

KEMATEN AN DER KREMS GEMEINDEZEITUNG



AMTLICHE MITTEILUNG 01/2024 | FOLGE 165 | FEBRUAR 2024



VS SANIERUNG

SCHULISCHE
NACHMITTAGS-
BETREUUNG

VORANSCHLAG
2024

BEITRITT KEM

RENATURIERUNG
KREMS

Berichte des Bürgermeisters

**Liebe Kematnerinnen!
Liebe Kematner!**

Das neue Kalenderjahr beginnt erfreulicherweise gleich mit zahlreichen Veranstaltungen und Jahreshauptversammlungen. Dies zeigt, dass in unserer lebens- und liebenswerten Heimatgemeinde Kematn einiges los ist. Die Welt dreht sich und „Die einzige Konstante ist die Veränderung“ (Heraklit). Neben der Renaturierung und Ökologisierung der Krems, die aufgrund der aktuellen Rahmenbedingungen im Fokus steht, ist auch die Anpassung der Nachmittagsbetreuung und somit die Vereinbarkeit von Familie und Beruf ein zentrales Thema in der Gemeinde. In dieser Ausgabe möchte ich daher näher auf die Änderungen in der schulischen Nachmittagsbetreuung eingehen.



Freiwillige schulische Nachmittagsbetreuung ab Herbst, erweitert die Vereinbarkeit von Familie und Beruf in Kematn

Ab dem Schuljahr 2024/2025 und somit ab Herbst 2024, startet die Volksschule Kematn mit der schulischen Nachmittagsbetreuung. Hierfür werden in den nächsten Wochen und Monaten, aber natürlich vorwiegend in den Sommerferien, die Gruppenräume, die Schulküche, der Speisesaal, die Garderoben, die Klassenzimmer uvm. renoviert und adaptiert. Das Gesamtbauvolumen beträgt € 2,76 Mio., wobei davon ca. € 1,85 Mio. an Förderungen lukriert werden können. Mit dieser rechtlichen Umstellung besteht erstmals die Möglichkeit, dass sämtliche Räumlichkeiten der Liegenschaft Schulstraße 20 (Schulbereich inkl. Turnsaal und ehemals Hortbereich) sowohl am Vormittag als auch am Nachmittag gemeinsam genutzt werden können. Bei der Umstellung vom Hort auf die freiwillige schulische Nachmittagsbetreuung (im Fachchargon „unverschränkte Form der Ganztageschule“) wird natürlich darauf geachtet, dass das bestehende Personal eingebunden und wenn gewünscht auch vom OÖ Familienbund, als neuen Rechtsträger dieser Betreuungsform, übernommen wird. Ein „Rechtsträgerwechsel“ war notwendig, da die Caritas als aktueller Träger vom Hort, trotz Ersuchen der Gemeinde, grundsätzlich landesweit keine schulische Nachmittags-

tagsbetreuung anbietet. An dieser Stelle möchte ich erwähnen, dass bei der Umstellung auf die schulische Nachmittagsbetreuung sowohl pädagogische Gründe sowie die aktuellen Rahmenbedingungen zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf und keine finanziellen Gründe im Fokus standen.

Kurz und knapp stehen für die Kinder und damit auch für die Eltern folgende Verbesserungen bereit:

- Mehr Flexibilität: Es gibt jetzt auch einen 1-Tagestarif.
- Hausübung/Lerninhalte: Die Hausübung und Wiederholung von versäumten/nicht verstandenem Lehrstoff werden in der Lernstunde erledigt.
- Pädagogisches Konzept: Bei der Nachmittagsbetreuung spricht man auch vom Freizeitteil. Das nehmen wir ernst und lassen das Kind unter pädagogischer Aufsicht entscheiden, was es gerne tun möchte. Weg vom „bespaßen“ hin zur selbstständigen Freizeitgestaltung. Dabei besteht auch die Möglichkeit, dass Vereine und Spezialangebote (ev. Sport- und Musikunterricht) in den Freizeitbereich eingebunden werden können, sofern entsprechende Träger/Verantwortliche gefunden werden.

- Qualitative Betreuung: Die derzeitigen HortmitarbeiterInnen (PädagogInnen und AssistentInnen) werden bei Wunsch, ohne Nachteile übernommen.
- Mehr qualitative Eltern-Kind-Zeit: Da Ihr Kind vormittags in die Schule geht, in der Mittagspause gesundes und gutes Essen bekommt, danach mit einer Lehrkraft die HÜ macht und sich dann bis mind. 16 Uhr die Freizeit mit SchulfreundInnen selbst gestalten kann, können Sie als Elternteil Ihre Pflichten ebenso bis 16 Uhr erledigen. So wären Sie und Ihr Kind im idealen Fall für gemeinsame qualitative Zeit freigespielt.
- Weiterhin Ferienbetreuung: Je nach Bedarf finden Sie für Ihr Kind an 50 von 52 Wochen im Jahr eine qualitativ hochwertige Betreuung vor.

ÖFFNUNGSZEITEN:

Die Ganztageschule findet an den Schultagen von Montag bis Donnerstag von 11:30 Uhr bzw. Unterrichtsende bis 16 bzw. 17 Uhr und Freitag bis 15 Uhr statt. In den Ferien findet eine Ganztagesbetreuung in der Nachmittagsbetreuung bei Bedarf statt. Geschlossen ist die Nachmittagsbetreuung nur in KW 33 und KW 52.

Die Anmeldung erfolgt immer für ein gesamtes Schuljahr und ist auch tageweise möglich (mind. 1 Tag bis 16 Uhr). Die Kinder können an den Betreuungstagen nach der Lerneinheit (13:25–14:15 Uhr) mit Begründung und in Absprache mit der Direktorin abgeholt werden. Abmeldungen können nur zum Semester erfolgen. Falls Sie längere Öffnungszeiten als 16 Uhr bzw. Freitag 15 Uhr benötigen, bitte am Anmeldeformular (welches auch auf der Gemeinde-Homepage bereitgestellt wird) angeben. Geben Sie bitte auch speziellere Anforderungen Ihrerseits (Schichtbetrieb, Wechseldienst, Musikunterricht, etc.) an und nehmen Sie bitte Kontakt mit der Schulleitung auf.

Gesetzlich gilt der Grundsatz, dass die Nachmittagsbetreuung im Rahmen einer Ganztagesesschule in getrennter Form geführt wird und daher grundsätzlich eine Anwesenheitspflicht bis 16 Uhr an den angemeldeten Tagen gilt. Dies hat – wie bereits erwähnt – auch den Vorteil, dass Eltern bis dorthin freigespielt werden. Sollten Gründe vorliegen,



warum dies nicht möglich ist, ist dies bitte mit der Schulleitung abzusprechen. Die Lerneinheit wird vom Lehrpersonal der Schule gehalten.

Die Anmeldung kann für 1 Tag, 2, 3, 4 oder 5 Tage pro Woche erfolgen. Die Wochentage müssen jedoch fix gewählt werden. In Ausnahmefällen können bei Schichtdiensten die Betreuungszeiten flexibel in Absprache festgelegt werden.

KOSTEN

Der monatliche Elternbeitrag beträgt 3 % vom Familieneinkommen – ist

somit sozial gestaffelt und beträgt laut aktuellem Stand (welcher sich noch geringfügig ändern kann) für 5 Tage mind. € 46 und max. € 120. Bei Besuch von 3 Tagen 70 % vom 5-Tagestarif, 2 Tage 50 % vom 5-Tagestarif und einem Tag 30 % vom 5-Tagestarif. Natürlich gibt es auch einen Abschlag bei Geschwisterkindern. Bei Geschwisterkindern in der Nachmittagsbetreuung beträgt der Elternbeitrag für das 2. Kind 50 %, für jedes weitere 30 %.

Der Elternbeitrag wird 10 x im Jahr zur Gänze eingehoben (Sep.–Juni). Im Juli/August wird aliquot pro besuchte Woche eingehoben. Betreuung an schulfreien Tagen: Aufschlag € 3.–/Betreuungstag.

An schulfreien Tagen können die Kinder an den gleichen Tagen wie regulär angemeldet in die Nachmittagsbetreuung gebracht werden, natürlich schon ab 7 Uhr.

Die Verantwortlichen vom OÖ Familienbund werden gemeinsam mit der Gemeinde die Eltern spätestens im Juni zu einem Elternabend einladen, um alle Details zu besprechen und allfällige Fragen zu beantworten. Für die Personal- und Umsetzungsplanung ist es wichtig bis Mitte Februar zu wissen, wie viele Kinder im Herbst die freiwillige schulische Nachmittagsbetreuung in Anspruch nehmen werden.

Ihr Bürgermeister

Markus Stadlbauer, M.A.

Ehrennadel in Gold für Rudolf Obermayr & Neuwahlen bei der Sängerrunde Kematen-Piberbach

Im Rahmen der Jahreshauptversammlung der Sängerrunde Kematen-Piberbach Anfang Jänner, wurde im Gasthof Strigl der Vereinsvorstand neu gewählt. Ich darf dem einstimmig gewählten neuen Obmann Helmuth Berger sowie dem neuen Vorstand sehr herzlich gratulieren.

Dem langjährigen Obmann Rudolf Obermayr durfte ich im Namen des gesamten Gemeinderates für sein umsichtiges und engagiertes kulturelles und gesellschaftliches Wirken das Ehrenzeichen der Gemeinde Kematen in GOLD überreichen.



Neues aus dem Gemeinderat vom 7. Dezember 2023



Peter Preinfalk, BA, MSc.

Eingangs möchten wir darauf hinweisen, dass sämtliche Gemeinderatsprotokolle für jede/n am Gemeindeamt einsehbar sind (bitte um Terminvereinbarung). Ebenso wird nach jeder Gemeinderatssitzung eine Zusammenfassung der Beschlüsse auf Facebook und unserer Website zur Verfügung gestellt.

Die Gemeinderat-News kommen übrigens auch über unsere Gratis-App **Gem2Go** zu Ihnen auf das Handy. Gem2Go erinnert auch



an Müllabfuhrtermine und es kann an der digitalen Amtstafel herumgestöbert werden.

Wir würden Sie auch bitten uns mitzuteilen, falls Ihnen im Gemeindegebiet etwas auffällt. Machen Sie einfach ein Foto und schicken es per **WhatsApp** an unser Gemeindehandy: **0676/6459187**.



Oder schreiben Sie uns auf unserer **Facebook-Seite**: **facebook.com/gemeinde.kematen**



Der Gemeinderat der Gemeinde Kematen an der Krems hat in seiner Sitzung am 7.12.2023 folgende Beschlüsse gefasst:

Bericht des Bürgermeisters und Bürgerfragerunde

- Einreichoperat VS-Sanierung zur Kenntnis gebracht.
Die geplante VS-Sanierung wurde beim Land OÖ eingereicht und mittlerweile ein Bauvolumen von rund € 2,7 Mio. genehmigt.
- Information LFK bzgl. Förderansuchen KDO FF-Kematen.
Lt. derzeitigem Stand kann das angesuchte KDO für die FF-Kematen 2025 seitens des LFK nicht gefördert werden. Alternativen werden geprüft.

Prüfbericht der BH Linz-Land zum Rechnungsabschluss 2022

Der positive Prüfbericht wurde vom Gemeinderat zur Kenntnis genommen.

Vereinsubventionen 2023

Die Subventionen für die lokalen Vereine wurden einstimmig beschlossen.

Erhöhung des Erhaltungsbeitrages – Verordnung

Die Verordnung der Erhöhung des Erhaltungsbeitrags ab 1.1.2024 wurde

den Gesetzesänderungen angepasst und einstimmig beschlossen.

Dienstpostenplan 2024

Der Dienstpostenplan 2024 wurde einstimmig beschlossen.

Kassenkredit 2024

Der Kassenkredit 2024 mit einem Rahmen von € 1,2 Mio. wurde einstimmig an die Raiba Kematen an der Krems als Bestbieter vergeben.

Hebesätze, Steuern und Gebühren, Gebühren für sonstige Leistungen der Gemeinde 2024

Die Hebesätze, Steuern und Gebühren sowie sonstige Gebühren der Gemeinde Kematen an der Krems wurden mehrheitlich beschlossen. Erhöhungen wurden nur im absolut notwendigen Ausmaß beschlossen.

Voranschlag 2024

Der vorliegende Voranschlag für 2024 wurde vom Gemeinderat einstimmig beschlossen.

Prioritätenreihung 2024 und Mittelfristiger Ergebnis- und Finanzierungsplan 2024 bis 2028

Sowohl die Prioritätenreihung als auch der mittelfristige Ergebnis- und Finanzierungsplan 2024 bis 2028 wurden mehrheitlich beschlossen.

Sondernutzungsvereinbarung LWL – Fa. Netfinity

Die Sondernutzungsvereinbarung für den Glasfaserbau auf öffentlichem Gut durch die Neuhofener Firma Netfinity wurde einstimmig beschlossen.

PV-Anlage WVA Achleiten; Vereinbarung Achleiten 44

Der Tagesordnungspunkt wurde abgesetzt.

Vereinbarung Wasserleitung Ringschluss mit Gemeinde Rohr im Kremstal

Die Vereinbarung für den Ringschluss der Wasserleitung mit der Gemeinde Rohr im Kremstal wurde mehrheitlich beschlossen.

Das Projekt soll je nach budgetären Mitteln weiter ausgearbeitet werden. Das Projekt sichert uns die Wasserversorgung im Ortsteil Achleiten und auch jene in Rohr im Kremstal. Ebenso wird Kematen regelmäßig Wasser an die Gemeinde Rohr liefern.

Endbeschluss Flächenwidmungsplan Nr. 4 Änderung Nr. 28 „Schicklberg III – PV-Anlage“

Der Tagesordnungspunkt wurde abgesetzt.

Kaputte Straßenlaterne? →  Gemeindehandy 0676/6459187

Grundsatzbeschluss Änderung Flächenwidmungsplan Lexen PV-Anlage Gst. Teilfläche Nr. 251

Der Gemeinderat hat einstimmig beschlossen, dass ein Grundstreifen des Grundstückes Nr. 251 KG Achleiten im Ausmaß von 1.545 m² von derzeit Grünland in Verkehrsfläche P samt Index „PV1 – Die Errichtung von Photovoltaikanlagen und dreiseitig geschlossenen Carports ist zulässig“ umgewidmet wird. Die Planungskosten sind von den Antragstellern zu übernehmen.

Grundsatzbeschluss Änderung Flächenwidmungsplan Gst. Nr. 18, KG Kiesenberg

Der Gemeinderat hat mehrheitlich die Einleitung des Umwidmungsverfahrens einer Teilfläche des Grundstückes Nr. 18 KG Kiesenberg von derzeit Grünland in Dorfgebiet und Verkehrsfläche beschlossen. Im Rahmen vom Verfahren ist ein Baulandsicherungsvertrag (samt technischer Ergänzungen) auszuarbeiten und gemeinsam mit der korrekten Widmungsausformung im Bauausschuss zu beraten.

Beitritt zur KEM – Klima- und Energie-Modellregion

Die Gemeinde Kematen hat einstimmig beschlossen, gemeinsam mit mindestens vier anderen Gemeinden eine Klima- und Energie-Modellregion zu gründen und sieht in der mittelfristigen Finanzplanung die anteiligen finanziellen Mittel für die Konzeptphase und die Umsetzungsphase vor. Dies soll auch auf Gemeindeebene einen aktiven Beitrag zur Energiewende darstellen.

Alternativer Ansatz EED – Art. 6 Abs. 6 der EU Richtlinie 2023/1791 zur Energieeffizienz

Der Gemeinderat hat einstimmig die Anwendung der alternativen Variante gem. Artikel 6 Abs. 6 EED III beschlossen. Konkrete Maßnahmen zur Energieeffizienz der nächsten Jahre sind nun mit Bund und Land abzustimmen.

Nachwahlen ÖVP Kematen

Die ÖVP-Fraktion hat einstimmig Nachbesetzungen im Sozial- und Generationenausschuss beschlossen.

Nachwahlen PRO Kematen

Die PRO-Fraktion hat einstimmig Nachbesetzungen in folgenden Gremien beschlossen: Sozial-, Bildungs-, Generationen-, Umweltausschuss, Personalbeirat, Sanitätsgemeindeverband, überörtlicher Ausschuss für Kinderbetreuung, Gemeindevorstand.

Nachwahlen SPÖ Kematen

Die SPÖ-Fraktion hat einstimmig Nachbesetzungen in folgenden Gremien beschlossen: Gemeindevorstand, Sozial-, Finanz-, Generationen- und Umweltausschuss.

Antrag PRO Kematen: Aufhebung Verordnung vom 4. 10. 2022 betreffend Verkehrsbeschränkungen im Bereich Bachweg und Bruckstraße

Der Gemeinderat hat mit einem Genantrag mehrheitlich beschlossen, das Thema zur weiteren Beratung an den Bauausschuss zu verweisen.

Gemeinderatsbeschlüsse vom 18. Jänner 2024

Bericht des Bürgermeisters

Es wird darüber informiert, dass das OÖ Landesverwaltungsgericht einer Beschwerde stattgegeben hat ggü. der Untersagung, im Bereich der Kremstalstraße (Kunex-Kreuzung) Werbetafeln anzubringen.

Adaptierung Verkehrskonzept Kematen Ost

Der GR hat sich mehrheitlich dafür ausgesprochen, das Fahrverbot im Bachweg durch eine Einbahnregelung in Richtung Steyrerstraße zu ersetzen.

Übertragungsverordnung VS Sanierung/Adaptierung GTS

Der Gemeinderat hat einstimmig die vorliegende Übertragungsverordnung an den Gemeindevorstand für Auftragsvergaben im Zuge der Volksschulsanierung und Adaptierung GTS beschlossen.

Finanzierungsplan VS Sanierung/Adaptierung GTS

Der vorliegende aufsichtsbehördliche Finanzierungsplan mit einer Kostenhöhe von € 2.759.369,- und einer Förderquote von rd. 65 %, wurde einstimmig beschlossen.

Kremsrenaturierung: Siedlungsfonds Grundkauf

Der Tagesordnungspunkt wurde unter Ausschluss der Öffentlichkeit diskutiert.

Prüfbericht Nachtragsvoranschlag 2023

Der positive BH-Prüfbericht des Nachtragsvoranschlags 2023 wurde dem Gemeinderat zur Kenntnis gebracht.

Prüfungsausschuss 12/2023

Der Prüfbericht vom 12. Dezember 2023 wurde seitens des Prüfungsausschusses dem Gemeinderat zur Kenntnis gebracht.

Checkliste Projektablauf

Die Projekt-Checkliste für Politik und Verwaltung wurde zur Anwendung einstimmig beschlossen. Damit legt sich die Gemeinde selbst Qualitätsstandards auf.

Nachwahl SPÖ Prüfungsausschuss

Die SPÖ-Fraktion hat einstimmig Helmut Führlinger MSc als Ersatzmitglied für den Prüfungsausschuss gewählt.

Antrag SPÖ: Repair Café

Der Gemeinderat hat einstimmig beschlossen, dass sich der Umweltausschuss mit der detaillierten Beratung der Idee „Repair Café“ befassen soll.

Hinweis

Nach Genehmigung dieser Verhandlungsschrift in der nächsten Sitzung kann jede:r nach Terminvereinbarung am Gemeindeamt Einsicht nehmen.

Finanzausschuss: Gemeindevoranschlag Finanzjahr 2024

Das Budget 2024 für Kematen wurde am 7. Dezember 2023 einstimmig im Gemeinderat angenommen. Die Erstellung eines ausgeglichenen Voranschlags stellte uns heuer vor große Herausforderungen, da nach der Coronapandemie nun steigende Kosten im Energie-, Personal und Zinsbereich für Fremdmittel die Finanzierung von notwendigen Projekten begrenzen. Angesichts rückgängiger Steuereinnahmen und Erträgen wurden im ausgearbeiteten Voranschlag ausgewählte Prioritäten berücksichtigt und sparsam geplant. Unter Anwendung des Prinzips der kaufmännischen Vorsicht werden wir nach den Erfahrungen der ersten Monate eine nachträgliche Möglichkeit – in Form eines gesetzlich mögli-



chen Nachtragsvoranschlages – einsetzen. Dadurch können nach dem Anlauf erster beschlossener Voranschlagsprojekte wie beispielsweise die Sanierung der Volksschule, dem Zubau Krabbelgruppe sowie notwendige Straßenbaumaßnahmen, weitere Projekte nachgezogen und in die Finanzierung unterjährig aufgenommen werden.

Aktuell fehlt einigen Gemeinden in Oberösterreich Geld zur vollen Finanzierung ihrer Projekte 2024. Wenn

in diesem Fall keine Rücklagen vorhanden waren, müssen diese Gemeinden vom Härteausgleichsfonds des Landes unterstützt werden und damit sind der Gemeinde die Hände gebunden. Für Kematen haben wir den Weg stabiler Finanzen gewählt und ich plädiere auch in den nächsten Monaten zu einem behutsamen Umgang mit den verfügbaren Mitteln.



Ing. Mag.(FH)
René Fanningner,
Obmann Finanzausschuss

Unsere Gemeinde im Internet: www.kematen.at

PIBERBACH | Römerweg



Traumhaft Wohnen mit Ruhe & Komfort
nur 2 Häuser mit je 3 Wohneinheiten

- Vier- und fünf- Zimmer-Wohnungen
- Wohnfläche zw. 95m² und 125m²
- Garten, Terrasse oder Dachterrasse
- Ziegelmassivbauweise
- hochwertige Top-Ausstattung
- Photovoltaikanlage
- inkl. 2 KFZ-Stellplätze im Carport



Symbolbilder - PIBERBACH | Römerweg

weitere Projekte

EBERSTALZELL
PETTENBACH - KIRCHDORF
VÖCKLAMARKT - SPITAL AM PYHRN
STEINERKIRCHEN - LINZ



NEU in ST.MARIEN

AM LEITNERBERG
3 exclusive Häuser
mit nur je 2 Wohneinheiten
in Bestlage

LAVENDELWEG
1 Doppelhaus und
2 Häuser mit nur
je 3 Wohneinheiten

WIR SUCHEN... **TOP-LAGEN für TOP-Immobilien**
Grundstücke in allen Größen
Zinshäuser - bebaute Liegenschaften

 **NEUWOG**
Immobilien

Kirchengasse 4 4501 Neuhofen
Tel. 07227 200 53 info@neuwog.at



Generationenausschuss: Kematen wieder als „Junge Gemeinde“ ausgezeichnet



Mit der Auszeichnung „Junge Gemeinde“ werden jugendfreundliche Gemeinden vor den Vorhang geholt und für ihr besonderes Engagement für Oberösterreichs Jugend geehrt. Voraussetzung für die Auszeichnung sind Aktivitäten in den Bereichen Struktur, Aktionen, Partizipation, Öffentlichkeitsarbeit und Raumbereitstellung in den Gemeinden. Jugendbeteiligung ist dabei ein zentrales Kriterium.

Der Kematner Generationenausschuss – gleichzeitig auch Jugendausschuss – kümmert sich um die Anliegen der jüngeren Generation in unserer Gemeinde. Wir sind bemüht jedes Jahr ein interessantes Jahresprogramm zusammenzustellen und gemeinsam mit den Jugendlichen Verbesserungen zu erarbeiten. Für die erbrachten Leistungen für die Kematner Jugend, wurde die Gemeinde am 16. November 2023 im Rahmen eines Festaktes im Linzer Landhaus, im Beisein von Landesrat Dr. Wolfgang Hattmannsdorfer, als eine von insgesamt 92 Gemeinden Oberösterreichs ausgezeichnet.

Als Jugendausschussobmann durfte ich die Auszeichnung vom Land OÖ in Vertretung der Gemeinde entgegennehmen, was mich sehr freut und auch stolz macht. Diese Auszeichnung ist aber der Verdienst vieler engagierter Menschen in Kematen. Ohne die tatkräftige Unterstützung unserer Jugendlichen hätten wir die Auszeichnung nicht erhalten! Ich



Ausschuss-Obmann Christian Deutinger nimmt die Auszeichnung „Junge Gemeinde“ von LR Dr. Wolfgang Hattmannsdorfer entgegen.

bedanke mich bei allen Jugendlichen sowie den Ausschussmitgliedern und allen Unterstützern, die sich bei zahlreichen Veranstaltungen und Projekten engagieren und den Grundstein für unsere Auszeichnung gelegt haben.

Wir werden uns aber nicht auf den Lorbeeren ausruhen, sondern weiterarbeiten und uns bemühen, die Anliegen sowohl unserer jüngeren als auch unserer älteren Gemeindegewerinnen und -bürger ernstnehmen. Es ist uns nach wie vor ein großes Anliegen, das generationenübergreifende Zusammenleben in Kematen zu fördern.

Ich wünsche Ihnen allen ein gutes und erfolgreiches Jahr und freue mich auf ein Wiedersehen bei einer unserer Veranstaltungen in den nächsten Monaten.



Mag. (FH)
Christian
Deutinger
Obmann Generationenausschuss

Zertifikatslehrgang für Umweltreferenten absolviert

Insgesamt nahmen 36 engagierte Gemeindevertreter aus ganz Oberösterreich an diesem Lehrgang teil, um sich in den Themenbereichen Umwelt, Naturgefahren und Bürgerbeteiligung fortzubilden. Der Fokus des Lehrgangs lag dabei auf den individuellen Interessen der Teilnehmenden, wodurch eine praxisnahe Ausbildung sowie die Entwicklung gemeindespezifischer Projekte ermöglicht wurden. Wir freuen uns, dass FPÖ-Ersatzgemeinderat Karl Mühlhans (Mitglied im Umweltausschuss) diese Ausbildung erfolgreich absolviert hat.



FPÖ-Ersatzgemeinderat Karl Mühlhans hat den Zertifikatslehrgang für Umweltreferenten erfolgreich abgeschlossen. Foto: Karl Mühlhans

10 Bildungsausschuss-Sitzungen: Was ist passiert?

In den letzten zweieinhalb Jahren konnten im Bildungsausschuss unter anderem folgende Punkte initiiert bzw. beraten und zur Abstimmung in den weiteren Gremien gebracht werden:

- Unterstützungsfonds der Kinderbildungs- und Betreuungseinrichtungen (KBBE);
- Einführung und Unterstützung der Schwimmkurse für die Schulanfänger;
- Behutsame und doch zweckdienliche Digitalisierung unserer Volksschule einerseits zur Verwaltungserleichterung (WebUntis), andererseits zur Modernisierung der Arbeitsmittel (geteilte Digital- und Kreidetafeln, Tabletkoffer, ...), um einen attraktiven Schulstandort zu gestalten: für die PädagogInnen mit vielfältigen Möglichkeiten den Unterricht zu gestalten und für unsere Kinder, um zeitgemäßen Unterricht ohne digitaler Überfrachtung zu ermöglichen.
- Einführung der freiwilligen schulischen Nachmittagsbetreuung ab 2024/25 und die damit verbundene Umgestaltung der Volksschule mit Baubeginn im Frühjahr 2024.
- Umstellung auf regionales Mittagessen in den KBBE mit der Firma Hofgenuss/Kematen.
- Sicherstellung des Betreuungsbedarfs 2023/24 (bauliche Anpassungen und Ausstattungen der Räumlichkeiten) der Kindergärten und Krabbelgruppen;
- Gemeindeunterstützung zur Durchführung des Schwimmunterrichts in der Volksschule.

Wie geht es weiter?

Aufgrund der gesetzlichen Neuregelung der Gruppengrößen der KBBE und der Änderung beim Elternbeitrag für die Krabbelgruppen, besteht die aktuelle Arbeit u.a. darin, bauliche Maßnahmen für den absehbaren Mehrbedarf zu planen.

Hier laufen aktuell die Gespräche mit den Beteiligten, um eine optimale Lösung unter den derzeitigen Voraussetzungen zu erzielen.



Übergabe von Viktor Steindl, MA an Johanna Astecker, BA MA

Im Bildungsausschuss gab es einen Wechsel – so dürfen wir uns nochmals recht herzlich für das Engagement von Viktor Steindl, MA als Ausschussobmann bedanken.

Die obengenannten Punkte wurden größtenteils in seinem Beisein initiiert und umgesetzt.

Wir werden die begonnenen Arbeiten in seinem Sinne weiterführen. Als Nachfolge werde ich, Johanna Astecker, BA, MA als Ausschussobfrau folgen.

Anregungen und Wünsche zum Thema Bildung in Kematen können gerne an mich unter johanna@astecker.com gesendet werden.



Johanna Astecker, BA, MA
Obfrau Bildungsausschuss

Prüfungsausschuss regt Prozessoptimierungen an

Die Aufgabe des Prüfungsausschusses ist es, durch stichprobenweise Kontrollen die Umsetzung der beschlossenen Maßnahmen nachzuprüfen und ggf. Anregungen und Vorschläge zu machen.

So wurden zuletzt neben anderen Themen speziell einzelne Projektumsetzungen genauer geprüft. Dabei gewonnene Erkenntnisse wurden beschrieben und aufgelistet und waren Grundlage einer vom Amt erarbeiteten neuen Checkliste für Projektumsetzungen. Diese soll zukünftig eine geordnete Projektumsetzung mit den Fraktionen und dem Ge-

meindeamt sicherstellen und zeigt, dass es wichtig ist, kritisch zurückzuschauen und Abläufe zu hinterfragen, um daraus zu lernen.



Johanna Astecker, BA, MA
Obfrau Prüfungsausschuss

Ausschuss für Umwelt, Energie & Ressourcen, Naherholung, Nahversorgung sowie Wasserwirtschaft

Wie in der vergangenen Gemeinderatsperiode bereits praktiziert, freut es mich, dass ich diesen wichtigen Umweltausschuss, neben meiner neuen Funktion als Fraktionsobmann der SPÖ, wieder als Ausschussobmann leiten darf. Meine Gemeindevorstandsmitgliedschaft habe ich deshalb in der letzten Gemeinderatsitzung 12/2023 zurückgelegt. Als zentrales Ziel haben wir uns in diesem Ausschuss vorgenommen, sämtliche für die Gemeinde wichtigen Umweltthemen wie Klima- und Erneuerbare Energie, Wasserwirtschaft, Verkehr und Naturwirtschaft in den Mittelpunkt zu rücken.

Neben dem Beitritt zur Klima- und Energie-Modellregion (KEM) gemeinsam mit den Nachbargemeinden zwecks langfristigem Ausstieg aus fossiler Energie, wird sich der Umweltausschuss mit klimafreundlichem Mobilitätsmanagement inkl. Fahrradprojekten und bedarfsorientierten Transportsystemen (Mikro-ÖV-System) als Ergänzung zum bestehenden und öffentlichen Linienverkehr wie Bus und Bahn beschäftigen. Ein besonderes Umweltprojekt für Kematen ist die Renaturierung und Ökologisierung der Krems.

Beitritt KEM: Klima- und Energie Modellregion „Traun-Kremstal“

In der Gemeinderatssitzung vom 7.12.2023 wurde der Beitritt zur Klima- und Modellregion „Traun-

Kremstal mit der Bildung einer Klima- und Energiemodellregion (KEM) einstimmig beschlossen. Dieser Schritt kann helfen, ökologische Projekte innerhalb unserer Gemeinde durchzusetzen. Klima- und Energie-Modellregionen sind ein Programm des Klima- und Energiefonds der österr. Bundesregierung. Im Rahmen des Programmes werden regionale Klimaschutzprojekte und das regionale Modellregionsmanagement kofinanziert.

Grundsätzlich müssen mindestens vier Gemeinden eine Modellregion bilden. Die Gemeinden Traun, Ansfelden, Pucking, Neuhofen, Piherbach, St. Marien und Kematen werden sich dazu bis Ende Jänner 2024 verbindlich bewerben. Nach Gründung der Modellregion „Traun-Kremstal“ ist als zentrales Element die Anstellung eines/er Modellregionsmanagers/in erforderlich.

Diese Gemeinden aus der gebildeten Region sollen dabei gemeinsam mit dem/r KEM-Manager/in mindestens 10 Projekte aus dem nachstehenden Maßnahmenpool umsetzen:

- erneuerbare Energie
- Reduktion des Energieverbrauches
- nachhaltiges Bauen
- Mobilität
- Landwirtschaft

Die Umsetzung des Maßnahmenpools ist vorerst auf zwei Jahre ausgelegt. Die Höhe der finanziellen Be-

teiligung für die Gemeinde Kematen an den Kosten der neuen KEM ist abhängig von der Anzahl der Gemeinden sowie der Anzahl der EinwohnerInnen. Aufgrund des Aufteilungsschlüssels würde sich für die Gemeinde Kematen ein Eigenmittelanteil von ca. € 4.000,00 ergeben. Diese finanziellen Mittel werden im mittelfristigen Finanzplan für die Konzept- und Umsetzungsphase vorgesehen. Bereits 124 Klima- und Energie-Modellregionen und 1.134 Gemeinden setzten Klimaschutzprojekte um. Das Ziel einer KEM ist eine saubere Energiegewinnung aus Sonne, Wind, Wasser und Bioenergie zu erreichen und somit Vorbild für andere Regionen zu werden. Langfristige Vision ist ein 100%iger Ausstieg aus fossiler Energie.

Bereits im Vorfeld fand dazu ein Einführungsworkshop mit allen betroffenen BürgermeisterIn und Gemeindevertretern statt. Ein weiterer Workshop fand am 22. November 2023 mit den Gemeindevertretern der Modellregion Traun-Kremstal und den Kematner Teilnehmern Peter Preinfalk, Michael Tranningner und Helmut Führlinger in der Gemeinde Kematen statt. Mit der Moderation durch Reinhard Brix und Roland Wipplinger vom Klimabündnis OÖ wurden anhand von Flipcharts Identifikationen zu möglichen regionspezifischen Maßnahmen ausgearbeitet.

Dabei wurden Ideen zu den Kapiteln „Erneuerbare Energie, Wärme, Erneuerbare Energie Strom, Erneuerbare Energie Gemeinschaften, Energieeffiziente Gemeinde, Nachhaltige Mobilität, Ökologische Gebäude, Regionale Wertschöpfung (wie z. B. Renaturierung Krems, Repair Cafés) sowie Klimabildung in Schulen und Lehrwerkstätten“, mit abschließender Präsentation und Diskussion, aufgelistet. →



Status Flussdialog – Renaturierung der Krems, ein Projekt der Europäischen Union

Nach einem gemeindeinternen Workshop im September 2023 wurden Ideen für angedachte Maßnahmen in einzelnen Renaturierungsbereichen der Krems gesammelt bzw. entwickelt. Diese Ideen sind Voraussetzung für eine wasserrechtliche Planung der Renaturierung durch ein Planungsbüro.

Mittlerweile wurden von unserem Bürgermeister Markus Stadlbauer zielorientierte Verhandlungen mit den betroffenen Grundstücksbesitzern geführt. Ebenso konnten zwischenzeitlich Ersatzflächen für Tauschgründe durch den OÖ Siedlungsfonds gefunden werden.

In einer Verbandsversammlung des Wasserverbandes Unteres Kremstal wurden die Planungsleistungen (nach erfolgter Ausschreibung und Angebotsprüfung) entsprechend der Empfehlung des Gewässerbezirkes Linz, an das Technische Büro Zauner GmbH aus Engelhartzell vergeben. Zudem wurden für den Bereich Kematen die Firma Skyability aus Siegendorf mit Laservermessungen beauftragt.

Somit können die Planungen starten. Um die max. Förderung von 98 % zu erreichen ist als Zielvorgabe die wasserrechtliche Bewilligung bis August 2024 erforderlich. Am 17. Jänner fand dazu eine gemeinsame Startbesprechung mit dem Planungsbüro, Gewässerverband, Abteilung

Ländliche Neuordnung – Agrarbehörde und Siedlungsfonds des Landes OÖ, dem Reinhaltverband und den betroffenen Gemeindevertretern von Kematen, Piberbach und Kremsmünster statt.

Die Baumpflanzaktion „Natur im Garten“ an der B139 wurde bereits umgesetzt.



*Helmut Furlinger,
MSc,
Obmann
Umweltausschuss*

Einladung zur Flurreinigungsaktion

Der Umweltausschuss der Gemeinde Kematen an der Krems wird in Zusammenarbeit mit den Vereinen im Gemeindegebiet Kematen wieder eine Flurreinigungsaktion am

**Samstag, 23. März 2024
von 09.00 bis ca. 12.00 Uhr**

Treffpunkt Bauhof Kematen, Kremsweg 18

durchführen.

Die Gemeinde stellt Müllsäcke, Warnwesten und Handschuhe zur Verfügung.

Es kann jeder ohne Anmeldung teilnehmen, zur besseren Koordination wird um Anmeldung mit der Anzahl der Personen bis spätestens, Freitag, 22. März 2024 beim Gemeindeamt – Telefon 07228/7255-32 – gebeten.

Die Helfer werden anschließend zum Essen eingeladen.

Eine saubere Umwelt ist eine lebenswertere Umwelt.
Auf zahlreiche Teilnahme zählt die Umweltabteilung der Gemeinde!

Der Obmann des Umweltausschusses Helmut Furlinger MSc. und der Bürgermeister Markus Stadlbauer M.A. freuen sich auf Ihr Mitwirken und bedanken sich jetzt schon im Voraus.

Impressum:

Medieninhaber: Gemeindeamt Kematen an der Krems, 4531 Kematen an der Krems, Linzer Straße 30. Hersteller: Salzkammergut Druck Mittermüller GmbH, 4532 Rohr im Kremstal, Oberrohr 9.

Offenlegung laut Mediengesetz § 25; Medieninhaber, Verleger und Herausgeber: Gemeinde Kematen an der Krems, Bürgermeister Markus Stadlbauer, M.A., 4531 Kematen an der Krems, Linzer Straße 30.

Grundlegende Richtung des Mediums: Amtliche Gemeindezeitung, überparteilich.

Unsere Gemeinde im Internet: www.kematen.at



Feuerwehren berichten...



Gemeinsames

Fahrzeugbergung 30. August 2023



Ein fehlgeschlagenes Wendemaneöver eines Sattelzuges führte am 30.8.2023 morgens zur Alarmierung der Feuerwehren Kematen und Achleiten. Rasch wurde der LKW mittels Seilwinde geborgen und konnte seine Fahrt unbeschädigt fortsetzen.

Tag der Sicherheit: 7. Oktober 2023



Als Feuerwehren dürfen wir am Tag der Sicherheit natürlich nicht fehlen. Nach einem umfangreichen Stationenbetrieb beendeten wir unseren Tag mit einer Großübung mit der Drehleiter der Fa. Rosenbauer.

Technische Hilfeleistungsabzeichen 25. 11. 2023

Im vergangenen Jahr absolvierten wir gemeinsam im Pflichtbereich Kematen die Leistungsprüfung THL in drei Gruppen.

Diese Prüfung besteht aus zwei Teilen: Der Erste ist die „Fahrzeugkunde“. Dabei muss jeder der zehn Teilnehmer pro Gruppe bei zwei zufällig ausgewählten Geräten die ge-

naue Position im Fahrzeug bis auf eine Handbreite beschreiben und zeigen. Dabei können alle im Fahrzeug befindlichen Gegenstände gezogen werden. Vom großen Stromerzeuger bis hin zu einem kleinen Schlauchhalter.

Danach wird in der Gruppe ein vorgegebenes Einsatzszenario innerhalb einer vorgegebenen Zeit abgearbeitet. Alle drei Gruppen konnten am 25. November die Leistungsprüfung erfolgreich absolvieren.

Brand Landwirtschaftliches Objekt Burg: 29. November 2023



Am 29. November 2023, kurz nach 5 Uhr bemerkten Rotkreuzmitarbeiter, die sich auf einer Krankenhausrückfahrt befanden, einen hellen Feuerschein in Kematen an der Krems und schlugen Alarm.

Kurz danach wurden die Feuerwehren Kematen an der Krems, Gersdorf-Schachen und Achleiten alarmiert. Vorort stand ein Holzstall für Stiere in Vollbrand. Von der Einsatzleitung wurde sofort die Alarmstufe 2 ausgerufen. Die Aufgabe war es, den danebenliegenden Vierkanthof vor einem Übergriff der Flammen zu schützen und die Stiere im Brandobjekt zu retten. Von der FF Axberg wurde die Einsatzführungsunterstützung aufgebaut und die Einsatzdrohne in Betrieb genommen. Äußerste Vorsicht war für die Teleskopmastbühne geboten, da neben dem Brandobjekt auch eine Hochspannungsleitung verläuft.

Es sind vier Einsatzabschnitte gebildet worden, zwei für das Brandob-

jekt, jeweils einer für die Wasserversorgung und einer für die Betreuung der Tiere. Die Wasserversorgung wurde von der Krems mittels fünf Tragkraftspritzen zum Brandobjekt errichtet. Die FF Marchtrenk wurde mit dem Großtanklöschfahrzeug GTLF nachalarmiert um als Speicher für die Wasserversorgung am Brandobjekt zu dienen. Nach einer Stunde war der Brand unter Kontrolle und breitete sich nicht weiter aus.

Es wurden der Tierarzt und Amtstierarzt verständigt bzw. an die Einsatzstelle beordert. Entlaufene Stiere wurden mit Hilfe einer Drohne inklusive Wärmebildkamera gesucht, woraufhin sie von den Einsatzkräften eingefangen und bewacht wurden. Nach der Begutachtung des Amtstierarztes wurden die überlebenden Tiere verladen und bei Bauern in der Umgebung temporär untergebracht. Zur Sicherung der Einsatzkräfte vor den Stieren wurde auch das Einsatzkommando Cobra herangezogen. Gegen Mittag trafen Brandermittler und Sachverständige vom Landeskriminalamt ein, um die Brandursache zu ermitteln.

Jugendbericht

Die Jugendgruppen der Gemeinde Kematen nahmen am Bezirksjugendlager der Feuerwehr teil. Von unseren knapp über 20 Jugendlichen waren 17 dabei. Von 14. bis 16.7.2023 gab es einen Orientierungsmarsch und auch die traditionelle Playbackshow, bei der auch die Eltern zum Zujubeln vorbeikamen.



FF Achleiten

Feuerlöscherüberprüfung



Am Freitag den 10. November hat zwischen 13 und 16 Uhr, wie alle zwei Jahre, die Feuerlöscherüberprüfung stattgefunden. Insgesamt wurden 141 Feuerlöscher überprüft und sind somit für den Ernstfall einsatzbereit.

Kameradschaftsabend



Am 18. November feierten wir im Feuerwehrhaus in Achleiten unseren traditionellen Kameradschaftsabend mit Festabschluss. Es wurden auch an alle Mitglieder die neuen digitalen Pager Swissphone X15 von der Fa. Funk Fuchs übergeben, um auch in Zukunft ein zeitgemäßes Alarmierungsmittel zur Verfügung zu haben.



Wintereinbruch

Am 2. Dez. wurden wir wegen des starken Schneefalls zu mehreren



Einsätzen gerufen. Aufgrund der Schneelasten waren einige Bäume umgestürzt und die Straßen freizuschneiden. Auf der Kremsmünster Landesstraße musste gemeinsam mit der FF Kremsmünster ein Fahrzeug aus dem Straßengraben gehoben werden.



„Sturmtief Zoltan“

Am 23. Dezember um 2:55 Uhr wurden wir zu einem über die Straße liegenden Baum in Achleiten alarmiert. Der Baum wurde mit der Kettensäge zerkleinert und von der Straße entfernt und um 4:22 Uhr konnte die Einsatzbereitschaft wieder hergestellt werden.

Spende Raiffeisenbank Kematen-Neuhofen

Wir bedanken uns recht herzlich bei der Raiffeisenbank Kematen-Neuhofen für die großzügige Spende von € 3.000,- anlässlich unseres 100-jährigen Bestandsjubiläum.

Bei der Scheckübergabe durch Dir. Christian Stefan und Prok. Alfred Grill am Freitag 2. Juni 2023 in Achleiten, konnten wir bereits berichten, dass diese Spende für die neu angekauften Reifen für unser RLFA-2000 verwendet wurde.



Unsere Gemeinde auf : Gemeindehandy 0676/6459187
Senden Sie uns, was ihnen auffällt!

FF Kematen

Erste-Hilfe-Kurs

Um bei Einsätzen mit verletzten Personen ideal vorbereitet zu sein, hat ein Teil unserer Aktivmannschaft einen 16-stündigen Erste-Hilfe-Kurs absolviert.

Sturmtief Zoltan

Kurz vor Weihnachten fegte das Sturmtief Zoltan über Österreich und auch wir blieben nicht davon verschont.



Übungen

Damit wir im Ernstfall schnell handeln können, müssen wir für alle möglichen Einsatzszenarien vorbereitet sein. Nicht nur aktuelle Ausrüstung ist dafür unablässig, auch ein abwechslungsreiches Übungsprogramm darf nicht fehlen. Im gezeigten Bild verhindern wir, dass eine unbekannte, als umweltschädlich gekennzeichnete Flüssigkeit, in einen Kanal fließen kann. Die Kameraden



in Orange tragen Anzüge der Schutzstufe 2. Diese sind flüssigkeitsdicht und bieten einen Grundschutz gegenüber potentiell gefährlichen Flüssigkeiten.

Brandereinsatz Jahresbeginn

Zu Jahresbeginn wurden wir zum Brand einer vertrockneten Gartenhecke alarmiert.



PHYSIOTHERAPIE SOPHIE SCHROFT



Liebe Kematnerinnen und Kematner!

Mein Name ist Sophie Schroft und ich bin seit über 13 Jahren leidenschaftlich als Physiotherapeutin tätig. Bisher durfte ich vielen Menschen im Zuge ihrer Reha zur Beschwerdefreiheit verhelfen. Im Sommer 2022, kurz vor der Geburt meines zweiten Kindes, habe ich den Schritt in die Selbstständigkeit gewagt. **Nun bin ich wieder für Sie da!**

Sei es nach Operationen wie Kreuzbandplastik, Knie oder Hüftendoprothesen, Schulteroperationen, Sprunggelenksverletzungen oder nach Bandscheibenvorfällen sowie anderen Nacken- oder Rückenbeschwerden uvm.

Ich ver helfe auch Ihnen gerne zur Beschwerdefreiheit.

Nähere Infos unter www.physio-schroft.at.
Telefonisch bin ich unter der Tel.-Nr. 0670 35 38 078 erreichbar.

Ich bin wieder für Sie da!

FF Gerersdorf-Schachen

Am Samstag den 19. August 2023 fand nach einer längeren pandemiebedingten Zwangspause unser auch über die Bezirksgrenzen hinaus bekannte **Nassbewerb** statt. Als Verpflegung gab es auch dieses Jahr wieder unsere berühmte Kistensau mit Krautsalat und Semmelknödel. Wir bedanken uns bei den zahlreichen Ehrengästen für ihren Auftritt.



Insgesamt trat die gemeinsame Wettbewerbsgruppe der drei Feuerwehren 2023 bei fünf Wettbewerben an und erbrachte Bestleistungen. Die Wettbewerbsgruppe trat beim Bezirksbewerb in der HAKA-Arena Traun an und erlangte die Bezirksmedaillen in Bronze sowie in Silber. Auch erlangten wir am Landesbewerb in Aspach Wildenau das Feuerwehrleistungsabzeichen in Bronze.



Heuer bot sich die Möglichkeit bei den 7. Grenzlandmeisterschaften (erstmalig in Oberösterreich) noch vier weitere Leistungsabzeichen bzw. Leistungsspangen zu erlangen. Dort absolvierten wir vier Durchgänge um die Abzeichen aus Luxemburg, Elsass (Frankreich), Rheinland-Pfalz und Saarland zu erlangen.

Wir gratulieren unseren Mitgliedern zum Nachwuchs bei Familie Nussbaumer und der Familie Neumaier



sowie zur Hochzeit von Lukas und Katrin Schiefermair.

Einsatztaktiken erlernen und üben bei einer spannenden Übung mit Stichwort Schachttretung. Dank an Harald Dobritzhofer für die Ausarbeitung der Übung, aber auch großen Dank an Fam. Heitzeneder, welche ihren Maisilo zur Verfügung gestellt hat.



Am 9. Dezember 2023 fand erstmals „Weihnachten im Dorf“, veranstaltet von der FF Gerersdorf statt, das großen Anklang bei der ansässigen Bevölkerung fand.

Bei den Unwettern rund um Weihnachten 2023 waren wir natürlich auch im Einsatz, wobei wir unter anderem einen Erdbeben in Schachen zu bewältigen hatten.





Gesunde Gemeinde – Gesundheitstipp: Schlaf gut!

Der Schlaf dient nicht nur der körperlichen und geistigen Erholung, sondern gilt als Grundvoraussetzung für unsere körperliche und seelische Gesundheit! Schlaf ist also lebensnotwendig. Chronisches Schlafdefizit und unruhiger Schlaf können die Gesundheit massiv beeinträchtigen. Viele Einflüsse können den Schlaf stören, aber mit einfachen Tipps kann man einen gesunden Schlaf fördern.

Tipps zur Schlafhygiene

- **Bringen Sie Routine** in den Alltag und stehen Sie täglich zur gewohnten Zeit auf.
- **Werden Sie tagsüber aktiv.** Gehen Sie Hobbies nach, bewegen Sie sich, besprechen Sie Sorgen mit Freundinnen und Freunden oder lernen Sie etwas Neues (z.B.

eine neue Sprache). Aber vermeiden Sie Nickerchen am Tag, vor allem wenn Sie Einschlafprobleme haben!

- **Kommen Sie abends zur Ruhe.** Lassen Sie den Tag mit ruhigeren Tätigkeiten ausklingen. Vermeiden Sie PC, Handy und TV eine Stunde vor dem Bettgehen.
- Essen Sie abends nur **leichte Mahlzeiten** und nicht zu spät. Verzichten Sie auf anregende Getränke!
- **Selbsthilfe bei nächtlichem Gedankenkarrussell:** Es kann hilfreich sein, die Gedanken vor dem Bettgehen festzuhalten – legen Sie sich deshalb Stift und Block auf das Nachtkästchen. Liegen Sie länger wach, hilft es eher aufzustehen und einer monotonen Tätigkeit nachzugehen, wie

z.B. Wäsche zusammenlegen, als sich im Bett hin und her zu wälzen! Der häufige Blick auf die Uhr kann auch zu unnötigem Stress führen! Eintönige Gedankenspiele wie das bekannte Schäfchen-Zählen sowie Entspannungstechniken oder Meditation helfen abzuschalten.

- **Vorsicht bei Selbstmedikation!** Sprechen Sie sich mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt ab, ob Schlafmedikamente nötig sind! Ein Bier am Abend kann zwar helfen schneller einzuschlafen, beeinträchtigt jedoch Ihre Schlafqualität!

Wenn Ihre Schlafprobleme mehrere Tage hintereinander über Wochen hinweg andauern oder Sie von Sorgen und Ängsten geplagt sind, suchen Sie ärztliche bzw. psychotherapeutische Hilfe.



Einladung zum Vortrag „Erholsamer Schlaf“

Was ist ein guter Schlaf?
Wie erkenne ich Schlafstörungen?
Was kann ich tun, um erholsam zu schlafen?

Diese und andere Fragen werden in unserem Vortrag am **4. April 2024** um **18:30 Uhr** im Gemeinderats-Saal der **Gemeinde Kematen** behandelt.

Birgit Wille-Wagner, Psychologin und Psychotherapeutin
Christian Wagner, Psychologe und Psychotherapeut

Unterstützung zu Energiekosten – Gutscheinaktion

Aufbauend auf die gemeindeeigene Unterstützung für Heizkostenzuschussempfänger im Jahr 2023 hat der Gemeindevorstand (nach den Beratungen im Sozialausschuss) einen Energiekostenzuschuss für sozial Schwächere für das Jahr 2024 aus dem Sozialfond fixiert. Bei Einkommensgrenzen von € 1.300,- netto (bei Einpersonenhaushalten) bzw. € 2.000,- netto (bei Zweipersonenhaushalten) sowie bei Vorlage einer GIS-Gebührenbefreiung oder Rezeptgebührenbefreiung erhält ein Haushalt einen € 100,- Energiekostenzuschuss in Form von Kematner Gutscheinen. Bürgermeister Stadlbauer freut es, dass wir mit unserem Sozialfond so rasch und unbürokratisch helfen können.





SPIEGEL
Kinder · Eltern · Bildung

**OFFENER
SPIELTREFF**

SPIELSTÜBCHEN

Wir treffen uns in gemütlicher Atmosphäre, tauschen Erfahrungen aus und bieten unserem Nachwuchs im Alter von 6 Monaten bis 3 Jahren einen Nachmittag zum Spielen mit gleichaltrigen Kindern.

DAS HÖRT SICH TOLL AN?

Die monatlichen Termine stellen wir immer am Anfang des Monats in unsere WhatsApp-Gruppe!

Stefanie Stickler
0676 79 00 981

Ines Schenkenfelder
0676 96 22 140

UNKOSTEN:

2€ pro Besuch inkl. Kaffee

WO:

Im Martinshof - bitte den Bibliothekseingang nutzen!
Kirchenplatz 1, 4531
Kematen a. d. Krems

Keine Anmeldung
notwendig!

Wir freuen uns auf neue Mitglieder & auf viele gemeinsame Spielenachmittage!

Der Elternverein Kematen-Piberbach informiert:

Am 24. Oktober 2023 fand im Restaurant Green's die Jahreshauptversammlung des Elternvereins statt, bei der auch ein neuer Vorstand gewählt wurde. Obfrau Sabrina Sinzinger stellte sich und ihr Team vor und der Wahlvorschlag wurde einstimmig angenommen – vielen Dank für das Vertrauen!

Auf diesem Weg bedanken wir uns auch sehr herzlich bei den ausgeschiedenen Mitgliedern. Die ehrenamtliche Arbeit im Elternverein bereitet große Freude, ist aber auch mit viel Zeit und Aufwand verbunden. Der bisherige Vorstand hat diese Aufgabe jahrelang mit großem Engagement gelöst und dadurch viel für die

Kinder, Eltern und die Volksschule erreicht, finanziert und organisiert.

Ein großes Dankeschön auch für die gute Übergabe und Einarbeitung der jeweiligen Vorstandsmitglieder in die neuen Aufgabenbereiche!

Im Zuge der neuen Vorstandsbildung wurde ein neues Elternvereins-Logo kreiert, welches wir hier ebenfalls präsentieren möchten.

Am 26. November 2023 richtete der Elternverein das Pfarrcafé im Kematner Martinshof aus.

Die vielen Besucherinnen und Besucher konnten aus einem breiten Angebot unterschiedlicher Mehlspeisen, Würstel mit Gebäck und diversen Getränken wählen.

Während es draußen schneite, wurde drinnen in gemütlichem Ambiente gegessen, getrunken und sich ausgetauscht.

Die Einnahmen fließen in das Budget des Elternvereins und erlauben uns, wieder tolle Aktionen für die Kinder bzw. die Schule zu organisieren bzw. (mit)finanzieren zu können.

Der Elternverein bedankt sich sehr herzlich bei der Pfarre Kematen und bei den vielen Eltern, die mitgewirkt haben – ohne die zahlreichen Kuchen- und Keksspenden könnten wir diese Veranstaltung nicht durchführen!

Am 6. Dezember wurden die Schülerinnen und Schüler wieder mit einem Nikolaussackerl überrascht. Darin befanden sich dieses Jahr ein Apfel, ein kleiner Schokoladennikolaus und ein magnetisches Lesezeichen. Die Kinder haben sich sehr gefreut, dass der Nikolaus an sie gedacht hat.



Hiermit dürfen wir das neugewählte Team des Elternvereins vorstellen:

Von links nach rechts: Obfrau Sabrina Sinzinger, Obfrau-Stv.ⁱⁿ Nina Nielsen, Kassierin Iris Lichtl, Schriftführerin Bernadette Lexen, Kassaprüferin 1 Petra Wolfinger, Schriftführer-Stv.ⁱⁿ Bettina Renz, Kassierin-Stv. Birgit Niedermayer (nicht auf dem Bild: Kassaprüferin 2 Tanja Wiltsche)



Zum Schulstart erhielten alle neuen Schülerinnen und Schüler der 1. Klassen einen kleinen Willkommensgruß vom Elternverein.



Die Obfrau Sabrina Sinzinger mit der bisherigen Obfrau Petra Wolfinger.



Sabrina Sinzinger überreichte einem Teil des „alten“ Vorstandsteams (hier: Petra Wolfinger, Pia Köppl und Gisela Mörtenhumer) ein kleines Dankeschön vom Gassner-Hofladen aus Kematen.

Landjugend Kematen-Piberbach

**Liebe Kematnerinnen,
liebe Kematner,**

Auch wir von der Landjugend sind wieder hoch motiviert in dieses neue Jahr gestartet. Mit einer großen Silvesterfeier begann dieses Jahr bereits mit viel Spaß und Freude. Im Jänner besuchten wir die „Lange Nacht“ der Landjugend, die dieses Jahr in der Messehalle Wels stattfand. Außerdem bildeten wir uns bei diversen Schulungen, die zum Beispiel Veranstaltungsrecht betreffen, weiter.

In den nächsten Wochen stehen wieder einige Veranstaltungen auf unserem Programm. Ob ein Besuch des Theaters in Kematen, ein gemütlicher Kartabend mit Dartturnier oder der Feuerwehrball der Freiwilligen Feuerwehr Neukematen – un-

sere Ausflüge sind vielseitig und für jeden ist etwas dabei.

Wenn Du mehr über uns erfahren möchtest, kannst du gerne folgenden QR-Code scannen damit Du zu unserer Instagram-Seite kommst.



@LJKEPI_REVOLUTION



Siedlerverein

Pellets-Aktion, Winter-Baumschnitt, Botanischer Garten, Ausflug Steiermark...

Heuer haben wir eine **Pellets-Aktion** in Vorbereitung und wer mit Pellets heizt, kann bei unserer Sammelbestellung mitmachen. Bitte bis Anfang März das Interesse bei der Obfrau Gisela Peutlberger-Naderer

0664/2148498 oder Stellvertreter Christian Zeintl 0664/2165662 bekanntgeben.

Der **Winter-Baumschnitt** ist eine Kunst, die gelernt werden will. Unser Gartenfachberater Daniel Fuchs ist ein Profi und hält auch Kurse ab. Heuer treffen wir uns am Samstag, den 2. März um 14 Uhr in Rath 8 und

alle Mitglieder und interessierte Gartenfreunde sind eingeladen.

Wir freuen uns auch schon auf den geführten **Rundgang im Botanischen Garten Linz** am 18. Mai, ein schönes Muttertagsgeschenk, wer will!

Aufgrund vieler Feierlichkeiten in Kematen an den Wochenenden im Juni, haben wir den Ausflug nach **St. Lamprecht ins Auszeithotel** am 17. und 18. Juni, wochentags gelegt. Wir fahren mit Gschwendner Busreisen und unsere Mitglieder bekommen ein Überraschungsgeschenk. Je nach Interesse geht's dann im September nach Bad Ischl als Garten-Kulturreise.

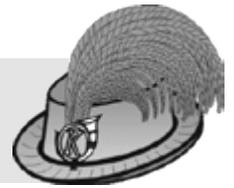
Das Vereinsleben ist bunt und erfolgreich, die neuen Geräte kommen gut an und wir haben jetzt in Neuhofen auch einen Gerätewart mit technischem Talent: Erwin Stütz! Unsere Eva Simon lässt sich ebenfalls zur Gartenfachberaterin ausbilden, wir gratulieren zum ersten Teilerfolg.

Einen guten Start ins Gartenjahr, wünscht Euch das Team des Siedlervereins.



Uniformiertes Bürgerkorps Kematen a.d. Krems

Werte geben, Tradition pflegen, Zukunft erleben



Unser 3. Garde - Eisstockturnier 2024



Wir freuen uns, dass auch heuer unser Eisstockturnier am 13. und 14. Jänner 2024 sehr erfolgreich durchgeführt werden konnte!

Mit 32 Moarschaften hatten wir zwei Tage mit spannenden, verletzungsfreien und ehrgeizigen Spielen bei bester Stimmung. Wir danken allen Teilnehmern für das „Fair Play“!

Herzlich danken wir Frau Gertraud Strigl, die uns für dieses Turnier ihre Eisbahnen zur Verfügung gestellt hat. Außerdem dem „Eismeister“ Erich, der für bestes Eis gesorgt hat und sich dann mit seiner genialen Moarschaft nobel im Hintergrund gehalten hat 😊! Ein großes Dankeschön gilt auch allen Sponsoren!



Bgm. Markus Stadlbauer übernahm mit unserem Obmann Karl Frech und unserem Kommandanten und Turnierleiter Johann Lichtenmayr, die Siegerehrung.

Nach „nervenerfetzenden Kämpfen“ wurde gratuliert und ordentlich gefeiert!

1. Platz: Fa. Altmüller
2. Platz: Eisbrecher
3. Platz: Beerfekt
4. Platz: Pensis3
5. Platz: Fadlstum
6. Platz: Puckinger
7. Platz: Strigl
8. Platz: Musik1



Unsere nächsten Termine:

13.4.2024 Frühjahrsparade Linz

Kontakt:

Obmann Karl Frech (Tel.: 0664 73821907), Kommandant Johann Lichtenmayr (Tel.: 0664 73650256),
Schriftführer Hans Pest (Tel.: 0681 10240169)

Musikkapelle Kematen-Piberbach: Nach dem Konzert ist vor dem Konzert ...



Es freut uns sehr, dass unser letztes Konzert am 8. Dezember von zahlreichen ZuhörerInnen besucht wurde

und somit ein voller Erfolg war. Mit unserem abwechslungsreichen Programm schufen wir ein stimmungs-

volles Ambiente, das in Erinnerung bleibt.

Die Erholungsphase nach dem Konzert war für unsere MusikerInnen allerdings nur sehr kurz, denn bereits zwei Wochen später begannen die Probenarbeiten für unser nächstes Konzert – das Frühjahrskonzert 2024! Damit die Vorfreude bei Euch genauso groß wie bei uns ist, trägt Euch den Termin im Kalender ein:

Frühjahrskonzert im Forum Neuhofen am Samstag, 16. März 2024, Beginn um 20 Uhr.

Nähere Informationen findet Ihr zeitgerecht auf unserer Homepage www.mk-kematen-piberbach.at und auf Facebook und Instagram (mkkematenpiberbach).





Ehrung von Poldi und Helmut Oberhammer



Silvesterfeier in Portorož 2023

Liebe Kematnerinnen, liebe Kematner!

Schön war sie unsere Weihnachtsfeier am Freitag, den 15. Dezember beim Kirchenwirt in Kematen. Der Saal platzte aus allen Nähten, kein Sessel blieb unbesetzt. Unsere Sänger, Hans Lichtenmayr und Franz Rösner stimmten die Weihnachtslieder an und alle sangen mit. Claudia und Gerhard Neumair und Gerhard Buchegger trugen Weihnachtsgeschichten vor, welche die Anwesenden zum Schmunzeln brachten. Ein kurzer Fotorückblick über das sehr aktive vergangene Jahr war auch dabei. Und als Höhepunkt überbrachten unsere Bürgermeister Markus Mitterbauer und Markus Stadlbauer Ehrungen für Poldi und Helmut Oberhammer. Poldi erhielt die Goldene Ehrennadel der Gemeinde Piberbach für ihre Verdienste für unseren Pensionistenverband Kematen-Piberbach. Helmut bekam eine ganz seltene Auszeichnung, nämlich eine gemeinsame Goldene

der Gemeinden Kematen und Piberbach für seine jahrzehntelange, ausgezeichnete Arbeit für unseren Verein verliehen. Herzlichen Dank an die beiden Gemeinderäte, die unserem Ansuchen gefolgt sind, wir sehen das auch ein bisschen als Anerkennung unserer laufenden guten Arbeit für die ältere Generation in unseren Gemeinden. Abgerundet wurde unsere Feier durch ein gutes Essen aus der Küche des Kirchenwirtes. Auch die Kekse, die unsere fleißigen Frauen in großer Vielfalt und Qualität gebacken hatten, fanden reißenden Absatz. Auch konnten wir unser Jahresprogramm für 2024 vorstellen und verteilen.

Silvester entflohen einige Mitglieder unserer Ortsgruppe nach Portorož in Slowenien ans Meer. Sie genossen ein Galadinner, ein Feuerwerk und schöne Ausflüge nach Triest und in die Weinberge der Umgebung, wo sie die ausgezeichneten Weine, den Rohschinken und Olivenöl verkosten konnten. Der Wetterbericht ver-

sprach Regen, sie wurden aber nur im Salzwasserpool des Hotels nass. Am 10. Februar gibt es ein Faschingsgsgshnas im Naturfreundheim Neuhofen-Piberbach. Bei Live-Musik, Sekt und Ladenspiel feiern wir ab 14.30 Uhr. Maske ist erwünscht aber nicht Pflicht. Eintritt ist € 5.–, im Vorverkauf € 4.–.

Am 1. März berät uns wieder unser Lohnsteuerspezialist Leo Pichlbauer, wie wir uns über den Jahresausgleich Geld vom Finanzamt zurückholen können.

Unser nächster Ausflug führt uns am 20. März zur Firma Wenatex mit anschließendem Brat'l-Essen beim „Singenden Wirt“.

Anmeldungen für den Steuertermin und unsere Ausflüge wie immer bei mir entweder unter der Tel. 0660/2576999 oder per E-Mail: gerbuchpvkepi@gmail.com.

In diesem Sinne wieder viele liebe freundschaftliche Grüße

Euer Gerhard Buchegger

**Unsere Gemeinde auf : Gemeindehandy 0676/6459187
Senden Sie uns, was ihnen auffällt!**

Goldhaubengruppe Kematen-Piberbach und Katholische Frauenbewegung



Gemeinsame Jubelhochzeitsfeier

Für Jubelpaare, die heuer ihr 25-jähriges, 50-jähriges, 60-jähriges oder 65-jähriges Ehejubiläum feiern, organisieren die Katholische Frauenbewegung und die Goldhaubengruppe Kematen-Piberbach eine Jubelhochzeitsfeier.

Melden Sie sich bitte bei der Obfrau der Katholischen Frauenbewegung **Maria Schmid, Tel. 0650/6349095**

oder bei der Obfrau der Goldhaubengruppe **Doris Turner, Tel. 0650/4753 532.**

Wir freuen uns, wenn Sie Ihr Jubiläum mit uns feiern.

Der Festgottesdienst findet am Sonntag, 7. Juli 2023 um 9.30 Uhr statt. Anschließend laden wir zur Agape im Martinshof sehr herzlich ein.

Einladung zur

Maiandacht

(bei Schlechtwetter in der Kirche)

Am **Mittwoch, 22. Mai 2024**, um 19 Uhr wird die Maiandacht musikalisch vom Kirchenchor umrahmt.

Anschließend laden wir zur Agape im Martinshof ein.



Unser traditionelles Osterstandl

**Palmsonntag,
24. März 2024**

ab 8 Uhr im Martinshof

Unser Angebot: Palmbüschen, österliches Gebäck, bemalte Ostereier

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

ASKÖ Kematen-Piberbach

Die Kampfmannschaft der ASKÖ Kematen-Piberbach mit der Spielvereinigung (SPV) der Union Rohr hat am Ende dieser Herbstsaison mit viel Moral und Disziplin aufgezeigt, und sich damit eine gute Voraussetzung für die Frühjahrssaison 2024 geschaffen.

Zum Erwachsenenfußball bewerkstelligen wir mit Nachwuchsmannschaften von „Bambinis“ über die U7- bis hin zur U18-Mannschaft wöchentlich unzählige Trainingseinheiten, Turniere und Meisterschaftsspiele. Die tägliche Arbeit unserer Jugendleiter und des Trainerteams kann man nicht genug würdigen, weil diese Professionalität nur mit viel Zeit- und Energieaufwand möglich ist.

Vieles wäre aber ohne einem verlässlichem Sponsorennetzwerk nicht möglich – auf diesem Weg möchten wir uns bei all unseren Gönnern und Unterstützern für die stets gute Zu-



sammenarbeit sehr herzlichen bedanken.

Die Jahreshauptversammlung im November rundete das heurige Vereinsleben ab. Auf diesem Weg bedanken wir uns bei unseren Mitgliedern für ihre Treue. Gemeinsam mit den Bürgermeistern Markus Mitterbauer und Markus Stadlbauer wurden einige Jubilare persönlich geehrt und ausgezeichnet. Die anstehende Neuwahl des Vereinsvorstandes ergab

wenig Neues, das Team rund um Obmann Peter Angerer wird die Arbeit in den nächsten beiden Jahren fortsetzen.

Für das Jahr 2024 viel Gesundheit, alles Gute und vielleicht sehen wir uns im Frühjahr auf unserer Sportplatzanlage, oder bei unserem Kabarettabend am 6. April 2024 im Gasthof Strigl.

Die Vereinsleitung

Damit der Alltag wieder leichter wird

Das Rückgrat der Pflege und Betreuung von alten Menschen sind nach wie vor Angehörige, die nicht selten über Jahre hinweg ihre eigenen Bedürfnisse zurückstellen und an die Grenzen der Belastbarkeit stoßen. „Oft viel zu spät, holen sich die Betroffenen Rat und Hilfe“, weiß Doris Marchgraber, Teamleiterin der Mobilen Pflegedienste der Caritas in den Bezirken Wels-Land und Linz-Land. Dabei sind die Mobilen Pflegedienste vor vielen Jahren ins Leben gerufen worden, um hier Entlastung zu bieten: In den Gemeinden Thalheim bei Wels, Schleißheim, Sipbachzell, Steinhaus, Weißkirchen, Allhaming, Eggendorf, Kematen an der Krems und Piberbach sorgen derzeit 23 Caritas-MitarbeiterInnen dafür, dass betreuungs- und pflegebedürftige Menschen weiterhin gut in den eigenen vier Wänden leben können und die Angehörigen entlastet werden. Die Caritas-MitarbeiterInnen helfen bei den alltäglichen Dingen wie Duschen/Baden, Ankleiden oder im Haushalt und motivieren zu Bewegung, begleiten beim Spazierengehen und fördern das Gedächtnis. Sie versorgen – nach Anordnung des Arztes – akute und chronische Wunden, messen Blut-



druck, spritzen Insulin, unterstützen bei der Medikamenteneinnahme, etc. „Wir sind ein multiprofessionelles Team, das je nach Bedarf und Notwendigkeit die Menschen unterstützt. Auch wenn wir fachlich und technisch top-modern sind, steht bei unserer Arbeit immer der Mensch im Mittelpunkt“, betont die engagierte Teamleiterin Doris Marchgraber.

Caritas sucht MitarbeiterInnen

Wer einen Job sucht, wo Menschlichkeit und Miteinander gelebt werden, ist im Team der **Mobilen Pflegedienste** richtig. Es wird eine

abwechslungsreiche Tätigkeit in der Region mit familienfreundlichen Arbeitszeiten geboten.

jobs.caritas-linz.at

Nähere Informationen zu den Mobilen Pflegediensten der Caritas gibt es bei Caritas-Team-Leitung Doris Marchgraber unter Telefon 0676/87 76 25 53 oder im Netz unter www.mobiledienste.or.at

Kostenlose Beratung für pflegende Angehörige gibt es bei der Caritas-Servicestelle Pflegende Angehörige unter 0676/87 76 24 40, www.pflegende-angehoerige.or.at

Postpartner erhalten

Liebe Kematnerinnen und Kematner, wir sind die Familie Reicht und betreiben den Nah&Frisch samt Postpartner im Ortszentrum. Wir haben diesen Nahversorgungsbetrieb übernommen, um Euch ein familiäres Einkaufserlebnis bieten zu können und auch weiterhin eine Postannahme- und Postabholstelle in Kematen zu gewährleisten.

Wir versuchen täglich mit unseren Angeboten Euren Wünschen zu entsprechen und haben z.B. auch sonntagmorgens geöffnet. Derzeit haben wir jedoch ein großes Problem mit dem Service „Postpartner“. Er ist nicht lukrativ genug, um unseren Bediensteten einen ansprechenden Lohn für diese Zusatzarbeit zu bieten.

Deswegen haben wir mit Personalwechsel zu kämpfen. Da ebenso die erhofften Beikäufe von „Postgängern“ ausbleiben, können wir hier leider auch nicht querfinanzieren.

Um die Kosten einzudämmen und um das Service „Post“ aufrecht zu erhalten, haben wir versucht mit ein-



geschränkten Postöffnungszeiten gegenzusteuern. Dies hat uns und unseren MitarbeiterInnen leider sehr viel Beschimpfung und Unverständnis eingebracht. Ein großer Dank gilt hier unseren Stammkunden, die einerseits unsere Situation erkennen und andererseits bereits für unser Fortbestehen sorgen.

Wir appellieren daher an Sie als KematnerIn, beim Postgang die eine oder andere Kleinigkeit zu kaufen und so mitzuhelfen unser „Geschäft“ und den Postdienst aufrecht erhalten zu können. Ansonsten wären wir gezwungen, zumindest den Postpartner ganz aufzugeben.

Bitte helfen Sie mit!

Liebe Grüße Ihre Familie Reicht

Hello neues Jahr!

Der Winter eignet sich gut, um neue Gewohnheiten zu starten und vor allem jetzt das Immunsystem zu stärken.

Vielleicht ging es dir schon oft so, dass du Neujahrsvorsätze hattest, sie aber nie durchsetzen konntest.

Vielleicht hilft dir diese Sichtweise:

Wir alle streben nach einem erfüllten, glücklichen Leben. Glücklich zu sein wirkt sich auf unsere Kreativität und auf unsere Produktivität und vor allem auch positiv auf unsere Beziehungen und Gesundheit aus. Das Glück ist nicht im Außen zu finden, sondern kann nur durch unser eigenes Denken unsere eigenen Sichtweisen und unser Handeln entstehen.

Ein Ansatz, der uns weniger unter Druck und Stress setzt, ist das Glück indirekt anzustreben.

Glück könnten wir auf 5 Elemente auslegen:

1. Spirituelles Wohlbefinden
2. Körperliches Wohlbefinden
3. Wohlbefinden in menschlichen Beziehungen
4. Intellektuelles Wohlbefinden
5. Emotionales Wohlbefinden

Konzentriere dich nicht auf alle aber auf die die dir besonders wichtig erscheinen und lege den Fokus für mehrere Monate darauf.

YOGA UNTERSTÜTZT DICH VOR ALLEM IN DEN ERSTEN BEIDEN ELEMENTEN UND ÜBERTRÄGT SICH AUTOMATISCH AUF DIE ANDEREN ELEMENTE.

Zu deinem spirituellen Wohlbefinden gehört vor allem das Gefühl der Sinnhaftigkeit. Etwas dem wir sehr oft nicht sehr viele Gedanken schenken, aber darin liegt ein großer Schatz und es zwingt uns unseren Alltag und unseren oft auf Autopiloten gestalteten Tag zu reflektieren. Auch die Achtsamkeit ist ein wesentlicher Baustein zum Thema spirituelles Wohlbefinden. Es heißt im Hier und Jetzt zu sein. Klingt recht einfach aber wie oft gelingt es dir bei einem Gespräch im



Hier und Jetzt zu sein, richtig zuzuhören ohne schon deine Antwort im Kopf zu formen, oder draußen in der Natur oder auch bei ganz alltäglichen Handlungen?

Der Schlüssel um Gewohnheiten wirklich zu ändern liegt an machbaren Veränderungen und Kontinuität, deshalb überfordere dich nicht. Wir wissen zwar alle, dass gesundes Essen und mehr Sport, mehr Meditation uns gut tun würde, tun es aber trotzdem nicht. Wissen allein reicht nicht.

Man kann hunderte von Ratgebern lesen, unzählige Ausbildungen machen, doch was nützen sie mir, wenn ich das Erfahrene, Gelernte nicht umsetze?

Folgende 3 Dinge helfen uns dabei unser Wissen auch umzusetzen:

- RITUALE
- WIEDERHOLUNGEN
- ERINNERUNGEN

Je öfter du etwas wiederholst, je regelmäßiger du es dir in Erinnerung holst, desto schneller wird aus einem Vorhaben eine neue positive Gewohnheit. Rituale sind wie Anker, das sehen wir schon bei den Kindern, und Anker geben uns Halt. Halt brauchen wir, um glücklich zu sein.

Wie lange müssen wir etwas wiederholen damit es zur neuen Gewohnheit wird? Im Durchschnitt sind es ca. 30 Tage.

Mach dir keinen Kopf, wenn du mal in alte Gewohnheiten zurückfällst, wir alle machen Fehler und können nicht jeden Tag perfekt sein, das ist die Natur der Veränderung, wir gehen zwei Schritte vor und wieder einen zurück. Wenn wir uns das Eingestehen gibt es weniger Frustration und Resignation.

(Quelle Interview von Tal Ben Shahr, Autor und Dozent für positive Psychologie, Flow Ausgabe Dez. 2023)

Eine kleine Achtsamkeitsübung mit großer Wirkung:

Lege dich bequem auf den Rücken. atme sanft ein, sodass sich dein Bauch hebt. Atme sanft aus, sodass sich dein Bauch wieder sanft senkt. Wiederhole das für 5 min.

Achte darauf, dass du durch die Nase ein- und ausatmest. Gib gerne deine Hände auf den Bauch, um das Heben und Senken des Bauches besser wahrzunehmen.

Diese Übung unterstützt besonders dein Atemmuster zu beobachten und dich an die natürliche Bauchatmung zu gewöhnen. Die Bauchatmung ist die natürlichste, gesündeste Atmung.

Diese Übung hilft bei:

- Nervösem Magen
- RDS (Reizdarmsyndrom)
- Stress und Anspannung
- Schlafproblemen
- Unruhe & Herzrasen

Fünf Minuten die du täglich aufbringen kannst mit großer Wirkung für den ganzen Tag. Achte darauf, dass du durch die Nase ein- und ausatmest. Gib gerne deine Hände auf den Bauch, um das Heben und Senken des Bauches besser wahrzunehmen. Lass mich gerne wissen, wie es dir mit dem Atem und der Atemübung geht.

Du möchtest mehr über die Kraft des Atmens wissen? Dann komm gerne zu uns ins Yoga-Studio und nutze unser vielseitiges Angebot.

Alle Infos zu unseren Kursen und unserem Stundenplan findest du auf www.freedompractice.at

*Wir freuen uns auf dich.
Alles Liebe, Natascha*



ski racing



team neuhofen

4-GEMEINDEN-SKIRENNEN 2024



Kematen, Neuhofen, Piberbach, St. Marien

Samstag, 2.3.2024
Skigebiet Höss-Hinterstoder

10.00 Uhr Start Kinder/Schüler
11.30 Uhr Start Erwachsene

19.00 Uhr Siegerehrung
Naturfreundehaus
in Neuhofen

20.00 Uhr Après Ski-Party

eigene Wertung für teilnehmende Firmen/Vereine

Weitere Infos und Anmeldung:

Anmeldeschluss
28.02.2024



Grafik und Design: kreativpaket.at

Heizkostenzuschuss neu: 200 Euro pro Haushalt ab Februar

Die Inflation ist weiterhin hoch, die Preise steigen in Österreich für viele Menschen noch immer deutlich zu stark. Ein neuer 200-Euro-Zuschuss soll dagegen entlasten. Beantragt werden kann dieser ab Februar 2024. Alle Details findet man auf www.finanz.at.

In Oberösterreich wird ab Februar ein neuer Heizkostenzuschuss von 200 Euro pro Haushalt ausbezahlt. Einen Anspruch darauf haben Menschen mit geringem Einkommen – sie müssen jedoch einen neuen Antrag stellen.

Als Voraussetzungen gelten ein Hauptwohnsitz in Oberösterreich und die Einhaltung bestimmter Einkommensgrenzen. Diese werden anhand des Jahresbruttoeinkommens 2022 berechnet und liegen für Alleinstehende bei 17.700 Euro und für Mehr-Personen-Haushalte bei 25.000 Euro.

Ein Antrag ist ab 1. Februar 2024 möglich. Die Frist endet am 31. März. Nach erfolgreicher Prüfung und Gewährung des Zuschusses, wird das Geld automatisch auf das Konto der Antragsteller ausbezahlt. Ein Antrag kann beim Land OÖ bzw. online gestellt werden.



Wir suchen dich!

Reinigungskraft (m/w/d)
Volksschule Kematen an der Krems

- Krankenstandsvertretung
- im Ausmaß von 20 Wochenstunden
- ab sofort

Aufgabenprofil:

- Durchführung der Reinigungsarbeiten
- alljährlicher Großputz
- Nachfüllung Hygieneartikel in Toiletten und Waschräumen
- Müllentsorgung
- Schülerbeaufsichtigung in der unterrichtsfreien Zeit
- Aushilfe Essen auf Rädern

Bewerbungen an buchhaltung@kematen.at



 **Sonnberger**
.IMMOBILIEN



DAHOAM IN LINZ-LAND
Der aktuelle Wohnmarktbericht

Augenarztordination in Neuhofen an der Kreams



Im Juli 2023 wurde die Wahlarztordination **Dott. Carmine Sabia** in Neuhofen an der Kreams eröffnet. Das Studium der Humanmedizin absolvierte Herr Dott. Sabia in Rom, die Ausbildung zum Augenfacharzt am Klinikum Wels-Grieskirchen. Herr Dott. Sabia leitet derzeit die Glaucomambulanz (Grüner Star) am Klinikum Wels-Grieskirchen und ist sowohl konservativ als auch chirurgisch tätig.

Unsere Öffnungszeiten:

Montag von 16 bis 20 Uhr

Donnerstag von 16 bis 20 Uhr

Samstag von 9 bis 15 Uhr nach Vereinbarung



Wir freuen uns auf eine Terminvereinbarung!

Telefonisch unter: +43 (0) 660 5043055

Per Mail: dottore@augenarzt-sabia.at

Oder Online über unsere Website www.augenarzt-sabia.at

PHYSIOTHERAPIE

günther katzengruber

In der **GANZHEITLICHEN** Physiotherapie werden neben anatomischen auch emotionale und chemische Faktoren sowie die Umwelt berücksichtigt.

Ziel ist eine **SCHNELLE** und gleichzeitig **NACHHALTIGE** Verbesserung, durch **PERSÖNLICHE** Abstimmung der Maßnahmen.

**TERMINE
IN WENIGEN
TAGEN**

0681 2020 58 05
Fischen 20, 4531 Neuhofen/Kreams
office@therapie-katzengruber.at
www.therapie-katzengruber.at

KABARETTABEND

SAMSTAG, 6. APRIL 2024
19.00 UHR

GASTHOF STRIGL (KIRCHENWIRT),
KIRCHENPLATZ 5, 4531 KEMATEN/KREAMS

EINLASS: 18.00 UHR | FREIE PLATZWahl



VVK: EUR 25,-
AK: EUR 27,-

**Wir freuen uns auf
Euren Besuch!**

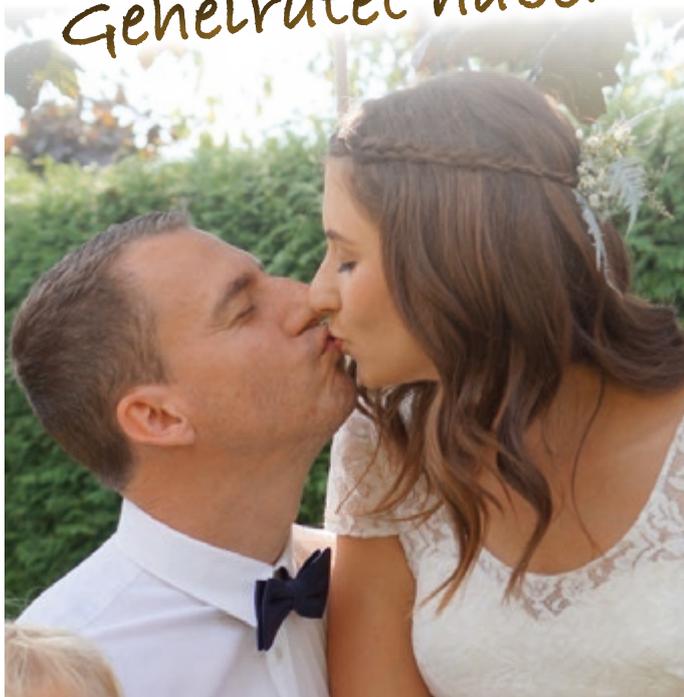


Kartenvorverkauf: Sparkasse und Raiffeisenbank
jeweils in Kematen/Kr. und Neuhofen/Kr.



Wir gratulieren...

Geheiratet haben



Katharina und Stefan Herzog

Gratulationen

Liebe Leserinnen und Leser,

Wir möchten die letzte Seite unserer Gemeindezeitung mit noch mehr Freude erstrahlen lassen und benötigen dazu Eure Hilfe! Wenn Ihr kürzlich ein neugeborenes Familienmitglied begrüßen durftet oder Eure Hochzeit gefeiert habt, würden wir uns freuen, wenn Ihr uns Fotos zusenden würdet.

Einfach eine E-Mail mit den Bildern an **gemeinde@kematen.at** schicken und wir werden diese gerne auf unserer letzten Seite veröffentlichen. Es ist eine großartige Möglichkeit, die Gemeinschaft in Kematen zu feiern und die freudigen Momente miteinander zu teilen.

Wir hoffen auf zahlreiche Einsendungen, um diese Seite mit strahlenden Gesichtern und schönen Erinnerungen zu füllen. Vielen Dank im Voraus für Eure Unterstützung!

*Mit herzlichen Grüßen,
Das Team der Gemeinde Kematen*

Persönlich für Sie in der Filiale Kematen - Piberbach erreichbar.

Mo. 07:45 - 12:00, 14:30 - 17:00
Di. 07:45 - 12:00, 14:30 - 17:00
Mi. 07:45 - 12:00
Do. 07:45 - 12:00, 14:30 - 17:00
Fr. 07:45 - 12:00, 14:00 - 17:00

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

SPARKASSE 
Neuhofen



Unser Team
in Kematen - Piberbach:

Simone Damberger,
René Majovski,
Sara Rosenberger,
Katrin Derflinger

sparkasse.at/neuhofen