

AMTLICHE MITTEILUNG



# *Pilsbacher Gemeindenachrichten*

Folge: 06

Monat: Juni 2025

## Liebe Pilsbacherinnen und Pilsbacher, geschätzte Jugend!



Das lange Warten hat ein Ende – unser neuer Böschungsmäher ist endlich da und einsatzbereit!

Nach einer umfangreichen Einschulung durch die Firma Hydrac sind unsere Bauhofmitarbeiter bestens vorbereitet und bereits im Einsatz.

Der neue Böschungsmäher erleichtert die Arbeit enorm und ermöglicht es, viele Aufgaben maschinell zu erledigen, die bisher mühsam von Hand gemacht werden mussten und vor allem die neu hinzugekommenen Aufgaben gut zu bewältigen.

Wir freuen uns, unsere Gemeinde mit moderner Technik effizient und gut zu pflegen!

Euer Bürgermeister

## Gemeinderatssitzung

Die nächste Gemeinderatssitzung findet am Montag, 15. September 2025 um 19:30 Uhr im Gemeindesaal in Oberpilsbach statt.



Foto: Gemeinde Pilsbach

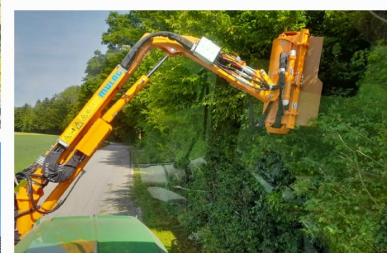
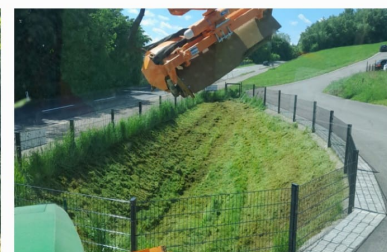


Foto: Schachinger Manfred



## Glücklich und achtsam in jedem Alter - Thema Motivation für Bewegung

Wann, wenn nicht heute? Das ist die Leitfrage für jede Hoffnung in eine gewünschte Richtung. Und dann maschieren wir im besten Fall mutig los. Gleich mal die große Runde – die Freilichtgalerie - oder quer durch den Pfarrerwald nach Vöcklabruck oder die Runde nach Jocheredt oder Kirchstetten umi. Oder was ist deine Lieblingsstrecke?

Wenn schon dann gleich mal mit wunderschönem Ausblick auf die Voralpen, die Felder, den Himmel, die Wolken. Vogelgezwitscher hören und den Duft der Natur einatmen. Es ist kaum einer unterwegs, oba dann treffe ich doch noch ein paar bekannte Gesichter, die es von dahoam aussigrissen hot. Schön ist es auf der Welt zu sein...(du darfst auch singen :). Bewegung macht uns wieder lebendig, durchblutet und kräftigt, wenn wir ab und zu in der Woche etwas länger als zwanzig Minuten unterwegs sind, zu Fuß natürlich. ;-)

Ja und das ist auch ungefähr die Zeit, die der Geist braucht, um abzuschalten, um in einen anderen Modus zu wechseln. Etwa nach dieser Zeit wird auch die Immunabwehr aufgebaut und das für den gesamten Organismus so schädliche Stresshormon Cortisol nach und nach abgebaut. Ab und zu spüre ich das direkt, wenn die Gedanken dann leichter werden, sich mit dem Rhythmus des Herzens verbinden und positive Energie fließen darf. Aber erlauben tu ich mir das natürlich viel zu selten, wie die meisten von uns. Und mein Anschein ist, dass das Alter in diesem Aspekt auch manchmal seine Tücken mit sich bringt. Nein, ich meine nicht die körperlichen Einschränkungen, die a jeder mit der Zeit mit sich herum trägt. Die persönlichen Packerl, die wir mit uns rumschleppen, die machen es oft noch viel schwerer. Es wäre ja so leicht, die Schuhe, die schon abflugbereit im Vorhaus auf uns warten, anzuziehen und mal für zwanzig Minuten die sitzende - oder ABER die hart arbeitende Position zu verlassen (so viele arbeiten ja vor allem im Sitzen heutzutage). Doch dann kommen diese Packerl – hupf – schon sind sie auf unserem Rücken, in unseren Gedanken und Gefühlen.

Was auch immer Dich abhält: es dient NICHT deiner Selbst, nicht deiner Fürsorge, es ist praktisch der Feind deiner Selbstfürsorge. Vor einigen Jahren wurde – mal wieder – eine Studie der MedUni in Wien rausgebracht, die klare Belege dafür liefert, dass regelmäßige Bewegung ein Hauptfaktor der Gesundheitsprävention bis ins hohe Alter ist - und da sprechen wir von betagten Menschen mit über 90 Jahren. Jeder Schritt zählt, jede Dehnübung, jede Kräftigung.

Wir finden aber immer wieder ganz gute Ausreden um uns „nichts Gutes zu tun“, um an alten Prinzipien, an inneren Festlegungen, an unserer chronischen gefühlten Zeitknappheit und am besten noch an den sozialen Vorgaben der Medien festzuhalten.

Gehen wir doch einfach mal vor die Tür und schau was der Herrgott Wunderbares für uns bereithält. Das muss ich mir selbst sagen. Ich habe in den letzten Jahren erfahren, dass ich wirklich Neues dazulernen darf – und das in jedem Alter und bis ins hohe Alter: es gibt nettere Menschen und Begegnungen, als Du glaubst. Du kannst nach schweren und leichten Verletzungen, deines Körpers oder deiner Seele, immer wieder NEU von vorne anfangen – Schritt für Schritt. Du kannst dich im Gehen, im Tanzen, im Beugen, im Strecken selbst entdecken. Du erlebst dich anders nach dreißig Minuten Herzschlag: hoch. Ja, das ist manchmal spannender und macht fröhlicher als 30 Minuten Beine: hoch. Wobei ich natürlich auch für ein ausgewogenes Nichts Tun bin, vor allem für den, der nur ummadum rennt.

Hast Du Lust? Wollen wir eine Gemeinde werden, die sich noch viel mehr als bisher – draußen begegnet, bei Wind und Wetter, bei Regen, bei Schnee, erst recht auch bei Sonnenschein? Ich mag mich wieder aus meinen vier Wänden trauen und mal an den Häusern vorbeigehen – vielleicht sitzt ja der ein oder andere oder die bekannte betagte Dame gerade draußen und freut sich auf einen netten Gruß oder ein Ratscherl – oder nur ein nettes Zuwinken, wenn du vielleicht gerade am Laufen bist.

Herzliche persönliche und fachliche Grüße  
Anne Mann MSc

Klinische – und Gesundheitspsychologin; Arbeitspsychologin  
[www.lift-you-up.at](http://www.lift-you-up.at)



2025 wird unsere Freilichtgalerie in Pilsbach ein einziges Lieblingsreiseziel ins Rampenlicht stellen: **Italien!**

Mach dich bereit für bezaubernde Orte, Sehnsuchtsinseln und azurblaues Meer, ... alles mit italienischem Flair!

**NEUE  
BILDER  
2025**

**FREILICHT  
GALERIE  
PILSBACH**

**NEUERÖFFNUNG  
AM SONNTAG  
29. JUNI 15:00**

**Mit Sektempfang  
beim Radlbock**



Genießen Sie die 3,5 km Foto-Wanderung entlang der Freilichtgalerie

Trevor Roberts  
Josef Ecker

**„Eine Reise nach Italien“**



**120 Jahre**  
Bauernkapelle Pilsbach

# JUBILÄUMSFEST

Am Bucherhof | Manning

**5. JULI 2025**

18:00 Uhr

**Einmarsch der Gastkapellen**

**Festakt**

20:00 Uhr

**Abendunterhaltung**

mit d'Gmischdn

**6. JULI 2025**

10:00 Uhr

**Feldmesse Friedenskreuz**

11:00 Uhr

**Frühschoppen**

mit dem Musikverein  
Bruckmühl - Thomasroith  
Hüpfburg | Schätzspiel

