkehrsgeschehen in ihrer Umgebung konzentriert.

Die Tage werden jetzt im Herbst rapid kürzer. Bitte statten Sie Ihre Kinder mit Kinderwarnwesten oder reflektierenden Sachen aus, damit sie nicht übersehen werden. Vielen Dank für Ihre Unterstützung und Ihr Verständnis.

Wir wünschen allen Schülern viel Erfolg und Ausdauer beim Lernen. Sie sollen jedoch die Freude am Lernen behalten, denn dann gelingt der "Griff nach den Sternen".

Auch den Lehrkräften viel Erfolg, Ausdauer und Freude im kommenden Schuljahr!

IMPRESSUM

Medieninhaber, -herausgeber und -hersteller:
Marktgemeinde Rainbach I.M.
4261 Rainbach I.M.
Prager Straße 5

Für den Inhalt verantwortlich:
Bürgermeister Günter Lorenz
4261 Rainbach I.M.
Siedlung 2/H

Amtliche Mitteilung

Nachdruck verboten!

Tag der Älteren

In unserer Gemeinde und Pfarre wird jedes Jahr im Herbst der „Tag der Älteren“ gefeiert. Dieser Tag soll die besondere Verbundenheit mit den älteren Bewohnern zum Ausdruck bringen.

Wir laden Sie zur Mitfeier in der Pfarrkirche herzlich ein:

Sonntag, den 4. Oktober 2020

- * 9:30 Uhr Festgottesdienst
- * 14:00 Uhr Kreuzweg – Hl. Berg (nur bei Schönwetter)

Aufgrund der derzeit heiklen Situation findet heuer die anschließende Feier im Gasthaus Blumauer leider nicht statt.



Pfarrer Anton Stellnberger
&
Bürgermeister Günter Lorenz
freuen sich auf Ihren Besuch!

Freiwilliger Sozialdienst Seniorenheim St. Elisabeth

Zur Unterstützung des Pflegepersonals an Sonn- und kirchlichen Feiertagen von 11:00 bis 18:00 Uhr wurde im Seniorenwohnheim „St. Elisabeth“ vor vielen Jahren ein freiwilliger Sozialdienst eingerichtet.

Da die Pflege durch die Altersstruktur der Bewohner immer aufwändiger und anspruchsvoller wird, soll dieser Dienst auf alle 3 Etagen ausgedehnt werden. Dazu werden weitere ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gesucht.

Es dürfen keine pflegerischen Tätigkeiten an den Bewohnern durchgeführt werden, sondern hauswirtschaftliche Tätigkeiten (Tische decken und abräumen, Geschirrspüler ein- und ausräumen...), Mithilfe beim Mittag- und Abendessen, Nachmittagskaffee, begleiten der Bewohner in den Speisesaal und in den

Garten, beschäftigen der Bewohner (singen, div. Spiele, vorlesen, Gespräche).

Dieses ehrenamtliche Engagement ist sowohl für die Heimbewohner als auch für die freiwilligen Mitarbeiter eine große Bereicherung.

Wenn Sie bereit sind dabei mitzuhelfen, dann melden Sie sich bitte bei Hubert Kolberger, Rainbach, Tel. 0660/4448522.

Die Bewohner von St. Elisabeth werden es Ihnen danken, wenn Sie ihnen durch Ihr Dasein ein Lächeln ins Gesicht zaubern!

Das nächste Treffen zur Einteilung der Termine ist für So., den 4. Okt. 2020, um ca. 8:20 Uhr im Seniorenwohnheim „St. Elisabeth“ vorgesehen.

Haussammlungen

Gehörlosenverband Oberösterreich und Österreichischer Gehörlosen Sportverband 1931

Wir möchten Sie davon in Kenntnis setzen, dass in Oö in der Zeit vom 1.9.-30.11.2020 Haussammlungen durchgeführt werden (unter strenger Berücksichtigung der gültigen Bestimmungen im Zusammenhang mit der Ausbreitung des Coronavirus).

Diese sind vom Amt der OÖ Landesregierung mit Bescheid Nr. IKD-2017-320062/31-W vom 29.07.2020 bzw. Nr. IKD-2017-320053/17-W vom 21.01.2020 genehmigt.

Alle Sammler haben den Bescheid in Kopie dabei und können sich ausweisen.

Am Gemeindeamt liegen die Namen und Fotos der berechtigten Sammler auf.

Demokratie braucht Demokraten und Demokratinnen

Anlässlich des Verfassungsjubiläumsjahres 2020 hat der OÖ. Landtag gemeinsam mit dem IWS (Institut Wirtschaftsstandort OÖ) ein Demokratieforum ins Leben gerufen. Info`s: www.demokratieforum.at

Wir laden alle interessierten Bürger/Innen ein, über Demokratie zu diskutieren und Meinungen auszutauschen. Es ist nicht selbstverständlich, in einer funktionierenden Demokratie zu leben. Wir sind täglich gefordert, unsere Demokratie nicht nur als Gabe, sondern als Aufgabe zu verstehen. Deshalb ist es wichtig, dass sich viele bei der Weiterentwicklung einbringen. Die Vorschläge und Maßnahmen zur Stärkung der Demokratie werden abschließend in einem "Grünbuch" zusammengefasst und im oberösterreichischen Landtag sowie anderen Parlamenten diskutiert.



Günther Lorenz

Liebe Rainbacherinnen,
liebe Rainbacher!

Aktuelle Corona Situation

Wie erwartet steigen die Covid-19 Infektionszahlen im Bezirk wieder an. Spannend werden die ersten Wochen nach dem Schulbeginn. Wir Bürgermeister wurden von Bezirkshauptfrau Dr.ⁱⁿ Andrea Außerweger angehalten, die Bevölkerung zur Einhaltung der geltenden Sicherheitsregeln und Maskenpflicht aufzufordern.

Generell gilt: Der Mund-Nasen-Schutz ist überall dort erforderlich, wo es eng wird und der Abstand von einem Meter nicht eingehalten werden kann. Wenn wir aufeinander Rücksicht nehmen und mit Hausverstand agieren, werden wir diese Krise durchstehen.

Bauland „Rosensiedlung“

Derzeit boomt in unserer Gemeinde die Suche nach Baugründen. Durch die Nähe zur S 10 und die Ansiedelung innovativer Betriebe entwickelt sich unser Ort immer mehr zu einer sehr attraktiven Wohn-gemeinde und steht bei den Bauwerbern hoch im Kurs. Derzeit sind mehr als dreißig Interessenten vorgemerkt. Die Franziskanerinnen von Vöcklabruck werden ein Wohnhausprojekt errichten - angrenzend an das bestehende Seniorenwohnheim St. Elisabeth.

Einhergehend mit dieser baulichen Maßnahme entsteht durch die Veräußerung von Baugrundstücken in der Nähe des Ortszentrums sehr attraktives Bauland für die Errichtung von Einfamilienhäusern in der Nähe des Ortszentrums. Vor allem für Gemeindegänger/Innen und Jungfamilien besteht somit die Möglichkeit, in der Heimatgemeinde zu bleiben und ansässig zu werden. Die Bebauung der zirka 15 Bauparzellen soll in drei Schritten erfolgen. Fünf Parzellen wurden bereits verkauft. Ich bedanke mich bei Sr. Angelika Garstenauer recht herzlich für die gute Zusammenarbeit!



(c) Franziskanerinnen von Vöcklabruck

Unterzeichnung der Kaufverträge am Marktgemeindeforum durch Generaloberin Sr. Angelika Garstenauer und die Bauwerber.

Kanalbaustellen

Für die Erschließung von Bauland sind verschiedene Bauprojekte umzusetzen. Es vergeht daher kein Jahr ohne Wasserleitungs- und Kanalbaustellen in Rainbach i.M. Eine weitere große Herausforderung ist es, diese Leitungen und Anlagen in Schuss zu halten.

Wie alle Bauwerke haben auch Kanäle und Wasserleitungen eine begrenzte Lebensdauer. Im Aistweg war heuer eine Generalsanierung mit einer kompletten Neuverlegung der Wasser- und Kanalleitungen notwendig. Rückhaltemaßnahmen sind bei jeder Reinwasserableitung unerlässlich. Die Asphaltierung in diesem Bereich ist für kommendes Jahr vorgesehen. Ich bedanke mich bei allen Anrainern für den reibungslosen Ablauf bei den Grabungsarbeiten.



Reinwasserrückhaltebehälter Aistweg

Stadtumlandkooperation - SUK „Region Obere Feldaist“

Da Projekte, die über diese Förderschiene laufen, sehr gut gefördert werden, ist eine Zusammenarbeit unter den Gemeinden Freistadt – Grünbach – Lasberg – Waldburg und Rainbach i.M. sehr wichtig.



(c) Stadtamt Freistadt

In der 9. Sitzung beim Stadtrationalen Forum in Freistadt wurden weitere Projekte besprochen.

Spiele-Sommer 3. August - 4. September

Im Rahmen der Ferienbetreuung wurden auch heuer wieder zahlreiche Kinder aus unserer Gemeinde und den Nachbargemeinden betreut. Herzlichen Dank an die Pädagoginnen des Hilfswerks, das Seniorenwohnheim St. Elisabeth und Johann Rechberger für die Zubereitung und den Transport des köstlichen Essens.

Euer Bürgermeister
Günther LORENZ

Einhaltung Maskenpflicht

Seit 14. September gelten die Verschärfungen der Corona-Maßnahmen laut Verordnung des Gesundheitsministeriums:

Beim Betreten des Kundenbereichs in geschlossenen Räumen von Betriebsstätten und Verwaltungsbehörden ist ein Mund-Nasen-Schutz zu tragen. Die Mitarbeiter haben bei Kundenkontakt ebenfalls einen Mund-Nasen-Schutz zu tragen, sofern zwischen den Personen keine sonstige geeignete Schutzvorrichtung zur räumlichen Trennung vorhanden ist. Die Maskenpflicht gilt weiters für die Mitarbeiter in der Gastronomie und in den Schulen (außer im Klassenzimmer). Das Tragen einer Maske ist auch in Lebensmittelgeschäften, öffentlichen Verkehrsmitteln, Taxis, Apotheken, Pflegeheimen und Krankenhäusern, Tankstellen, Bank- und Postfilialen vorgeschrieben.

Bei Veranstaltungen gelten auch wieder deutliche Einschränkungen bei der maximalen Besucherzahl. Bitte beim Marktgemeindeamt oder der Bezirkshauptmannschaft Freistadt erkundigen.

Bitte halten Sie sich an die erforderlichen Maßnahmen!



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

BLUTSPENDEAKTION RAINBACH

Mittwoch, 7. Oktober 2020 15:30 - 20:30 Uhr
Donnerstag, 8. Oktober 2020 15:30 - 20:30 Uhr
Pfarrsaal

Vor den Vorhang geholt

"Der Mayr Peter aus der Hintermühle"

Die Marktgemeinde Rainbach i. M. bedankt sich bei Herrn Peter Mayr für die zur Verfügungstellung von unzähligen Landschaftsfotos aus unserem Gemeindegebiet. Immer wieder werden für Broschüren und für die Homepage passende Motive gesucht.

Einige seiner Gustostückerl hat er auf seinem facebook-account veranschaulicht: <https://www.facebook.com/peter.mayr.7> (Fotos).



Ein Bekannter von Peter beschreibt ihn so:

Jetzt gelten sie oft noch wenig, die Eigenwilligen, die Unangepassten aus der Gegend. Was er da so respektlos bearbeitet ist in Wahrheit Brennholz. Noch weder um den Kunstmarkt noch um KäuferInnen sonderlich zu bemühen und für die anderen Leut. Ordentliche Künstler bemalen ihre Objekte, Peter Mayr beschmiert sie mit Farbe, nach einem Blick auf das Thermometer entscheidet er, ob das Scheit zu Wärme oder zu Kunst verarbeitet wird. Die Kunstszene nimmt seine Arbeiten nicht wahr. Noch nicht. Wozu auch. "Die machen ihre Geschäfte und ich mach' meinen Tag", bemerkt er augenzwinkernd.

Nein, Peter denkt nicht viel darüber nach, was er da eigentlich macht. Oder er verschweigt es uns. Tatsächlich aber kann man sich gut vorstellen dass am Rande des riesigen Böhmerwaldes, an der Grenze zu Tschechien, einsiedlerische Leute dabei sind, Legenden für die Zukunft zu schaffen. Manchmal nimmt Peter auch seine Digitalkamera zur Hand. Seine Fotos sind gut, verdammt gut sogar! Hier wird Volkskunst fortgeschrieben.



Frau Andrea Panholzer (auf dem Sessel sitzend) ist im Gemeindekindergarten mit ihrem Team an Pädagoginnen, Helferinnen und einem Zivildienstler um das Wohl der Kleinsten bemüht. Frau Panholzer war bereits vorher im Kindergarten tätig und hat die Leitung mit Herbst übernommen.

Derzeit werden 96 Kinder in vier Kindergartengruppen und einer Krabbelgruppe betreut.

Auch in der Kindergartengruppe, die vom Hilfswerk OÖ in den Räumen in der Volksschule geführt wird, hat ein Wechsel stattgefunden.

Frau Simone Kiesenhofer ist seit Herbst die neue Leiterin. In dieser Gruppe werden 18 Kinder betreut.



Simone Kiesenhofer mit den beiden Helferinnen Martina und Viktoria sowie Elisabeth (flexible Nachmittagsbetreuung)



Wir wünschen den beiden Leiterinnen viel Erfolg und Freude in ihrem neuen Aufgabenbereich. Den Vorgängerinnen Gerid Atteneder und Sandra Pirchenfellner alles Gute für die weitere Zukunft.

Das neue Kindergartenjahr wurde bereits mit frischem Schwung gestartet - alles Gute beiden Teams!

Freizeitwohnungspauschale

Das Land OÖ hat im vergangenen Jahr diese Pauschale eingeführt. Die Gemeinden sind zur Einhebung der Landesabgabe verpflichtet. Als Kostenbeitrag verbleiben der Gemeinde lediglich 5 %.

Eigentümer von Wohnungen haben diese jährliche Pauschale zu entrichten, wenn in der(m) betreffenden Wohnung (Haus) länger als 26 Wochen keine Person ihren Hauptwohnsitz gemeldet hat und die Wohnung nicht überwiegend aus den angeführten Gründen benötigt wird:

- * Gästeunterkunft
- * Erfüllung der Schulpflicht
- * Besuch einer allgemein bildenden höheren oder berufsausbildenden Schule, Hochschule
- * Absolvierung einer Lehre
- * Ableistung Wehr- oder Zivildienst
- * zur Berufsausübung
- * Unterbringung von Dienstnehmern

Die betroffenen Eigentümer werden in den nächsten Wochen - noch rechtzeitig vor der Vorschreibung der Pauschale - vom Marktgemeindeamt Rainbach i.M. verständigt, um diverse Abklärungen durchführen zu können.

Förderung Semesterticket für Studenten bzw. Fachhochschüler

Sehr häufig möchten Studenten bzw. Fachhochschüler ihren Hauptwohnsitz in Rainbach i.M. belassen. Teilweise entstehen jedoch finanzielle Nachteile, wenn der Hauptwohnsitz nicht an den Studienort verlegt wird, sondern in der Heimatgemeinde bleibt.

Falls dies auch auf Dich bzw. Ihre(n) Tochter/Sohn zutrifft, kann eine Förderung zum Semesterticket beim Marktgemeindeamt Rainbach i.M. beantragt werden:

- * Studenten(innen) bzw. Fachhochschüler(innen) an einer Universität, Hochschule oder Fachhochschule
- * Die Höhe der Förderung beträgt € 75,- pro Semester.

Nähere Informationen dazu auf unserer Homepage: www.rainbach.at (Schaukasten) bzw. (Bürgerservice) oder am Marktgemeindeamt bei Frau Horner.

Das Bewegungsprogramm „Move it“ ist ein abwechslungsreiches Ganzkörpertraining. Bauch, Beine, Arme, Gesäß und Rücken werden gekräftigt und mobilisiert. Nach dem Warm up werden durch gezielte Übungen Körperpartien gekräftigt und zugleich Koordination und Beweglichkeit geschult. Dein Körper wird dadurch geformt und du fühlst dich fit. Ernährungsinputs werden am Ende der Stunde mit auf den Heimweg gegeben, denn neben der Bewegung trägt auch die richtige Ernährung einen wesentlichen Beitrag zum Wohlbefinden bei.

10 x Move it:

immer donnerstags von 1. Oktober – 10. Dezember 2020,
18:30 - 20:00 Uhr, im Kultursaal Rainbach,
(KEIN KURS AM 29.10.2020 - eventueller Ersatztermin 17.12.2020)

Mitzubringen: Turnmatte, Sportkleidung, Handtuch und ausreichend zu trinken

Kurskosten inkl. Kultursaalbenutzungsgebühr (bitte genau mitnehmen):

° Sportvereinsmitglieder: 35 € ° Nicht-Sportvereinsmitglieder 45 €

Trainerbeschreibung:

Lisa Helena Steininger, BEd. - Ernährungspädagogin,
Dipl. saluto.aesthetic Wellnesscoach, Dipl. Groupfitness Instructor

Anmeldung:

0650/729 729 0 oder lisahelena.steininger@gmail.com

Fit durch Krafttraining 50+

Kräftigungsübungen ohne Geräte stärken die Muskulatur, ohne großen Aufwand zu betreiben. Es lässt sich die Lebensqualität steigern, dies wird im Alter zunehmend bedeutsam und kann erheblich zur Vitalität beitragen.

8 x Fit durch Krafttraining 50+:

immer dienstags ab 6. Oktober – 1. Dezember 2020 - im Kultursaal Rainbach
16:30 - 17:30 Uhr, KEIN KURS 27.10.2020

Mitzubringen: Turnmatte, Handtuch, 2 mit Wasser gefüllte 500 ml Flaschen (oder 2 Hanteln), entweder rutschfeste Socken oder Hallenschuhe mit nicht färbender Sohle, bequeme Kleidung, ausreichend zu trinken

Kurskosten inkl. Kultursaalbenutzungsgebühr (bitte genau mitnehmen):

° 3 € pro teilgenommener Kurseinheit ° **KEINE** Anmeldung erforderlich!

Kursleitung:

Angelika Lonsing, Übungsleiterin für Seniorensport

WICHTIGE INFORMATIONEN FÜR ALLE KURSE DER SPORTUNION.

- Die Covid-19-Regeln müssen eingehalten werden! Jeder ist für sich selbst verantwortlich!
- Mundschutz beim Betreten der Schule - bis zum Platz, an dem geturnt wird – beim Turnen darf der Mundschutz abgenommen werden.
- Es muss immer auf ausreichend Abstand zwischen den Teilnehmern geachtet werden.
- Jeder Kursteilnehmer muss sich bei jedem Kurs in eine Liste eintragen - zur Rückverfolgung im Bedarfsfall.
- Aktuelle Änderungen (zB: Kursausfälle) werden immer sofort auf der Homepage der Sportunion Rainbach veröffentlicht. Bitte regelmäßig selbst informieren. <http://www.sportunion-rainbach.at>
- Eigene Turngeräte mitbringen (Handtuch, Turnmatte, Hanteln,...nNur Langhanteln sind vorhanden).

Die **kfb** lädt ein zum **Krafttraining für Frauen mit Angelika Lonsing.**

Kräftigungsübungen ohne Geräte stärken die Muskulatur und sind für jede Altersgruppe geeignet!



ab **Mo, 5. Oktober 2020**, von 19:30 – 20:30, im Mehrzwecksaal der Schule

8 Einheiten bis 30. November, (26.10. entfällt)

€ 3,00 pro Abend (inkl. 1,- Saalgebühr)

Einstieg jederzeit möglich, Anmeldung nicht erforderlich

Da wir wegen Corona die Sachen der Schule nicht benützen, bitte bei jeder Stunde mitnehmen:

Matte bzw. Decke, 2 Hanteln bzw. 2 kleine Wasserflaschen,

bequeme Turnkleidung, Socken od. Turnschuhe, Handtuch zum Unterlegen und etwas zum Trinken

Pilates Basic Training



SPORTUNION RAINBACH INFORMIERT



Pilates ist ein Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur, vor allem der Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskeln. Die Übungen werden im Einklang mit einer tiefen, bewußten Atmung langsam und kontrolliert ausgeführt, die Bewegungen sind fließend und geschmeidig.

Unabhängig vom Alter und der physischen Kondition kann Pilates von jedem ausgeübt werden.

8 x Pilates Basic Training: immer dienstags ab 13. Oktober bis 1. Dezember 2020 - im Kultursaal Rainbach

Kurs 1: 17:45 - 18:45 Uhr Kurs 2: 19:00 - 20:00 Uhr

Mitzubringen: Turnmatte, bequeme Sportbekleidung, Socken, ev. Handtuch als Unterlage für die Matte

Kurskosten inkl. Kultursaalbenutzungsgebühr (bitte genau mitnehmen):

° Sportvereinsmitglieder: 28 €

° Nicht-Sportvereinsmitglieder: 36 €

Kursleitung:

Elisabeth Kindermann, Pilates Prof. Coach

Anmeldung per sms oder

What`s app: 0699/81 99 06 44

Bodyfit

Bodyfit besteht aus Kräftigungsübungen für den ganzen Körper (Bauch, Rücken, Beine, Gesäß und Arme). Nach dem Aufwärmen sorgen gezielte Übungen neben einer Straffung und Kräftigung der Muskulatur auch für eine Verbesserung der Kraftausdauer und der Koordination.

Durch die wechselnde Schwerpunktsetzung auf verschiedene Muskelgruppen und den Einsatz diverser Geräte (Hanteln, Step, Gymnastikbälle,...) wird eine vielfältige sowie effektive Trainingsgestaltung ermöglicht.

Dehnübungen am Kursende runden das Programm ab und sorgen für eine verbesserte Muskelregeneration und -entspannung. **Bodyfit ist für alle Altersklassen geeignet!**

10 x Bodyfit:

immer mittwochs ab 7. Oktober – 9. Dezember 2020 - im Kultursaal Rainbach

Kurs 1: 17:30 – 18:30 Uhr Kurs 2: 18:45 – 19:45 Uhr

Mitzubringen: Turnmatte, Handtuch, 2 mit Wasser gefüllte 500 ml Flaschen (oder 2 Hanteln), ausreichend zu trinken

Kurskosten inkl. Kultursaalbenutzungsgebühr (bitte genau mitnehmen):

° Sportvereinsmitglieder: 35 €

° Nicht-Sportvereinsmitglieder: 45 €

Trainerbeschreibung:

Lonsing Daniela, BSc. - Physiotherapeutin, Dipl. AISA Aerobic-Instructor, Dipl. AISA Step-Instructor

Anmeldung per sms oder

**Whats` app, sonst auf
auf Mailbox sprechen:**

0681/81 84 20 92

Langhanteltraining

Gezieltes Krafttraining mit Hilfe von Gewichten zur Kräftigung der Rücken-, Bein-, Gesäß-, Arm- und Bauchmuskulatur. Langhanteltraining eignet sich auch hervorragend als Therapie bei und zur Vorbeugung von Osteoporose. Das Training ist für alle Altersklassen geeignet (jeder bestimmt die Intensität des Trainings durch das aufgelegte Gewicht selbst).

Achtung: begrenzte Teilnehmerzahl (13 Teilnehmer)!

8 x Langhanteltraining:

immer freitags ab 16. Oktober – 4. Dezember 2020 - im Fitnessstudio topform.cc (Etrichstraße 1, Freistadt),

Aerobicsaal von 18:30 - 19:30 Uhr

Mitzubringen: Handtuch und ausreichend zu trinken

Kurskosten inkl. Aerobicsaalbenutzungsgebühr (bitte genau mitnehmen):

° Sportvereinsmitglieder: 35 €

° Nicht-Sportvereinsmitglieder: 45 €

Trainerbeschreibung:

Lonsing Daniela, BSc. - Physiotherapeutin, Dipl. AISA Aerobic-Instructor, Dipl. AISA Step-Instructor

Anmeldung per sms oder

**Whats` app, sonst auf
auf Mailbox sprechen:**

0681/81 84 20 92

Stellenausschreibungen

Nähere Informationen zu den folgenden Ausschreibungen finden Sie auch auf der Homepage der Marktgemeinde (Schaukasten)

Mitarbeiter/Innen im "Haus- und Heimservice" und Zusteller/Innen für "Essen auf Rädern"
Sozialmedizinischer Betreuungsring Nord, Marktplatz 1, 4264 Grünbach.

Nähere Info`s:
Ernestine Panzenböck, 07942/72014 - während der Bürozeiten: Di, Mi und Fr 8-12 Uhr,

Holz- und Sägetechniker/in (Schichtbetrieb)
Herbert Handlos Ges.m.b.H. zur Verstärkung des Teams am neuen Standort in Summerau.
Nähere Info`s: www.handlos.at
Harald Beham, MSc., 07263/88317

Zivildienst
wird vom Diakoniewerk ab Herbst 2020 für den Wohnbereich für Menschen mit Beeinträchtigung in Bad Leonfelden gesucht
Nähere Info`s:
07235/65 505 1400 oder www.diakoniewerk.at

Feuerlöscher-Überprüfung

Dienstag, 20. Oktober 2020
10 - 13 Uhr - FF Haus Hörschlag

Dienstag, 20. Oktober 2020
14 - 18 Uhr - FF Haus Zulissen

Freitag, 23. Oktober 2020
FF Haus Sonnberg - 13 - 16 Uhr



(c) Pixelio - Clip Dealer

Veranstaltungskalender

04.10.2020 - 9.30 Uhr
Erntedank und Tag der älteren Generation, S.2

07.+08.10.2020 - jeweils 15.30-20.30 Uhr
Blutspendeaktion Pfarrheim

18.10.2020 - 9.30 Uhr
Erstkommunion

22.10.2020 - 13 Uhr
Wanderung in Lasberg, Treffpunkt Weinhäusl, Pensionistenverband Rainb.

Bitte erkundigen Sie sich, ob die Veranstaltung stattfinden kann!

01.11.2020 - 14 Uhr
Totengedenkfeier in der Pfarrkirche und Friedhofgang

04.11.2020 - 13 Uhr
Teichstüberl-Wanderung, Treffpunkt Weinhäusl, Pensionistenverband Rainb.

08.11.2020 - 8.00-11.30 Uhr
Bücherflohmarkt im Pfarrheim, Bücherei Rainbach

18.11.2020 - 14 Uhr
Jahreshauptversammlung mit Neuwahl im GH Blumauer, Pensionistenverband Rainb.

Bundesministerium Inneres



FÜR IHRE SICHERHEIT ZIVILSCHUTZ-PROBEALARM

ZIVILSCHUTZ Österreich

in ganz Österreich am Samstag, 3. Oktober 2020, zwischen 12:00 und 12:45 Uhr

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

DIE BEDEUTUNG DER SIRENENSIGNALE:

SIRENENPROBE



WARNUNG



Herannahende Gefahr!
Radio oder Fernseher (DRF) bzw. Internet (www.orf.at) einschalten. Verhaltensmaßnahmen beachten, Am 3. Oktober nur Probearm!



ALARM



Gefahr!
Schützende Bereiche bzw. Rückzugsorte aufsuchen, über Radio oder Fernseher (DRF) bzw. Internet (www.orf.at) durchgegebene Verhaltensmaßnahmen befolgen, Am 3. Oktober nur Probearm!



ENTWARNUNG



Ende der Gefahr.
Weitere Hinweise über Radio oder Fernseher (DRF) bzw. Internet (www.orf.at) beachten, Am 3. Oktober nur Probearm!



www.zivilschutzverband.at

KATWARN
www.katwarn.at

Österreichisches Bundesheer
Kommando Streitkräftebasis

DER ENTMINUNGSDIENST
INFORMIERT

Bei Auffinden von Kriegsrelikten

ACHTUNG!
NICHT BERÜHREN
GEFAHRI!

VERSTÄNDIGEN SIE
SOFORT DIE POLIZEI
UNTER 133

WIR SCHÜTZEN ÖSTERREICH

UNSER HEER

FLOHMARKT - TERMINÄNDERUNG !

Leider sehen wir uns als Sportverein gezwungen, den im November geplanten Flohmarkt zu verschieben. Die derzeitige Situation lässt keine vernünftige Planung zu, weshalb wir uns zu diesem Schritt entschlossen haben.

* **Neuer Termin:** 19. Juni 2021

* **Haussammlung:** 5. Juni 2021

Sportverein Rainbach i.M.