

AMTLICHE MITTEILUNG



# *Pilsbacher Gemeindenachrichten*

Folge: 2

Datum: Februar 2012



## WIE KOCHT MAN EINEN FROSCH?

oder

### BURN-OUT PROPHYLAXE

„Die Kunst des Ausruhens ist  
Teil der Kunst des Arbeitens“  
(Johann Steinbeck)

**Vortrag: Mittwoch, 14. März 2012**  
**um: 19:30 Uhr im Gemeindesaal in Oberpilsbach**  
**Unkostenbeitrag: €3,00**

**Vortragende:**



**Gisela Steinkogler**

Dipl. Burnout-Prophylaxetrainerin  
Dipl. Touristikkauffrau

"Multitasking, Schnelllebigkeit und Perfektionismus sind die Stressfaktoren unserer Zeit. Es ist wichtig, dass sich Leistungswelt und Genusswelt die Waage halten und man die Erholung nicht vernachlässigt!"





## Die Highlights mit der OÖ Familienkarte von Februar bis Mai 2012

Die OÖ Familienkarte mit ÖBB Vorteilsfunktion bringt wieder jede Menge Vorteile für die oberösterreichischen Familien!

### **Minopolis, die Stadt der Kinder in Wien**

50 % Ermäßigung mit der OÖ Familienkarte vom 17.-19.2. und 24.-26.2.2012 sowie vom 30.3.-7.4. und 9.-10.4.2012. Die Kids schlüpfen in verschiedene Berufe und können die Welt der Erwachsenen kennenlernen - gleichzeitig wird der Umgang mit Geld gelernt. Kinder zahlen 7,50 Euro (statt 15,- Euro) und Erwachsene zahlen 3,- Euro (statt 6,- Euro). Nähere Informationen auf [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at) und [www.minopolis.at](http://www.minopolis.at).

### **Landestheater Linz – Kulturgenuss vom Feinsten für die ganze Familie**

Ein besonderes Angebot für alle Familien bietet das Landestheater Linz in Kooperation mit der OÖ Familienkarte an. Zum Einheitspreis von 6 Euro/Person (Normalpreis zwischen 6,50 und 10,50 Euro) wird der Kinderbuchklassiker "Pinocchio" am 19.2.2012 um 14.00 Uhr und 26.2.2012 um 16.30 Uhr in den Kammerspielen aufgeführt. Vivaldis "Vier Jahreszeiten" werden am 6., 13., und 17.5.2012 jeweils um 15.00 Uhr im Großen Haus aufgeführt – der Eintritt kostet einheitlich 11 Euro (Normalpreis zwischen 12 und 52 Euro). Die Karten gibt es direkt beim Landestheater unter 0800/218000 bzw. per Mail an [kassa@landestheater-linz.at](mailto:kassa@landestheater-linz.at) bzw. online unter [www.landestheater-linz.at](http://www.landestheater-linz.at) (Bitte bei Ermäßigungsart "OÖ Familienkarte" auswählen!). Weitere Details sind auf [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at) bzw. [www.landestheater-linz.at](http://www.landestheater-linz.at) nachzulesen.

### **Willkommen im Energie.Erlebnis.Haus - Welios**

Ob Groß oder Klein: Im Welios - OÖ Science Center Wels steht das gemeinsame Erlebnis im Vordergrund. Frei nach dem Motto: „Mitmachen, Staunen, Entdecken!“ Dabei steht die größte Wissens- und Erlebniswelt ganz im Zeichen der erneuerbaren Energie. Alle auf der OÖ Familienkarte eingetragenen Kinder erhalten in Begleitung von zumindest einem Elternteil freien Eintritt. Erwachsene zahlen 11 Euro. Informationen sind auf [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at) bzw. [www.welios.at](http://www.welios.at) zu finden.

### **Fahrradhelm- und Kinderfahrradsitzaktion**

Rechtzeitig zum Start der Radfahr-Saison gibt es geprüfte Fahrradhelme in den Größen S (48 – 54), M (54 – 58) und L (58 – 61) zum sensationellen Preis von je 10 Euro. Damit auch die Kleinen bei einer Radtour mit von der Partie sein können, gibt es geprüfte Kinderfahrradsitze zum Preis von 29,90 Euro (statt 39,90 Euro). Verkaufsstart ist der 5. März – solange der Vorrat reicht – bei allen ÖAMTC-Stützpunkten in OÖ. Die Fahrradhelme und Fahrrad-Kindersitze können auch im Onlineshop auf [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at) bestellt werden (zzgl. 4,99 Versandkosten/Gesamtbestellung).

### **Tauplitz – Familien-Schitag am 24. und 25. März 2012**

Gegen Vorlage der OÖ. Familienkarte an der Kassa in Tauplitz oder Mittersteinbahn kostet eine Familien-Tageskarte nur 34,- Euro (gültig für alle in ihrer Familienkarte eingetragenen Personen). Alle Informationen finden Sie auch auf [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at) bzw. [www.dietauplitz.com](http://www.dietauplitz.com).

### **Frühlingsauftakt in den Tierparks am 24. und 25. März 2012**

Nutzen Sie das Wochenende zu einem Frühlingsspaziergang und um Frühlingslaune zu tanken. Die Tiergärten in Walding, Stadt Haag, Altenfelden und Grünau laden in Kooperation mit der OÖ Familienkarte mit einer besonderen Aktion: ein Elternteil bezahlt den regulären Eintrittspreis und alle weiteren auf der OÖ Familienkarte eingetragenen Personen haben freien Eintritt. Weitere Informationen sind auf [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at) nachzulesen.

### **OBRA-Kinderland – Zum Umteufeln gemacht**

Spiel, Spaß und Spannung im einzigartigen Aktiv-Freizeitpark in Neukirchen an der Vöckla sind garantiert, wenn OBRALINO das Umteufel die neuen Attraktionen für seine kleinen Spielgefährten vorstellt. Das OBRA-Kinderland bietet mit seinen unzähligen Geräten, Häusern, Klettertürmen, interaktiven Spielstationen und Wasserspielanlagen jede Menge Spaß und Action. Vom 31. März bis 10. April 2012 gibt es mit der OÖ Familienkarte 50 % Ermäßigung: 8,50 Euro für 2 Erw.+1 Ki. (statt 17 Euro), 11 Euro für 2 Erw.+ ab 2 Ki. (statt 22 Euro), 6 Euro für 1 Erw.+1 Ki. (statt 12 Euro) und 8,50 Euro für 1 Erw.+ ab 2 Ki. (statt 17 Euro). Die Öffnungszeiten und weitere Details sind auf [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at) bzw. [www.obrakinderland.at](http://www.obrakinderland.at) nachzulesen.

### **1. Staffel-Marathon für Familien steht an!**

Die 42,195 Kilometer bei einem Marathon sind eine echte Herausforderung – und dieser Herausforderung können sich Familien beim 11. Borealis Linz Donau Marathon am 22. April 2012 stellen. Zur Teilnahme eingeladen sind Familien\*, die 4 Personen für eine Staffel stellen können, die Freude am Laufsport haben oder, die sich mit dieser erstmaligen Aktion der OÖ Familienkarte für den Laufsport begeistern lassen. Vier Läufer teilen sich die gesamte Marathondistanz: 9,7 km, 11,3 km, 14,8 km und 6,4 km, wobei dabei das Gemeinschaftserlebnis im Vordergrund steht. Startgeld: 70 Euro (statt 85-105 Euro). Anmeldung und Informationen sind auf [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at) nachzulesen. Alle an der Familienstaffel teilnehmenden Personen erhalten zusätzlich ein hochwertiges Funktions-Shirt geschenkt – gesponsert von der OÖ Versicherung und Sparkasse OÖ. Und jene Familie mit der gleichmäßigsten Durchschnittsgeschwindigkeit bekommt von Intersport Eybl einen Einkaufsgutschein im Wert von 500 Euro.

\* Familie: 4 Personen einer Kernfamilie (beide Elternteile + 2 Kinder bzw. 1 Elternteil + 3 Kinder), die gemeinsam auf der OÖ Familienkarte eingetragen sind. Kinder mindestens 12 Jahre. Eltern tragen die Verantwortung dafür, dass die Kinder/Jugendliche die physische und psychische Voraussetzungen mitbringen, um die Teilstrecken absolvieren zu können.

### **Newsletter für Elternbildungsveranstaltungen**

Als besonderen Service können Sie ab sofort den kostenlosen Newsletter für Elternbildungsveranstaltungen abonnieren. Einfach das Formular auf [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at) ausfüllen und Sie werden hinkünftig jeden 2. Donnerstag im Monat automatisch informiert, wann und wo in Ihrer Umgebung Veranstaltungen stattfinden, bei denen Sie Oö. Elternbildungsgutscheine einlösen können.

### **Messekalender - "Energiesparmesse" vom 2. – 4. März 2012 in Wels**

Die Energiesparmesse Wels ist Österreichs Leitmesse für innovatives Bauen, für effiziente Energienutzung und –gewinnung sowie für die gesamte Sanitär-, Heizung und Klimatechnik-Branche. Alle auf der Familienkarte eingetragenen Kinder haben freien Eintritt, wenn sie gemeinsam mit zumindest einem Elternteil die Messe besuchen. Erwachsene zahlen 9,50 Euro (statt 11 Euro). Detaillierte Informationen unter: [www.messe-wels.at](http://www.messe-wels.at) bzw. [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at).

### **"Sport & Fun" vom 16. – 18. März 2012 in Ried/Innkreis**

Die Erlebnismesse für Sport, Fitness & Bewegung findet von 16.-18. März 2012 in Ried im Innkreis statt. Erwachsene zahlen 6,50 Euro (statt 7,50 Euro); alle eingetragenen Kinder in Begleitung von zumindest einem Elternteil haben freien Eintritt!

### **"Bleib g'sund!" Messe vom 23. bis 25. März 2012 in Linz**

Von 23. – 25. März 2012 finden im Design Center in Linz wieder die Gesundheits- und Wellnessstage statt. Für Familienkarteninhaber gibt es Ermäßigungsgutscheine für die Tageskarte (Download des Gutscheins unter [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at)). Die Tageskarte kostet für 2 Personen nur 9 Euro (statt 7 Euro/Person). Gratisentritt für Kinder bis 14 Jahre in Begleitung eines Erwachsenen! Weitere Infos zum Programm unter [www.bleibgsund.at](http://www.bleibgsund.at) bzw. [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at).

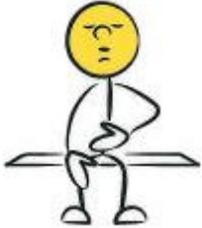
### **"Blühendes Österreich" vom 30. März bis 1. April 2012 in Wels**

Mit den ersten warmen Frühlingstagen wird auf der Messe "Blühendes Österreich" in Wels alljährlich die Gartensaison eingeläutet. Rund 400 Aussteller präsentieren die neuesten Trends für Haus und Garten und machen so richtig Lust auf's Garteln. Erwachsene zahlen 8,50 Euro (statt 10 Euro) und alle auf der OÖ Familienkarte eingetragenen Kinder haben in Begleitung von zumindest einem Elternteil freien Eintritt! Informationen unter: [www.messe-wels.at](http://www.messe-wels.at) bzw. [www.familienkarte.at](http://www.familienkarte.at).



Jahresschwerpunkt der Gesunden Gemeinden 2012  
**Herz-Kreislauf-Gesundheit**

Die Gesunde Gemeinde Pilsbach will das Bewusstsein für die eigene Gesundheit allen Pilsbacherinnen, Pilsbachern und der Jugend im Jahr 2012 wieder mehr ins Gedächtnis rufen.



**ABNEHMEN BEGINNT IM  
KOPF!**

**„Mit Lust zum Wohlfühl-  
und Wunschgewicht“**



**6-wöchiger Kurs zur Ernährungsumstellung und mehr Wohlbefinden!**

**Kursbeginn: Montag, 16. April 2012**

**um: 19:30 Uhr**

**Ort: Gemeindesaal in Oberpilsbach**

**Kursleiterin: Frau Monika Schuster aus Regau**

*Frau Schuster hat diese Erfahrung selbst gemacht und 30 kg im Jahr 2005 abgenommen und konnte bis heute ihr Wunschgewicht beibehalten.*

**Kosten: Euro 80,-- pro Person ( incl. 30 –seitiger Seminarmappe mit Tipps, Übungen und Rezepten sowie eine CD).**

Dieser Kurs ist kein Diätkurs im herkömmlichen Sinn. Warum? Es wird keine Diät gemacht, es findet keine Abwaage und kein Seelenstrip-tease statt. Es geht auch nicht um Verzicht! **Um was geht es?** Es geht um die Erfahrung, dass Körper, Geist und Seele für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit wichtig sind, dabei spielt eine **bewusste ERNÄHRUNG, WOHLFÜHLEN UND LUSTVOLLE ALLTAGSBEWEGUNG EINE GROSSE ROLLE.**

Im **1.Schritt** geht es um das Erkennen, warum und weshalb habe ich Übergewicht, was sind die tatsächlichen Ursachen?

Im **2.Schritt** geht es um die Bewusstseinsbildung Richtung Veränderung eines positiven Selbstbildes und **eines einfachen, neuen Essverhaltens.**

**Methode:**

Meditation, Mentaltraining, NLP, Ernährungstipps, Entspannungsmethoden, Infos zu integrierte Bewegung.



Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Es können höchstens 14 Personen an diesem Kurs teilnehmen. Anmeldungen bis spätestens **9. März 2012** am Gemeindeamt. Tel.: 07672-72240.



## Eintragung von Kindern im Reisepass der Eltern ist ab 15. Juni 2012 ungültig!

Ab 15. Juni 2012 werden alle Eintragungen von Kindern im Reisepass der Eltern ungültig. Jedes Kind benötigt ab diesem Zeitraum einen eigenen Pass zum Grenzübertritt.

Bereits jetzt sollten die Eltern daran denken, dass für die Urlaubsreise 2012 jedes Kind einen eigenen Reisepass benötigt.

Es wird daher dringend empfohlen, rechtzeitig den Antrag für die Kinder-Reisepässe zu stellen. Auf Grund der zu erwartenden hohen Antragstellung ist es möglich, dass die Abwicklung des Antrages etwas länger dauern wird.

Gültigkeitsdauer von Kinder-Reisepässen:

- Für Kinder bis zum vollendeten zweiten Lebensjahr beträgt die Gültigkeitsdauer zwei Jahre
- Ab dem zweiten Geburtstag bis zum vollendeten zwölften Lebensjahr muss der Reisepass für ein Kind alle fünf Jahre erneuert werden.
- Ab dem zwölften Lebensjahr wird ein Reisepass mit Fingerabdruck und 10-jähriger Gültigkeit ausgestellt.

Es wird empfohlen, sich rechtzeitig vor Antritt einer Auslandsreise über die jeweiligen Einreisebestimmungen zu informieren und die Gültigkeitsdauer des Reisepasses zu überprüfen. Insbesondere außerhalb des Schengen-Raums können die Einreisebestimmungen sehr unterschiedlich sein. So verlangen einige Staaten, dass der Reisepass mindestens sechs Monate über die Wiederausreise hinaus gültig sein muss. Verlässliche Informationen diesbezüglich erhält man auf der Webseite des Bundesministeriums für europäische und internationale Angelegenheiten: <http://www.bmeia.gv.at> (Punkt „Länderinformationen“),



## *Aschermittwoch - Heringschmaus*

*im Wirtshaus zum Radlbock*

von **Fischgerichten, Heringkäs´**,

hausgemachte, marinierte **Bratheringe** nach **Omas Rezept**

bis zu **Kasnockerl** wird alles geboten.

Tischreservierung bitte unter Tel. 07672-28671 oder 0680 – 50 182 76!

**Auf zahlreichen Besuch freuen sich die Wirt` sleut**

**Maria & Rudi**

*Vorschau:*

Mit Juni 2012 starten wir wieder einen Sparverein!