

Amtliche



Nachrichten

der Marktgemeinde

RABENSTEIN

an der Pielach



Parteienverkehr: Montag, Dienstag und Freitag
Mittwoch
Donnerstag

08:00 - 12:00 Uhr
08:00 - 12:00 Uhr und 13:00 - 20:00 Uhr
kein Parteienverkehr

Tel.: 02723/2250; Fax DW 44
www.rabenstein.gv.at
e-mail: gemeinde@rabenstein.gv.at

Einladung zum Neujahrs- Empfang

2010

am

Freitag, 15. Jänner
um 19:30 Uhr
"GuK" - VA-Saal

Als Bürgermeister lade ich alle ein Vereins- und Organisationsvertreter, die Wirtschaftstreibenden und alle interessierten GemeindegängerInnen - insbesondere auch Sie zu meinem traditionellen Neujahrsempfang mit Jahresrückblick.

Inhalt:

Adventkonzert - Rückblick
Schützengilde - Bericht
Bürgermeister - Mitteilungen
GR-Sitzung - Rückblick
Heizkostenzuschuss 2009/10
Veranstaltungskalender
Menüplan „Altes Brauhaus“
Home-Fitness-News
Nußbaumer - Vortrag
Ankündigungen
Abschied von HS-Direktor Hollaus
RADL-Steg-Namensgebung
Chronik

Prosit
Neujahr!





Adventkonzert

Traditionell fand am letzten Sonntag vor Weihnachten das Adventkonzert in der Pfarrkirche statt. Unter der Gesamtleitung des Musikvereines und

Kapellmeister Werner Schwaiger wurde Vorweihnachtliches dargeboten. Die Mitwirkenden - Musikverein, Gesangsverein, Kinderchor der Wirth Academy, Musikschule mit Steirischer Harmonika, Klarinetten trio, Orgel, Querflöte

und Gesang, Kirchenchor und Gedichte durch das Büchereiteam - freuten sich über eine gelungene Adventbesinnung bei voller Kirche. Die freiwilligen Spenden wurden dem Adventkonzert-Sozialfond zugeführt.

Bericht der Schützengilde

Im Rahmen der diesjährigen Mitgliederversammlung mit Neuwahlen und der Weihnachtsfeier kürte die Rabensteiner Schützengilde auch ihre Vereinsmeister 2009 mit dem Luftgewehr und der Luftpistole. Die Vereinsmeisterschaft wurde mit dem Luftgewehr in den Klassen Aktive, Jugendklasse A u. 1, Jugendklasse 2 und Nicht aktive. Mit der Luftpistole wurde nur in der allgemeinen Klasse ausgetragen. Leider war bei der Siegerehrung Luftpistole der Drittplatzierte Dr. Eduard Zeller nicht anwesend.

Ergebnis Luftpistole

1. Platz - Gerhard Tschopp
2. Platz - Michael Podolak
3. Platz - Dr. Eduard Zeller

Luftgewehr

Jugendklasse 2

1. Platz - Philipp Tschopp

Jugendklasse A u. 1:

1. Platz - Cornelia Tschopp
2. Platz - Nicole Wiesenhofer

Hobbyklasse

1. Platz - Fritz Datzreiter
2. Platz - Ing. Franz Flatschart
3. Platz - Ursula Schmir

allgemeine Klasse

1. Platz - Alexander Schmir

2. Platz - Leopold Gansch jun.

3. Platz - Leopold Gansch sen.

Die Mitgliederversammlung mit Neuwahlen brachte eine einstimmige Bestätigung der bisherigen Vereinsführung. Obmann Manfred Schmir wurde wiedergewählt und leitet nunmehr seit 31 Jahren die Geschicke des Vereines. Eine Erweiterung des Vorstandes fand insofern statt, dass als neuer 1. Obmannstellvertreter Gerhard Tschopp gewählt wurde. Die weiteren wieder gewählten Funktionäre sind

2. Schützenmeister (Obmstv.) Ing. Franz Flatschart, Kassier Johann Stückler, Stellvertreterin Veronika Stückler,

Schriftführer Peter Bacher, Stellvertreterin Karina Schmir, Rechnungsprüfer Christian Köster und Thomas Siedl.



Ist Ihr Reisepass noch gültig?

Prüfen Sie rechtzeitig vor Ihrem Urlaub, ob Ihr Reisepass noch gültig ist. Von März bis August 2010 wird ein großer Andrang bei den Passbehörden erwartet.

NEU: Jedes Kind benötigt einen eigenen Reisepass.

Bestehende Miteintragungen sind nur bis Juni 2012 gültig.

Vergessen Sie nicht: Bei jeder Reise muss ein gültiges Reisedokument (Personalausweis oder Reisepass) mitgeführt werden – auch bei Reisen in die EU-Staaten.

So kommen Sie zu Ihrem neuen Sicherheitsreisepass:

Beantragen Sie Ihren neuen Pass, unabhängig vom Wohnsitz, bei jeder Passbehörde

(Magistrat oder Bezirkshauptmannschaft).

Vergessen Sie bitte nicht ein Passfoto, das den internationalen Kriterien entspricht (Informationen unter www.passbildkriterien.at), und bringen Sie Ihren derzeitigen Reisepass zur Antragstellung mit.

Der neu ausgestellte Sicherheitsreisepass wird innerhalb von 5 Arbeitstagen an Ihre Wunschadresse per Post (RSb) zugestellt.

Informieren Sie sich rechtzeitig über die speziellen Einreisebestimmungen Ihres Urlaubszieles (Visa, Gültigkeitsdauer des Reisedokumentes usw.)

Liebe Rabensteinerinnen und Rabensteiner!

Das Jahr 2009 gehört bereits der Vergangenheit an, wir blicken in ein bereits begonnenes Jahr 2010.

Trotzdem dürfen wir kurz auf ein ereignisreiches Jahr zurückdenken.

Neben Hochwasserschutzarbeiten, Kindergartensanierung und Brückenbau, wurde mit der Belebung des Ortskernes durch den Geschäfts- und Wohnungsbau neben dem GuK begonnen.

Die vielfältigen Veranstaltungsangebote haben unsere Gemeinde in den kulturellen Mittelpunkt unseres Tales gerückt.

Ganz herzlich gratuliere ich Astrid Bachmann zur Erweiterung ihres Lokales „NaUnd“ um einen ansprechenden Saal.



Wenn wir nach vorne blicken, dann warten viele Herausforderungen auf uns.

Trotz weltweiter Finanzkrise und den

damit verbundenen Einbußen bei den Finanzzuweisungen und erhöhten Sozialausgaben haben wir keinen Grund zu jammern. Natürlich haben wir unser Gemeindebudget entsprechend streng reglementiert, dafür können wir aber auch einen soliden Gemeindehaushalt präsentieren.

Trotz sparsamer Ausgabenpolitik werden im Jahr 2010 wieder wichtige Vorhaben umgesetzt: Kindergartensanierung- Abschluss, Straßensanierung z.B. Prielwiesgasse, Feuerwehrhaus-Sanierung um einige Beispiele zu nennen.

Daneben arbeiten wir an der Verwirklichung einer Pflegeeinrichtung für das gesamte Pielachtal, wobei dafür bereits diverse Vorgespräche bei der Landesregierung und Konzepte vor Ort (Studie und Entwurf durch den ASBÖ) uns in eine gute Ausgangssituation bringen.

Aus persönlicher Erfahrung weiß ich, wie wichtig Pflegeeinrichtungen verschiedenster Art sind, daher stehe ich auch mit ganzer Kraft hinter dem Projekt der Pflegeeinrichtung für Rabenstein bzw. für das ganze Pielachtal.

Auch im Bereich der Freizeit und des Sports können wir zuversichtlich ins Jahr 2010 blicken. Unser SC Rabenstein ist drauf und dran Fußballmeister zu werden und unser Beachvolleyballverein darf erstmals ein



A-Cup Turnier ausrichten ein Ereignis welches normalerweise nur in großen Städten stattfindet.

Kulturell wird 2010 neben zahlreichen Veranstaltungen auch das Jugend-Sinfonieorchester NÖ das Herbstkonzert bei uns spielen und der Pielachtaler Dirndlkirtag mit Neuwahl der Dirndlkönigin findet ebenfalls in Rabenstein statt.

Besonders freut es mich, dass ich kurz vor Weihnachten noch die Mitteilung erhalten habe, dass nach meiner jahrelangen Anstrengung und Intervention nun der Handymast beim Bahnhof im nächsten Jahr abgeschaltet bzw. abgebaut wird. Der zeitliche Ablauf zur Mitnutzung des vorhandenen Mobilkom - Mastes liegt voll im Zeitplan.



Alles in Allem können wir voll Stolz und Zuversicht unseren Rabensteiner Weg fortsetzen. Dazu wünsche ich Ihnen alles Gute, Glück und Gesundheit.

Ihr Bürgermeister



Kurt Wittmann

Kompetenz und persönliche
Beratung sind unser Maßstab

Grundteilungen

Parzellierungen

Gebäude-Bestandsvermessung

Lage- und Höhenpläne

Liegenschafts-Management

Facility Management

Bauvermessung

Grenzfeststellungen

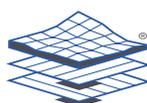
Grenzkataster

Intelligenter Pl@nschrank

Seit 1896 Tradition & Innovation



Dipl. Ing. Hanns H. Schubert Ziviltechniker GmbH
Büro St. Pölten • tel 02742 / 36 25 64-0
Büro Ybbs/Donau • tel 07412 / 55 483
Büro Neulengbach • tel 02772 / 52 133
vermessung@schubert.at • www.schubert.at



VERMESSUNG
SCHUBERT
ST. PÖLTEN – Ybbs – Neulengbach

Aus dem Gemeinderat



Bei der Sitzung des Gemeinderates am 10. Dezember wurden folgende Beschlüsse gefasst:

- Ehrungsanträge - *einstimmig*
- Winterdienstvertragsänderung mit Maschinenring-Service zur Sicherung der Schneeräumung
1 Gegenstimme (Ortner Elisabeth)
- Verordnung über die Festsetzung der Hebesätze für die Grundsteuer
einstimmig
- Verordnung über die Erhebung von Ortstaxen
einstimmig
- Rückführungen aus dem außerordentlichen Haushalt in den ordentlichen Haushalt
einstimmig
- Voranschlag der Vermietergemeinschaft
einstimmig
- Voranschlag der Rabenstein KG
1 Gegenstimme (Ortner Elisabeth)
- Mittelfristiger Finanzplan der KG
1 Gegenstimme (Ortner Elisabeth)
- Haushaltsbeschluss und Voranschlag 2010
1 Gegenstimme (Ortner Elisabeth)
- Mittelfristige Finanzplan
1 Gegenstimme (Ortner Elisabeth)

Heizkostenzuschuss 2009/10

Die NÖ Landesregierung hat wieder beschlossen, sozial bedürftigen Niederösterreicherinnen und Niederösterreichern einen einmaligen Heizkostenzuschuss für die Heizperiode 2009/2010 in Höhe von 130 Euro entsprechend diesbezüglicher Richtlinien zu gewähren.

Der Heizkostenzuschuss ist in unserem Bürgerservicebüro unter Vorlage eines Einkommensnachweises zu beantragen. Es ist zu beachten, dass der Zuschussantrag bis spätestens 30. April in unserer Gemeindekanzlei gestellt bzw. eingelangt sein muss.

Die Auszahlung erfolgt direkt durch das Amt der NÖ Landesregierung.

Voranschlag - Ordentlicher Haushalt

Gruppe	Bezeichnung	Einnahmen	Ausgaben
0	Vertretungskörper und allgemeine Verwaltung	49.900	547.600
1	Öffentliche Ordnung und Sicherheit	7.200	29.000
2	Unterricht, Erziehung, Sport und Wissenschaft	124.200	587.900
3	Kunst, Kultur und Kultus	55.400	126.400
4	Soziale Wohlfahrt und Wohnbauförderung	5.000	266.100
5	Gesundheit	-	403.500
6	Straßen- und Wasserbau, Verkehr	8.500	59.000
7	Wirtschaftsförderung	8.100	73.600
8	Dienstleistungen	837.500	960.100
9	Finanzwirtschaft	2.239.800	282.200
	Gesamtsumme ordentlicher Haushalt	3.335.600	3.335.600

Voranschlag - Außerordentlicher Haushalt

Gruppe	Bezeichnung	Einnahmen	Ausgaben
1	ABA „Dorf Au-Straße“	42.000	42.000
2	Siedlungsstraßenbau	46.200	46.200
3	Güterweg-Erhaltung	40.000	40.000
4	WVA „Dorf Au-Straße“	17.500	17.500
5	Rabensteiner Gemeinde- und Kulturzentrum, Bauteil 2	332.100	332.100
6	Hochwasserschutzprojekt Zentrum	24.000	24.000
7	Kindergarten Rabenstein	50.000	50.000
8	Haus Mariazeller Straße 10 (Feuerwehr und Schützenheim)	50.000	50.000
9	WVA Rabenstein, BA 08, Sanierung, 3. Teil	212.500	212.500
10	Darlehensverrechnungen, Kapitalisierung	1.200	1.200
11	Katastrophenschäden	20.000	20.000
	Gesamtsumme außerordentlicher Haushalt	835.500	835.500



...bei uns ist immer was los!

Jänner 2010

Datum	Uhrzeit	Veranstaltung
Samstag 2. Jänner	20:30	Kameradschaftsball im "GuK" - VA-Saal Veranstalter: Kameradschaftsbund Rabenstein Kontakt: Karl Enne, 0676-6631418
		
Sonntag - Dienstag 3. - 5. Jänner	08:00 - 18:00	Ski-, Snowboard- und Langlauf - Funtage mit Kinderkursen für Skier, Boarder (Anfänger und Fortgeschrittene) Treffpunkt: Rabensteiner Schulzentrum Veranstalter: Naturfreunde Rabenstein Kontakt: Georg Kindig, 0676-3964393
		
Mittwoch 6. Jänner	18:00	Neujahrskonzert im "GuK" - Konzert-Saal Veranstalter: Kulturnetz Rabenstein Kontakt: Bgm. Ing. Kurt Wittmann, 0676-6378115
		
Freitag 8. Jänner	20:30	Simandlball im "GuK" - VA-Saal Veranstalter: Landjugend Rabenstein Kontakt: Martin Griesauer, 0676-6947849
		
Dienstag 12. Jänner	14:00	Senioren-Treff der Pfarre - Pfarrsaal Veranstalter: Pfarr-Senioren Kontakt: Leopoldine Braunsteiner, 02722-7268
Freitag 15. Jänner	19:30	Neujahrsempfang des Bürgermeisters im "GuK" - VA-Saal Veranstalter: Marktgemeinde Rabenstein Kontakt: Bgm. Ing. Kurt Wittmann, 0676-6378115
		
Samstag 16. Jänner	09:30	Race-Vorbereitung zu den Ortsmeisterschaften Treffpunkt: Turmkogel Veranstalter: Naturfreunde Rabenstein Kontakt: Philipp Simhofer, 0676-7306844
		
	19:30	Lesung mit Heinz Nußbaumer - „Der Mönch in mir“ im "GuK" - VA-Saal Veranstalter: Kardinal König-Verein und Büchereiteam Kontakt: Gottfried Auer, 02723-225015
		
Samstag 23. Jänner	13:30 17:00	Ski- und Snowboard - Ortsmeisterschaften am Josefsberg Treffpunkt: Josefsberg Apres Ski Party (mit Siegerehrung) im "GuK" - VA-Saal Veranstalter: Naturfreunde und Freizeitclub Rabenstein Kontakt: Georg Kindig, 0676-3964393
		

Sonntag 24. Jänner	09:00	Pfarrkaffee Pfarrsaal Veranstalter: Pfarre Rabenstein Kontakt: Heide Springer, 02723-2865 oder Christiane Moderbacher, 02723-2752	
Montag 25. Jänner	18:15	Entspannungstraining für Kinder (Teilnahme kostenlos) im "GuK" - Raben-Saal Veranstalter: Gesunde Gemeinde Kontakt: Fritz Königsberger, 0650-4007627	
Montag und Dienstag 25. und 26. Jänner	13:00 – 15:00	Kindergarteneinschreibung Kindergarten Rabenstein Veranstalter: Kindergarten Rabenstein Kontakt: Judith Gerstl, 02723-2757	
Samstag 30. Jänner	19:00	Jungbürgerfeier im "GuK" - VA-Saal Veranstalter: Marktgemeinde Rabenstein Kontakt: Bgm. Ing. Kurt Wittmann, 0676-6378115	

Gemeindeservice

Dienstag !!!ENTFÄLLT!!!	08:00 – 10:00	Sprechtage des Kriegsopfer- und Behindertenverbandes im Beratungsraum im 2. Obergeschoss mit Frau Liane Radlbauer !ENTFÄLLT!!! - nächster Sprechtag am 2. Februar	
Mittwoch !!!ENTFÄLLT!!!	18:00 – 19:00	Bauberatung mit Sachverständigen Ing. Johannes Hager !!!ENTFÄLLT!!! - nächster Sprechtag am 3. Februar	
Freitag 8. Jänner	13:00 – 17:00	NÖLI-, Sperrmüll-, Alteisen, Altbatterien und Elektronikschrott - Übernahme im Bauhof mit der Möglichkeit zur Entsorgung von Altreifen gegen Beitragsleistung bzw. Kostenersatz	
Freitag 8. Jänner	13:00 – 15:00	kostenlose Rechtsberatung von Dr. Lugert im Beratungsraum im 2. Obergeschoss	
Mittwoch 13. Jänner	17:00 – 18:00	kostenloser Steuer-Sprechtag von Rudolf Lick im Beratungsraum im 2. Obergeschoss	
Donnerstag 14. Jänner	13:00	Mutterberatung Raben-Saal im Rabensteiner "GuK"	
Mittwoch 27. Jänner	16:00 – 17:00	kostenlose Sprechstunde von Notar Mag. Alexander Winkler im Beratungsraum im 2. Obergeschoss	

jeden Montag	16:00 – 17:00	Mädchenturnen im Turnsaal vom Rabensteiner Schulzentrum	
jeden Montag	18:30 – 19:30 19:30 – 20:30	Kneipp- Gesundheitsturnen Damen-Turnen im Turnsaal vom Rabensteiner Schulzentrum	
jeden Montag 18. Jänner bis 8. März	19:30 – 20:30	Pilates (8 Einheiten) im "GuK" - Raben-Saal Anmeldung: Fritz Königsberger, 0650-4007627	
jeden Dienstag	18:45 – 20:45	Yoga – for you im "GuK" - Raben-Saal Anmeldung: Gerhard J. Sonntag, 0676-4406522	
	19:45-20:45	Kneipp-Gesundheitsturnern im Turnsaal der Volksschule Tradigist	
jeden Donnerstag	16:00 – 17:00	„Eltern-Kind-Turnen“ im Turnsaal vom Rabensteiner Schulzentrum	
jeden Donnerstag	18:00 – 21:00	Damensauna im Rabensteiner Schulzentrum	
jeden 2. Donnerstag	13:00 – 14:00	Mutterberatung am 14. Jänner im Rabensteiner "GuK" - Raben-Saal	
jeden Freitag	17:00 – 20:00	Herrensauna im Rabensteiner Schulzentrum	

Ärzte - Wochenendienste

Sprengel: Rabenstein - Frankenfels



01. Jänner	Dr. Martin Brachinger	02725 – 400
02. und 03. Jänner	Dr. Michael Stolz MAS	02723 – 2368
06. Jänner	MR Dr. Rainer Krepp	02722 – 7200
09. und 10. Jänner	Dr. Martin Brachinger	02725 – 400
16. und 17. Jänner	MR Dr. Rainer Krepp	02722 – 7200
23. und 24. Jänner	Dr. Gerhard Lienbacher	02722 – 7300
30. und 31. Jänner	Dr. Gerhard Lienbacher	02722 – 7300

Termine des Ärztedienstes mit Vorbehalt!

art of help

Dr. Milan Kudelka	Facharzt für Chirurgie, Wahlarzt für alle Kassen,	02723 – 72 544
Dr. Michael Stolz MAS	Arzt für Allgemeinmedizin	02723 – 2368
Dr. Michael Stolz MAS	Psychotherapeutische Medizin unter Supervision	tel. Anmeldung 02723 – 2368
Martina Zeller	Masseurin	tel. Anmeldung 0699-11669474

Jungbürgerfeier am 30. Jänner

Damit bei der traditionellen Jungbürgerfeier niemand bei den Einladungen übersehen wird, bitten wir Sie, sich zu melden wenn Sie Matura, Studien-, Lehrabschluss oder Meisterprüfung erfolgreich absolviert haben.

Unsere Gemeinde-Mitarbeiterin Herta Seidl (Tel.: 2250-16) nimmt Ihre Meldung gerne entgegen.
h.seidl@rabenstein.gv.at

Christbaum-Entsorgung

Sie haben die Möglichkeit, Ihren Christbaum kostenlos bei der frei zugänglichen Grünschnitt-Sammelstelle am Ortsausgang Richtung St. Pölten zu entsorgen.

Bitte berücksichtigen Sie, dass nur Christbäume, welche frei von jeglichem Weihnachtsschmuck sind, insbesondere von Lametta (schwer metallhaltig), umweltgerecht entsorgt werden können!



Samstag 06. Februar	20:30	Bauernball "GuK" - VA-Saal Veranstalter: Bauernbund Rabenstein	
Dienstag 9. Februar	14:00	Senioren-Treff der Pfarre im Pfarrsaal	
Freitag 12. Februar	19:00	Faschingslesung - „Männer mag man eben“ "GuK" - Bücherei Veranstalter: Öffentliche Bücherei	
Samstag 13. Februar	13:00	Maskenschießen aller Tradigister Vereine Stocksportanlage Tradigist Veranstalter: Stockschiützenverein Tradigist	
	20:30	Maskenball "GuK" - VA-Saal Veranstalter: SC Rabenstein und UHG Hofstetten	
Sonntag 14. Februar	14:00	Kindermaskenball Rabensteiner "GuK" - VA-Saal Veranstalter: SPÖ Rabenstein	
Montag 15. Februar	14:00	Ball der Pensionisten und Senioren - „Älter werden - Jung bleiben“ "GuK" - VA-Saal Veranstalter: Marktgemeinde Rabenstein	
Dienstag 16. Februar	ab 09:00	Buntes Faschingstreiben Treffpunkt: beim "GuK" Veranstalter: Dorferneuerungsverein Rabenstein	
	ab 10:00	Faschingdienstagstreiben Cafe/Pub My Way Veranstalter: My Way-Team	
Samstag 20. Februar	08:00-18:42	Winter"aktiv" Tag mit der Mariazellerbahn Treffpunkt: Bahnhof Rabenstein Veranstalter: Naturfreunde Rabenstein	
	19:30	Mitgliederversammlung der FF-Rabenstein FF-Haus Rabenstein Veranstalter: FF-Rabenstein	
Donnerstag 25. Februar	19:00	Filmabend "GuK" - VA-Saal Veranstalter: Kulturnetz Rabenstein	
Samstag 27. Februar	13:00	Dartturnier Stockschiützenanlage Rabenstein Veranstalter: Stockschiützenverein Rabenstein	
	20:00	Mooskirchner - Konzert "GuK" - Konzert-Saal Veranstalter: Kulturnetz Rabenstein	
Sonntag 28. Februar	08:00-13:00	Landwirtschaftskammerwahl 2010 "GuK" - VA-Saal	
	16:00	Konzert der Gesangsklasse der Musikschule St. Pölten Pfarrkirche Rabenstein Veranstalter: Kulturnetz Rabenstein	

Home-Fitness-News

Über den Sinn von Sport unter Anleitung

Einfach alleine versuchen oder unter Anleitung trainieren? Diese und ähnliche Fragen stellen sich vor allem Trainingsanfänger aber auch Fortgeschrittene die gerne etwas in ihrem gegenwärtigen Training verändern möchten immer wieder.

Selbstverständlich ist meine Meinung zu diesem Thema voreingenommen. Aber gerade aus diesem Grund möchte ich in der aktuellen Ausgabe der Home-Fitness-News die Sinnhaftigkeit von professionell geleiteter und kontrollierter Sportausübung aufzeigen.

Ganz grundsätzlich ist es einmal sehr wichtig, dass man neben dem Hauptziel auch realistische Teilziele setzt, die in Verbindung mit dem Ist-Zustand auch zeitlich sinnvoll definiert werden. Hier scheitern viele schon bevor sie noch mit dem Training begonnen haben, weil man alleine über eine grobe Einschätzung meist nicht hinauskommt. Spezielle Tests und Messungen verschaffen für diesen ersten und gleichzeitig so wichtigen Schritt Abhilfe.

Wer die Motivation besitzt und regelmäßig auf sein persönliches Ziel hintrainiert, hat schon einen großen Schritt getan. Leider können auf dem Weg zum Ziel eine Vielzahl an Hindernissen auftreten, die diesen Weg weitaus beschwerlicher machen als er sein müsste. Im schlechtesten Fall wird nicht nur das individuelle Ziel nicht erreicht, sondern kann ein kontraproduktives Trainingsverhalten sogar Verletzungen oder frische gesundheitliche Beschwerden hervorrufen.

Die Fehler können auf vielfältigen Ebenen passieren. Daher haben die Wahl der am besten geeigneten Sportart, Trainingsform oder Übung sowie die Beachtung essentieller Trainingsprinzipien eine wichtige Bedeutung. Wie beispielsweise die richtige Dosierung des Trainings, die durch Übermotivation oder ausbleibendes Fachwissen oftmals schuld am Misserfolg ist. Schlussendlich sollten die Trainingsleistungen nicht nur gut geplant und überwacht, sondern auch kontrolliert werden, was ohne Betreuung schwer zu realisieren ist.

Sehen Sie die Möglichkeit, diese professio-

nelle Betreuung ganz bequem in Ihrer Nähe bzw. sogar zu Hause nutzen zu können als Anstoß für ein gezieltes Training. Denn auch die Trainingsumgebung hat einen wesentlichen Einfluss auf eine erfolgreiche Sportausübung. Spaß und Wohlbefinden während und vor allem nach dem Training sollten nämlich sowohl bei Anfängern als auch bei fortgeschrittenen Sportlern im Vordergrund stehen.



Mag. Stefan Schwaiger
Sportwissenschaftler

Tel.: +43 676/966 84 74

Web: www.home-fitness.at

e-Mail: office@home-fitness.at

Athos-Pilger-Erfahrungen - für uns Pielachtaler

Prof. Heinz Nußbaumer berichtet am Samstag, 16. Jänner, um 19:30 Uhr, im "GuK" - VA-Saal - gleichzeitig Impuls und Auftakt zum „Kardinal König-Gespräch 2010“.

Die Vorbereitungen sind bereits angefallen. „Was erwarte ich mir vom Leben?“ war unser Thema im vergangenen Herbst. Ein toller Diskussionsprozess hat viele von uns hier im Pielachtal zusammengeführt. Jetzt aber geht es um den Blick in den Spiegel: Verstehe ich mich selbst? Und: Verstehe ich Dich? Wie sehr bin ich fremd-, wie sehr noch selbstbestimmt – auch im Kontakt mit Anderen? Und: Wie finde ich zu mir selbst – unabhängig von meiner Nähe oder Distanz zu Glauben und Kirche? Einen ersten, besonders spannenden Impuls dazu liefert schon im Jänner der vielen von uns bekannte, enge Vertraute von Kardinal König und Bestsel-

ler-Autor, Prof. Heinz Nußbaumer. In zwei Vorträgen – Freitag, 15. Jänner, in der Kirchberghalle bzw. Samstag, 16. Jänner in unserm Gemeinde - und Kulturzentrum - lädt er uns zu einer meditativen Reise in eine Gegenwelt ein, die einen einzigartigen Schatz an Lebenserfahrung bereithält.

„Der Mönch in mir – Erfahrungen eines Athos-Pilgers für unser Leben“ heißt – nach seinem bereits in viele Sprachen übersetzten Erfolgsbuch – der Titel seines Vortrags.

Sein Thema: Was können wir, die mitten im Leben stehenden Menschen, aus der großen Zivilisation der Klöster für unseren Alltag lernen? Welche Sehnsüchte tragen wir in uns? Und wo liegt ein Schlüssel, um unserem Lebenssinn näher zu kommen?

Das Buch „Der Mönch in mir“ war 2008 als „Goldenes Buch des Jahres“ das meistverkaufte Buch in Österreich. Sein Autor, u.a. Herausgeber der FUR-

CHE, Gesprächsleiter vieler TV-Diskussionen und Vorsitzender von Europas größtem SOS-Kinderdorf, hat zuletzt auch die „Kardinal König-Gespräche“ im Pielachtal mitgeprägt. Sein Vortrag – mit medi-

tativen Bildern und den berührenden Gesängen der Athos-Mönche – findet bewusst zweimal (in Kirchberg und in Rabenstein) statt, um möglichst vielen Interessierten des Pielachtals eine Teilnahme zu ermöglichen.

Der Eintritt ist frei – und jedermann herzlich willkommen.

Info: KKV-Obmann Gottfried Auer
g.auer@rabenstein.gv.at
02723-225015



GASTHOF "ALTES BRAUHAUS" FAM. KRASSNIG
 Marktplatz 5 3203 Rabenstein Tel.: 02723/26162 oder 0664/1246761
 für Jänner und 3 Tage im Februar 2010

Freitag	8.1.:	Pangasiusfilet geb. mit Kartoffelsalat oder Pasta asciutta mit Salat
Montag	11.1.:	Geb. Allerlei mit Salat oder Schinkenstrudel mit Salat
Dienstag	12.1.:	Zigeunerlaibchen mit Bratkartoffeln oder Eiernockerl mit Salat
Mittwoch	13.1.:	Grillteller mit Pommes und Gemüse mit oder Karfiolkäselaiibchen auf Salat
Donnerstag	14.1.:	Putenfilet in Paprikasauce mit Nudeln oder Gemüseintopf mit Gebäck
Freitag	15.1.:	Grammelknödel mit Krautsalat oder Thunfischpizza mit Salat
Montag	18.1.:	Rindfleisch mit Semmelkren und Röstli oder Grenadiermarsch mit Salat
Dienstag	19.1.:	Backhendl mit Salat oder Buchteln mit Vanillesauce
Mittwoch	20.1.:	Bauernschmaus oder Palatschinkencordonbleu mit Salat
Donnerstag	21.1.:	Rahmgemüse mit Augsburger oder Backhendlsalat
Freitag	22.1.:	Gefüllte Paprika mit Tomatensauce und Kartoffeln oder Nudeln in Schinkenoberssauce mit Salat
Montag	25.1.:	Brauhaus schnitzel mit Salat oder Kartoffelgulasch mit Gebäck
Dienstag	26.1.:	Grillkoteletts in Pfeffersauce mit Kroketten oder Geb. Champignon mit Salat
Mittwoch	27.1.:	Putenrouladen mit Nudeln oder Spätzlepfanne mit Salat
Donnerstag	28.1.:	Cevapcici mit Pommes und Krautsalat oder Spinat mit Spiegelei und Röstli
Freitag	29.1.:	Fischteller gebacken mit Salat oder Reispfanne mit Putenstreifen
Montag	1.2.:	Geselchtes mit Kraut und Knödel oder Gemüseomelett mit Salat
Dienstag	2.2.:	Mostgeschnetzeletes mit Nudeln oder Geröstete Knödeln mit Salat
Mittwoch	3.2.:	Bauernpfandl mit Bratkartoffeln oder Reisfleisch mit Salat



Menü 1 kostet € 5,50, Menü 2 kostet € 4,50
 Jedes Menü servieren wir mit einer Tagessuppe!



Verein
Kardinal König –
Glaube und Heimat im Pielachtal

Gemeinde- und Pfarrbücherei
Rabenstein an der Pielach



Der Mönch in mir

Erfahrungen eines Athos-Pilgers für unser Leben



Ein unerklärlicher Widerspruch liegt über unserer Zeit: Während sich unsere Kirchen leeren, suchen immer mehr Menschen die Stille und Zeitlosigkeit der Klöster – und die Selbsterfahrung auf den großen Pilgerwegen.

Wie ist diese Faszination erklärbar – und was lässt sich aus der „Welt der Mönche“ lernen?

Seit vielen Jahren fährt Heinz Nußbaumer in die Klöster am Berg Athos – anfangs aus Flucht vor permanenter Erreichbarkeit. Später aus Sehnsucht nach einer Gegenwelt, die einen Schatz an Lebenserfahrungen bereithält. Einen Schatz auch für Menschen, die sich mitten im Leben bewähren müssen – für jeden von uns.

Sein Buch „Der Mönch in mir“ – vom Buchhandel zum „*Goldenen Buch des Jahres*“ gekürt und in viele Sprachen übersetzt – macht Mut, sich auf den Weg mönchischer Spiritualität zu begeben.

Prof. Heinz Nußbaumer

erzählt von seinen Pilgerfahrten
und liest aus seinem Bestsellerbuch
am

Samstag, 16. Jänner 2010, 19:30 Uhr
im **Gemeinde- und Kulturzentrum**

mit Bild-Meditation und Hymnen der Ostkirche



Prof. Heinz Nußbaumer

ist Publizist, Buchautor und Herausgeber der Wochenzeitung „Die FURCHE“.

Er war 20 Jahre lang Außenpolitik-Chef des KURIER, 10 Jahre lang Sprecher zweier österreichischer Bundespräsidenten - und Gastgeber philosophisch-theologischer TV-Diskussionen im ORF. Und er ist Vorstandsvorsitzender von Europas größtem SOS-Kinderdorf.

ACHTUNG: Der Vortrag findet bereits am Freitag, 15. Jänner 2010, ebenfalls um 19:30 Uhr, auch in der Kirchberg-Halle der Nachbargemeinde Kirchberg an der Pielach statt.

RABENSTEINER ORTSMEISTERSCHAFTEN



Schi und Snowboard
am 23. Jänner 2010

Ab 17 Uhr
Apres Ski im GuK-Rabenstein

Wo:	Josefsberg
Start:	13.30 Uhr
Bewerb:	Riesentorlauf (1 Dg)
Bewertung:	Aufgeteilt nach Altersklassen männlich, weiblich eigene Gästeklasse
Vereinswertung:	3 Läufer werden aus max. 5 Starter pro Team gewertet
Neunggeld:	Erwachsene 5,- Euro Kinder, Schüler 3,- Euro Gäste: Erw. 7,- Euro Schüler 5,- Euro
Nennungen:	Bäckerei Helga Pirgmaier, Ramsteinstraße 2, Telefonisch bei Klaus Krüchel - 0650 5071966 E-Mail: klaus.kruechel@gmx.at Nennschluss: Freitag, 22.01.2010 12.00 Uhr
Startnummernausgabe:	Ab 12.00 Uhr beim Restaurant Josefsberg
Siegerehrung:	Ab 17 Uhr Apres Ski im GuK - Rabenstein 19 Uhr Siegerehrung

Auf zahlreiche Teilnahme freuen sich:



Marktgemeinde
RABENSTEIN
an der Pielach



Videowall mit
Rennhighlights



HS-Direktor und Gattin „feierlich“ verabschiedet

Im Dezember 1994 übernahm Franz Hollaus das ehrenvolle Amt des Direktors der Hauptschule Grünau-Rabenstein.

In seiner Funktion als Obmann der Schulgemeinde Grünau-Rabenstein bedankte sich unser Bürgermeister Ing. Kurt Wittmann bei dem seit Schulschluss im „Un“ruhestand befindlichen Schuldirektor, welcher vor Jahrzehnten eine wesentliche Stütze beim Dorferneuerungs-Vorgängerverein „Rabenstein aktiv“ war.

Auch das Wappen unserer Gemeinde trägt die „Handschrift“ des begabten Pädagogen. War es doch Franz Hollaus, der im Jahre 1983 anlässlich der offiziellen Verleihung durch die NÖ Landesregierung dem Rabensteiner Wappen sein jetziges Aussehen gab bzw. die Wappenschild-Vorlage zeichnete.

Von Bezirksschulinspektor Helmut Pleischl gab es Dankesworte seitens des Bezirks und der Landesschulbehörde.

Im Rahmen der Feierstunde am 16. Dezember fand auch die Verabschiedung von Margarete Hollaus statt.

Passender Name für neuen RADL-Steg gesucht

Liebe MitbewohnerInnen!
Ihre Idee und Meinung ist gefragt!

Unser Steg ist noch „namenlos“, das soll sich ändern.

Sie alle sind eingeladen, an der Namensgebung teil zu nehmen.

Geben Sie bitte Ihre Vorschläge in unserer Gemeindkanzlei bekannt, vielleicht ist ja gerade Ihre Idee „namensgebend“.



Die Gemeindevertretung gratuliert



...Angelika Fink und Christoph Wutzl,
Bahnhofstraße 7/2/6, zur Geburt ihrer
Tochter **Letizia Selina** am 11. Dezember



...Angelika und Michael Kern,
Steinklamm 65/5/2, zur Geburt ihres
Sohnes **Simon Michael**
am 14. Dezember



...Gabriele und Christoph Kaiser,
Tradigist 31, zur Geburt ihres Sohnes
Matthias am 13. Dezember



...Andrea und Heinrich Enne,
Königsbach 41, zur Geburt ihres Sohnes
Marcel am 21. Dezember



...Sonja Pammer und Josef Eisschill,
Bergstraße 17, zur Hochzeit
am 23. Dezember



Das Jahresende ist kein Ende
und kein Anfang,
sondern ein Weiterleben
mit der Weisheit,
die uns die Erfahrung
gelehrt hat.

Sterbefälle

Wir betrauern das Ableben
unserer Gemeindebürger:



...Margit Nowikovsky
Steinklamm 7
am 2. Dezember

...Dr. Otto Gossler
ehemals Lindengasse 3
am 4. Dezember

...Josef Podjawerschek
ehemals Tradigist 71/6
am 8. Dezember

Impressum:

Eigentümer, Hersteller und Verleger:
Marktgemeinde Rabenstein an der
Pielach, Marktplatz 6

Für den Inhalt verantwortlich:
Bürgermeister Ing. Kurt Wittmann
e-mail: k.wittmann@rabenstein.gv.at
www.rabenstein.gv.at

Verlagspostamt:
Rabenstein an der Pielach
Kostenlose Zustellung
an jeden Haushalt
Medienzweck:
Information der Bevölkerung gemäß
NÖ Gemeindeordnung