

Mitteilungsblatt



Gemeinde Allhaming



ZIVILSCHUTZ-PROBEALARM

Am **Samstag, den 04. Oktober 2014** wird bundesweit ein Zivilschutz-Probearm durchgeführt. Zwischen **12.00 Uhr und 13.00 Uhr** werden nach dem Signal „Sirenenprobe“ die drei Zivilschutzsignale „Warnung“, „Alarm“ und „Entwarnung“ in ganz Österreich ausgestrahlt werden. Der Probearm dient einerseits zur Überprüfung der Funktion und Reichweite des Warn- und Alarmsystems, andererseits soll die Bevölkerung mit diesen Signalen vertraut gemacht werden.

Die Bedeutung der Signale:

Sirenenprobe: - 15 Sekunden, erfolgt jeden Samstag um 12.00 Uhr

Warnung: - 3 Minuten, gleichbleibender Dauerton. Herannahende Gefahr! Radio oder Fernseher (ORF) einschalten, Verhaltensmaßnahmen beachten

Alarm: - 1 Minute auf- und abschwellender Heulton. Gefahr! Schützende Räumlichkeiten aufsuchen, über Radio oder Fernsehen (ORF) durchgegebene Verhaltensmaßnahmen befolgen.

Entwarnung: - 1 Minute gleichbleibender Dauerton. Ende der Gefahr! Weitere Hinweise über Radio oder Fernsehen beachten.

TEXTILIENSAMMLUNG HERBST 2014

Die nächste Textiliensammlung wird am Mittwoch, den 08. Oktober 2014 durchgeführt. Original-Sammelsäcke sind kostenlos am Gemeindeamt erhältlich.

Die Textilien können am **Dienstag, den 07. Oktober 2014** ganztägig bei der ehemaligen Altstoffsammelinsel (hinter dem Gemeindeamt) abgegeben werden.

Beachten Sie bitte, dass nur Textilien von guter noch tragbarer Qualität angeliefert werden, da nur diese wiederverwendbar sind.

Wiederverwendbar sind: Damen-, Herren- und Kinderbekleidung in sauberem Zustand, Tisch-, Bett- und Haushaltswäsche, Stores und Vorhänge, Unterwäsche jeder Art, Socken paarweise, Woldecken, Bettfedern im Inlett, Schuhe unbedingt paarweise bündeln, Taschen und Gürtel jeder Art.

Nicht übernommen werden: nasse Textilien, verschmutzte bzw. zerrissene Kleidung, Matratzen, Teppiche, Industrie- und Schneiderabfälle, sonstige Abfälle.

VORTRAG „GUT ESSEN – GESUND LEBEN“



Am **Mittwoch, den 24. September 2014** findet um **19.30 Uhr** im **Pfarrheim Allhaming** ein Vortrag zum Thema „GUT ESSEN – GESUND LEBEN“ mit der Diätologin Jutta Diesenreither statt.

In diesem Vortrag zeigt Frau Diesenreither, dass es einfache Wege zu einer abwechslungsreichen Ernährung gibt, wo auch der Genuss Platz hat. Weitere Themen sind zB. die optimale Getränkeauswahl, Sinn und Unsinn von Lightprodukten...

Alle Interessierten sind zu diesem Vortrag sehr herzlich eingeladen.

YOGA- UND PILATESKURSE



Frau Sigrid Forstner (Dipl. Body- Vitaltrainerin u. Dipl. Yogalehrerin) aus Allhaming bietet im Rahmen der Gesunden Gemeinde folgende Kurse an:

Yoga:

Asanas (Körperhaltungen) erweitert die Bewegungsfähigkeit, kräftigen Muskeln, Bänder, Sehnen und stärken Organe. Atemübungen verleihen mehr Energie, bauen Stress ab und führen zu mehr geistiger Flexibilität und Selbstvertrauen.

Termine: Dienstag, ab 23.09.2014, 19.15 – 20.30 Uhr
Donnerstag, ab 25.09.2014, 17.45 -19.00 Uhr
Kosten: 10-Stunden Kurs €85,00
Kursort: Allhaming, Dinkelweg 14

Pilates:

Pilates führt zu mehr Körperbewusstsein und einer besseren Haltung. Durch gezielte Übungen gelangen Sie zu mehr Stabilität und können Verspannungen lösen. Die Ausgewogenheit zwischen Kräftigung und Entspannung, sowie Atemübungen verleiht mehr Energie.

Termine: Dienstag, ab 23.09.2014, 17.45 – 19.00 Uhr
Donnerstag, ab 25.09.2014, 19.15-20.15 Uhr
Kosten: 10-Stunden Kurs €80,00
Kursort: Allhaming, Dinkelweg 14

Anmeldung: persönlich, telefonisch (0699/11 22 55 30) oder per Mail (sf62@gmx.at)

ÄRZTLICHER SONN- UND FEIERTAGSDIENST

Zeitraum	Diensthabender Arzt
20. September 2014	Dr. Hauser (St. Marien)
21. September 2014	Dr. Mörwald (St. Marien)
27. September 2014	Dr. Paireder (Schiedlberg)
28. September 2014	Dr. Kern (Kematen)
04.+05. Oktober 2014	Dr. Mörwald (St. Marien)
11. Oktober 2014	Dr. Paireder (Schiedlberg)
12. Oktober 2014	Dr. Kern (Kematen)
18.+19. Oktober 2014	Dr. Suda (Neuhofen)
25. Oktober 2014	Dr. Paireder (Schiedlberg)
26. Oktober 2014	Dr. Hauser (St. Marien)
01.+02. November 2014	Dr. Rodemund (Neuhofen)
08. November 2014	Dr. Paireder (Schiedlberg)

Mit freundlichen Grüßen
Ihr Bürgermeister

Dr. Joachim Kreuzinger