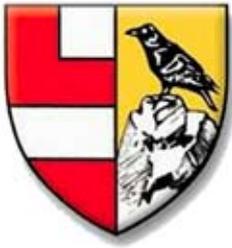


Amtliche



# 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](mailto:gemeinde@rabenstein.gv.at)



## Inhalt:

Ortsbäuerinnen-Neuwahl  
„Silber-Paare“  
Tischlerei Schwaiger; Firmenfeier  
Eigenheimsanierung - Info  
Mitteilungen des Bürgermeisters  
Trinkwasseruntersuchung-Befund  
ORF-Doku „NATURWALD“ Scheickl  
Seminar - „Rauchfrei in fünf Stunden“  
Veranstaltungskalender  
Home Fitness News  
Schlecker-Markt - News  
Menüplan „Altes Brauhaus“  
Veranstaltungsankündigungen  
Chronik

Beilagen: \* Stelzenschießen 2009  
\* KFZ-Betrieb Klaus Reitbauer  
\* Pizza-Aktion  
\* Adventmarkt  
\* Bastelmarkt der Pfarre



## Neuwahlen bei den Ortsbäuerinnen



Am 9. Oktober fand die alle 5 Jahre stattfindende Neuwahl unserer Ortsbäuerinnen und der Gemeindebäuerin statt.

Nach einem Rückblick über die Arbeit der letzten 5 Jahre von Josefa Karner, referierte Landeskammerrat ÖKR Anton Gonaus über die aktuelle Situation der Landwirtschaft, Kammerobmann Anton Hieger, Bürgermeister Kurt Wittmann, Ortsbauernobmann Josef Sommerauer, und Bezirksbäuerin ÖKR Elfriede König übermittelten

Gruß- und Dankesworte.

Dann wurde von Manuela Spendlhofer, LFS Phyra, die Neuwahl durchgeführt. Das Ergebnis war eindeutig!

**Gemeindebäuerin:** Josefa Karner

**Ortsbäuerinnen:** Maria Braunsteiner, Hermine Zöchbauer, Margit Gansch, Hermine Thalhammer, Christine Patzschneider, Leopoldine Kendler, Brigitte Wegerer, Herta Griesauer, Monika Bieder und Birgit Stöckl (nicht am Foto)

**Kassier:** Christine Griesauer

## 25 Jahre verheiratet

Pater Josef Lackstätter lud am 27. September die „Silber-Paare“ zum Dank-Gottesdienst in die Rabensteiner Pfarrkirche ein.



1. Reihe vlnr.: **Reiter Manfred** und **Maria**, **Schmit Aloisia**, **Birkner Barbara** und **Erich**
2. Reihe: **Swatek Christiane** und **Wilhelm**, **Seidl Erna**, **Schmit Erwin**, **Schweiger Monika** und **Helmut**
3. Reihe: **P. Dr. Josef Lackstätter**, **Seidl Michael**, **Fuchs Johann** und **Elfriede**.

## Firmenfeier



Die Gemeindevertretung gratuliert **Walter Bieder**, 25 Jahre bei der Tischlerei Werner Schwaiger, sowie **Roman Braunsteiner**, 20 Jahre bei der gleichen Firma, zur Auszeichnung für Ihre Firmentreue.

## Eigenheimsanierung

„Jetzt Sanieren. Bares kassieren!“ – unter diesen Schlagworten steht das NÖ Wohnbaumodell seit 1. März 2009. Der Slogan klingt nicht nur viel versprechend, sondern kann bis zu € 20.000 Bares bringen.

Das Land NÖ unterstützt die thermische Gesamtsanierung heuer mit einem nicht rückzahlbaren Zuschuss von bis zu 30 % der anerkannten Sanierungskosten oder max. € 20.000. Voraussetzung ist die Einreichung mit Energieausweis. Wer lieber ein gefördertes Darlehen in Anspruch nehmen möchte, kann dies als Alternative wählen. Egal wie, wichtig ist es, jetzt rasch einzureichen. Denn der erhöhte Zuschuss wird nur mehr bis 31.12.2009 gewährt. Ab 2010 verringert sich die Unterstützung auf max. € 12.000.

Mehr Geld gibt es jetzt nicht nur für die Sanierung:

Auch die Fördersätze für Biomasseheizungen, Solar- und Wärmepumpen wurden erhöht. Hier gibt es bis Jahresende noch bis zu € 5.000 für den Tausch oder Einbau einer neuen Anlage.

**BAUEN + WOHNEN**  
in niederösterreich

**Wohnraum schaffen. Lebensqualität sichern.**

**BIS ZU EUR 20.000,- SICHERN.**

**SANIEREN SIE JETZT IHR ZUHAUSE IN NIEDERÖSTERREICH.**  
Jetzt online informieren & Förderung kassieren: [www.bauskraftwerk.at](http://www.bauskraftwerk.at)  
oder bei Ihrer **NÖ WOHNBAU-HOTLINE: 02742/22133**

ENERGIE WKO

# Liebe Rabensteinerinnen und Rabensteiner!

## **Aus dem Gemeinderat:**

Bei der Gemeinderatssitzung am 8. Oktober wurden folgende Beschlüsse gefasst:

Rücklagenentnahme zur Finanzierung der Übernahme aller Garagenplätze und das GuK Stüberl vom Bauträger: 1 Gegenstimme (Ortner Elisabeth)

Wildbach - Hochwasserschäden  
Gemeindebeitrag von € 15.000 (25%) für Hochwassersofortmaßnahmen an Rabensteiner Wildbächen.  
Gesamterfordernis € 60.000.  
Einstimmig

Förderung Filmprojekt von Friedrich Kalteis  
ORF-Film-Doku über die Natur- Urwälder in NÖ mit Hauptschauplatz des NatURWALDes der Familie Scheikl.  
Förderhöhe € 1.100  
Einstimmig

Vereinbarung mit dem GVV St.Pölten über die Sammlung von gefährlichen Abfällen im Rabensteiner Altstoffsammelzentrum - Bestellung eines abfallrechtlichen Geschäftsführers.  
Einstimmig

Beitritt zum Musikschulverband Kirchberg bzw. Vereinigung der Musikschulen im Pielachtal- Grundsatzbeschluss  
Einstimmig

## **Geh- und Radweg-Brücke:**

Mit Spannung haben wir die Montage der neuen Verbindung zwischen Oggersheimer Platz und dem Gemeinde- und Kulturzentrum in Form des Geh- und Radweg-Steiges erwartet. Ich konnte gemeinsam mit einigen Gemeinderäten bei einem Besuch bei der Firma Glöckel den Steg während der Werkstattmontage begutachten. Bereits da waren wir begeistert von der Ausführung. Der Schwertransport in der Nacht vom 27. auf den 28. Oktober

und die Montage am 28. Oktober wurde geradezu zu einem Spektakel. Jetzt fehlen noch Geländer und Beleuchtung. Beides sollte bis zum Adventmarkt fertiggestellt und die Brücke benützbar sein.

Durch die Landesförderung von



€ 72.000 erleichtert die Finanzierung auch in Zeiten sinkender Steuereinnahmen wesentlich.

## **Fischwanderhilfe**

Die Fischwanderhilfe beim Freibad ist ein Projekt des Wehranlagenbetreibers Herrn Paul Kropik, welche die Gemeinde in keiner Weise finanziell belastet. Trotzdem hat sie einen großen Einfluß auf die Umgebungsgestaltung des Badbereiches. Was für manche als fragwürdig eingestuft wird, beurteilen andere als wichtiges ökologisches Projekt. In jedem Fall ist es wasserrechtsbehördlich vorgeschrieben und allemal interessant anzusehen.

## **Hochwasserschutz**

In den letzten Wochen konnten wir die wichtigsten Hochwasserschutzmaßnahmen weiter vorantreiben.

Die Pielach ist im Bereich der Deutschbachkurve wesentlich verbreitert wor-



den. Auch am gegenüberliegenden Ufer wurde dem Fluß die ursprüngliche Ausdehnung zurückgegeben. Damit ist uns ein weiterer Sicherheitsschritt gelungen.

Besonders bedanken möchte ich mich bei den Grundbesitzern, der Firma Teich AG und Frau Else Neumann, sowie dem Pächter Familie Steigberger aus Mainburg, welche der Grundbenützung zum Abtransport des Aushubmaterials zugestimmt haben. Natürlich werden die Flächen wieder hergerichtet und begrünt.

## **Neuer KFZ-Betrieb**

Ich gratuliere sehr herzlich Herrn Klaus Reitbauer zur Eröffnung seines KFZ-Betriebes (siehe Beilage)

## **Allerheiligen**

Da in den Tagen um Allerheiligen die Friedhöfe wieder vermehrt besucht werden, bitte ich darauf zu achten, dass die Grabsteine Ihrer Gräber gut befestigt sind. Notfalls wenden Sie sich an Ihren Steinmetzbetrieb um Unfälle durch umstürzende Grabsteine zu vermeiden.

Mit freundlichen Grüßen  
Ihr Bürgermeister

Kurt Wittmann

### Trinkwasseruntersuchungsergebnisse vom 20.7.2009 Wasserversorgungsanlage Rabenstein

Königsbachquelle:

Parameter	Dim.	Messwert	Grenzwert/Richtwert	Erläuterung
PH-Wert		7,5	---/6,5-9,5	Maß für den Säuregrad einer Lösung
El. Leitfähigkeit	mS/cm	501	---/2500	Maß für d. gelösten Salze *
Gesamthärte	°dH	15,7		hartes Wasser **
Kalzium	mg/l	74,9	--/400	Mineralstoff, wichtig für den Knochen –und Muskelaufbau **
Magnesium	mg/l	22,5	--/150	Mineralstoff, wichtig für den Knochen –und Muskelaufbau **
Eisen	mg/l	< 0,026	---/0,2	Höhere Werte können zu Trübung und unangenehmen Geschmack führen
Mangan	mg/l	< 0,006	---/0,05	wie Eisen
Nitrat	mg/l	7,2	50/---	Maß für die Belastung des Bodens mit Stickstoff
Ammonium	mg/l	< 0,029	---/0,5	Erhöhte Werte können Hinweis auf Verunreinigung mit Jauche od. Abwasser sein

Höslquelle:

Parameter	Dim.	Messwert	Grenzwert/Richtwert	Erläuterung
PH-Wert		7,3	---/6,5-9,5	Maß für den Säuregrad einer Lösung
El. Leitfähigkeit	mS/cm	476	---/2500	Maß für d. gelösten Salze *
Gesamthärte	°dH	15,5		hartes Wasser **
Kalzium	mg/l	90,2	--/400	Mineralstoff, wichtig für den Knochen –und Muskelaufbau **
Magnesium	mg/l	12,6	--/150	Mineralstoff, wichtig für den Knochen –und Muskelaufbau **
Eisen	mg/l	< 0,026	---/0,2	Höhere Werte können zu Trübung und unangenehmen Geschmack führen
Mangan	mg/l	< 0,006	---/0,05	wie Eisen
Nitrat	mg/l	2,2	50/---	Maß für die Belastung des Bodens mit Stickstoff
Ammonium	mg/l	< 0,029	---/0,5	Erhöhte Werte können Hinweis auf Verunreinigung mit Jauche od. Abwasser sein

### Trinkwasseruntersuchungsergebnisse vom 20.7.2009

#### Wasserversorgungsanlage Tradigist

Wenigsthothofquelle

Parameter	Dim.	Messwert	Grenzwert/Richtwert	Erläuterung
PH-Wert		7,6	---/6,5-9,5	Maß für den Säuregrad einer Lösung
El. Leitfähigkeit	mS/cm	413	---/2500	Maß für d. gelösten Salze *
Gesamthärte	°dH	12,9		mittelhartes Wasser **
Kalzium	mg/l	58,5	--/400	Mineralstoff, wichtig für den Knochen –und Muskelaufbau **
Magnesium	mg/l	20,4	--/150	Mineralstoff, wichtig für den Knochen –und Muskelaufbau **
Eisen	mg/l	< 0,026	---/0,2	Höhere Werte können zu Trübung und unangenehmen Geschmack führen
Mangan	mg/l	< 0,006	---/0,05	wie Eisen
Nitrat	mg/l	8,1	50/---	Maß für die Belastung des Bodens mit Stickstoff
Ammonium	mg/l	< 0,029	---/0,5	Erhöhte Werte können Hinweis auf Verunreinigung mit Jauche od. Abwasser sein

Auch die bakteriologische Untersuchung bescheinigt unserem Trinkwasser die höchst mögliche Qualität und entspricht insgesamt sämtlichen lebensmittelrechtlichen Vorschriften und Empfehlungen!

## ORF-Doku

„Niederösterreichs wilde Wälder“ ist der Aufhänger für einen Film, der sich mit der Beziehung der Menschen zu Ur- und Naturwäldern befasst. Ausgangspunkt und Ideengeber für diesen Streifen, der im Mai 2010 im ORF in der Reihe „Erlebnis Österreich“ zu sehen sein wird, ist der nordwestliche Hang des Geisbühels.

Der Rabensteiner Regisseur, Fritz Kalteis, und sein Team bekommt die nötigen Informationen über den Rabensteiner „UR“-Wald von Josef Scheickl überliefert.



## Seminar- „Rauchfrei in fünf Stunden“

Die „Plattform rauchfreie Gemeinde“ bietet am Samstag, 28. November, um 10:00 Uhr im Gasthof Böck, Teufelhofstraße 26, 3100 St. Pölten ein Seminar „Rauchfrei in 5 Stunden - ohne Entzugserscheinungen oder Gewichtsprobleme“ Seminarleitung: Mag. Martin Sellner.

Das Seminar ist für alle Lehrlinge sowie für alle Jugendlichen (bis zum 21. Lebensjahr), für werdende und stillende Mütter kostenlos.

Anmeldung, weiterer Termine und Info unter:

Telefon 0800-21 00 23 kostenfrei

# ...bei uns ist immer was los!

## November 2009



Datum	Uhrzeit	Veranstaltung
-------	---------	---------------

<b>Mittwoch</b> 04. November	14:00-18:00	 <b>Bildungsberatung</b> Rabensteiner "GuK" - Raben-Saal Kontakt: Bildungsberatung NÖ, Wolfgang Grohs, 0650-2941234
<b>Freitag</b> 06. November	20:00	<b>Weinzettl &amp; Rudle - BRUTAL NORMAL</b> Rabensteiner "GuK" - VA-Saal Veranstalter: Kulturnetz Rabenstein Kontakt: Rudolf Lick, 0676-3842535 
<b>Samstag</b> 07. November	20:00	<b>Klavier und Chello-Konzert zum 200. Geburtstag von Felix Mendelssohn Bartholdy</b> Rabensteiner "GuK" - VA-Saal Veranstalter: Kulturnetz Rabenstein Kontakt: WR Dr. Ilona Hagmann, 02723-2294 
<b>Dienstag</b> 10. November	16:30	<b>Martinsfest</b> vom Kindergarten Rabenstein Treffpunkt: Kindergarten Rabenstein Kontakt: Judith Gerstl, 02723-2757
<b>Mittwoch</b> 11. November	16:30	<b>Martinsfest</b> vom Kindergarten und Volksschule Tradigist Treffpunkt: Marienkapelle Kontakt: Annemarie Titura, 02722-7184 
<b>Freitag – Sonntag</b> 13. November 14. November 15. November (Siegerehrung am 15.11.um 17h im "GuK")	18:00 – 22:00 15:00 – 22:00 09:00 – 16:00	<b>Stelzenschießen</b> im Schützenhaus Veranstalter: Rabensteiner Schützengilde Kontakt: Manfred Schmirl, 0676-7772251 
<b>Freitag</b> 13. November	19:00	<b>„Dirndelino“ Buchpräsentation</b> - Eine Reise durch das Pielachtal "GuK"-Stüberl Kontakt: Manuela Grasmann, 0664-1231357 
<b>Samstag</b> 14. November	13:00	<b>Duo Dart Turnier</b> Stockschützenanlage Rabenstein Veranstalter: ESV Union Raika Rabenstein Kontakt: Elfriede Hörmann, 0676-9539577 
<b>Sonntag</b> 15. November	08:30	<b>Konzertmusikbewertung</b> Rabensteiner "GuK" - VA-Saal Veranstalter: Musikverein Rabenstein Kontakt: Bgm. Ing. Kurt Wittmann, 0676-6378115 
<b>Montag</b> 16. November	18:00	<b>Entspannungstraining für Kinder</b> (Teilnahme kostenlos) Rabensteiner "GuK" - Raben-Saal Veranstalter: Gesunde Gemeinde Kontakt: Fritz Königsberger, 0650-4007627 
<b>Donnerstag</b> 19. November	19:00	<b>Filmabend - „Bei uns dahoam“</b> Rabensteiner "GuK" - VA-Saal Veranstalter: DuO Media Kontakt: Dorothea und Otto Winter, 0680-2003053 

**Samstag und Sonntag**

21. November und 15:00-21:00  
22. November 14:00-19:00

**Adventausstellung**

Gärtnerei Moser-Müller

Veranstalter: Team der Gärtnerei Moser-Müller  
Kontakt: Silvia Müller, 02723-2196

**Samstag**

21. November 13:30

**Preisschnapsen**

GH „Altes Brauhaus“

Veranstalter: SC Rabenstein  
Kontakt: Ing. Wilhelm Gruber, 0664-4449978



20:00

**My Way-Geburtstagsparty**

Cafe-Pub My Way

Kontakt: Alexander Hörmann, 0676-3557477

**Sonntag**

22. November 09:00

**Pfarrkaffee und weihnachtlicher Bastelmarkt mit Keksverkauf**

Pfarrsaal

Veranstalter: Pfarre Rabenstein  
Kontakt: Eva Braunsteiner, 0664-8708426 oder  
Gertrude Treitl, 02723-2421

**Montag**

23. November 18:30

**Kochkurs - „Vollkorn-Weihnachtsbäckerei“**

Rabensteiner Schulzentrum

Veranstalter: Bio-Laden Bauer  
Kontakt: Heike Bauer, 02723-26141

**Freitag**

27. November 19:00

**Rabensteiner Advent-Auftakt**

„Advent via friahra, nur a weng anders“

Rabensteiner „GuK“ - VA-Saal

Veranstalter: Adventmarkt Komitee  
Kontakt: Christian Lick, 0664-9423633

**Samstag und Sonntag**

28. November und 15:00-22:00  
29. November 14:00-19:00

**Rabensteiner Adventmarkt**

Oggersheimer-Platz

Veranstalter: Adventmarkt Komitee  
Kontakt: Christian Lick, 0664-9423633



28. November und 15:00-19:00  
29. November 14:00-18:00

**Weihnachtlicher Bastelmarkt mit Keksverkauf**

Rabensteiner „GuK“

Veranstalter: Pfarre Rabenstein  
Kontakt: Gertrude Treitl, 02723-2421

**Samstag**

28. November 15:00

**Rabensteiner Adventkino**

Rabensteiner „GuK“ - VA-Saal

Veranstalter: Adventmarkt Komitee  
Kontakt: Christian Lick, 0664-9423633



20:00

**Legendärer Oldie Abend**

Cafe-Pub My Way

Kontakt: Alexander Hörmann, 0676-3557477

**Sonntag**

29. November 16:00

**Lesung von Erika Pluhar**

Rabensteiner „GuK“ - VA-Saal

Veranstalter: Adventmarkt Komitee / Kulturnetz  
Kontakt: Christian Lick, 0664-9423633

**Montag**

30. November 19:00

**Vortrag von Prof. Hans Harms: Krise? Welche Krise?**

Hotel „Steinschalerhof“

Veranstalter: DI Johann Weiß, 02722-2281



jeden Montag	16:00 – 17:00	<b>Mädchenturnen</b> im Turnsaal vom Rabensteiner Schulzentrum	
jeden Montag	18:30 – 19:30 19:30 – 20:30	<b>Kneipp- Gesundheitsturnen</b> <b>Damen-Turnen</b> im Turnsaal vom Rabensteiner Schulzentrum	
jeden Montag 2., 9., 16., 23., 30. November 7., 14., und 18. Dezember	19:30 – 20:30	<b>Pilates</b> (8 Einheiten) im Rabensteiner "GuK" - Raben-Saal Anmeldung: Fritz Königsberger, 0650-4007627	
jeden Dienstag	18:45 – 20:45	<b>Yoga – for you</b> im Rabensteiner "GuK" - Raben-Saal Anmeldung: Gerhard J. Sonntag, 0676-4406522	
	19:45-20:45	<b>Kneipp-Gesundheitsturnern</b> im Turnsaal der Volksschule Tradigist	
jeden Donnerstag	16:00 – 17:00	<b>„Eltern-Kind-Turnen“</b> im Turnsaal vom Rabensteiner Schulzentrum Kostenbeitrag: 20,-- €	
jeden Donnerstag <b>ab 5. November</b>	18:00 – 21:00	<b>Damensauna</b> im Rabensteiner Schulzentrum	
jeden 2. Donnerstag	13:00 – 14:00	<b>Mutterberatung</b> am 12. November im Rabensteiner "GuK" - Raben-Saal	
Dienstag <b>10. November</b>	14:00 – ca. 17:00	<b>Senioren-Treff der Pfarre</b> im Pfarrsaal	
jeden Freitag <b>ab 13. November</b>	17:00 – 20:00	<b>Herrensauna</b> im Rabensteiner Schulzentrum	

**Ärzte - Wochenenddienste**

Sprengel: Rabenstein - Frankenfels



07. und 08. November	MR Dr. Rainer Krepp	02722 – 7200
14. und 15. November	Dr. Martin Brachinger	02725 – 400
21. und 22. November	Dr. Gerhard Lienbacher	02722 – 7300
28. und 29. November	Dr. Michael Stolz MAS	02723 – 2368

Termine des Ärztendienstes mit Vorbehalt!

**Gemeindeservice**

<b>Dienstag</b> 3. November	08:00 – 10:00	<b>Sprechtage des Kriegsopfer- und Behindertenverbandes</b> im Beratungsraum im 2. Obergeschoss mit Liane Radlbauer	
<b>Mittwoch</b> 4. November	18:00 – 19:00	<b>Bauberatung</b> mit Sachverständigen Ing. Johannes Hager im Beratungsraum im 2. Obergeschoss	
<b>Freitag</b> 6. November	13:00 – 17:00	<b>NÖLI-, Sperrmüll-, Alteisen, Altbatterien und Elektronikschrott</b> - Übernahme im Bauhof mit der Möglichkeit zur Entsorgung von Altreifen gegen Beitragsleistung bzw. Kostenersatz	
<b>Mittwoch</b> 11. November	17:00 – 18:00	<b>kostenloser Steuer-Sprechtage</b> von Rudolf Lick im Beratungsraum im 2. Obergeschoss	
<b>Donnerstag</b> 12. November	13:00	<b>Mutterberatung</b> Raben-Saal im Rabensteiner "GuK"	
<b>Freitag</b> 13. November	13:00 – 15:00	<b>kostenlose Rechtsberatung</b> von Dr. Lugert im Beratungsraum im 2. Obergeschoss	
<b>Mittwoch</b> 25. November	16:00 – 17:00	<b>kostenlose Sprechstunde</b> von Notar Mag. Alexander Winkler im Beratungsraum im 2. Obergeschoss	

Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	
<b>Dienstag</b> 8. Dezember	08:30	<b>Musikalische Gestaltung der Hl. Messe</b> Pfarrkirche Rabenstein Veranstalter: Gesangverein Rabenstein Kontakt: Dr. Ilona Hagmann, 02723-2294	
	14:00	<b>Besinnlicher Nachmittag</b> Rabensteiner "GuK" - VA-Saal Veranstalter: Seniorenbund Rabenstein Kontakt: Eleonore Grubner, 02723-2254	
<b>Sonntag</b> 13. Dezember	16:00	<b>Die unglaubliche Zaubershow für Jung &amp; Alt mit Tricky Niki</b> Rabensteiner "GuK" - Raben-Saal Veranstalter: Adventmarkt Komitee Kontakt: Christian Lick, 0664-9423633	
<b>Samstag</b> 19. Dezember		<b>Hirtenspiel</b> in der Tradigister Marienkapelle Veranstalter: Volksschule Tradigist Kontakt: Peter Hütthaler, 02722-7675	
<b>Sonntag</b> 20. Dezember	16:00	<b>Adventkonzert</b> Pfarrkirche Rabenstein Veranstalter: Musikverein Rabenstein Kontakt: Werner Schwaiger, 0676-6097586	
<b>Mittwoch – Hl. Abend</b> 24. Dezember	15:30 16:30 22:00	<b>Kindermette in der Pfarrkirche Rabenstein</b> <b>Kindermette in der Marienkapelle Tradigist</b> <b>Christmette in der Pfarrkirche Rabenstein</b>	
<b>Donnerstag</b> 31. Dezember	20:00	<b>My Way Silvesterparty</b> Cafe-Pub My Way Veranstalter: Team des Cafe-Pub My Way Kontakt: Alexander Hörmann, 0676-3557477	



3203 Rabenstein / P. Steinklamm 40  
Mobil: 0664/2147494  
Manfred.Paireder@gmx.at

Gebäudeinstandhaltung und Handel  
**Rund ums Haus – Service**

Biete Gartenarbeiten, wie Heckenschneiden Rasenmähen und Vertikutieren, Pflege von Obstbäumen, sowie div. Maurerarbeiten, z.B.: Grob und Feinverputz von Tür und Fenster, weiters Instandhaltungsarbeiten von Fassaden, Gartenmauern, ebenso Ausbesserungsarbeiten von Gartenzäunen ( Eisen oder Holz ).

Freue mich auf Ihren Anruf.



# Home-Fitness-News

## Leistungsdiagnostik als weiteres Top-Angebot bei PHFS

Es ist soweit: Ich darf stolz bekannt geben, dass *Personal Home Fitness Service* das bisherige Angebot erweitern konnte und nunmehr auch professionelle leistungsdiagnostische Überprüfungen in Form von Laufbandergometrien anbieten kann. Es wurden dabei keine Kosten und Mühen gescheut und erstklassige Gerätschaften angekauft, wie sie auch in modernen und großen Leistungszentren ihre Verwendung finden.

### Was versteht man unter Leistungsdiagnostik?

Dabei werden bei stufenweise gesteigerter Belastung die Herzfrequenz (Herzschläge pro Minute) und die Laktatkonzentration (Milchsäure im Blut) gemessen. Die beiden Parameter geben Aufschluss über die aktuelle körperliche Verfassung und die Korrelation zwischen den beiden Größen gibt Hinweise auf die individuelle Leistungsfähigkeit.

### Was kann der Sportler aus den Ergebnissen einer Leistungsdiagnostik ableiten?

1. **Fitnesssportler** werden sich durch die Erkenntnisse aus der Untersuchung vor Überforderungen und eventuellen sportbedingten Gesundheitsschäden schützen.
2. **Breitensportler** erfahren, bei welcher Herzfrequenz sie in welchem Stoffwechselbereich arbeiten. Das Ausdauertraining kann dadurch optimiert werden.
3. **Leistungssportler** können durch regelmäßige leistungsdiagnostische Untersuchungen ihren Trainingszustand beurteilen und Trainingseffekte bzw. Konditionsverbesserungen oder -verschlechterungen diagnostizieren.

Die Investition für eine Untersuchung (Dauer ~ 60 min) beläuft sich auf € 85,-.  
 Eine Untersuchung mit anschließender ausführlicher Beratung kostet € 105,-.  
 Ein Trainingsplan wird auf Wunsch individuell erstellt. (Keine pauschale Preisangabe möglich)



Informationen und Terminvereinbarungen erbitte ich wie gewohnt per Telefon, E-Mail oder im Internet zu erfragen.



**Mag. Stefan Schwaiger**  
Sportwissenschaftler

Tel.: +43 676/966 84 74  
 Web: [www.home-fitness.at](http://www.home-fitness.at)  
 e-Mail: [office@home-fitness.at](mailto:office@home-fitness.at)

## Schleckermarkt

Bei einem Lokalaugenschein konnte sich unser Bürgermeister Ing. Kurt Wittmann über die gelungene Gestaltung des Ausweichquartiers des Geschäftslokales der Firma Schlecker mit 6 Parkplätzen auf dem Gelände der Firma Prohaska überzeugen.

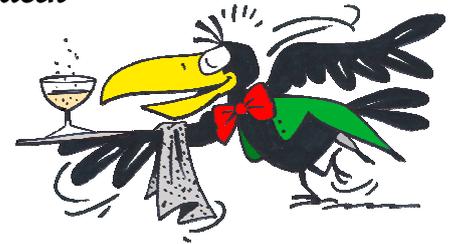
Unser Rabensteiner Ortsobershaupt freut sich über die Möglichkeit zur Ein-

lösung von Gemeindegutscheinen und Rabentaler ebenso wie das Engagement der Rabensteiner Kundenbetreuerinnen Sonja Pfeifer und Sabine Scholze-Simmel. Anstelle von Heike Roth, welche in die Kirchberger Filiale wechselt, verstärkt ab sofort Andrea Roth (Bild) aus Kirchberg das Rabensteiner Schlecker-Team.



**GASTHOF "ALTES BRAUHAUS" FAM. KRASSNIG**  
 Marktplatz 5 3203 Rabenstein Tel.: 02723/26162 oder 0664/1246761  
 für November und 3 Tage im Dezember 2009

- |            |         |   |
|------------|---------|---|
| Donnerstag | 5.11.:  | Gefülltes Schweinskarree mit Spätzle oder<br>Geb. Champignon mit Salat            |
| Freitag    | 6.11.:  | Pickelsteiner Entopf oder<br>Fischstäbchen mit Kartoffelsalat                     |
| Montag     | 9.11.:  | Griechische Putenrouladen mit Reis oder<br>Gemüseschnitzel mit Salat              |
| Dienstag   | 10.11.: | Schnitzel in Cornflakespanade mit Salat oder Germknödel                           |
| Mittwoch   | 11.11.: | Kümmelbraten mit Knödeln oder Moussakka mit Salat                                 |
| Donnerstag | 12.11.: | Bachhendl mit Salat oder Grenadiermarsch mit Salat                                |
| Freitag    | 13.11.: | Geb. Fischfilet mit Kartoffelsalat oder<br>Käseknödel auf Tomatensauce            |
| Montag     | 16.11.: | Burgunder Rindsbraten mit Kroketten oder<br>Eiernockerl mit Salat                 |
| Dienstag   | 17.11.: | Ananascordonbleu mit Salat oder Nudeln<br>Kräuterrahmnudeln mit Salat             |
| Mittwoch   | 18.11.: | Faschierter Braten mit Püree oder<br>Bauerntoast mit Salatgarnitur                |
| Donnerstag | 19.11.: | Spieß mit Pommes und Gemüse oder<br>Kaiserschmarxn mit Kompott                    |
| Freitag    | 20.11.: | Grammelknödel mit Krautsalat oder<br>Risipisi mit Putenstreifen                   |
| Montag     | 23.11.: | Schnitzel in Backteig mit Salat oder<br>Kartoffelgulasch mit Gebäck               |
| Dienstag   | 24.11.: | Cevapcici mit Pommes und Krautsalat oder Bunter Spätzletopf                       |
| Mittwoch   | 25.11.: | Knoblauchkoteletts mit Bratkartoffeln oder<br>Topfennockerl mit Fruchtmus         |
| Donnerstag | 26.11.: | Szegediner Krautfleisch mit Kartoffeln oder<br>Champignonsauce mit Tiroler Knödel |
| Freitag    | 27.11.: | Fischlaibchen auf Dillsauce mit Reis oder<br>Gemüsenudeln in Gorgonzolasauce      |
| Montag     | 30.11.: | Surschnitzel mit Salat oder Schnittlauchnockerl mit Salat                         |
| Dienstag   | 1.12.:  | Koteletts in Pfeffersauce mit Gemüsereis oder Chili con carne                     |
| Mittwoch   | 2.12.:  | Geschnetzeltes mit Nudeln oder Palatschinkenauflauf                               |
| Donnerstag | 3.12.:  | Naturschnitzel mit Nudeln oder Geröstete Leber mit Salat                          |



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

Zum **200. Geburtstag**



von **Felix Mendelssohn-Bartholdy**  
Astrid Sulz (Cello) und Liselotte Ott (Klavier)

**07.11.2009**  
**GuK Rabenstein**  
**20:00 Uhr**

VVK + AK: € 9,--  
erhältlich Kartenbüro/Gemeindebücherei Rabenstein  
[www.kulturnetz-rabenstein.at](http://www.kulturnetz-rabenstein.at)  
... da ist Kultur drin ...



7000-400-8304 Dorfvereinsvorsitzende "Rabenstein aktiv" / Kulturnetz Rabenstein, Baum Inn, Kurt Wittmann, Tel.: 02723/22561-13

# Filmabend

Donnerstag 19. November 2009 um 19.00 Uhr

**GuK** Rabensteiner Gemeinde Kulturzentrum  
Eintritt: Freiwillige Spende

Hier sind Filme zu sehen, die sonst nirgendwo das Licht der Leinwand erblicken



**Doris und Otto Winter zeigen Bei uns dahoam**

**Eisen auf immerdar**  
von M&H Kristinus und M.Lauer

Auf den Spuren der Eisenstrasse, wo heute wieder die Eisen glühen

**Verschwundene Wege**  
von Uta Birk

Josef Stern aus Hafnerbach erforscht die alten Römerwege

**Kunst - Natur**

Das faszinierende Medium Glas beschäftigt den Künstler Michael Waldherr

**Kein Jahr wird einem zweimal geschenkt**

Die Vergänglichkeit des Lebens von der Kindheit bis ins hohe Alter



*Advent wia friara, nua aweng aunders*

von **art of voice**  
POP ACAPPELLA PUR

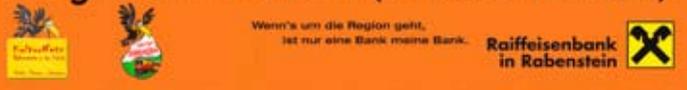
mit **molzka brass**  
chor der hs grünau-rabenstein  
sprecher: paul ablasser

im **GuK** Gemeinde Kulturzentrum  
rabenstein an der pielach

VVK: € 10,- / AK € 12,-  
Kinder bis 6 Jahre: drei / bitte Plankarten holen!!!  
bis 16 Jahre: € 6,-  
erhältlich bei Raika Region St. Pölten  
und Gemeindebücherei Rabenstein

**27.11.2009**  
beginn: 20:00 uhr (einlass: 19:00 uhr)

Wenn's um die Region geht,  
ist nur eine Bank meine Bank. Raiffeisenbank in Rabenstein



Kulturnetz Rabenstein / Rabensteiner Advent, Christian Lück, 02723/9421033

**ERIKA PLUHAR** 

liest *Die Stille Zeit*

Festliche Ruhe; die Zeit scheint still zu stehen, der Alltag macht Pause; draußen Kälte und drinnen leuchtende Kerzen; Träume und Hoffnungen, die sich erfüllen.



Karten: € 12,-- erhältlich in der Gemeindebücherei Rabenstein und beim Infostand am Rabensteiner Adventmarkt

**29.11.2009**  
beim Rabensteiner Adventmarkt  
**GuK** Gemeinde Kulturzentrum  
Rabenstein an der Pielach **Beginn: 16:00 Uhr**

[www.kulturnetz-rabenstein.at](http://www.kulturnetz-rabenstein.at)



Kulturnetz Rabenstein / Rabensteiner Advent, Christian Lück, 02723/9421033

# Die Gemeindevertretung gratuliert



...**Friederike Bieder**, Deutschbach 28, zum 80. Geburtstag am 19. September



...**Birgit und Karl Stöckl**, Dorf-Au 25, zur Geburt ihrer Tochter **Sophie** am 10. Oktober



...**Elfriede Waldhäusl**, Ramsteinstraße 27, zum 80. Geburtstag am 25. September

...**Valerie Glösel**, St. Pöltner Straße 5, zum 80. Geburtstag am 27. September

...**Hertha Brustmann**, Königsbach 1, zum 80. Geburtstag am 30. September

...**Rosa und Franz Neubauer**, Prielwiesgasse 5, zur Goldenen Hochzeit am 2. Oktober



...**Sabrina und Hubert Kalteis**, Tradigist 109, zur Geburt ihres Sohnes **Fabian** am 17. Oktober



...**Andrea und Bernhard Heindl**, Dorf-Au 18, zur Geburt ihres Sohnes **Matthias** am 18. Oktober



...**Franz Steinwendtner**, Bergstraße 8, zum 85. Geburtstag am 7. Oktober



...**Josefa und Karl Singer**, Tradigist 21, zur Goldenen Hochzeit am 20. Oktober



...**Mag. Andrea Schwaiger**, Bahnhofstraße 3, zur mit Auszeichnung bestandenem Magistra der Künste.

## Sterbefälle

Wir betrauern das Ableben unserer Gemeindebürger:



...**Hermine Schaller**  
Buchengasse 17, am 27. September



...**SR Erich Gruber**,  
ehem. HS-Direktor  
Türnitz, am 3. Oktober

## 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](mailto:k.wittmann@rabenstein.gv.at)  
[www.rabenstein.gv.at](http://www.rabenstein.gv.at)

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