



# GEMEINDE-NACHRICHTEN für die Bewohner von St.Pankraz

4/2013

10. Juni 2013

## INHALT

- ◆ Freie Wohnungen
- ◆ Hunde-Sachkundekurs
- ◆ Impftermine FSME
- ◆ Werbeanlagen an Landstraßen
- ◆ Rotes Kreuz -Stellenausschreibung
- ◆ Verordnung - Schutz vor Waldbränden
- ◆ Jugendticket
- ◆ Tastseminar zur Brust-Selbstuntersuchung
- ◆ Gesunde Gemeinde Info über Salz



## Freie Wohnungen - GWB-Wohnanlage

St.Pankraz 99/3: ca. 80 m<sup>2</sup>  
 Monatliche Kosten: ca. € 491,88  
 samt Betriebskosten und Ust;  
 Eigenmittel: € 1.513,60

St.Pankraz 100/3: ca. 80 m<sup>2</sup>  
 Monatliche Kosten: ca. € 572,31  
 samt Betriebskosten und Ust;  
 Eigenmittel: € 1.532,42

**Bei Interesse wenden Sie sich bitte direkt  
an die GWB Linz, Tel.: 0732 700 868-300**

## FSME-Impftermine

Die nächsten Impftermine beim Sanitätsdienst der  
Bezirkshauptmannschaft Kirchdorf/Krems:

Dienstag, 18. Juni 2013 von 14:00 bis 15:30 Uhr  
 Donnerstag, 27. Juni 2013 von 14:00 bis 15:00 Uhr

Wir sind für Sie erreichbar unter:  
 Tel: 07582 685 DW 451, 452 oder 453  
 Fax: 07582 685-399

**Bitte Ihren Impfausweis  
nicht vergessen!**



## Hunde-Sachkundekurs

gem. § 4 Abs.1 Oö. Hundehaltegesetz  
 am **18. Juni 2013, um 18.00 Uhr**  
 (Dauer mind. zwei Stunden)

Stadtamt Kirchdorf, Rathausplatz 1,  
 4560 Kirchdorf

Um Anmeldung wird gebeten!  
**Christian Sturmberger**  
 (Obmann Stv.)

Tel.: Privat 0664-88430003  
 Büro 07582-685 DW 406  
 E-Mail: [c.sturmberger@gmail.com](mailto:c.sturmberger@gmail.com) od.  
[christian.sturmberger@ooe.gv.at](mailto:christian.sturmberger@ooe.gv.at)

## Verordnung der BH Kirchdorf/Krems über den Schutz vor Waldbränden im politischen Bezirk Kirchdorf/Krems

Auf Grund des § 41 Abs.1 Forstgesetz 1975, BGBl.  
 Nr. 440, zuletzt geändert durch das Bundesgesetz  
 BGBl. I Nr. 55/2007, wird verordnet:

### § 1

In allen Waldgebieten des politischen Bezirkes Kirch-  
 dorf an der Krems ist jegliches Feueranzünden sowie  
 Rauch im Wald und in dessen Gefährdungsbereich  
 verboten.

### § 2

Ausgenommen von diesem Verbot ist das Verbren-  
 nen von Rinde und Ästen durch den Waldeigentümer  
 oder seinen Beauftragten, sofern dies erforderlich  
 ist, um die Massenvermehrung von Forstschädlingen

zu bekämpfen (§3 Abs. 1 der Forstschurzverord-  
 nung, BGBl. II Nr. 19/2003).

**Rechtzeitig vor Durchführung solcher Maßnahmen  
 hat der Waldeigentümer oder Verfügungsberechtig-  
 te den Forsttechnischen Dienst der Bezirks-  
 hauptmannschaft Kirchdorf an der Krems und die  
 örtlich zuständige Feuerwehr zu verständigen.**

### § 3

Die Nichtbeachtung dieser Bestimmungen gilt als  
 Verwaltungsübertretung nach § 174 Abs. 1 lit. a Ziff.  
 17 des Forstgesetzes 1975 und wird mit einer Geld-  
 strafe bis zu 7.270,00 Euro oder mit Arrest bis zu 4  
 Wochen bestraft.

## Jugendticket—Netz für SchülerInnen und Lehrlinge um € 60,00

Das **Jugendticket - Netz** berechtigt dich allen Fahrten auf allen Linien im Verbundraum OÖ, an allen Tagen vom 1. September 2013 bis zum 31. August 2014.

Das **Jugendticket - Netz** bekommst du, wenn du folgende Voraussetzungen erfüllt:

- \* Du besuchst eine Schule mit Öffentlichkeitsrecht oder lernst einen anerkannten Lehrberuf, machst eine Vorlehre oder nimmst an einem Jugendausbildungs-Programm teil.
- \* Du bist unter 24. (Gültigkeit des Tickets endet im Monat des 24. Geburtstages)
- \* dein Wohn- oder Ausbildungsort ist in Oberösterreich.
- \* deine Eltern beziehen für dich Familienbeihilfe.

Du musst das **Jugendticket - Netz** mit einem Formular beantragen. Das gibt es in der Schule, dem Lehrbetrieb und beim Verkehrsunternehmen.

Auch wenn du mehrere OÖVV-Verkehrsunternehmen benutzt, genügt ein Antrag. Werden Bundesländergrenzen überschritten sind 2 Passfotos notwendig, da 2 Tickets ausgestellt werden.

### So geht's:

1. Antrag vollständig, korrekt, lesbar und mit dokumentenechten Schreibgeräten ausfüllen und unterschreiben.
2. Zahlungsbeleg über € 60,- für das Jugendticket - Netz und
3. aktuelles Passfoto (2,5 x 3, 5 cm) beilegen.
4. Antrag bei einem beliebigen OÖVV-Verkehrsunternehmen abgeben.
5. Ticket abholen.

Als Nicht-EU Bürger benötigst du außerdem eine Bestätigung des Finanzamtes über den Bezug der Familienbeihilfe.

**Deine Vorteile** - mit dem **Jugendticket - Netz** kannst du immer unterwegs sein, zum Beispiel bei unterschiedlichen Wohnorten der Elternteile, Nebenwohnsitz, oder Internat

- ✓ zwischen Schule und Betreuungsort z.B. Hort
- ✓ zwischen Ausbildungsort und/oder Berufsschule
- ✓ für nicht regelmäßige Schulveranstaltungen
- ✓ für Pflichtpraktika von höheren berufsbildenden Schulen
- ✓ für Pflichtpraktika von Krankenpflegeschulen
- ✓ für Fahrten zu Unterrichtsstätten (z.B. Hallenbad, Bauhof, etc.)
- ✓ in Stadt- und Ortsverkehren
- ✓ mit Rufbusverkehren

## „Brust - bewusst“ Tastseminar zur Brust-Selbstuntersuchung

Brustkrebs ist das häufigste Karzinom der Frau in Österreich. Frühzeitige Erkennung und neue Behandlungen haben in Österreich in den letzten 10 Jahren zu einer Abnahme der Sterblichkeitsziffern um 18% geführt.

Der Brust-Selbstuntersuchung kommt dabei besondere Bedeutung zu, da diese ohne Aufwand von den Frauen monatlich vorgenommen werden kann. Der ideale Zeitpunkt ist eine Woche nach der Monatsblutung - falls noch - eine besteht. Beim Baden/Duschen erhöhen Cremes oder Duschgel den Tastsinn - die Frau soll dabei ihre Brust kennen lernen. Auf Veränderungen wie Einziehung der Brust oder Brustwarze, Hautschuppung oder Absonderung aus der Warze ist zu achten. Jeder Knoten sollte durch einen Arzt abgeklärt werden. Trotzdem bleiben oft Fragen offen - ist das ein

Knoten oder eine ungefährliche Verdichtung?

Die Krebshilfe Oberösterreich bietet zum Erlernen dieser Methode Tastseminare an. Die Teilnehmerinnen können unter fachlicher Anleitung von Experten an einem Brustmodell selber lernen, wie sich Knoten anfühlen und auf welche Punkte es noch ankommt.

**Dienstag, 18. 06. 2013, 15:00 Uhr,  
Rotes Kreuz Kirchdorf**

### Leitung:

Dr. Wolfgang Aschauer, LKH Kirchdorf / Gynäkologie  
Karin Lettner, Österr. Krebshilfe OÖ

Information & Anmeldung:

Tel. 0732 / 77 77 56 bzw.

E-Mail: office@krebshilfe-ooe.at



ÖSTERREICHISCHE KREBSHILFE OBERÖSTERREICH

4020 Linz, Harrachstraße 13, 0732/777756, office@krebshilfe-ooe.at, www.krebshilfe-ooe.at  
RLB 1039890—Hypo OÖ 255968—Sparkasse 117334—Spenden sind absetzbar!



## Werbeanlagen an Landesstraßen

Die OÖ Landesstraßenverwaltung hat im Februar dieses Jahres eine Neuregelung für Werbeanlagen, welche auf Landesstraßengrund zur Aufstellung gelangen, erlassen.

Gerade jetzt im Frühjahr beginnt wieder die intensive Bewerbung diverser Vereinsveranstaltungen. Leider werden immer wieder zahlreiche Werbeständer ohne Zustimmung des Grundeigentümers entlang von Landesstraßen aufgestellt. Wir gehen davon aus, dass die konsenslose Errichtung der Werbeständer nicht beabsichtigt ist, sondern aus Unwissenheit erfolgt. Daher möchten wir auf diesem Wege auf die wesentlichsten Punkte, welche für die Aufstellung von Werbetafeln zu beachten sind, hinweisen:

### 1. Antragstellung:

Nicht immer sind die Grundgrenzen in der Natur ersichtlich. Ist also beabsichtigt, entlang einer Landesstraße eine Werbetafel aufzustellen, so empfiehlt sich in jedem Fall eine Kontaktaufnahme mit der örtlich zuständigen Straßenmeisterei. Stellt sich heraus, dass es sich um einen Landesstraßengrund handelt, dann ist ein formloses Ansuchen um Sondernutzung von Straßengrund an die Straßenmeisterei zu stellen.

Diesem Ansuchen sind beizufügen:

- Plan mit detaillierter Standortbezeichnung (Straßennummer und -kilometer) sowie Grundstücksnummer.
- Ein Foto auf dem der gewünschte Standort markiert ist.
- Das Format der Werbetafel.

- Bezeichnung der Veranstaltung, Ort und Datum der Veranstaltung.
  - Dauer der Bewerbung (max. 1 Monat).
2. Die Straßenmeisterei prüft in der Folge den Wunschstandort des Vereins auf erhaltungstechnische Aspekte und allfälliger Einschränkungen der Kreuzungssichtweiten.

### 3. Genehmigungsentscheidung:

Wird die Standortprüfung von der zuständigen Straßenmeisterei positiv beurteilt, so erhält der Antragsteller des Vereines eine zeitlich befristete Grundeigentümerzustimmung für die Bewerbung der Veranstaltung.

Wird die Veranstaltung nur innerhalb des Gemeindegebietes beworben, dann wird kein Entgelt vorgeschrieben. Ist eine Bewerbung auch in den Umlandgemeinden gewünscht oder geplant, dann ist diese Bewerbung mietzinspflichtig. Die Höhe des Mietzinses hängt von der Anzahl, der Lage und dem Format der Werbetafel ab.

Der Vollständigkeit halber möchten wir auch darauf aufmerksam machen, dass – gerade in Freilandbereichen – neben der privatrechtlichen Grundeigentümerzustimmung auch behördliche Bewilligungen nach dem Verkehrs-, -Naturschutz- und Wasserrecht erforderlich sein könnten. Es wird daher empfohlen,  die Standortwahl für die Werbetafeln so zu treffen, dass die Freilandbereiche (Bereiche außerhalb der Ortsgebiete) möglichst

## Diplomiertes Gesundheits- und Krankenpflegepersonal

Das Rote Kreuz sucht für den Bezirk Kirchdorf ab sofort Personal für 20–30 Wochenstunden!

### Ihr Aufgabenbereich:

Dienstverwendung als Diplomierte/r Gesundheits- und Krankenpfleger/in in der Hauskrankenpflege entsprechend den Aufgabenbereichen und Erfordernissen des Roten Kreuzes.

### Ihr Profil:

- Allgemeines Gesundheits- und Krankenpflergediplom
- Führerschein der Gruppe B und eigener PKW
- Freude an der Arbeit mit älteren Menschen

- Kontaktfreudigkeit und Begeisterungsfähigkeit
- Hohe Einsatzbereitschaft und zeitliche Flexibilität
- Berufspraxis von Vorteil
- Einsatz zum Mitgestalten und Mittragen der Organisation

### Bewerbungsunterlagen:

- Führerschein in Kopie
- Lebenslauf mit Lichtbild
- Ausbildungsnachweis
- Zeugnisse von Schul- und Fachausbildungen
- Dienstzeugnisse

### Schriftliche Bewerbung an:

Österreichisches Rotes Kreuz, LV Oberösterreich, Personalreferat, Körnerstraße 28, 4020 Linz

Für Fachfragen wenden Sie sich bitte an:

Bezirkspflegedienstleitung, Tel: 07582 63 581-23 oder E-Mail: gsd@o.roteskruz.at

**Freiwillige MitarbeiterInnen werden bei sonst gleichen Voraussetzungen bevorzugt!**



## Salz - Allzuviel ist ungesund!



Das Salz ist eines unserer ältesten Würzmittel und war lange Zeit kostbares Handelsgut. Im Laufe der Geschichte hat der Salzkonsum ständig zugenommen. Heute gehen wir damit zu verschwenderisch um und schaden dadurch oft unserer Gesundheit. Hohe Kochsalzzufuhr kann oft im Zusammenhang mit Bluthochdruck stehen. Dieser erhöht das Risiko an Herz- und Kreislauferkrankungen (z. B. Schlaganfall oder Herzinfarkt) zu erkranken.

Wir essen täglich ca. 15 - 20 g Kochsalz.  
5 - 6 g Kochsalz würden genügen.

### Wodurch nehmen wir so viel Salz auf?

Einerseits durch das Salzen in der Küche und bei Tisch, andererseits aber beziehen wir große Salz mengen aus Nahrungsmitteln, die bereits bei der Herstellung gesalzen werden. Man schätzt, dass wir ca. ein Drittel unserer täglichen Kochsalzmenge allein mit Brot aufnehmen, gefolgt von Fleisch- und Wurstwaren, die Pökelsalz enthalten.

### Wie können wir Salz sparen?

#### 1. Beim Einkauf

Brot und Backwaren stehen auf der Liste der verarbeiteten Lebensmittel bei der Kochsalzzufuhr an erster Stelle. Den Brotverbrauch sollten wir aber nicht verringern! Ganz im Gegenteil, wir brauchen mehr Brot - aber bitte mit weniger Salz! Brot mit einem reduzierten Salzanteil kann man selbst backen, eher meiden sollten wir besonders salzreiches Gebäck, wie Salzstangerl, Salzweckerl, Salzbrezerl, usw.

Bei Fleisch- und Wurstwaren seien Sie sparsam mit all jenen Sorten, die Pökel-Salz enthalten, also mit Geselchtem, Surfleisch, Speck, Salami, Schinken, ...

Auch Fischkonserven (Sardellen, Salzheringe, ...) enthalten enorme Salz mengen.

Bei Käseprodukten findet man unterschiedlichen Salzgehalt. Besonders salzreich sind Schmelzkäse und Edelpilzkäse.

Versuchen Sie die salzhaltigen Gemüsekonserven durch Frischkost oder Tiefkühlgemüse zu ersetzen und auf Fertigwürzen (Fischwürze, Brathendwürze) zu verzichten. Auch Suppenwürfel, Fertigsoupen, Senf und Ketchup enthalten viel Salz!

Fertiggerichte sind immer stark gesalzen!

Kaliumreiche Kost kann helfen, den Blutdruck zu senken. Essen Sie daher ausreichend Obst, Gemüse, Kartoffeln, Hülsenfrüchte, Müsli, Vollkorn- und Milchprodukte.

#### 2. In der Küche

Auf den Geschmack kommt es an! Die Vorliebe für die salzige Geschmacksrichtung ist vielfach anerzogen. Bei Baby- und Kleinkinderkost ist Zusatz von Salz ungünstig!

Beim Zubereiten und bei Tisch können wir die Salz mengen schrittweise verringern und werden feststellen, dass bei weniger gesalzenen Speisen Aroma und Geschmack viel besser zum Ausdruck kommen.

Auch durch die Zubereitung der Speisen mit reichlich Kräutern und Gewürzen wird das Kochsalz leicht entbehrlich! Verwenden Sie Kräuter, ob frisch, getrocknet oder tiefgekühlt, und Gewürze, wie Pfeffer, Paprika, Kümmel, Nelken, ... aber auch Essig, Zitronensaft, Knoblauch, Zwiebel, Kren, ...

Bereiten Sie Rohkost ohne Salz zu.

Salzen Sie Speisen bitte erst, wenn sie fertig gegart oder gebraten sind.

Bevorzugen Sie Zubereitungsarten wie Dämpfen und Dünsten, denn diese sind ein Garant für die Erhaltung des Eigengeschmackes.

#### 3. Bei Tisch

Überprüfen Sie bitte Ihre Tischgewohnheiten!

Salzen Sie keinesfalls nach, bevor Sie überhaupt gekostet haben!

Ersetzen Sie den Salzstreuer und die Suppenwürze durch ein schönes Tischgesteck.



### Ist Salz gleich Salz?

Alle Salzsorten enthalten einen hohen Anteil an Natriumchlorid. "Gesundes Salz" gibt es nicht. Es ist immer eine Frage der Dosierung! Auch Meersalz, Kräutersalz und Halb-Salze enthalten Natriumchlorid und sollen nur sparsam verwendet werden! Wenn Sie salzen, dann mit einer Prise von einem jodierten Speisesalz!