

Gemeindezeitung



Ausgabe 1/2023

Amtliche Mitteilung

INFORMATION für OTTERTHAL



Impressum:
Herausgeber, Eigentümer und Verleger:
Gemeinde Otterthal,
2880 Otterthal 31
Für den Inhalt verantwortlich:
Bgm. Karl Mayerhofer
Das Mitteilungsblatt erscheint vierteljährlich. Kostenlose Abgabe an alle Haushalte.

„Wandlung ist notwendig wie die Erneuerung der Blätter im Frühling.“

Vincent van Gogh

www.otterthal.gv.at

In dieser Ausgabe:

100 Jahre Otterthal	2
Müllabfuhr	3
Blackout	4
Wasser	6
Sperrmüll	7
Gesunde Gemeinde	8
Volksschule	10
Vogelgrippe	11
Feuerwehr	12

100 Jahre Gemeinde Otterthal

In der Chronik „Otterthal - Von den Anfängen bis zur Gegenwart“ von Rene Harather wird über die Gemeindegründung folgendes berichtet:

Die große Ausdehnung der Gemeinde Kranichberg hatte seit der Gründung 1850 immer wieder zu Interessenskonflikten zwischen den drei Ortsteilen Kranichberg, Otterthal und Trattenbach geführt. Vor allem Trattenbach fühlte sich auf Grund der großen Entfernung immer wieder benachteiligt. Deswegen wurde dort immer wieder die Errichtung einer eigenen Gemeinde gefordert. Mit dem Gesetz vom 8. Februar 1923, betrieben von der NÖ Landesregierung, wurde die Selbstständigkeit von Trattenbach beschlossen. Gleichzeitig wurde auch Otterthal eine selbstständige Gemeinde, obwohl dies eigentlich gar nicht wirklich gewünscht wurde. Die Volkszählung im Jahr

1923 wies einen Stand von 424 Einwohnern der neuen Gemeinde Otterthal aus.

Diese Gemeindegründung vor 100 Jahren soll heuer besonders gewürdigt werden. So soll es im Zuge des Sommerfests der Freiwilligen Feuerwehr Otterthal am **Samstag, den 29. Juli 2023** einen Festakt anlässlich dieses Jubiläums geben. Derzeit ist eine Arbeitsgruppe damit beschäftigt, diese Feierlichkeiten in die richtige Richtung zu lenken bzw. vielleicht noch die eine oder andere Geburtstagsüberraschung zu organisieren. Jedenfalls sind alle Otterthalerinnen und Otterthaler eingeladen, beispielsweise am Haus, im Garten oder sonst wo mit der Zahl 100 die Geburtstagsfeierlichkeiten während des ganzen Jahres mitzugestalten.

Neunkirchen schon seit Jahrzehnten vorbildlich! Derzeit kein gelber Sack im Bezirk Neunkirchen

In manchen Bundesländern Österreichs wurde mit Beginn des Jahres 2023 eine vereinheitlichte Sammlung der Verpackungsabfälle mit dem gelben Sack bzw. gelber Tonne eingeführt. Im Bezirk Neunkirchen hingegen, werden seit der Gründung der Reinhaltverband Grüne Tonne GmbH im Jahre 1986, bereits sämtliche Verpackungen in einer Tonne gesammelt. Somit sind diese Vorgaben zur gemeinsamen Sammlung bereits seit Jahrzehnten erfüllt.

Kärnten, Niederösterreich, Salzburg und Wien sowie einige Bezirke in Oberösterreich sammeln seit Jahresbeginn sämtliche Kunststoff- und Metallverpackungen zusammen in einem Gebinde. Diese Vereinheitlichung wird ab 2025 in ganz Österreich verpflichtend sein, ob der Bezirk im Jahr 2025 dieses System auch übernehmen muss, und die beliebte Grüne Tonne der Vergangenheit angehören muss, wird derzeit noch geprüft.

Neunkirchen sortiert genauer!

Zusätzlich werden im Bezirk Neunkirchen auch alle Abfälle, die keine Verpackungen sind, aber aus dem gleichen Material bestehen, in der Grünen Tonne mitgesammelt. Das bedeutet, der Bürger muss nicht zuhause entscheiden, was

eine entsprechende Verpackung ist, die in den gelben Sack gehört, sondern kann einmal sämtlichen Trockenmüll in die Grüne Tonne werfen, in unserem Sortierwerk wird dieser Müll dann nachsortiert.

Denn die Unterscheidung, dass man eine gewöhnliche Plastikdose nicht über den gelben Sack entsorgen darf, eine Menüschaale von Fertiggerichten wiederum schon, liegt oftmals nicht auf der Hand. Im Zuge der Nachsortierung in unserem Sortierwerk wird Ihnen diese Entscheidung durch unser Fachpersonal abgenommen, wobei taggleich auf auftauchende Wertstoffströme reagiert und eine Sortierung zum stofflichen Recycling deutlich schneller und genauer erfolgen kann. Somit ist durch die Sammlung mit der Grünen Tonne ein höherer Erfassungs- und Recyclinggrad möglich.

Grüne Tonne bleibt mindestens bis Ende 2024

Zumindest bis Ende 2024 wird es im Bezirk Neunkirchen, keinen gelben Sack geben, da bis dahin ein gültiger Vertrag mit den Haushalts-Sammel-Systemen besteht. Dieser regelt die Sammlung mittels der Grünen Wertstofftonnen. Aktuell betreibt der Abfallwirtschaftsverband

Neunkirchen, in Zusammenarbeit mit der RHV Grüne Tonne GmbH, eine Evaluierung der Situation. So wird die gesetzliche Lage die die EU,

aber auch der Bund, sowie das Land Niederösterreich vorgeben, beurteilt und die passende Strategie für den Bezirk gesucht.

Schonen wir die Umwelt - kein Plastik in die Biotonne

Pro Bürgerin & Bürger werden im Bezirk Neunkirchen jedes Jahr durchschnittlich rund 100 Kilogramm Biomüll gesammelt. In Otterthal sind es rund 72 kg, da der Anteil von Selbstkompostieren naturgemäß höher ist als im urbanen Bereich mit vielen Mietwohnungen. Alles was Sie zu Hause in die Biotonne werfen, landet in weiterer Folge auf unseren Äckern und in unseren Gärten. Daran sollten wir denken, wenn wir wissentlich falsche Stoffe in die Biotonne werfen.

Der Biomüll aus der Biotonne wird am Standort des Reinhalteverbandes Grüne Tonne GmbH zu Qualitätskompost verarbeitet. Der Kompost dient wiederum regionalen Biolandwirten, Imkern und verschiedenen Hobbygärtnern als Nährstoffquelle und Bodenaufbereiter. Unser Qualitätskompost liefert all die wertvollen Eigenschaften, die unser beanspruchter Boden braucht.

Frei nach dem Motto „Kein Licht ohne Schatten“, sind es jedoch falsche Abfälle in der Biotonne, welche große Probleme verursachen. Vor allem Kunststoffe führen bei der Kompostierung zu enormen Schwierigkeiten. Wir ersuchen Sie, liebe Bürgerinnen und Bürger daher dringend, nur die dafür vorgesehenen Abfälle in die Biotonne zu werfen.

Um ungewünschte Abfälle, wie sie auf dem Bild ersichtlich sind, in weiterer Folge nicht im Kompost zu haben, muss der Biomüll aufwendig gesiebt werden. Vor allem Plastiksäcke haben je-

4 Fakten über Biomüll

- 1) Pro Bürger & Bürgerin werden im Bezirk Neunkirchen jedes Jahr durchschnittlich rund 100 kg Biomüll gesammelt.
- 2) In Summe werden daraus in Breitenau am Steinfeld jährlich rund 3000 Tonnen Qualitätskompost hergestellt.
- 3) Die Kompostierung ist die natürlichste Form der Abfallverwertung – so können die Nährstoffe, die dem Boden einst entzogen wurden, dem Boden wieder zurückgegeben werden.
- 4) Durch Kompostierung werden im Bezirk Neunkirchen rund 3200 Tonnen CO_{2-eq} eingespart, welche durch Verbrennung von Restmüll entstehen würden.

doch die Eigenschaft, bei der Verarbeitung zu immer kleineren Partikeln zu zerfallen – was schlussendlich als Mikroplastik bezeichnet wird. Dieses Mikroplastik verbleibt über 100 Jahre in der Umwelt und führt zu nicht abschätzbaren negativen Auswirkungen auf Mensch und Natur.

Helfen Sie mit und bewahren wir unsere Umwelt, sodass auch zukünftige Generationen gesunde Böden und eine intakte Natur vorfinden.



Blackout

Liebe Bürgerinnen und Bürger der Gemeinde !
Wie Sie sicher in den letzten Monaten mitbekommen haben, wird – neben vielen anderen Krisenszenarien – auch ein großflächiger, langer andauernder Stromausfall (Blackout) immer wieder in den Medien thematisiert. Laut Expertenmeinung ist die Frage nicht, ob ein Blackout kommen wird, sondern wann.

Aus diesem Grund gibt es seitens unserer Gemeinde, der Bezirkshauptmannschaft Neunkirchen und der NÖ Landesregierung gemeinsame Maßnahmen zur Vorbereitung auf einen flächendeckenden Stromausfall (Blackout).

Eine dieser Vorbereitungsmaßnahmen ist die Erstellung eines Sonderalarmplans „Blackout“ für unser Gemeindegebiet.

In jedem Haushalt kann es relativ leicht zu einem Kurzschluss kommen. Der Schaden kann aber in den meisten Fällen wieder rasch behoben werden und somit ist der Stromausfall nur von kurzer Dauer. Wenn jedoch die Stromversorgung in weiten Teilen des Landes ausfällt, spricht man von einem Blackout. Ein längerfristiger Stromausfall kann unangenehme Folgen haben und genau darum ist es wichtig, sich auf dieses Szenario vorzubereiten.

Man sollte sich bewusst sein, dass es im Falle eines längerfristigen Blackouts eventuell nicht möglich ist, Lebensmittel und Getränke zu kaufen (Kassen funktionieren nicht, Transportlogistik bricht zusammen, Zahlung mit Bankomat-/Kreditkarte nicht möglich).

Daher sollte jede/jeder für den Ernstfall und für einen krisenfesten Haushalt vorsorgen:

□ **Vorbereitungstipp** Geplant werden sollte wie für einen "vierzehntägigen Campingurlaub in den eigenen vier Wänden" – gedacht werden sollte auch an all das, was man ganz individuell benötigt.

□ **Absprachen in der Familie** Wer sind die Personen, die bei einem Blackout einander helfen werden bzw. auf Hilfe angewiesen sind? Schon jetzt sollten Absprachen mit Familienmitgliedern über das Verhalten in einer Blackout-Situation getroffen werden (z.B. wo trifft man sich, wenn die Telefone nicht funktionieren; wer holt wen ab; wer kümmert sich um jene Familienmitglieder, die hilfebedürftig sind (Kinder oder pflegebedürftige Personen etc.). Welche Personen außerhalb der Familie (Nachbarn, Freunde, etc.) könnten zusammenhelfen bzw.

wer in der Umgebung könnte Hilfe benötigen?

□ **Lebensmittel- und Getränkervorrat** Jede/jeder sollte für einen Getränkervorrat (Mineralwasser, Fruchtsäfte) sowie einen Lebensmittelvorrat für alle Familienmitglieder und für mindestens 14 Tage vorsorgen. Der Getränkervorrat wird oft unterschätzt; manche Expertinnen/Experten raten, 35 Liter pro Person vorrätig zu halten. Gemeinsam ist zu überlegen, welche spezielle Nahrung persönlich und für die Familie benötigt wird (Diabetikerinnen/Diabetiker, Baby, Haustiere etc.)? Entweder man braucht die eingelagerten Lebensmittel regelmäßig auf und kauft dementsprechend regelmäßig nach oder man legt sich einen speziellen Katastrophenschutzvorrat an. Dieser sollte kühl, trocken und vor Ungeziefer geschützt verstaut und im Idealfall jährlich überprüft werden (z.B. Kontrolle des Ablaufdatums). Der Inhalt der Tiefkühltruhe sollte nicht in erster Linie als Vorrat verwendet werden, da bei einem Stromausfall verderbliche Lebensmittel nicht mehr gekühlt werden können.

□ **Ersatzbeleuchtung** Kerzen, Zünder, Feuerzeug, Taschenlampe mit Ersatzbatterien, Petroleum-Starkleuchte – zu beachten ist, dass der ungewohnte Umgang mit offenem Feuer zu Bränden führen kann. Entsprechend vorsichtig ist vorzugehen.

□ **Ersatzkochgelegenheit** Trockenspirituss oder Brennspirituss, Campingkocher, Fonduekocher – zu beachten ist, dass der ungewohnte Umgang mit offenem Feuer zu Bränden führen kann. Entsprechend vorsichtig ist vorzugehen.

□ **Empfangseinrichtungen** Kurbelradio oder Batterieradio mit Ersatzbatterien; auch an das Autoradio denken!

□ **Erste Hilfe – Zivilschutzapotheke** Verbandsmaterial, wichtige und persönlich verschriebene Medikamente etc.

□ **Geld** Zur Bevorratung für einen Krisenfall ist es empfehlenswert, Bargeld in ausreichender und individuell zu entscheidender Höhe **zu Hause** vorrätig zu haben. Die Österreichische Nationalbank empfiehlt, ungefähr die Höhe eines doppelten Wocheneinkaufs des täglichen Lebens (bzw. bis zu 100 Euro pro Haushaltsmitglied) in niedrigen Stückelungen gut gesichert aufzubewahren. So können auch bei einem längeren Ausfall der elektronischen Zahlungsmöglichkeiten Bezahlvorgänge durchgeführt werden.

□ **Hygieneartikel** Zahnbürste, Zahnpasta, Seife, Shampoo, Toilettenpapier, Binden oder Tampons, Vollwaschmittel, Müllbeutel, Putzmittel

□ **Notstromversorgung** Notstromaggregate gibt es mit einer Leistung von unter einem Kilowatt

bis zu mehreren hundert Kilowatt

□ **Alternative Heizmöglichkeit** Heizgeräte, die mit Petroleum oder Flaschengas betrieben werden, Kachelöfen, Kaminöfen, usw. – zu beachten ist, dass der ungewohnte Umgang mit offenem Feuer zu Bränden führen kann. Entsprechend vorsichtig ist vorzugehen.

Die hier gemachten Empfehlungen sind um Überlegungen zu ergänzen, was persönlich und für die ganze Familie ganz konkret gebraucht werden würde.

Auch das rasche Herbeiholen von Hilfe bei gesundheitlichen Problemen oder einem Unfall wird, da die Kommunikationsmittel wie Festnetztelefon oder Handy sehr rasch ausfallen werden, nur mehr sehr schwer bzw. nicht mehr möglich sein. Es wird daher dringend empfohlen im Falle eines Blackouts:

- daheimbleiben bzw. in aller Ruhe heimfahren
- soweit es möglich ist keine gefährlichen Tätigkeiten verrichten
- Ruhe bewahren und kontrollieren, ob es sich nur um einen lokalen Stromausfall handelt, oder doch eine größere Störung vorliegt.
- Keine Notrufnummern anrufen, außer es han-

delt sich tatsächlich um einen Notfall.

- Radio einschalten (Ö3) und auf Meldungen und Informationen warten.
- Familienmitglieder informieren (vorzugsweise persönlich oder per SMS). Kontaktaufnahme mit Familienmitgliedern im Krankenhaus über dieses.
- Alle Geräte abschalten oder abstecken, die beim Eintritt des Blackouts in Betrieb waren. Eine Lampe eingeschaltet lassen, um das Ende der Situation zu erkennen.
- Alternativ: das ganze Haus vom Netz nehmen (FI Schalter umlegen).

Sorgen Sie bitte für Vorräte für Ihre Familienmitglieder und sich. Sprechen Sie im Familienverbund ab, wer die Kinder von der Schule oder dem Kindergarten abholt und wer sich um hilfsbedürftige Familienmitglieder kümmert. Klären Sie schon im Vorfeld mit Ihrem/r Arbeitgeber*in ab, ob Sie im Blackout Fall daheimbleiben können oder Sie in Ihrer Firma eine Schlüsselfunktion haben. Nehmen Sie bitte auch Rücksicht auf Ihre Nachbarn und hilfsbedürftige Personen, welche in Ihrer Nähe wohnen und vielleicht auf Hilfe angewiesen sind.!

Gemeinsam können wir jede Krise bewältigen.

Wandfarben, Lacke und Holzschutz direkt vom Hersteller!

15% RABATT BEI RÜCKGABE VON ALTFARBEN!

allcolor
einfach brillant

GEMEINSAM FÜR EINE NACHHALTIGE ZUKUNFT

allcolor Wimpassing
Farbenfachmarkt
Bundesstraße 96
Tel. 02630/373 80

Öffnungszeiten
MO.–MI.: 7.45 – 12 und 14 – 18 Uhr
DO.: 7.45 – 12 Uhr
FR.: 7.45 – 12 und 14 – 18 Uhr
SA.: 7.45 – 12 Uhr

*Diese Initiative ist für Endkunden der Filiale Wimpassing bestimmt. Nähere Informationen erhalten Sie in unserer Filiale oder unter: www.allcolor.at/wimpassing. Als Eigenmarke von allcolor

Exklusiv für Selbermacher

Farbenvielfalt auf einen Streich

u.v.m.

allcolor **ADLER** **sikkens** **RUST-OLEUM** **Schüller** **Xyladecor** **FESTOOL** **allcolor.at**

Seniorenfasching

Zu einer gemeinsamen Faschingsfeier luden die Gemeinden Raach am Hochgebirge und Otterthal ihre Seniorinnen und Senioren.



Im Gasthof Diewald in Raach war alles angerichtet: das Kaghofer-Trio spielte auf, der eine oder andere Witz wurde zum besten gebracht (nicht

alle waren jugendfrei), es wurde eifrig das Tanzbein geschwungen und so manches Achterl bei angeregten Gesprächen getrunken. Auch die beiden Bürgermeister DI Thomas Stranz und Karl Mayerhofer ließen es sich nicht nehmen bei diesem vergnüglichen Nachmittag dabei zu sein.



Wasserversorgung - schwierige Zeiten

	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Jänner	23	25	7	65	5	23
Februar	22	20	23	13	36	25
März	36	21	35	4	3	1
April	33	77	21	39	50	
Mai	245	121	57	56	129	
Juni	227	108	171	43	117	
Juli	167	81	146	135	90	
August	113	77	225	157	67	
September	142	102	182	38	70	
Oktober	60	51	105	51	18	
November	55	145	7	53	56	
Dezember	35	47	55	23	23	
	1158	875	1034	677	664	49

In obiger Tabelle sind die monatlichen Niederschlagsmengen an einer privaten Wettermessstation in Otterthal dargestellt, wobei die Schneemengen nicht ganz genau erfasst werden (in den letzten Wintern vernachlässigbar). Die 677 l Jahresregenmenge im Jahr 2021 und die 664 l im Vorjahr stellen ein eklatantes Minus dar.

Seit letztem Jahr reicht die Wassermenge der Quellen der Gemeinde Otterthal nicht mehr aus, um den Ort zu versorgen. Es muss Wasser zugekauft werden, das von Kirchberg nach Otterthal in die Hochbehälter gepumpt werden muss, was neben dem Wasserpreis auch noch extreme Stromkosten verursacht.

Das und die Tatsache, dass die beiden Hochbehälter sowohl technisch als auch baulich komplett saniert werden, machten es leider notwendig, dass der Gemeinderat die Wasserbezugsgebühren anpassen musste.

Jedenfalls ergeht seitens der Gemeinde der Appell, das Füllen von Schwimmbecken, Autowaschen oder intensives Bewässern von Rasenflächen in den nächsten Wochen zu unterlassen!

Vor allem an den Wochenenden und in den anstehenden Osterferien kann es ansonsten sehr schnell zu Engpässen kommen.

Wertstoffsammelzentrum Grottendorf

Seit 1. März 2023 ist das neue Wertstoffsammelzentrum in Grottendorf jeden Mittwoch und Freitag in der Zeit von 7:00 – 18:00 Uhr geöffnet. Zurzeit gibt es noch einen eingeschränkten Betrieb. Es wird nur Eisen, Holz und Sperrmüll übernommen werden. Am 22. März ist das WSZ gänzlich geschlossen, da hierbei Ergänzungsarbeiten hinsichtlich Asphaltierung getätigt werden.

Ab 1. April 2023 geht das Wertstoffzentrum in Vollbetrieb. Der Zutritt beim Schranken ist nur mit ihrer personalisierten Zutrittskarte möglich. Grün- und Baumschnitt kann ab diesem Zeitpunkt von Montag bis Sonntag in der Zeit von 7:00 – 20:00 Uhr kostenlos entsorgt werden.

Das Wertstoffzentrum und die Problemstoffübernahme ist jeden Mittwoch und Freitag von 7:00 – 18:00 Uhr geöffnet. An diesen beiden Tagen sind zwei Arbeiter vor Ort, die die ordnungsgemäße Trennung des Mülls kontrollieren. Die gesamte Anlage ist videoüberwacht, sodass bei Fehlwürfen bzw. unberechtigten Ablagerungen der Verursacher zur Rechenschaft gezogen werden kann.

Ihre Zutrittskarte ist mit einem QR-Code versehen. Mit diesem können Sie die einzelnen Müllfraktionen, die im Wertstoffzentrum abgegeben werden können, erfragen und abrufen. Eine genaue Auflistung finden Sie auch direkt auf der Homepage vom Abfallwirtschaftsverband Neunkirchen unter neunkirchen.umweltverbaende.at.

Bitte beachten Sie, dass nur Haushalte, welche an das System der Grüne Tonne angeschlossen sind, kostenlos abgegeben dürfen. Gewerbebetriebe müssen weiterhin ihren Müll im Gewerbesammelzentrum an der B17 Grüne Tonne entsorgen. Ebenfalls gilt: Sperrmüll ist jener Restmüll, welcher auf Grund von Größe oder Beschaffenheit, nicht über die regelmäßigen Haushaltsabholungen erfasst werden kann. **Somit sei an dieser Stelle ausdrücklich darauf hingewiesen, dass auf den WSZ kein Restmüll oder Trockenmüll übernommen wird.** Dieser muss über die regelmäßige Abfuhr entsorgt werden.

Das Wertstoffzentrum hat 48 Wochen im Jahr geöffnet. Damit ist für das Pitten- und Feistritzal ein weiterer zukunftsweisender Schritt zur ordnungsgemäßen und flexiblen Müllentsorgung im Bereich der Abfallwirtschaft gelungen.

Was bedeutet das für Otterthal?

Die Sammlung von Problemstoffen und Elektroaltgeräten beim Bauhof wurden bereits im letzten Jahr eingestellt. Die Sperrmüllabfuhr, wie sie in den letzten Jahren stattgefunden hat, wird in dieser Form auch nicht mehr durchgeführt. Wer jedoch keine Möglichkeit hat seinen Sperrmüll selbst in ein Wertstoffsammelzentrum zu bringen, kann sich bei der Gemeinde melden. Eine entsprechende Abfuhr wird im Laufe des Jahres organisiert werden.

Glasfaserausbau

Der erste Teil des Glasfaserausbaus ist mehr oder weniger abgeschlossen. Die letzten Hausanschlüsse sollten noch vor Ostern hergestellt werden. Diejenigen, die bereits einen Providervertrag abgeschlossen haben, sind mit der Performance mehr als zufrieden.

Derzeit arbeiten die Trupps der Fa. Strabag in Kirchberg am Wechsel. Letzten Informationen zur Folge sollten die Arbeiten in Otterthal von der Gemeinde bis nach Trattenbach ca. Anfang Mai fortgesetzt werden. Das gesamte Ausbaugelände sollte bis Ende September in Betrieb sein, wobei das im Gemeindegebiet von Otterthal schon früher erledigt sein sollte.

Für alle, die einen Anschluss bestellt haben, aber auch für die, die sich noch kurzfristig dazu entschließen, wird es Anfang Mai noch einen Informationsabend über den genauen Ablauf für die Herstellung des Hausanschlusses bis zum Ein-

blasen der Glasfaser seitens der Fa. Strabag geben.

Außerdem gibt es im bereits fertiggestellten Teil von Otterthal genug Haushalte, die bestimmt auch schon gute Ratschläge erteilen können.





als Neuanfang für Körper, Geist und Seele

Im vergangenen Jahr habe ich die Ausbildung zur Fastenleiterin absolviert und im Februar das Diplom zur ärztlich geprüften Fastenleiterin erlangt.

Nun, da wir uns mitten in der Fastenzeit befinden, möchte ich euch, liebe Otterthalerinnen und Otterthaler gerne einige Informationen über dieses spannende Thema näherbringen.

FASTEN gibt es schon immer, sei es gewollt oder durch Nöte hervorgerufen. Fakt ist, dass kontrolliertes **FASTEN** zu neuen Lebensgewohnheiten führen kann.

Die Leitlinien der Ärztegesellschaft für Heilfasten und Ernährung definiert **FASTEN** als:

„Freiwilligen Verzicht auf feste Nahrung und Genussmittel für eine begrenzte Zeit. Bei richtig durchgeführtem FASTEN besteht eine gute Leistungsfähigkeit ohne Hungergefühl.

FASTEN betrifft den Menschen in seiner Einheit von Körper, Seele und Geist.“

Es geht dabei nicht allein darum ein paar Kilos purzeln zu lassen, sondern sich durch den Verzicht und die Entlastung des Körpers auf sich und sein Inneres zu besinnen. Der Körper ist nicht mit Verdauung beschäftigt und kann Entgiften und zur Ruhe kommen.

HEILFASTEN hat nichts mit einer Diät zu tun, ist zeitlich begrenzt und im Anschluss an eine Heilfastenzeit für Gesunde (7-10 Tage) fällt es leichter alte Gewohnheiten durch Neues zu ersetzen. Eine ideale Form des „**Dauerfastens**“ ist seit 2016 durch den Nobelpreis für Medizin und Physiologie bekannt - **Autophagie Fasten**. Damals erlangte der japanische Zellbiologe

Yoshinori Ohsumi diese Auszeichnung für seine Arbeit über Abbau- und Recyclingprozesse in den Zellen, genannt „**Autophagie**“.

Diese Form des Fastens beruht auf einer täglichen Esspause von 16 Stunden. 8

Stunden stehen für die Nahrungsaufnahme zur Verfügung. Diese Form lässt sich gut in den Alltag integrieren, verbietet nichts und jeder kann sich die 16 Stunden Fastenzeit frei wählen. In den 8 Stunden Essenszeit sollte natürlich auf gesunde, frische, saisonale und selbst zubereitete Lebensmittel Großteils geachtet werden. Die 16 Stunden Esspause ermöglicht unserem Körper den **Autophagieprozess** durchzuführen.

Wussten Sie dass:
der Advent im Christentum früher als Vorbereitung auf das Weihnachtsfest auch eine Fastenzeit war?



Das aus dem altgriechischem Wort Autophagos (= sich selbst verzehrend) steht für: **Selbstreinigungsprozess der Zelle**.

Für mehr Interesse zum Thema Fasten stehe ich für Informationen jederzeit gerne zur Verfügung! Ich wünsche noch eine angenehme Fastenzeit und danach ein schönes Osterfest!

Eure Arbeitskreisleiterin der Gesunden Gemeinde Otterthal und Fastenleiterin

Roswitha Scherbichler (0680/3327245)

Rezept Gesunde Gemeinde

ROTE LINSEN KAROTTEN-SUPPE

für die Fastenzeit

Zutaten für eine Portion Haupt-

speise:

500ml Wasser
100gr rote Linsen
1-2 Karotten

Zwiebel
 Knoblauch
 1 EL Öl
 1/2 Suppenwürfel
 Salz

Topping:
 Schnittlauch
 Hafersahne
 Haferflocken

Zubereitung:

Die Karotten waschen oder schälen und in Scheiben schneiden, die roten Linsen waschen, Zwiebel in Öl rösten bis er leicht braun ist, eine gepresste Knoblauchzehe dazu, mit dem Wasser aufgießen, rote Linsen, Karotten und Suppenwürze hinzufügen, zehn bis zwölf



Minuten vor sich hin köcheln lassen bis die Linsen zerfallen und die Karotten weich sind.

Dann mit Salz abschmecken und pürieren.

Während die Suppe kocht in einer kleinen Pfanne zwei, drei Esslöffel Haferflocken in Butter oder Margarine hellbraun rösten. Wer die Suppe cremiger mag, kann ein wenig Hafersahne (natürlich geht auch Schlagobers, Sauerrahm oder ähnliches) hinzufügen, Schnittlauch darüber streuen und die gerösteten Haferflocken auf die Suppe geben.

Mahlzeit!

Tage der Musikschulen, Musik- und Kunstschulen und Kreativakademien 2023

Zum 12. Mal jährt sich der Tag der Musikschulen – dieses Jahr an zwei Tagen im Mai und mit vielen neuen Initiativen!

Am Fr 5. Mai und Sa 6. Mai 2023 werden die Musikschulen, Musik- und Kunstschulen und Kreativakademien mit Aktivitäten im ganzen Land in der Öffentlichkeit präsent sein. Ein besonderer Schwerpunkt wird heuer mit Auftritten von talentierten Kindern und Jugendlichen auf öffentlichen Plätzen in den Gemeinden und Städten gesetzt, womit das Leistungsspektrum dieser Einrichtungen für die Bevölkerung sichtbar wird. Verstärkt werden auch die Musik- und Kunstschulen sowie Kreativakademien präsent sein und die Kreativität und die Expertise der jungen Talente in den Kunstfächern vermitteln.

Interessierte Kinder und Jugendliche, aber auch alle anderen musischen/kreativen Menschen können an diesen zwei Tagen verschiedene Sparten der Musik und Kunst erleben und ausprobieren. Nach den Tagen der Musikschule folgen dann die regionalen Aktionswochen, in denen die Musikschulen und Musik- und Kunstschulen selbst ihre Pforten öffnen und mitunter Schnupperstunden anbieten, in welchen die Musikinteressierten die unterschiedlichen Instrumente kennenlernen können.

Informationen zum Programm an den zwei Mai-Tagen sind ab März 2023 unter mkmnoe.at verfügbar.

Tage der Musikschulen
 sowie Musik- und Kunstschulen & Kreativakademien

...am **Fr 5. und Sa 6. Mai 2023** in ganz Niederösterreich mit Auftritten, Konzerten und kreativen Aktionen!

Das aktuelle Programm Ihrer Gemeinde finden Sie ab Mitte März unter mkmnoe.at.

Wir laden Sie ein, uns kennenzulernen!

Die Musikschulen, Musik- und Kunstschulen und Kreativakademien im ganzen Land mit über 60.000 Schüler:innen und 2.200 Lehrende sind regionale Zentren, die ein vielfältiges Angebot zur musikalisch-künstlerischen Beschäftigung und Ausbildung leisten.



Schauen Sie an diesen zwei Tagen bei den Aktionen Ihrer Musikschule/Musik- und Kunst-Kreativakademie vorbei!

Neues aus der Volksschule

Langlaufitag auf der Steyersberger Schwaig

Bald nach den Semesterferien unternahm die Volksschule einen tollen Ausflug auf die Steyersberger Schwaig.



Bei Kaiserwetter durften die Schülerinnen und Schüler mit ihrem Langlauftrainer Andi List den neu eröffneten XCX Skills Park mit vielen Highlights ausprobieren und ihr Langlaufkönnen intensivieren.



Es war einfach wunderbar. Ein herzlicher Dank geht an den Verein Arge Langlauf für das Sponsoring des Busses zur Eröffnung.

Schulversammlung mit Ehrungen

Am 24.02.2023 wurde eine Schulversammlung der besonderen Art abgehalten. Neben der Auflösung des traditionellen Schätzspieles und den Gratulationen an den Geburtstagskindern der Monate Dezember, Jänner und Februar standen auch einige außergewöhnliche Programmpunkte auf der Tagesordnung:

Gemeinsam wurde Frau Lehrerin Membier in den Mutterschutz verabschiedet. Die Schüler und Schülerinnen der 2. Stufe studierten für ihre Klas-



senlehrerin ein Abschiedsgedicht ein, welches sie zur Freude und Überraschung ihrer Frau Lehrerin stolz präsentierten.

Die gesamte Schule verabschiedete sich mit einem gemeinsam einstudierten Kanon und lieben Danksagungen und Glückwünschen, überbracht durch Frau Direktor Silvia Stögerer. Wir wünschen Frau Lehrerin Membier alles Liebe und Gute für ihre neue Aufgabe und freuen uns bereits jetzt auf ein Wiedersehen!

Im Rahmen der Schulversammlung wurde außerdem Frau Lehrerin Steiner gratuliert, die von der Bildungsdirektion Niederösterreich für ihre 25-jährige Tätigkeit im Schuldienst geehrt wurde. Frau Direktorin Stögerer überreichte ihr feierlich die Auszeichnung und der Chor überraschte Frau Lehrerin Steiner mit einem für sie einstudierten Lied.



Ganz offiziell begrüßt wurde auch Frau Lehrerin Hasler herzlich an der VS Otterthal, die ab sofort die 2. Stufe als ihre Klassenlehrerin übernehmen wird.

Musikwettbewerb „prima la musica“

Besonders stolz muss man auf die musikalischen Talente Leonie Kandlhofer und Lisa Gruber sein.

Sie haben am Musikwettbewerb "prima la musica" in St. Pölten teilgenommen und in der Kategorie Kammermusik für Zupfinstrumente den 1. Preis gemacht. WIR GRATULIEREN DEN BEIDEN AUSNAHMETALENTEN HERZLICH!

Vorgetragene Stücke:

Anonym, arr. Michael Langer: Kemp's Gig, D-Dur

Carulli Ferdinando: Andante 2, G-Dur

Volkswaise (aus Brasilien), arr. Yvon Rivoal: Ser-taneja

Jochen Jasner: Vamos, E-Moll

Jörn Michael Borner: Just before



Maßnahmen wegen Vogelgrippe

Seit Ende letzten Jahres wurden mehrere Fälle von Geflügelpest (Aviäre Influenza) bei Wildvögeln in Wien und Niederösterreich nachgewiesen. Mit 10.01.2023 wurde daher eine Stallpflicht in Gebieten mit „stark erhöhtem Geflügelpestrisiko“ in Österreich verordnet.

Da es bereits vereinzelt zu Ausbrüchen in Kleinsthaltungen und landwirtschaftlichen Haltungen gekommen ist, wurden diese Gebiete mit 27.01.2023 ausgeweitet. In jedem landwirtschaftlichen Ausbruchsbetrieb wurden Schutz- und Überwachungszonen von den zuständigen Behörden eingerichtet.

Wirtschaftsgeflügelbestände sind bestmöglich vor einem Kontakt mit dem Virus zu schützen. Auf die Einhaltung der geltenden Biosicherheitsmaßnahmen ist besonders zu achten, um einen Eintrag in jegliche Geflügelbestände möglichst zu vermeiden.

Besonders empfänglich für das Virus sind Hühner und Puten und zahlreiche wildlebende Vogelarten. Gänse und Enten zeigen hingegen keine oder nur milde Symptome, spielen aber für die Erregerverbreitung eine wichtige Rolle. Es ist daher dringend davon abzuraten, als wirtschaftlicher Geflügelbetrieb, zusätzlich noch vereinzelt „Hobbytiere“ (Enten, Gänse, Hühner anderer Sparte usw.) zu halten.

Wir ersuchen eindringlich um die Mithilfe aller Bürgerinnen und Bürger Österreichs!

- Das in sogenannten Kleinst- oder Privathaltungen frei herumlaufende Geflügel ist derzeit am meisten gefährdet, durch den Virus infiziert zu werden.

- Sollte es zu einer Ansteckung kommen, bedeutet das, dass auch das Hobbygeflügel amtlich gekeult werden muss.

- Die Anordnung der Stallpflicht für Geflügelhalter ab 50 Stück in Gebieten mit stark erhöhtem Geflügelpestrisiko ist lediglich eine Mindestauflage

seitens des Gesetzgebers! Bitte freiwillig sämtliches Geflügel unter Dach halten!

- Auch bei Kleinsthaltungen oder privaten „Hobbyhaltern“ in der Gemeinde sollte jegliches Geflügel ab dem 1. Tier (Otterthal ist noch dazu ein Risikogebiet!) in geschlossenen Stallungen oder Unterständen gehalten werden, und jegliche Kontaktmöglichkeiten mit Wildvögeln muss unbedingt verhindert werden. Es geht nicht nur um die großen Geflügelbetriebe Österreichs! Nein, es geht auch um den Schutz der vielen Kleinst- oder Hobby-Geflügelbestände mit oft nur wenigen Tieren im eigenen Garten!

- Abschließend möchten wir erneut auf die Meldepflicht hinweisen! Jede Haltung von Geflügel (ab 1 Tier) ist bei der Veterinärbehörde meldepflichtig!

Wie aufgrund der 4 Ausbrüche in solchen Klein-/Hobbyhaltungen bereits deutlich wird, geht es im Seuchenfall dann auch um die Frage, ob alle Vorschriften korrekt erfüllt wurden. Als Folge der enormen Folgeschäden durch die Verbringungseinschränkungen in/aus Schutz- und Überwachungszonen kann es auch zu schwerwiegenden Haftungskonsequenzen für jene Geflügelhaltung kommen, die als Seuchenfall zum Auslöser für die Zonenziehung und die Verkehrseinschränkungen wurde.

Direkte und indirekte Kontakte zwischen Geflügel und Wildvögeln sollten unbedingt verhindert werden. Bei unklaren Gesundheitsproblemen in Geflügelbetrieben sollte unbedingt eine tierärztliche Untersuchung erfolgen.

Für die Früherkennung und die Verhinderung einer weiteren Ausbreitung müssen alle tot aufgefundenen wildlebenden Wasservögel und Greifvögel bei der lokal zuständigen Bezirksverwaltungsbehörde (Amtstierarzt/Amtstierärztin) gemeldet werden.



Über 14-jährige
Quereinsteiger sind
natürlich auch jeder-
zeit bei der

FEUERWEHRJUGEND OTTERTHAL **Lust auf Feuerwehr?**

Du bist zwischen 9 und 14 Jahren alt und hast Interesse an der
Feuerwehr?

Dann sei dabei und erlebe Action, schließe Freundschaften und
erfahre was es heißt, bei der Feuerwehr zu sein!

Wenn wir deine Neugier geweckt haben, schau doch mal vorbei zu
einer Jugendstunde! Immer montags um 17:45h bei Feuerwehrhaus in
Otterthal.

Mehr Infos gibt's per Anruf oder Nachricht an 0664/4485222
SB Andreas Embst, Jugendbetreuer



Heuer findet
wieder der

FRÜHJAHRSPUTZ Otterthal 2023



statt.

Termin: 15. April 2023

Zeit: 09.00 Uhr

Treffpunkt: Gemeindeamt

Anschließend gibt es für alle fleißigen Helfer
eine Stärkung.



Um zahlreiche Teilnahme bei dieser
Aktion bittet

Umweltgemeinderat Werner WINTER

Die Freiw. Feuerwehr Otterthal lädt ein zur

1. jährlichen

Garagen Gaudi



am 15. April ab 17 Uhr
beim Feuerwehrhaus
in Otterthal

- Dämmerchoppen
- Weinkost
- Bar ab 21 Uhr mit

ICET

BAU-STUDIO
HÖFER
PIRIBAUER



Für Speiß und Trank ist
bestens gesorgt!



Die Freiw. Feuerwehr Otterthal
freut sich auf deinen Besuch!