



Fornacher Gemeindenachrichten

Amtliche Mitteilung!
Folge 3/2023 – 263

Zugestellt durch Post.at!
15. Mai 2023

Erfolgreiche Flurreinigung am 1. April



Herzlichen Dank bei „Groß“ und „Klein“ für die zahlreiche Teilnahme an der Flurreinigung!

Greinöcker & Willibald folgt als Postpartner in Vöcklamarkt

Seit 2. Mai 2023 ist anstelle des geschlossenen Postamtes das Kaufhaus Greinöcker & Willibald als Postpartner tätig. Dieses bietet alle Dienstleistungen eines Postamtes an. Hinterlegte Wertsendungen bzw. Pakete mit Nachnahme sind künftig dort abzuholen.



© Greinöcker & Willibald

Volksbegehrenswoche – 19. bis 26. Juni

Von Montag, 19. bis 26. Juni 2023 können im Gemeindeamt oder online mit der Bürgerkarte/ID-Austria folgende Volksbegehren unterstützt werden:

- **Neutralität Österreich JA**
- **Anti-Gendern-Volksbegehren**
- **Rettung unserer Sparbücher**
- **Umsetzung der Lebensmittel-Herkunftskennzeichnung**
- **Verbot für Kinder-Instagram**
- **Lebensmittelrettung statt Lebensmittelverschwendung**
- **Untersuchungsausschüsse live übertragen**
- **Asylstraftäter sofort abschieben**
- **Staatsbürgerschaft für Folteropfer**

Sollten Sie bereits eine Unterstützungserklärung für eines dieser VB abgegeben haben, dann zählt diese Stimme bereits mit. **Eine neuerliche Unterschriftleistung ist nicht mehr möglich!**



Abfalltermine 2023 – bitte ab 6 Uhr bereitstellen!

Papiertonne: Di, 23.5., 4.7.

Müllabfuhr: Mi, 24.5., 21.6.

Gelber Sack: Di, 16.5., 13.6.

Biotonne: Sa, 10.6. Fr, 23.6.



Gesunde Gemeinde Gesundheitstipp



Radfahren – sportlich, umweltbewusst und vor allem sehr gesund!

Radfahren ist ein effektiver und sehr gelenksschonender Ausdauersport. Durch die sitzende Art der sportlichen Betätigung, ist Radfahren für fast alle Ziel- und Altersgruppen geeignet. Radsport trainiert das Herz-Kreislaufsystem, verbessert das Immunsystem, stärkt die Muskulatur, entlastet die Gelenke und regt den Stoffwechsel an. Damit Radfahren auch Spaß macht, ist die Ausrüstung, die Intensität sowie eine gewisse Regelmäßigkeit von großer Bedeutung.

Das Fahrrad

Vom bequemen Rad für den Nahverkehr über das Touren- und Rennrad bis hin zum Mountainbike – durch eine Beratung im Fachhandel findet sicherlich jede/jeder das für sich perfekte Modell. Es ist wichtig, dass das Rad an die persönlichen Körpermaße angepasst und der Sattel sowie der Lenker richtig eingestellt sind.

E-Bike – für wen?

Das E-Bike ist grundsätzlich für alle geeignet. Insbesondere für Menschen mit weniger Ausdauer, die sonst das Radfahren aufgeben würden, ist das E-Bike eine gute Alternative, um wieder größere Distanzen zurückzulegen. Auch für Trainierte kann z.B. ein E-Mountainbike eine alternative Möglichkeit zum herkömmlichen Sportgerät sein. Am Ende ist es immer nur entscheidend, dass man sich im richtigen Pulsbereich bewegt.

Egal ob mit oder ohne Akku - jeder Tritt in die Pedale lohnt sich!

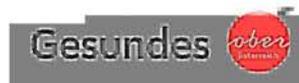
Die Ausrüstung

Ein unverzichtbarer Bestandteil jeder Radtour ist der Fahrradhelm. Dabei ist es wichtig, dass der Helm gut passt und angenehm zu tragen ist. Funktions- und witterungsgerechte Kleidung, eine Trinkflasche, Notfall- und Erste-Hilfe-Sets sowie ein Fahrradschloss sollten bei einer Fahrradtour ebenfalls nicht fehlen.

Mäßig aber regelmäßig

Anfänger oder Wiedereinsteiger sollten die ersten Ausfahrten auf eher flachen Strecken starten. Beginnen Sie mit ausdauerndem Radfahren 1 – 3 x pro Woche. Damit sich der Körper daran gewöhnen kann (Sitzknochen, Handgelenke, Nacken- und Schulterbereich) ist eine Dauer von ca. 30 - 60 Minuten ideal. Der Puls sollte in einem Bereich sein, wo man gerade noch reden kann. Legen Sie auch kurze Alltagswege mit dem Fahrrad zurück (z.B. zum Bäcker, ins Freibad oder in die Arbeit). So sind sie auch umweltbewusst und klimafreundlich zugleich.

Je öfter Sie fahren, desto besser wird Ihre Ausdauer und desto lustiger wird der Sport.



Serie Kraut und Ruam: „Wiesendudler“

Wiesendudler

Zutaten:

500 ml Mineralwasser

1 Stk. Zitrone, unbehandelt

500 ml Birnen- oder Apfelsaft

Wildkräuter (Gierschblätter, Gänseblümchen, Gundermann, Pfefferminze, Zitronenmelisse)



Foto: regionale-rezepte.at

Zubereitung:

- Kräuter (10 Gierschblätter, 10 Gänseblümchen, 1 Ranke Gundermann, 1 Zweig Pfefferminze, 1 Zweig Zitronenmelisse) gut waschen und das überschüssige Wasser abschütteln.
- Die Kräuter mit Küchenspagat zu einem Strauß binden.
- Zitronen der Länge nach halbieren und in Scheiben schneiden.
- Saft in einen Krug füllen, Zitronenscheiben begeben und das Kräuterbüschel hineinhängen.
- Nun an einem kühlen Ort mind. 2 Stunden (am Besten über Nacht) ziehen lassen.
- Vor dem Servieren das Kräuterbüschel entfernen.
- Den Saft zur Hälfte in schöne Gläser füllen, mit Mineralwasser auffüllen.

Tipp: Besonders toll sieht die Kräuterlimo aus, wenn man sie mit Kräuter- bzw. Blüteneiswürfeln serviert. Dafür einfach essbare Blüten bzw. Kräuter in Eiswürfelformen geben, mit Wasser auffüllen und im Gefrierfach frieren lassen.

Oö. Wohn- und Energiekosten-Bonus bis 30. Juni 2023 beantragen



Um private Haushalte bei der Bewältigung der Wohn- und Energiekosten zu unterstützen, gibt es – ergänzend zum bestehenden Oö. Heizkosten- und Energiekostenzuschuss – den neuen **Oö. Wohn- und Energiekosten-Bonus** für das Jahr 2023. Dieser kann einmalig bis 30. Juni 2023 **online** unter

www.ooe.gv.at/energiekostenbonus

beantragt werden.

So einfach können Sie den Bonus beantragen:

Antragsformular ausfüllen auf www.ooe.gv.at/energiekostenbonus

Hier geht's zum Antrag und zum Erklärvideo



Geben Sie bitte an:

- Ihre persönlichen Daten (Antragsteller/in)
- Namen und Geburtsdaten aller Personen mit Hauptwohnsitz an der angegebenen Adresse
- Höhe des Jahresbruttoeinkommens 2022 aller Personen, die im Haushalt gemeldet sind – Kennzahl 210 Jahreslohnzettel
- Österreichische Bankverbindung, an die der Oö. Wohn- und Energiekosten-Bonus ausbezahlt werden soll

Bitte beachten: Ihre Angaben werden automatisch überprüft. Wesentlich unrichtige Angaben können strafrechtlich verfolgt werden. Über die Prüfung Ihres Antrages werden Sie per E-Mail oder Post informiert.

Fördervoraussetzungen:

- Hauptwohnsitz zum 1.3.2023 in Oö.
- Jahreshaushaltseinkommen bis 27.000 Euro (1-Personenhaushalte) bzw. bis 65.000 Euro (Mehrpersonenhaushalte) = Kennzahl 210 des Jahreslohnzettels 2022

Kein Internet-Anschluss oder Probleme beim Ausfüllen?

Das Gemeindeamt ist Ihnen bei der Antragstellung gerne behilflich!



**Öffnungszeiten des Uhrmacher- und
Handwerk-Museums in Vöcklamarkt**

Jeden Samstag von 9 – 11:30 Uhr

Vorschau:

Freitag, 30. Juni 2023 – 14 Uhr

**Fest und feierlicher Abschluss
der Volksschul-Sanierung**

(Einladung folgt!)



Die aktuellen Highlights mit der OÖ Familienkarte!

Alle Informationen zu den aktuellen Aktionen finden Sie auf www.familienkarte.at. Dort können Sie auch den Newsletter abonnieren und werden immer rechtzeitig über alle Highlights informiert!



Impressum:

Erscheinungsort und Erscheinungspostamt: 4892 Fornach
Eigentümer, Herausgeber und Verleger: Gemeindeamt 4892 Fornach 2 – DVR: 0705691
E-Mail: gemeinde@fornach.ooe.gv.at; Internet: www.fornach.at
Für den Inhalt verantwortlich – soweit es sich nicht um Fremdbeiträge handelt: Anton Putz
Druck: Eigenvervielfältigung

**UNION
FORNACH** 

„Fahr nicht fort –
mach Sport im Ort!“



**03 JUNI
2023**

1. FORNACHER SPORTTAG

für „Klein“ bis „Groß“
und „Jung“ bis „Alt“

Treffpunkt Sporthalle

Laufen, Walken, Biken, e-Biken, Beachvolleyball, Boccia etc.

Kinder & Jugendprogramm

mit Baseball, Stockschiessen, Bouldern, Feldhockey, Fußball, etc.

An diesem Nachmittag wird für Klein bis Groß und von Jung bis Alt ein abwechslungsreiches, kostenloses Sportprogramm zusammengestellt. Nach dem Motto „**FAHR NICHT FORT, MACH SPORT IM ORT**“ wird ein breites Angebot für Jedermann erarbeitet. Am späten Nachmittag treffen sich dann alle Sportler bei der Sporthalle auf einen **gemütlichen Ausklang bei Speis und Trank**.

Testmöglichkeit: Bikes von Joe's Bike Shop / Skike Roller

Aktuelle Programminfos
auf www.union-fornach.at



Wir bewegen Menschen

vorläufiges Programm

Programmpunkte mit definierter Startzeit

- 12:00h E-Biketour „Panorama„ / ca. 70km / Guide: Walter Steinhofer, Hubert Griesmayr
- 13:00h Radtour „Fitness„ / ca. 50km / Guide: Roland Griesmayr, Thomas Birglehner
- 13:30h Walkingrunde „Seerosenteich“ / ca. 10 km / Guide: Helga Schlager, Herta Pfister, Eva Steinhofer
- 14:00h Radtour „Fahrt ins Grüne„ / 25km / Guide: Thomas Scheibl, Regina Gaugger, Bettina Zieher
- 14:00h E-Biketour „Genuss“ / ca. 40 km / Guide: Josef Riedl, Franz Dickinger
- 14:00h Boccia am Sportplatz / Leitung: Jörg Erlinger, Jochen Rauer
- 14:00h Beachvolleyball am Sandplatz / Leitung: Silvia Aigner
- 15:00h Walkingrunde „Fitness“ / ca. 10 km / Guide: Margit Obermair
- 15:00h Laufrunde „Genuss“ / 8km / Guide: Lukas Holzleitner

Kinder & Jugendprogramm 13:30h - 16:00h

Stationenbetrieb mit Sportpass für Kinder / Jugendliche von 6-14 Jahren. Kinder unter 6 Jahren können in Begleitung einer Aufsichtsperson teilnehmen. Achtung: Es wird keine Vollbetreuung angeboten, die Kinder sind nur bei den jeweiligen Stationen unter Aufsicht.

Vorläufige Stationen

Sporthalle: Bouldern / Seilkraxln / Stock Zielschiessen

Sportplatz: Boccia / Feldhockey / Hindernislauf / Baseball mit Batting Cage / Elimination Game



14:00h - 16:00h Fußball-Action und Torwandschießen mit Überraschungsgästen

Profifußballer des SV Ried & der UVB Vöcklamarkt zeigen ihr Können und laden zur Autogrammstunde ein



16:30h Kinderbiathlon

Zum Abschluss des Kinderprogramms können alle anwesenden Kinder nochmals ihr Geschick und ihre Schnelligkeit beim Mini-Kinderbiathlon unter Beweis stellen.

Es gibt diesmal aber keine Klasseneinteilung oder Wertung. Just for Fun ...

16:00h - 17:00h Rückkehr aller Sportler

Im Anschluss an die sportliche Betätigung können die gemeinsamen Erlebnisse bei Speis und Trank, in geselliger Atmosphäre, untereinander ausgetauscht werden. Nach Lust und Laune können sich interessierte Besucher nochmals im Elimination Game, im Baseball Cage oder auch Boccia probieren.



UNION-Vorschau Juli 2023:

Tenniskurse für Kinder von 10. bis 13. Juli in der Doppelmühle

BEZIRKS MUSIK FEST 2023 IN FORNACH

www.tk-fornach.at

16. BIS 18. JUNI

FREITAG ab 17 Uhr Marschwertung 20 Uhr Festakt Unterhaltung mit MM Timelkam & PS: reloaded	SAMSTAG ab 16:30 Uhr Marschwertung 20 Uhr Festakt Unterhaltung mit MV Sulzbach & MK St. Georgen i. A.	SONNTAG ab 10 Uhr Jugendmarschwertung Fornacher-Treffen Frühschoppen mit der Braueremusik Zipf
---	--	---

AUS LIEBE ZUM MENSCHEN.

Jetzt MEIN BLUT die App herunterladen

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

BLUTSPENDEAKTION

FORNACH

Freitag, 7. Juli 2023
15:30 - 20:30 Uhr
Turnhalle-Fornach

Aus Liebe zum Menschen. ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ
OBERÖSTERREICH

FORNACHER KARTRENNEN

04.-06. AUGUST 2023

FORNACH, FIRMENGELÄNDE SCHARMÜLLER

FUMREIF FÜR ST. GEORGEN	WIKU Fornacher Wirtschaft	scharmüller AUSTRIA	SAMSTAG ROCK'N'RACE PARTY	SONNTAG FRÜHSCHOPPEN
----------------------------	---------------------------------	------------------------	-------------------------------------	--------------------------------

Ab sofort: Anmeldung zum Kartrennen unter mail@meisterbaeckereiholzinger.at möglich!
Info-Telefon: 0660/76 82 707



DER AKTUELLE SELBSTSCHUTZTIPP

Selbstschutz ist der beste Schutz beim:

GRILLEN

Sobald das Wetter frühlingshaft wird, gibt es für viele nichts Schöneres, als würzige Köstlichkeiten vom Rost zu genießen. Doch beim Grillen lauern einige Gefahren. Damit der Grillspaß nicht mit einem Besuch beim Arzt oder im Krankenhaus endet, sollten Sie die unten stehenden Selbstschutzmaßnahmen ergreifen.



Gute Vorbereitung ist die halbe Miete:

- Achten Sie stets auf den ordnungsgemäßen Aufbau und sichern Sie den Stand des Grillers auf nicht brennbarem Untergrund
- Kontrollieren Sie bei Gasgrillern, dass der Gasanschluss richtig befestigt wurde und alle Zubehörteile gewartet sind bzw. lagern Sie Gasflaschen niemals in der Sonne
- Halten Sie genügend Abstand zu brennbaren Gegenständen
- Halten Sie für den Fall eines Unfalls oder Missgeschicks einen Feuerlöscher oder einen Eimer Sand bereit
- Windrichtung wegen Funkenflug und Rauchentwicklung beachten



Sicheres Grillen:

- Schützen Sie sich mit einer Grillschürze
- Löschen Sie Gasgrillerflammen oder brennendes Fett keinesfalls mit Wasser
- Halten Sie Kinder und Tiere vom Grillern fern
- Verwenden Sie zum Entzünden der Holzkohle ausschließlich geprüfte Grillanzünder - auf keinen Fall Benzin oder Spiritus
- Benutzen Sie Grillhandschuhe
- Verwenden Sie das richtige Zubehör, z.B. eine langstielige Grillzange mit hitzeisolierten Griffen
- Wenn Sie mit dem Grillen fertig sind, legen Sie den Deckel auf den Holzkohlegrill und schließen Sie alle Lüftungen. Beim Gasgrillern schalten Sie zunächst das Gas an der Flasche ab, danach die Brenner aus
- Bei einem Holzkohlegrill die Asche oder Kohlereste erst nach vollständiger Verbrennung und Abkühlung des Grillgeräts entsorgen

i 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



Falls es doch zu einer Brandwunde kommt: Unter fließendes, lauwarmes Wasser halten (ca. 20°) und steril abdecken!

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

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

