



Niederwinklinger Nachrichten
Aktuelle Informationen aus der Gemeinde.



- **Fa. Maxit am 25. November 2020 im ZDF**
- **Umzug ins Winklinger Nesterl**
- **Nikolaus auf Anruf**
- **Christbaumverkauf am Dorfplatz**

Foto: Sören Rytak



Grüßwort des Bürgermeisters zu Weihnachten und zum Jahreswechsel

„Der wahre Reichtum, des san' unsere Leit“

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

unsere Gedanken sind bereits auf die anstehenden Weihnachtsfeiertage und den Jahreswechsel gerichtet. Sicher werden wir dabei aber auch auf das sich zu Ende neigende Jahr zurückschauen. Ein Jahr, das uns sicherlich in Erinnerung bleiben wird. Planungen und Vorhaben wurden eingeschränkt bzw. mussten sogar aufgegeben werden.

Unser Leben ist seitdem bestimmt vom Corona-Virus.

Ein Rückblick auf die letzten Monate in unserer Gemeinde macht aber sehr viel Mut. Unsere Gemeinde kann sehr stolz sein auf unsere Bürger/-innen, unsere Vereine und Institutionen, die Unternehmen und vor allem unsere Jugend.

Sie haben alle mit ihren Ideen, Initiativen, Spenden und Unterstützungen das Fundament der Gemeinde sind. Unser aller Respekt gebührt denen, die die Herausforderungen der letzten Monate, in welcher Form auch immer, gemeistert haben.

Unser Winkling-Lied enthält hier dazu die passende Zeile: „Der wahre Reichtum, des san' unsere Leit“.

Ich möchte mich daher im Namen der Gemeinde bei Euch allen für die geleistete Unterstützung sowie das umsichtige, rücksichtsvolle und vorbildliche Verhalten bedanken. Sie alle haben dazu beigetragen, dass wir als Gemeinschaft bislang durch diese schwierige Zeit gekommen sind.

Dennoch werden wir auch in den nächsten Monaten vor die eine oder andere Herausforderung gestellt. Ich bin mir sicher, dass wir diese Zeit bewältigen können, wenn wir gemeinsam und mit gegenseitigem Respekt zusammenhalten.

Für die anstehende Weihnachtszeit wünsche ich allen besinnliche und erholsame Tage, ein gutes neues Jahr, in dem sich Ihre Wünsche, Vorsätze und Hoffnungen erfüllen. Ganz besonders wünsche ich Ihnen ein gesundes Jahr.

Ihr Bürgermeister

Hees Ludwig
Ludwig Waas

ab Seite

04



ab Seite

18



ab Seite

26



ab Seite

46



ab Seite

50



ab Seite

62



Kommunales

Neue Auszeichnung für Niederwinkling
Gemeinderäte verabschiedet
Videokonferenz mit Hubert Aiwanger
Bürgersprechstunde

Wirtschaft

Deutscher Zukunftspreis für Fa. Maxit
60 Jahre Wallstabe & Schneider
Jubiläum der Metzgerei Kammerl
Heinert wird 50 Jahre

Gemeindeleben

Neues aus unseren Vereinen
Verstärkung für Zahnarztpraxis –
Dr. Fleischmann
Interkommunale Zusammenarbeit
Aktionen in der Seniorenbetreuung

Freie Zeit

Winkling kocht
Aktuelles aus der Bücherei

Wissenswert

Infos zur Influenza
Boni Bus
Energiefibel für Bauherren

Update

Dreharbeiten in Niederwinkling
Endlich Angstfrei
Logopädie – Schlaflosigkeit überwinden



Foto: Bsp. Stadtverwaltung für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten

Bayerischer Staatspreis 2020 für Niederwinkling

Ministerium zeichnet Gemeinde für vorbildliche Stärkung der Ortsmitte aus

In Corona-Zeiten ist alles ein bisschen anders als sonst. Zunächst begann Ende letzten Jahres das Nominierungsverfahren zum Bayerischen Staatspreis 2020 „Land- und Dorfentwicklung“ nach dem gewohnten Prozedere. Alle zwei Jahre schreibt das Bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten den Staatspreis „Land- und Dorfentwicklung“ aus.

Aufgrund der Erfolge mit der Dorf-erneuerung und dem auch daraus weiter bestrittenen Weg mit dem Dorf- und Begegnungszentrum wurde die Gemeinde Niederwinkling vom Amt für Ländliche Entwicklung in der Kategorie „Umfassende Leistungen zur Stärkung des ländlichen Raums“ gemeldet. Noch im Februar 2020 wurde mitgeteilt, dass Niederwinkling ausgewählt worden ist und damit am Wettbewerb mit 10 weiteren Gemeinden teilnimmt.

Der Bereisungsplan der Jury war auch bereits aufgestellt. Die Bewertungskommission wäre am 12. Mai 2020

um 08.00 Uhr in Niederwinkling eingetroffen. Ein zweistündiger Rundgang durch Niederwinkling war eingeleitet.

Auch der Termin für die zentrale Veranstaltung mit der Verleihung des Staatspreises war bereits auf den 22. Oktober 2020 terminiert.

... und dann kam Corona.

Am 3. April wurde zunächst die Bereisung abgesagt.

Die Bewertung der einzelnen Gemeinden erfolgte daraufhin mittels der eingereichten Wettbewerbsunterlagen.

Mit einem Glückwunschschreiben vom 04.08.2020 gratulierte die Bayerische Staatsministerin Frau Michaela Kaniber der Gemeinde Niederwinkling zum Sonderpreis in der Kategorie 1 – Umfassende Leistungen zur Stärkung des ländlichen Raums. Der Preis wird verliehen für die vorbildliche Stärkung der Ortsmitte durch das Bürgerzentrum und die Schaffung von sozialem Wohnraum und Seniorenbetreuung durch die Gemeinde (Auszug aus der Würdigung

der Bewertungskommission).

Die Bayer. Staatsministerin Frau Kaniber gratulierte auch den engagierten Bürgerinnen und Bürgern zu der ausgezeichneten Leistung, verbunden mit der besonderen Freude über das hohe und unermüdete Engagement, sowie den vielen Ideen.

Die Beispiele zeigen, dass in der Verantwortungsgemeinschaft von Bürgern, Kommunen und Verwaltung bei der Entwicklung des ländlichen Raumes in Bayern herausragende Ergebnisse erzielt werden, so die Ministerin. Der Sonderpreis ist mit einer Prämie von 6.000 Euro dotiert.

Die Auszeichnung der Preisträger nimmt die Bayerische Staatsministerin für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten im feierlichen Rahmen der Münchner Residenz vor. Die ausgezeichneten Projekte werden in einer Publikation dokumentiert.

Diese Veranstaltung ist mittlerweile abgesagt bzw. zunächst auf das Frühjahr 2021 verschoben worden.

Wissenswertes zum Bayerischen Staatspreis:

Der ländliche Raum ist für mehr als die Hälfte der bayerischen Bevölkerung Heimat hoher Lebensqualität. Dörfer, Gemeinden und Regionen verfügen über vielfältige Potenziale. Um diese nutzen zu können, müssen aktiv die Herausforderungen angenommen und die Chancen ergriffen werden.

Die Bayerische Staatsregierung setzt zur Stärkung des ländlichen Raums intensiv auf die Ländliche Entwicklung. Mit großem Interesse und Engagement beteiligen sich die Bürgerinnen und Bürger an den durch die Ländliche Entwicklung ausgelösten und begleiteten Entwicklungsprozessen, planen und gestalten ihren Lebensraum in Dorf und Landschaft gerne selbst aktiv mit.

Das Bayerische Staatsministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten zeichnet besonders gelungene Projekte mit Staatspreisen aus. Damit werden gleichzeitig das große Engagement und die Eigenverantwortung von Bürgerinnen und Bürgern für ihre Heimat, sowie für die Baukultur und einen lebenswerten ländlichen Raum in Bayern gewürdigt. Der Wettbewerb „Staatspreis Ländliche Entwicklung“ findet jährlich und alternierend zwischen „Dorf- und Landentwicklung“ und „Dorf-erneuerung und Baukultur“ statt.

Ziele des Wettbewerbs

Mit dem „Staatspreis – Landentwicklung und Dorfentwicklung“ werden herausragende gemeinschaftliche und öffentliche Leistungen in Projekten der Ländlichen Entwicklung gewürdigt. Sie sollen damit Beispielwirkung erlangen und zugleich den ganzheitlichen Planungsansatz der Ländlichen Entwicklung verdeutlichen.

Teilnahme am Wettbewerb

Einreichungen erfolgen durch die Ämter für Ländliche Entwicklung in Kooperation mit den Teilnehmergemeinschaften oder anderen Projektträgern. Teilnahmeberechtigt sind Projekte der Ländlichen Entwicklung. Bei diesen Projekten einschließlich deren Vorbereitung kann es sich um Gesamtvorhaben der Ländlichen Entwicklung oder um Teilprojekte, Aktionen und Initiativen sowie um Planungs- und Entwicklungsprozesse im Zusammenhang mit solchen Vorhaben handeln. Alle vorgeschlagenen Projekte müssen auf die Grundsätze der Nachhaltigkeit ausgerichtet sein und dem Ansatz einer aktiven Bürgergesellschaft gerecht werden.

Auszeichnung der Projekte

Die eingereichten Projekte wurden von einer Jury bewertet. Auf Vorschlag der Jury erkennt die Bayerische Staatsministerin für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten Staatspreise oder Sonderpreise zu. Die Auszeichnungen werden mit unterschiedlichen Geldprämien bedacht. Zudem erhalten alle Teilnehmer eine Urkunde.

Um der Unterschiedlichkeit hinsichtlich Themenbereichen, Größenordnung und Komplexität der gemeinschaftlichen und öffentlichen Projekte gerecht zu werden, werden die „Staatspreise Land- und Dorfentwicklung“ zur Stärkung des ländlichen Raums in drei gleichrangigen Kategorien vergeben.



Fünf verdiente Gemeinderäte verabschiedet



Foto zeigt die ausgeschiedenen Gemeinderäte beim Eintrag in das Goldene Buch der Gemeinde Niederwinkling vorne stehend von links nach rechts ehemalige 2. Bürgermeister Günter Kellermeier, Bürgermeister Ludwig Waas, hinten stehend von links nach rechts: Josef Hiendl, Barthl Sagstetter, Lothar Kammerl und Johann Altschäffl. Foto: Norbert Neudorfer

Ehrung für ausgeschiedene Gemeinderäte

Wegen der Corona-Pandemie hat es längere Zeit gedauert, bis Bürgermeister Ludwig Waas fünf altgediente Kommunalpolitiker würdig verabschieden konnte. Am 06. Oktober 2020 wurden im Dorf- und Begegnungszentrum unter den geltenden Hygienevorschriften der zweite Bürgermeister und langjährige Gemeinderat Günter Kellermeier sowie die Gemeinderäte Johann Altschäffl, Josef Hiendl, Lothar Kammerl und Barthl Sagstetter verabschiedet und entsprechend gewürdigt. Sie alle haben zur positiven Entwicklung der Gemeinde Niederwinkling mit grossem Verantwortungsbewusstsein und ständiger Einsatzbereitschaft ihren Beitrag geleistet. Zu dem Festabend waren auch die Ehefrauen der ausgeschiedenen Gemeinderäte eingeladen.

In seiner Laudatio sagte Bürgermeister Ludwig Waas, eine Verabschiedung verdienter Gemeinderatsmitglieder sei eine besondere Veranstaltung. Ein Lebensabschnitt endet, der von Arbeit für die Bürger und Einbringen

in die Gesellschaft geprägt war. Eine Kommune ist auf Mitbürger angewiesen, die Verantwortung übernehmen und Kompromisse eingehen. Im Niederwinklinger Gemeinderat gab es schon immer heisse Diskussionen, wobei alle Fakten auf den Tisch kamen und Entscheidungen von allen Seiten beleuchtet wurden. Aber, wenn eine Entscheidung gefallen ist, wurde sie auch vollzogen, dies ist vertrauenswürdige Gemeinderatsarbeit, so die Worte von Bürgermeister Ludwig Waas. Dann lies er die Höhepunkte der Amtszeit der ausgeschiedenen Gemeinderäte Revue passieren. Herausragende Ereignisse waren die Abwasserbeseitigung Waltendorf, der Bau der Hochwasserentlastung Welchenberg, der Bau zahlreicher Regenrückhaltebecken, die Dorferneuerung in allen Ortsteilen, die Ansiedlung vieler Firmen im Industrie- und Gewerbegebiet Schaidweg, die Sanierung der Kläranlage und des Freibades, der Bau des Feuerwehrhauses in Niederwinkling, Haid und Waltendorf, die

Planung des Dorfplatzes mit Bau des Bürgerhauses, die Neugestaltung der Dorfplätze in Waltendorf und Welchenberg, der Ausbau der Infrastruktur im gesamten Gemeindebereich, die Neukonzeption des ehemaligen Molkereigeländes in ein Dorf- und Begegnungszentrum, die Sanierung des Kindergartens und der Grundschule, die Gründung des Kommunalunternehmens, die Ausweisung mehrerer Baugebiete, der Ausbau der ärztlichen Versorgung mit Apotheke, der Ausbau der Geh- und Radwege sowie der Sportanlagen und der Neubau der Kinderkrippe. Für die geleistete Mitarbeit sprach Bürgermeister Ludwig Waas im Namen des Gemeinderates den ausgeschiedenen Gemeinderäten Lob und Anerkennung aus, die mit dem Eintrag in das Goldene Buch der Gemeinde Niederwinkling gewürdigt wurde.

Günter Kellermeier war von 1990 bis 2014 Gemeinderat und fungierte von 2014 bis 2020 als zweiter Bürgermeister der Gemeinde Niederwinkling. Er war somit dreiflig Jahre in der Kommunalpolitik tätig. Zu Beginn seiner Amtszeit war er Jugendsprecher und von 1996 bis 2014 Vorsitzender des Rechnungsprüfungsausschusses. Ferner war er in verschiedenen Ausschüssen tätig, Mitglied der Verwaltungsgemeinschaftsversammlung und Verwaltungsrat des Kommunalunternehmens. Im Jahre 2010 bekam er die Bürgermedaille in Silber und 2016 wurde er mit der Bürgermedaille in Gold ausgezeichnet. Bürgermeister Waas hob seinen arbeitsintensiven

und unermüdlichen Einsatz für die Gemeinde hervor, die von grossem Wissen und Fachkompetenz geprägt war. Er war ein hervorragender Stellvertreter des Bürgermeisters; er hat das Vertrauen der Bürger gewonnen und den Ortsteil Waltendorf immer gut vertreten.

Johann Altschäffl war achtzehn Jahre von 2002 bis 2020 im Gemeinderat vertreten. Im Jahre 2016 erhielt er die Bürgermedaille in Silber. Er war Mitglied im Bau-, Finanz- und Dorfentwicklungsausschuss, Ehrungsausschuss und im Ausschuss Donauausbau-Hochwasserentlastung. Bei der Dorferneuerung Waltendorf, die mittlerweile abgeschlossen ist, hat er große Verantwortung übernommen. Josef Hiendl war zwölf Jahre von 2008 bis 2020 Mitglied des Niederwinklinger Gemeinderates. Er war im Bau-, Finanz- und Dorfentwicklungsausschuss, im Festausschuss und von 2014 bis 2020 Vorsitzender des Rechnungsprüfungsausschusses. Er hat sich große Verdienste bei den baulichen Tätigkeiten und Gestaltung des Dorfplatzes in Welchenberg, bei den Vereinen und bei der Kirchenverwaltung Welchenberg erworben. Ihn zeichnen Ruhe und Gelassenheit aus, Ziele hat er immer hartnäckig verfolgt.

Achtzehn Jahre lang von 2002 bis 2020 war Metzgermeister Lothar Kammerl im Gemeinderat. Ihn bezeichnete Bürgermeister Ludwig Waas als überzeugten Vertreter des Handwerks, der seinen Berufsstand mit Leib und Seele lebt. Er war anfangs Jugendspre-

cher, von 2002 bis 2020 Mitglied des Rechnungsprüfungsausschusses, des Weiteren Mitglied der Schulberatersversammlung Schwarzach und Verwaltungsrat des Kommunalunternehmens. Im Jahre 2016 erhielt er die Bürgermedaille in Silber. Er war auch bereit Verantwortung bei den Vereinen zu übernehmen, insbesondere bei der Freiwilligen Feuerwehr Niederwinkling, wo er als Vorsitzender fungierte. Barthl Sagstetter war zwölf Jahre von 2008 bis 2020 Mitglied des Gemeinderates und setzte sich für die Belange der Niederwinklinger Bürger voll ein. Er war im Bau-, Finanz- und Dorfentwicklungsausschuss, Ehrungsausschuss und Rechnungsprüfungsausschuss vertreten. Außerdem war er Mitglied der Schulberatersversammlung Niederwinkling-Mariaposching. In seiner Funktion als Ortsvorsitzender der CSU gab es auch Diskussionspunkte, bis die richtigen Entscheidungen im Sinne der Kommune getroffen wurden, so Bürgermeister Waas. Bei den Beschlüssen des Gemeinderates wurde immer ein Kompromiss gefunden.

Zum Schluss der offiziellen Feier forderte Bürgermeister Ludwig Waas die ausgeschiedenen Gemeinderäte auf, sich auch weiterhin aktiv in das Gemeindeleben und in die Gesellschaft einzubringen. Als Abschiedsgeschenke erhielten sie eine Dankurkunde, einen Präsentkorb und Schreibutensilien der Gemeinde; die Ehefrauen wurden mit einem Blumenstrauß bedacht. Mit einem gemütlichem Beisammensitzen endete die Feier.

Gemeinden aus ganz Bayern zu Besuch

Corona verhindert den ersten ausländischen Besuch

Langsam füllt sich die Besucherlandkarte. Und immer wieder taucht die Frage auf: „Wie habt ihr das gemacht?“ In den vergangenen Jahren konnten schon etliche Vertreter von Kommunen und Sozialverbänden in Niederwinkling begrüßt werden. Doch im März wirbelte Corona so manchen Termin aus dem Kalender. Lediglich die Gemeinden um Lalling waren noch zu Gast (siehe letzte Ausgabe). Im September bzw. Oktober war es dann unter Einhaltung der Corona-Schutzmaßnahmen wieder soweit. Bürgermeister Leo Meier mit einer Delegation aus der Gemeinde Röhnbach waren nun bislang im Herbst die letzten Besucher. Angefangen hat es mit dem Markt Burgheim aus dem Landkreis Neuburg-Schrobenhausen, die mit 12 Personen, dem Lenkungsausschuss der Gemeinde, angereist sind. Der Markt Burgheim möchte ebenfalls ein Kommunalunternehmen gründen, um die kommunale Infrastruktur weiter auszubauen. Insbesondere den sozialen Wohnungsbau will die Gemeinde in Oberbayern forsieren. „In Niederwinkling will man sich wichtige Informationen und Ideen holen. Wir setzen hier auf die Professionalität“, ließ das Gemeindeoberhaupt verlauten. Landtagsabgeordneter Manfred Eibl aus Perlesreut organisierte ebenfalls im September eine Exkursion mit Vertretern aus den Gemeinden Grafenau, Perlesreut, Salzweg und der Geschäftsleiterin der ILE Ilzer Land nach Niederwinkling.

Die kommunale Allianz Aurach-Zenn, eine Arbeitsgemeinschaft aus sieben mittelfränkischen Kommunen aus dem Landkreis Neustadt/Bad Windsheim, reiste mit 14 Vertretern an. Organisiert wurde der Besuch von der Bürgermeisterin Frau Dr. Birgit Kreß aus dem Markt Erlbach. Den „Geheimtipp“ hat sie von ihrem Vorgänger erhalten, der die Gemeinde Niederwinkling schon längere Zeit beobachtet hatte.

Am 10. September wurde Vorstand Christian Pfeffer von der Fachstelle für Senioren und Menschen mit Behinderung in das Landratsamt Rhön-Grabfeld als Referent zur Bürgermeisterbesprechung eingeladen. Rhön-Grabfeld ist der nördlichste Landkreis Bayerns an der Grenze zu Hessen und Thüringen. Unter dem Motto „Impulse-Ideen-Infos – vom Bürgerzentrum bis hin zur Pflege“ waren im Großen Sitzungssaal auf Einladung von Herrn Landrat Thomas Habermann zahlreiche Vertreter aus Kommunen, Pflegedienstleister, Behörden und Sozialverbände eingeladen. In den einleitenden Worten stellte Herr Landrat Habermann fest, wie sich die Zeiten in den Rathäusern in Bayerns Kommunen verändert haben. So richtet sich die soziale Daseinsvorsorge von den Kindern immer mehr auf den Bereich Senioren. Die kommunalen Vertreter sind vor neuen Herausforderungen gestellt. Großes Interesse zeigten die Besucher vor allem am Seniorenbetreuungskonzept der Ge-

meinde Niederwinkling, dass vor allem mit dem Quartiersmanagement eine hohe Qualität erreicht hat. Die Vertreterin der Regierung von Unterfranken lobte in der anschließenden Diskussionsrunde das Engagement der Gemeinde Niederwinkling gerade im sozialen Wohnungsbau und appellierte an die anwesenden Kommunalvertreter dem Beispiel von Niederwinkling zu folgen. Dies wäre auch eine Aufgabe der allgemeinen Daseinsvorsorge, ausreichend Wohnraum zu schaffen.

Mit 3 Stunden plus X ist an Zeitbedarf zu rechnen, da neben vielen Fragen auch immer ein Rundgang durchs Dorf ansteht.

Ein großer Besuch fiel im Herbst aus Corona-Gründen aber ins Wasser. Der Oberösterreichische Gemeindebund aus Linz, Vertreter der Gemeinden im Bundesland Oberösterreich, wollte nach Niederwinkling anreisen. Bereits im Frühjahr wäre der Termin angesetzt gewesen. Doch die aktuelle Entwicklung verhinderte damals wie jetzt den Besuch. Nun ist für das kommende Jahr der Besuch geplant.



Konzeptvorstellung -
Markt Burgheim



Landratsamt Rhön Grabfeld



Markt Röhnbach



Kommunale Allianz
Mittelfranken



Grafenau, Salzweg, Perlesreut, ILE Ilzer Land

Stellw. Ministerpräsident

Hubert Aiwanger online im Begegnungszentrum

Andere Zeiten erfordern andere Kommunikationswege

Die Mikrofone stehen eingeschaltet an den Stehtischen bereit, die Videokamera läuft und die Leinwand ist in Position.

Aus dem Büro des Wirtschaftsministers Hubert Aiwanger meldet sich seine Assistentin zum abschließenden Verbindungstest bevor es losgeht. Die Leitung nach München steht. Es kann losgehen.

Und schon kommt der Wirtschaftsminister ins Bild und begrüßt die teilnehmenden Bürgermeister und Wirtschaftsvertreter, die sich auf Einladung von Bezirksrat und 1. Bürgermeister Waas im Mehrzwecksaal des Begegnungszentrums versammelt haben. Ein kleiner Kreis zwar, denn die Corona-Regeln lassen nichts anderes zu, der aber stellvertretend für viele andere die aktuell brennenden Themen und Probleme im ländlichen Raum vorstellt.

Über eine Stunde dauert die Videokonferenz am 09.11.2020. Ursprünglich war der Termin für den 30.10.2020 angesetzt. Das Treffen sollte in Haigrub stattfinden. An diesem Tag wurden aber die ab November geltenden Maßnahmen verkündet und so musste dieser Termin abgesagt werden.

Die Konferenz-Runde wurde vom 1. Bürgermeister Hans-Jürgen Fischer aus Offenberg eingeleitet, der zusammen mit dem Geschäftsführer der Firma STEAMERGY GmbH & Co. KG Ro-



Foto: Christian Pfeiffer

bert Duschl erschienen ist. Sie hatten bei Bürgermeister Waas angefragt und gebeten, diesen Termin zu organisieren.

Das dezentrale Dampfkraftwerk der STEAMERGY GmbH ist eine Weltneuheit der dezentralen CO₂-neutralen Energieversorgung. Es kann mit jeglicher Art von regenerativen biogenen Festbrennstoffen befeuert werden. Das Herzstück sind die firmenintern entwickelten Dampfmotoren, die so effizient und betriebssicher arbeiten wie ein Großkraftwerk. Die Pilotanlage liefert bereits Wärme, Kälte und Strom für 93 Haushalte, kommunalen Einrichtungen und für das Schloss zu Moos sehr zuverlässig.

Die dargestellten Fakten stießen bei Wirtschaftsminister Aiwanger auf offene Ohren, da der Einsatz dieser Technologie dazu beitragen kann, die CO₂-neutrale Energieversorgung Bayerns bis zum Jahr 2050 zu gewährleisten.

An Interesses ist aus dem Silicon Valley mangelt es nicht, doch das Unternehmen möchte das Projekt und die

Technologie hier in unserer Region umsetzen und vorantreiben. Die Umsetzung würde neue Arbeitsplätze schaffen. Diese Technologie wäre sogar in der Automobilindustrie einsetzbar. Wirtschaftsminister Aiwanger sicherte seinen baldigen Besuch mit Experten aus seinem Ministerium zu.

Bürgermeister Waas informierte anschließend über den aktuellen Stand der interkommunalen Zusammenarbeit im Bereich Abwasser. Mittlerweile haben an die ca. 15 Gemeinden bereits ihr Interesse bekundet. Sowohl der Bayerische Gemeindetag, das Wasserwirtschaftsamt als auch die Regierung von Niederbayern konnten bereits von der innovativen Idee überzeugt werden und haben ihre Mitarbeit angeboten.

Eine Kernaufgabe dieser Zusammenarbeit ist die gesetzlich geforderte Umsetzung von Kanalinspektionen und Dichtigkeitsprüfungen sowie auch verschiedene technische Überwachungsfunktionen im Abwasserbetrieb. Grundlage dafür ist die sog.

Eigenüberwachungsverordnung, in der eine Vielzahl von Aufgaben aufgelistet sind, die jede einzelne Gemeinde zu erledigen hat. Im Rahmen einer interkommunalen Zusammenarbeit sollen hier eine effizientere und fachgerechte Erledigung sichergestellt werden. Wirtschaftsminister Aiwanger zeigte sich beeindruckt von der Innovation und sicherte eine Umstimmung mit dem zuständigen Umweltministerium bzw. mit Herrn Staatsminister Glauber zu, um von Seiten der Ministerien hier Unterstützung anbieten zu können.

Ein heikles Thema folgte zum Abschluss der Videokonferenz. Die anwesenden Bürgermeister sprachen die Probleme bei der Breitband- und Mobilfunkerschließung an. 3. Bürgermeister Kluge aus Perasdorf spricht die inakzeptable Situation insbesondere im Gemeindeteil Haigrub an. Hier besteht lediglich die Möglichkeit einer Grundversorgung über Funk. Die Qualität sowie die Stabilität des Versorgungsnetzes sinkt zusehends. Gerade in diesem Jahr, in dem Home-Schooling und

Eigenüberwachungsverordnung, in der eine Vielzahl von Aufgaben aufgelistet sind, die jede einzelne Gemeinde zu erledigen hat.

Home-Office stark in den Fokus gerückt sind, zeigt sich das Dilemma einer Unterversorgung besonders drastisch. Da helfen auch die Förderprogramme in dieser Form nicht aus.

Dieser Aussage schließen sich die anwesenden Bürgermeister an. Insbesondere Urban Andreas aus Wiesenfelden musste hier leidvolle Erfahrungen machen. Er habe nun drei Fördermöglichkeiten durch und das Angebot der Telekom als einzigen Anbieter konnte sich die Gemeinde schlicht und einfach nicht leisten. Bürgermeister Manfred Rainer aus Rattiszell berichtet dazu, dass zum Teil überhaupt keine Angebote mehr abgegeben werden. Fischer Matthias, Bürgermeister aus Kirchroth, ergänzt aus den gemachten Erfahrungen, dass die Fakturierung der flächenmäßigen Versorgung im Wege steht.

Die Lebensqualität auf dem Land sinkt mit dieser Unterversorgung rapide. Um mit den Städten mithalten zu können, muss hier schleunigst etwas passieren. Als kleine Gemeinde fehlen neben Fachpersonal auch grundsätzlich die Möglichkeiten, mit den Telekommunikationskonzernen auf Augenhöhe verhandelt zu können.

Ort wird man im Regen stehen ge-

lassen bzw. man ist von der aktuellen Geschäftspolitik der Konzerne abhängig. Bürgermeister Waas spricht dazu auch die eigenen Erfahrungen an. So wollte die Telekom das neue Baugebiet aus Wirtschaftlichkeitsgründen nicht mit Glasfaser erschließen. Wenn überhaupt, wäre eine Kupferleitung verlegt worden. Das Baugebiet bzw. der zukünftige Nutzerkreis sei einfach zu klein. Die Gemeinde hat daraufhin einen Teil der Kosten übernommen, damit auch die neuen Bauparzellen eine akzeptable Glasfaserversorgung erhalten.

Wirtschaftsminister Aiwanger verspricht, diese Themen mit dem zuständigen Finanzministerium zu besprechen und selbst den Kontakt mit den Anbietern, allen voran die Telekom, aufzunehmen.

Zum Abschluss der Besprechung bedankt sich Wirtschaftsminister Aiwanger für die offenen Worte und sichert eine Rückmeldung und Unterstützung zu.

Er hofft, dass bald auch wieder ein persönliches Zusammenreffen möglich ist.

Die Teilnehmer ziehen ein positives Fazit von diesem Nachmittag und bedanken sich abschließend beim stellw. Ministerpräsident Aiwanger für die zugesagte Unterstützung.



Endlich! Es ist soweit!



Großer Umzug ins Winklinger Nester!

Nach zwei Jahren Bauzeit konnten wir am 01. September 2020 unser „Winklinger Nester“ beziehen. Mit Sack und Pack, sowie dem ein oder anderen Elternteil und Herrn Bürgermeister Ludwig Waas machten wir uns auf den Weg ins neue Heim. Durch Zutun und das großzügige Entgegenkommen von Seiten der Kirche, konnte der Pfarrgarten als Bauplatz für die Kinderkrippe erworben werden.

Dafür ein herzliches „Vergelt's Gott“ an Herrn Pfarrer Wiesner. Voller Vorfreude und Neugier konnten die Kinder ihre einzelnen Gruppen beziehen.

Mittlerweile haben Sie das Haus schon erobert und mit Leben & Lachen erfüllt. Gerne möchten wir Ihnen im Folgenden unser „Winklinger Nester!“ vorstellen und etwas näher bringen.

Die Kinderkrippe wurde sehr großzügig, mit zwei Baukörpern und einem Atrium, gebaut. Eine gesunde, angenehme und bewegungsfreundliche, sowie spiel- und lernanregende Umgebung zu schaffen, hatte oberste Priorität. Kurzum, eine Wohlfühl- und Lebensstätte für unsere Kleinsten.

Beim Betreten der Einrichtung gelangt man in den lichtdurchfluteten Eingangsbereich, welcher in einen großzügigen Elternwartebereich mündet. Der beispielbare Flur und der gegenüberliegende Elterngesprächs-



Kinderkrippeleitung Susannemarie Reil Claudia und Bereichsleiterin Kinderkrippe Alenborga Stibke

raum bietet nicht nur den Kindern Gelegenheit sich wohl zu fühlen, sondern lädt mit einer kleinen Leseecke auch die Eltern während der Eingewöhnung ihres Kindes zum Verweilen ein. Der danebenliegende Themenraum kann sowohl für interne Mini-Projekte, als auch für externe therapeutische Kooperationen genutzt werden. Auch der Personalraum und das Büro sind von hier aus erreichbar.

Unser „Winklinger Nester!“ verfügt über vier Gruppenräume, mit Platz für jeweils max. 12 Ganztagsplätzen. Jede Gruppe wird, je nach Stärke, von zwei meist jedoch drei pädagogischen Fachkräften betreut.

Je zwei Gruppenräume sind durch einen Nebenraum, in dem sich eine Küche und ein Essbereich befindet, verbunden. In diesen Nebenräumen findet in gemütlicher Atmosphäre das



Frühstück und Mittagessen statt. Für wurde ein Ort der Begegnung geschaffen, in dem der Austausch, die Freude und der Genuss am Essen im Vordergrund stehen.

Das Spiel oder Essen kann bei günstigem Wetter jederzeit ins Freie verlagert werden, da jede Gruppe über eine eigene Terrasse verfügt.

Bei all dem Spielen und Lernen muss natürlich auch für Erholung gesorgt sein. Je nach Bedarf können sich die Kinder im angrenzenden Schlafraum zurückziehen und wieder Kraft tanken.

Auch im Sanitärraum wurde auf eine optimale, kindgerechte Einrichtung Wert gelegt. Ein niedriges Waschbecken, kleine Toiletten, sowie eine Treppe zum Wickeltisch laden die Kinder ein selbstständig aktiv zu wer-



den. Je nach Bedarf können die Kinder hier gewickelt werden. Durch diese Voraussetzungen wird dies zu einem ganz besonderen Erlebnis, dem wir viel Zeit einräumen.

Eine voll ausgestattete Gastronomieküche bietet uns, im Hinblick auf gesunde Ernährung, beste Voraussetzungen und lässt uns alle Möglichkeiten in diesem Bereich offen.

Ein großzügiger Bewegungsraum, sowie eine Wasserwelt bilden das Herzstück unserer Einrichtung.

Der Bewegungsraum, ausgestattet mit einem Bällebad, einer Rollenrutsche, Schaukeln und Schwebenetze, um nur ein paar Beispiele der darin enthaltenen Spielmöglichkeiten zu nennen, bietet den Kindern die Möglichkeit sich optimal bewegen und ausleben zu kön-



nen. Wobei hier der Spaß im Vordergrund steht, wird Grobmotorik, Gleichgewicht, Ausdauer und vieles mehr spielerisch und ganz nebenbei gefördert.

In unserem Wasserspielplatz oder auch Wasserwelt genannt, können die Kinder mit allen Sinnen kreativ sein, das Element Wasser erfahren oder auch mit Farben experimentieren und explorieren. Hier können sehr sinnliche und intensive Erfahrungen gesammelt werden.

Die Kinder der Sonnen-, Wolken-, Regenbogen- und Sternengruppe haben auch schon Bekanntschaft mit den neuen Nachbarn geschlossen und vom neuen Standort aus auch schon wieder Wege zu ihren Lieblingsplätzen im Dorf gefunden. Unsere Kleinsten fühlen sich sichtlich wohl und haben die neuen vier Wände bereits zu „Ihrem Nester“ gemacht.



Fotos: Norbert Neuhof



Sonnengruppe



von links: Alina Stadler, Sibylle Altenberger, Tina Schmitt, Sophia Artmeier, Georgina Riedl, Carmen Böß

Regenbogengruppe



von links: Jennifer Kurfilz, Egle Valentinová, Sandra Hoffner, Sophie Schenkerpflug, Sibylle Altenberger

Ein Tag in der Kinderkrippe:**7.00 – 8.30 Uhr**

Ankommen und Begrüßen der Kinder, Möglichkeit zum Frühstück oder Brotzeit.

8.30 – 11.00 Uhr

Leben im Nester!: Die Kinder haben die Möglichkeit zum freien Spiel in den Gruppenräumen, aber auch auf der Terrasse im Innenhof oder im Garten. Auch die Turnhalle, Wasserwelt oder der Themenraum werden genutzt. Ebenso finden gezielte Aktivitäten oder Projekte in dieser Zeit statt.

11.00 – 12.00 Uhr

Gemeinsames Mittagessen innerhalb der Gruppen.

ab 12.00 Uhr

Abholung der Vormittagskinder, sowie Bringzeit der Nachmittagskinder.

Foto: Norbert Neuhäuser

Unsere Einrichtung hat **Montag bis Donnerstag von 7:00 bis 17:00 Uhr und Freitag von 7:00 bis 15:00 Uhr** geöffnet.

Kinder können ab dem 10. Lebensmonat, nach Anmeldung aufgenommen werden.

Wir freuen uns sehr auf die Zeit, mit den uns anvertrauten Kindern im „Winkler Nestler!“ und vor allem auch auf alle Kinder die noch neu in unser Haus kommen. Für Fragen oder sonstige Belange stehen wir Ihnen jederzeit gerne zur Verfügung.

Kontakt

Gesamtleitung Kindertagesstätte – Frau Claudia Riedl
Ansprechpartner Kinderkrippe – Bereichsleitung Frau Sibylle Altenberger

Tele: 09962 2039671 • E-Mail: kiki-nesterl@niederwinkling.de

Bürozeiten:

Mo, Di, Do 8.00 – 12.30 Uhr

Mittwoch 8.00 – 10.00 Uhr

Freitag 8.00 – 15.00 Uhr

Oder nach telefonischer Vereinbarung.

Initiative Zukunftswald



Foto: Xaver Gilch

Niederwinkling vs. Klimawandel
... und 11 Fussballfelder

Was haben 11 Fussballfelder mit der Initiative Zukunftswald zu tun?

Eigentlich nichts. Es stellt nur die Dimension der in Niederwinkling realisierten „Initiative Zukunftswald“ anschaulich dar.

Der Klimawandel stellt auch die Waldbesitzer vor Herausforderungen. Eine Lösung für die stetig zunehmenden Probleme muss gefunden werden. Und diese Lösung könnte so ausschauen:

- 17 verschiedene Baumarten,
- 53 Waldbesitzer,
- 71 Flurstücke und
- 25.000 Pflanzen!

Ziel dieses Projektes ist ein artenreicher Mischbestand. Aber welche Bäume sind dafür geeignet und wie hoch sind die Kosten?

Federführend hat hier die zuständige Bereichsleitung Forsten am Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten dieses Projekt übernommen. Bereichsleiter Klaus Stögbauer, Revierleiter Alfons Wallner und Projektmanager Stephan Steinbauer haben das Waldgebiet „Lauterbacher Holz“ als Projektgebiet „Zukunftswald“ ausgewählt.

Zusammen mit den Waldbesitzern und der ausführenden Baumschule erarbeitete man mit Standortkarten,

Klimamodellen, einer großen Portion Erfahrung und den Vorstellungen der Eigentümer einen Wald, der dem Klimawandel trotzt. Keine Monokultur sondern artenreicher Mischwald ist das Konzept.

Die Fichte sei zwar der sogenannte Brotbaum weil sie einigermaßen robust sei, schnell wächst und ein super Holz liefert aber aufgrund der Klima- und Borkenkäfergefahren nicht mehr zukunftsfähig ist, so Stögbauer.

Das Projekt umfasst jetzt 17 verschiedenen Baumarten; darunter Spitzahorn, Douglasie, Rotbuche, Baumhasel, Hainbuche, Schwarzkiefer oder Stieleiche.

Der Freistaat Bayern bezuschusst diese Maßnahme mit knapp 80.000 Euro, das bedeutet drei Euro für jedes Bäumchen.

Die Gemeinde Niederwinkling unterstützt dieses Projekt mit dem notwendigen Wildschadenverhütungsmittel und die Jägerschaft vor Ort sicherte zu, in Bereichen von Neuanpflanzungen Schwerpunktbejagungen durchzuführen.

Ein Teil der Jungpflanzen wird übrigens durch Umzünplungen geschützt, andere haben Einzelschutzhüllen erhalten.

Die Ernte des Waldes bleibe der nächsten Generation vorbehalten!

Xaver Gilch sprach für die Waldbesitzer und dankte den anwesenden Vertretern vom Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten für den Einsatz und die Unterstützung.

Klaus Stögbauer sichert zu, dass Projekt weiter zu begleiten, denn das seien Aufgaben, die nicht nur gestartet werden sollen, sondern auch stetig daran gearbeitet wird, damit sich der Erfolg einstellt.

Ludwig Waas lobte das Pilotprojekt und stellte heraus, dass der Erhalt des Waldes auch Erhalt der Heimat bedeutet. Die Gemeinde setzt mit der Projektbeteiligung ein Signal für den Erhalt unserer Umwelt.

BBV-Bezirkspräsident Gerhard Stadler hob die besondere Herausforderung hervor, vor der die Waldbesitzer stehen: Gleichgewicht zwischen Nadel- und Laubwald herstellen, dem Klimaschutz gerecht werden aber auch einen wirtschaftlich rentablen Nutzwald schaffen.

Bürgersprechstunde im Bürgerhaus – derzeit per Telefon

Terminanmeldung notwendig

War es in der Vergangenheit so, dass man mit seinem Anliegen zum Bürgermeister während der Sprechstunde am Donnerstag spätnachmittags gegangen ist. Evtl. auch mal spontan und nicht geplant und oft auch warten musste, bis man an der Reihe war, so hat sich in Corona-Zeiten einiges geändert.

Während des Lockdown im Frühjahr musste die Bürgersprechstunde ausfallen. Mit den ersten Lockerungen im Sommer konnte dann unter Berücksichtigung von Schutz- und Hygiene die Sprechstunde wieder durchgeführt werden.

Um eben Warteschlangen zu vermeiden war eine vorherige Anmeldung notwendig.

Damit werden u.a. die notwendigen Vorkehrungen getroffen, um die Ansteckungsgefahr zu minimieren.

Situation seit November 2020:

Aufgrund der aktuellen Lage und der geltenden Vorschriften ist ein persönlicher Besuch in der Bürgersprechstunde nicht möglich. Jedoch wird ab sofort eine Telefonsprechstunde angeboten.

Wenn Sie einen Termin beim Bürgermeister möchten, rufen Sie bitte beim Kommunalunternehmen Niederwinkling im Bürgerhaus an.

Sie erhalten dann an den Donnerstagen zwischen 17.00 Uhr und 18.30 Uhr einen Termin, an dem Sie vom Bürgermeister zurückgerufen werden.

Wie läuft aktuell die Bürgersprechstunde ab?

Die Bürgersprechstunde findet donnerstags von 17.00 Uhr bis 18.30 Uhr statt. Aktuell telefonisch, ansonsten im Erdgeschoß im Bürgerhaus, Dorfplatz 1 in Niederwinkling

Eine vorherige telefonische Anmeldung ist immer erforderlich.
Telefon-Nr. 09962 203203-0

Email: info@ku-niederwinkling.de

Wenn Sie sich per email anmelden, bitten wir Sie um Angabe Ihres Namens, Ihrer Telefon-Nummer sowie stichpunktartig Ihres Anliegens. Sie erhalten dann eine Rückmeldung bezüglich der Uhrzeit.



Foto: Filip, Kottic

Die Umzugswagen rollen an

Kommunaler Wohnungsbau im Kiefernweg kurz vor der Fertigstellung

Noch befindet sich schweres Gerät am Kiefernweg im Baugebiet Moosbühl im Einsatz. Die Außenanlagen müssen noch rechtzeitig erstellt werden. Auch wenn der Winter vor der Tür steht, müssen die Grünanlagen, die im kommenden Frühjahr blühen und gedeihen sollen, angelegt werden, die Beleuchtungsanlagen sind noch aufzubauen, die PKW-Stellplätze und die Flächen für die Carports sowie Fahrrad- und Mülltonnenhäuschen sind noch zu pflastern.

Letztere werden leider aber erst im kommenden Frühjahr geliefert und aufgestellt. Dann wird, wenn alles planmäßig läuft, auch mit dem dritten Wohngebäude begonnen werden.

Hier läuft gerade das Zuwendungsverfahren. Die Gemeinde Niederwinkling hat hier wieder Fördermittel im Rahmen des kommunalen Wohnraumförderprogramms beantragt.

Am Kiefernweg 29 soll nochmals ein Gebäude mit 9 Wohnungen entstehen. Dieses Gebäude wird sich nach Größe und Wohnraumeinteilung an den bereits bestehenden benachbarten Gebäuden orientieren.

Die Projektausführung sowie die Liegenschaftsverwaltung wird auch hier das Kommunalunternehmen Niederwinkling übernehmen.



Foto: Christian Herth

Weitere Informationen erhalten Sie beim Kommunalunternehmen Niederwinkling
Dorfplatz 1 - 94559 Niederwinkling
Telefon: 09962 203203-0
E-Mail: info@ku-niederwinkling.de



Kreative Dorfwerkstatt Niederwinkling

Ein vorgezogenes Weihnachtsgeschenk für die Gemeinde

In allerletzter Sekunde, kurz vor Druckfreigabe dieser Ausgabe erhielt die Gemeinde Niederwinkling ein vorgezogenes Weihnachtsgeschenk in Form eines Zuwendungsbescheides. Aufgrund der Tatsache, dass noch Fördermittel in ausreichender Form zur Verfügung standen und der Gemeinderat sich bereits mit diesem Thema befasst hatte, nutzte man die Gunst der Stunde. Am 12.03.2020 wurden die für die weitere Projektumsetzung sowie für die Antragsstellung notwendigen Beschlüsse gefasst. Eile war geboten, da die Förderperiode 2021 ausläuft.

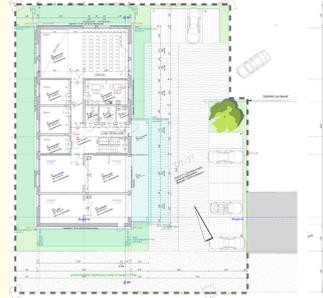
Im Frühjahr 2020 wurde nach der Beschlussfassung unter Hochdruck der Zuwendungsantrag – ein prall gefüllter Ordner mit den notwendigen Unterlagen – für das neue Projekt „Kreative Dorfwerkstatt Niederwinkling“ erstellt und dem Regionalentwicklungsverein Straubing-Bogen e.V. – LEADERLAG Straubing-Bogen im Landratsamt Straubing-Bogen im Mai 2020 vorgelegt.

In den letzten Tagen hat die Gemeinde nun den lang ersehnten Zuwendungsbescheid erhalten. Die enorm hohen zuwendungsrechtlichen Vorgaben zum Trotz konnte die Bewilligung sowie die Förderung sei-

tens der Gemeinde Niederwinkling erfolgreich „durchgeboxt“ werden. Das Projekt wird aus dem Fördertopf „LEADER“ der Europäischen Union mit einem Betrag in Höhe von 610.584,28 Euro maximal bezuschusst; das entspricht 50 % der förderfähigen Nettobaukosten.

Besonders erfreulich ist, dass die Zuwendung in diesem Förderbereich eigentlich auf maximal 200.000 Euro

pro Projekt begrenzt ist. Doch da Konzept überzeugte die Fördergeber bzw. konnte in der Beurteilungsmatrix die maximale Punktzahl erreicht werden. Zuständig für das Förderverfahren ist übrigens das Amt für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten in Regen. Die Zuwendung wird auf Grundlage von Artikel 55 „Beihilfen für Sportinfrastrukturen und multifunktionale Freizeitinfrastrukturen der EU-Verordnung Nr. 651 vom 17. Juni 2014 zur



Feststellung der Vereinbarkeit bestimmter Gruppen von Beihilfen auf dem Binnenmarkt in Anwendung der Artikel 107 und 108 des Vertrages über die Arbeitsweise der Europäischen Union (Amtsblatt EU L 187, 26.06.2014) gewährt.

Das Projektziel ist die Errichtung eines Mehrzweckgebäudes zur Förderung und Bedarfsabdeckung bzw. aber

auch zur Ergänzung des Angebotes in den Bereichen Dorfkultur, Heimatpflege, Migration und Integration, Soziales, Jugend- und Seniorenarbeit sowie Volksbildung. Unterstützt werden insbesondere damit Vereine, soziale Einrichtungen, Bürgerinitiativen, Institutionen, die im vorgenannten Bereich engagiert sind.

Neben einem Mehrzweckraum ist auch eine Küche, drei kleine Gruppenräume, eine Garage sowie eine Werkstatt für den Kulissenbau des Theatervereins vorgesehen. Im Obergeschoss befinden sich Lagermöglichkeiten für verschiedene Nutzungen. Die Räume im Erdgeschoss werden als Werkstätten bezeichnet. Kochwerkstatt, Theaterwerkstatt, Bür-

gerwerkstatt, Musikwerkstatt und HVO-Werkstatt. Die Räume im Obergeschoss werden „Speicher“ genannt. So befinden sich hier der IT-Speicher, der Kulturspeicher, der Vereinspeicher, der Requiesspeicher, der Heimatspeicher.

Das Baugrundstück befindet sich in der Handwerkerstraße direkt neben dem Bauhof. Die Baugenehmigung liegt bereits vor, so dass einem Baubeginn im Frühjahr nichts mehr im Wege steht.

Bis dahin werden noch einige Besprechungstermin mit den Planungsbüros und der Förderstelle stattfinden und notwendig sein. In den nächsten Wochen sollen die Ausschreibungsunterlagen für die einzelnen Gewerke erstellt werden und die Firmen zur Angebotsabgabe aufgefordert werden.

Eine detaillierte Beschreibung der Nutzungsmöglichkeiten erfolgt in der nächsten Ausgabe des Blickwinkels – voraussichtlich im Frühjahr 2021.



maxit Gruppe

Maxit-Forschungsstandort nun bundesweit bekannt

Überraschung aus Niederbayern: Maxit-Entwicklungschef (67) für Deutschen Zukunftspreis 2020 nominiert

Tolle Nachrichten für Maxit auch an den Standorten Niederwinkling und Plattling: Der Forschungs- und Entwicklungsleiter des Baustoffherstellers ist für den „Deutschen Zukunftspreis“ nominiert. Diplom-Ingenieur Friedbert Scharfe (67) der bereits seit 30 Jahren im Familienunternehmen tätig ist, reagiert mit Freude und Dankbarkeit auf die Bekanntgabe des Bundespräsidentialamtes: „Um sich auf diese Weise entfalten zu können, braucht es das richtige Umfeld“, so Scharfe. „Maxit hat mir nicht nur den Raum, sondern auch das Vertrauen und die Mittel gegeben, meine manchmal gewagten Ideen umzusetzen.“ Seine nominierende Erfindung ist eine aufspritzbare Gebäudeabdämmung, die den Sanierungsstau in Deutschland beenden und das Erreichen der Klimaziele beschleunigen soll.

Von Niederbayern nach Berlin: Baustoffspezialist Maxit mit seinen beiden Standorten in Niederbayern, Niederwinkling und Plattling – findet sich noch in diesem Jahr auf der großen Hauptstadt-Bühne wieder. Grund ist die Nominierung des unternehmenseigenen Forschungschefs Friedbert Scharfe für den Deutschen Zukunftspreis 2020. Der Bundespräsident persönlich verleiht die renommierte Auszeichnung, die für heraus-

ragende Technik und Innovation „made in Germany“ steht und bereits seit 1997 jährlich vergeben wird.

Scharfe ist Teil eines interdisziplinären Forscherteams: Gemeinsam mit Prof. Dr. Thorsten Gerdes von der Universität Bayreuth und Dr. Klaus Hintzer vom Unternehmen Dyneon (3M) hat er eine völlig neuartige Wärmedämmung für Gebäude entwickelt. Der aufspritzbare Dämmstoff „maxit ecosphere“ besteht zur Hälfte aus mikroskopisch kleinen Glashohlkugeln. Diese verzögern den Wärmedurchgang so effizient, dass kaum noch wertvolle Heizenergie verloren geht – ein klarer Pluspunkt in Sachen CO₂-Einsparung und Klimaschutz. Dabei ist ecosphere nicht brennbar, lässt sich aber im Sinne einer geschlossenen Kreislaufwirtschaft vollständig recyceln. Auf der Baustelle erfolgt die Verarbeitung mit üblichen Putzmaschinen – und zwar ebenso zügig wie einfach. Tatsächlich forscht Maxit jedoch bereits an Spritzrobotern, die einen Teil der Standardarbeiten übernehmen sollen. „Es fehlt in Deutschland meist nicht an der Bereitschaft zu sanieren, sondern häufig an geeigneten Fachkräften. Diesem sowie auch dem Problem der globalen Ressourcenverknappung wollten wir mit ecosphere entgegenwirken“, so Friedbert Scharfe.

Neue Arbeitsplätze für die Region

Zusätzliche Ressourcen schafft das neuartige Produkt denn im Unternehmen selbst: Aktuell baut Maxit eine neue Produktionsanlage – eigens zur Anmischung von ecosphere. „Wir gehen davon aus, mit dieser Investition noch mal circa 30 bis 50 neue Arbeitsplätze an den verschiedenen bayrischen Standorten zu schaffen“, freut sich auch der Geschäftsführende Gesellschafter der Maxit-Gruppe, Hans-Dieter Groppweis. „Dabei macht es uns besonders stolz, dass die Arbeit von Frankan Maxit und Friedbert Scharfe nun auch bundesweit höchste Aufmerksamkeit und Anerkennung findet.“ Und stolz dürfen die Azendofere auch sein: Eine Bewerbung um den Deutschen Zukunftspreis ist nämlich ausgeschlossen. Nominiert wird nur, wer von einer fachkundigen Institution vorgeschlagen und von der Preisjury ausgewählt wurde. Bei dem nationalen Leistungsvergleich werden herausragende technische, ingenieur- oder naturwissenschaftliche Neuerungen sowie solche aus dem IT-Bereich ausgezeichnet.

Die offizielle Preisverleihung mit Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier findet am 25. November in Berlin statt und wird im ZDF übertragen.

Hintergrund:

Auf der Weltleitmesse „BAU 2019“ in München stellte Maxit seine neue Dämmstofftechnologie „ecosphere“ erstmals dem Fachpublikum vor. Dabei handelt es sich um einen rein mineralischen sowie besonders ressourcenschonenden Baustoff, dessen Dämmwirkung auf mikroskopisch kleinen, teilvakuierten Hohlglaskugeln beruht. Diese können aus unterschiedlichsten Arten von Sand hergestellt werden und wirken somit der globalen Bausandverknappung entgegen. Der nicht brennbare Dämmstoff auf Mörtelbasis kann einfach per Putzmaschine auf jeglichen Untergrund – innen wie außen – aufgebracht werden. Das Material ist direkt aus dem Baustoff-Silo spritzbar und damit nicht nur vollkommen fugenlos, sondern auch einfach zu verarbeiten. Mit einem hervorragenden Wärmeleitwert überzeugt ecosphere seitdem als ökologische Alternative zu herkömmlichen Dämmstoffen.



Die Entwicklung der spritzbaren Dämmung „ecosphere“ brachte Maxit-Entwicklungschef Friedbert Scharfe (67) jetzt überraschend eine Nominierung für den Deutschen Zukunftspreis 2020 ein.

Foto: © Deutscher Zukunftspreis / Ansgar Padenz



Per Putzmaschine kann die ressourcenschonende „ecosphere“-Dämmung ganz einfach auf die Wand gespritzt werden. Diese Entwicklung aus der Maxit-Ideenschmiede findet nun auch außerhalb der Baubranche besondere Aufmerksamkeit. Foto: maxit



Von Azendorf nach Berlin: Der Bundespräsident persönlich verleiht Ende November den Deutschen Zukunftspreis 2020, der für herausragende Technik und Innovation „made in Germany“ steht.

Foto: © Deutscher Zukunftspreis

Rückfragen beantwortet gern:

maxit Gruppe
Franken Maxit Mauermörtel GmbH & Co
Industriestraße 1 • 94559 Niederwinkling
Tel. 09962 94140
Mail: info.niederwinkling@maxit.de
www.maxit-ecosphere.de
www.maxit.de



60 Jahre

Wallstabe & Schneider

In Niederwinkling verwurzelt, weltweit erfolgreich



Firmenansicht 1965

Am 1. April 1960 wurde das Familienunternehmen Wallstabe & Schneider in Niederwinkling gegründet und blickt mittlerweile auf eine über 60-jährige Erfolgsgeschichte in der Dichtungsherstellung zurück. Mehr als 700 Mitarbeiter sind heute am Hauptsitz tätig, dazu kommen noch einmal 200 weitere an den Auslandsstandorten. Kunden von Wallstabe & Schneider sind die nationale und internationale Automobil- und Automobilzulieferindustrie. Für deren Bedarf werden jedes Jahr über 1,6 Milliarden Dichtungen produziert und von Niederwinkling aus in die ganze Welt

Produktionshalle 1978



Firmenansicht 1985

getiefert. Das Unternehmen ist nach wie vor zu 100 Prozent in Familienbesitz und wird heute von den Gesellschaftern Jürgen und Christian Wallstabe sowie dem technischen Geschäftsführer Kai Peters geführt.

Die beiden Firmengründer Wolf Wallstabe und Fritz Schneider entschieden sich damals für Niederwinkling als Standort, weil der damalige Bürgermeister und stellvertretende Landrat Alfons Schäffer sich sehr um die Ansiedlung von Industriebetrieben in seiner Gemeinde bemühte. „Außerdem trafen in Niederwinkling zwei geteerte Straßen zusammen, eine Besonderheit zur damaligen Zeit“, erinnert sich Geschäftsführender Gesellschafter Jürgen Wallstabe, der Sohn eines der Firmengründer.

Produktionshalle 2020



Firmenansicht aktuell

In einer gebrauchten Fliegerbaracke startete die Produktion, mit einem ebenfalls gebrauchten gekauften Mischwalzwerk, einer Presse und 15 Mitarbeitern. Als einer der ersten Kunden konnte der Automobilzulieferer ZF Passau gewonnen werden, bis heute treuer Kunde von Wallstabe & Schneider. Mitte der 60er Jahre hatte das Unternehmen schon über 200 Mitarbeiter, weitere Produktionshallen entstanden und eine eigene Entwicklungsabteilung wurde aufgebaut. Die eigene Mischerei, in der die Gummimischungen für die Dichtungsproduktion hergestellt werden, wird stetig erweitert und produziert heute auf zwei Knetereienlinien.

Wallstabe & Schneider ist von Anfang an anerkannter Ausbildungsbetrieb und blickt heute mit Stolz auf über

Ausbildungszentrum Eröffnung 2016



Die Firmengründer
Wolf Wallstabe (li.) und Fritz Schneider



400 erfolgreiche Absolventen: „Eine wichtige Säule unseres Erfolges war und ist die Ausbildung junger Menschen, so hatten wir nie mit Fachkräftemangel zu kämpfen“, erklärt Geschäftsführer Dr. Rolf Schneider. Mittlerweile bietet das Unternehmen elf verschiedene Ausbildungsberufe und zwei duale Studiengänge an.

Schon in den 70er Jahren machte der Dichtungshersteller die ersten Schritte Richtung Internationalisierung. Zulieferpartnerschaften in Italien wurden gegründet, die bis heute bestehen. Nach dem Fall des Eisernen Vorhangs kamen die sogenannten „verlängerten Werkbänke“ in Tschechien dazu. Seit 2010 betreibt Wallstabe & Schneider einen Fertigungsstandort als Joint Venture in Indien. 2013 wurde das Werk in Mexiko eröffnet. Mit Ver-

Einweihung Mischereierweiterung 2018



(v.l.) Die Geschäftsführenden Gesellschafter
Christian und Jürgen Wallstabe, sowie
Technischer Geschäftsführer Kai Peters

triebsniederlassungen in Frankreich, den USA und China bietet Wallstabe & Schneider weltweiten Kundenservice.

„Die größte Herausforderung neben der Corona-Krise ist für uns der Wandel in der Automobilindustrie – weg vom Verbrenner, hin zu den alternativen Antrieben“, berichtet Technischer Geschäftsführer Kai Peters. „Das Unternehmen richtet sein Produktportfolio auf die Anforderungen der Zukunft aus und erschließt sich dadurch neue Märkte“, so Peters über die Unternehmensstrategie.

Aktuell wird das Firmengelände um ein zweistöckiges neues Laborgebäude erweitert. Hier finden die Werk-

Standorte 2020



stoffentwicklung und verschiedene Prüfstände Platz. Das Bauprojekt im Wert von 2,6 Millionen Euro soll nächsten Sommer bezugsfertig sein. „Wir investieren in den Hauptsitz, weil die solide Basis hier in Niederwinkling die Voraussetzung ist für unser nachhaltiges Wachstum, unsere weltweite Expansion und unsere Zukunftsfähigkeit“, erklärt Geschäftsführender Gesellschafter Christian Wallstabe. (ew)

Produktportfolio





Mitarbeiterjubiläum bei der Metzgerei Kammerl

... oder doch Familienfeier?

„Wir sind stolz auf unsere Fleisch- und Wurstwaren, Kostbarkeiten für das Leben, natürlich, regional, edel, mit meisterlicher Kunstfertigkeit und Sachverstand, unverwechselbar vom Metzger hergestellt.“

Und vor allem sind wir stolz auf unsere Mitarbeiter!

Die Metzgerei wurde 1962 von Lothar Kammerl, sen. und seiner Frau Margarete gegründet.

Die Geschäftsräume waren damals noch im Gebäude des ehemaligen Gasthauses Eibauer (heutiges Gasthaus „Zum Heinerl“). Schon bald wurde ein Neubau geplant und 1967 zog die Firma in die Hauptstraße 5. Kurz darauf begannen Hildegard Kizak und Anna Kammerl ihre Beschäftigung im Betrieb.

Sie sind Lothar Kammerl, jun. und seiner ganzen Familie besonders ans Herz gewachsen, da sie nicht nur ihn, sondern auch seine Kinder von Kindesbeinen an begleitet haben. Und deshalb bedauern er und seine Frau Gerlinde es sehr, dass beide nach ihrem 50. Jubiläum die Mitarbeit wegen der derzeit schwierigen Umstände beenden mussten.

Das Jubiläum von Hilde und Annerl war ein guter Grund zu feiern, aber es gab noch mehr gute Gründe.

Auch die Metzger „Fundin“, Sepp und Franz und viele der Verkäuferinnen sind Gerlinde und Lothar bei der Geschäftsübernahme 1994 treu geblieben.

Bei der alljährlichen Betriebsfeier bedankten sich Gerlinde und Lothar Kammerl bei den Mitarbeitern und Lothar überreichte die Urkunden:

„In unserer heutigen Zeit ist es nicht mehr so selbstverständlich, dass man sein ganzes Leben lang denselben Beruf ausübt oder beim gleichen Arbeitgeber bleibt.

Umso mehr ist es für uns wichtig, die Treue und Zuverlässigkeit unserer langjährigen Mitarbeiter zu ehren. Wir wissen die Vorzüge der erfahrenen und routinieren Arbeitskräfte, die auch den digitalen Wandel und die schwierigen Zeiten durch Corona hervorragend meistern, sehr zu schätzen.

Es ist ein guter Grund für uns zu feiern, wenn wir auf die vergangenen Jahre zurückblicken. Das waren Jahre erfolgreicher Arbeit, tollen Einsatzes, großer Kollegialität, gegenseitiger Unterstützung und die Bereitschaft jederzeit zu helfen. Durch euren Einsatz und das große Engagement hat jeder einzelne in den letzten Jahren in ganz besonderer Weise zum Erfolg unserer Metzgerei beigetragen.“



Uns verbindet mehr als nur diese Zahl – wir sind Familie geworden.

50 Jahre – Anna Kammerl, Hildegard Kizak
40 Jahre – Rudolf Feldmeier, Josef Pielmeier-Petzendorfer, Franz Wagner
35 Jahre – Ingrid Reinhold
30 Jahre – Annemarie Klein, Eva-Maria Kötterl
25 Jahre – Brigitte Meindl
15 Jahre – Monika Steininger
10 Jahre – Martina Gilch, Maria Reiner, Manuela Stangl



Foto: Metzgerei Kammerl



50 Jahre Gasthaus "zum Heinerl"



DES SAMMA MIR.

Ein seit Generationen geführtes Wirtshaus im Herzen von Niederwinkling. Leidenschaft zur bayerischen Küche wurde der Inhaberin Martina bereits von ihren Eltern, den Vorbesitzern, in die Wiege gelegt.

Dieses Jahr wird der einheimische Gasthof 50 Jahre alt. Und er hat einiges zu bieten: Vom Karmeliten Bier bis zum vegetarischen Gericht oder ein lustiger Abend in der hauseigenen Kegelbahn. Sogar die Anfahrt mit dem Bus ist möglich – da kann man sich das ein oder andere Bier genehmigen.

Kemmts vorbei und überzeugt's eich selber!



WIR BIETEN AN.

- × Hochzeiten
- × Familienfeste
- × Betriebsfeiern
- × Bundeskegelbahn
- × Busse
- × Spielecken

☎ 09962/561



**Bleibt's
gesund!** ❤️ -LICHER DANK.

Wir möchten uns ganz herzlich bei allen unseren Gästen für die Geduld, sowie für die Unterstützung und das Verständnis in dieser ungewöhnlichen Zeit bedanken.

Eure Martina mit Team



**FEIERN SIE MIT UNS.
EGAL WELCHER ANLASS.**

Bayerwaldstraße 2
94559 Niederwinkling

☎ 09962/561



Mo Ruhetag
Di 11–14 Uhr
Mi 11–14 Uhr
Do 11–14 Uhr und 17.30–24 Uhr
Fr 11–14 Uhr und 17.30–24 Uhr
Sa 11–24 Uhr
So 11–21 Uhr



WIR SIND DER MEINUNG – BILDER SAGEN MEHR ALS WORTE.



Glückwünsche für Pfarrer Dr. Andreas Ring



Foto: Rita Gilch

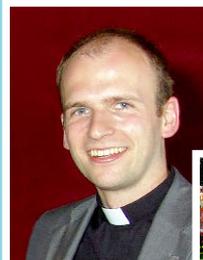
Im Jahr 2006 durfte Andreas Ring mit der Pfarrei Oberwinkling seine Primiz feiern. Inzwischen hat er seinen Doktor in Theologie erfolgreich absolviert, war Kaplan und übernimmt nun seine eigene Pfarrei.

Herr Ring ist immer noch stark mit seiner Heimatpfarrei verbunden. Weshalb er Ende August für Pfarrer Franz Wiesner als Urlaubsvertretung eingesprungen ist und einen festlichen Gottesdienst in unserer Pfarrei gehalten hat. Es freute Dr. Andreas Ring, wieder einmal mit Allbekannten aus seiner Heimatpfarrei Messe zu feiern. Nach dem Gottesdienst nahm Kirchenpfleger Franz Xaver Gilch die Gelegenheit wahr, ihm auch im Namen von Pfarrer Franz Wiesner, einen guten Start, eine glückliche Hand und Gottes Segen in seiner künftigen Pfarrei Geisenfeld und Ainau in der Hallertau zu wünschen.

Gilch beglückwünschte ihn auch zu seiner Doktorarbeit und bat um die Vorstellung seiner künftigen Pfarrei „weil wir Winklinger daran interessiert sind, wo nun sein Wirkungskreis sein wird“. Dem kam Pfarrer Dr. Andreas Ring gerne nach.

Geisenfeld ist eine Pfarrei mit rund 5600 Katholiken, er freue sich schon auf die neue Aufgabe. Und vielleicht, so Ring, kommen die Winklinger ihn einmal besuchen. Bürgermeister Ludwig Waas gratulierte ihm ebenfalls zum Doktor und wünschte eine erfolgreiche Arbeit. Für den Pfarrgemeinderat überbrachte Maria Sagstetter die guten Wünsche. Dem schloss sich auch die Gemeindefereentin Stefanie Leber an.

Impressionen von der Primiz 2006 ...



Motorbootclub Winkling e.V. gegründet



Das Foto zeigt vorne sitzend von links nach rechts: Kassier Ulrich Kizak jun., 1. Vorsitzenden Gerhard Artmeier, 2. Vorsitzenden Ulrich Kizak jun.; hinten stehend von rechts nach links: Bürgermeister Ludwig Waas, 2. Bürgermeister Dominik Langens, 3. Bürgermeister Andreas Hofbauer und die weiteren Vorstandsmitglieder

Gerhard Artmeier 1. Vorsitzender und Ulrich Kizak jun. 2. Vorsitzender

Am Freitagabend, den 16.09.20 fand im Gasthaus „Heinerl“ die Gründungsversammlung des Motorbootclubs Winkling e.V. statt. Zwanzig Gründungsmitglieder nahmen an der Versammlung teil. Als Versammlungsleiter fungierte Gerhard Artmeier, der sich erfreut zeigte, dass Bürgermeister Ludwig Waas, zweiter Bürgermeister Dominik Langner und dritter Bürgermeister Andreas Hofbauer an der Gründungsversammlung teilnahmen. Bürgermeister Ludwig Waas zeigte in seiner Ansprache die Zukunftsperspektiven auf. Er sagte, dass nach langer Vorbereitungszeit endlich das Planfeststellungsverfahren zum Hochwasserschutz im Polder Sulzbach und Donauausbau ohne Staustufe in Waltendorf abgeschlossen werden konnte. Mit dem ersten Bauabschnitt des Hochwasserschutzes im Polder Sulzbach wurde bereits begonnen. Im Planfeststellungsverfahren wurden sämtliche Interessen der Gemeinde Niederwinkling berücksichtigt. Durch die Dammrückverlegung ge-

hen in Waltendorf erhebliche landwirtschaftliche Flächen verloren. Ausschlaggebend sei ein freier geordneter Zugang zur Donau für alle Interessensgruppen, so die Worte von Bürgermeister Waas. Er stellte den Rohplan für den geplanten Donauhafen mit rund fünfzig Stellplätzen vor. Geplant sei auch ein Gebäude für die Wasserwacht Waltendorf mit sanitären Anlagen und einer Aussichtsplattform. Der künftige Donauradweg wird auf dem Damm verlaufen. Versammlungsleiter Gerhard Artmeier sagte in seinen Ausführungen, man habe sich unter Gleichgesinnten mit dem Hobby Motorbootsfahren schon länger mit dem Gedanken getragen, einen Verein zu gründen und auch Familien und junge Leute an den Wassersport heranzuführen. Er gab den Versammlungsteilnehmern die Vereinsatzung bekannt, die anschließend einstimmig beschlossen wurde. Der Motorbootclub Winkling e.V. wird als gemeinnütziger Verein in das Vereinsregister eingetragen. Auch

das Logo des Vereins und ein Wimpel wurde vorgestellt. Dann fanden die Wahlen unter Leitung von Bürgermeister Ludwig Waas statt. Zum ersten Vorsitzenden wurde Gerhard Artmeier und Ulrich Kizak jun. zum zweiten Vorsitzenden gewählt. Zum Kassier wurde Ulrich Kizak sen. und zur Schriftführerin Sabine Lang. Die Vorstandschaft vervollständigen die Ausschussmitglieder Alex Lang, Daniel Stelzer und Christoph Lallinger. In einem weiteren Tagesordnungspunkt wurden die Mitgliedsbeiträge festgelegt, die sich pro Einzelmitglied auf 65 Euro und pro Familienmitgliedschaft auf 100 Euro jährlich belaufen. Geplant seien eine Internetseite des neu gegründeten Vereins, ein monatlicher Stammtisch und die Anschaffung einer Vereinskleidung. Mit einem gemütlichen Beisammensein klang die Gründungsversammlung des Motorbootclubs Winkling e.V. aus.

Motorbootclub
Gerhard Artmeier
+49 1511 6174041

Erntedank in der Tagespflege



Die Seniorinnen und Senioren der Caritas Tagespflege Niederwinkling feierten zusammen eine Woche lang das Fest des Erntedankes mit verschiedenen Aktionen und Angeboten.

So wurde Brot gebacken, Äpfel wurden zu Kuchen und Mus verarbeitet, alte Kartoffelgerichte wiederentdeckt und kreative Bastelarbeiten gezaubert. Bereits in den Wochen zuvor haben die Tagespflegegäste zusammen mit den Mitarbeiterinnen verschiedene Obstsorten eingekocht und zu Marmelade verarbeitet. Quartiersmanagerin Rita Widmann besuchte die Seniorinnen und Senioren am Mittwoch den 14. Oktober 2020, um mit ihnen gemeinsam wunderschöne Herbstkränze und Gestecke zu basteln, welche mit nach Hause genommen werden konnten und so noch viele Tage eine schöne Erinnerung bereiten. Mit besonderer Freude nahmen die Gäste die Einladung von Pfarrer Franz Wiesner an, sich am festlich geschmückten Erntedankkaltar in der Pfarrkirche zu bedienen und so die Feldfrüchte sinnvoll zu verwerten.

Den Abschluss der Woche bildete eine Dankandacht in den Räumen der Tagespflege, welche liebevoll von Pflegekraft Erika Jeltsch vorbereitet und gestaltet wurde. Die große Resonanz bei allen Beteiligten lasse jetzt schon Vorfreude auf die kommenden Kirchweih-, St. Martins- und Adventsfeierlichkeiten aufkommen, so die Leiterin der Tagespflege Monika Bayer.



Ausführliche Beratung sowie Besichtigungen:

Caritas Tagespflege Niederwinkling
Bayerwaldstraße 5, 94459 Niederwinkling
Telefon: 09962 9509767
oder
Fachstelle für pflegende Angehörige
Frau Mia Engl
Telefon: 09421 9912-37



Foto: Fotowerkstatt Gahr

Ein starkes Vater-Tochter-Team

Im Dorf hat es sich schon herumgesprochen, dass in der Zahnarztpraxis Dr. Fleischmann, am Dorfplatz in Niederwinkling, eine neue Zahnärztin ist.

Wir haben nachgefragt:

Hallo Frau Fleischmann, Sie sind noch so jung, sind Sie wirklich schon fertige Zahnärztin?

Julia Fleischmann: (lacht) Ja, ich bin tatsächlich schon fertige Zahnärztin. Direkt nach dem Abitur in Bogen habe ich mein Zahnmedizinstudium an der Uni Erlangen begonnen. Im November 2019 habe ich dieses mit der Note „sehr gut“ abgeschlossen und meine Approbation als Zahnärztin erhalten.

Wie sind Sie dazu gekommen, Zahnärztin werden zu wollen?

Julia Fleischmann: Kurz vor dem Abitur wusste ich nicht, was ich werden will und habe in der Zahnarztpraxis meines Vaters ein Praktikum gemacht. Die Kombination aus Medizin und feinmotorischer Tätigkeit hat mir so gut gefallen, dass ich auch Zahnärztin werden wollte. Ich habe dann noch in einem Zahntechnik-Labor ein weiteres Praktikum gemacht, um ganz sicher zu gehen, ob ich auch die notwendige handwerkliche Begabung mitbringe. Nachdem ich dort so richtig Spaß an der Arbeit hatte, habe

ich mich gleich um einen Studienplatz beworben.

Wie läuft denn so ein Zahnmedizinstudium ab?

Julia Fleischmann: In den ersten Semestern bekommt man die Grundlagen der Medizin vermittelt, hat viele gemeinsame Kurse mit den Medizinern und zusätzlich noch zahlreiche zahntechnische Kurse. Nach dem ersten Staatsexamen übt man zuerst an Plastikköpfen und behandelt ab dem 7. Semester für 2 Jahre selbstständig unter Aufsicht „echte“ Patienten, ich bin also keine Anfängerin mehr. Im abschließenden zweiten Staatsexamen wird neben der Theorie auch nochmals die Behandlung an Patienten geprüft.

Und seit wann arbeiten Sie nun schon in der Zahnarztpraxis Dr. Fleischmann?

Julia Fleischmann: Nach dem Studienabschluss habe ich noch an meiner Doktorarbeit geschrieben und arbeite nun seit 01.01.2020 als Assistenz-zahnärztin in der Praxis meines Vaters. Das gefällt mir super gut. Ich

mag den Kontakt zu den Patienten und ich glaube, man merkt es mir an, wie ich mich freue, wenn ich zum Beispiel einen Zahnersatz einsetze oder Patienten von ihren Schmerzen befreien kann.

Wie kamen Sie dazu, nach dem Studium bei Ihrem Vater zu arbeiten?

Julia Fleischmann: Ich verstehe mich mit meinem Papa sehr gut und weiß es zu schätzen, von seiner langjährigen Erfahrung profitieren zu können. Als mein Vater mir anbot, dass ich bei ihm als Assistenzzahnärztin arbeiten könnte, habe ich mich gefreut und natürlich zugesagt. Wir sind ein tolles Team.

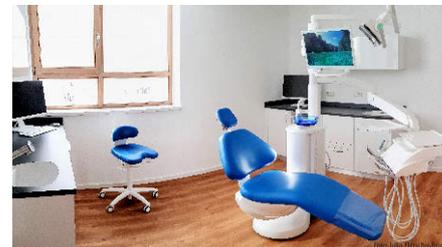
Es fällt auf, dass Sie Linkshänderin sind, ist das ein Problem als Zahnärztin?

Julia Fleischmann: Für die Behandlung der Patienten ist es überhaupt kein Problem und macht keinen Unterschied. Jedoch benötigt man einen Behandlungsstuhl für Linkshänder, bei dem die Instrumente seitentauscht sind. Da mein Vater Rechtshänder ist, haben wir nach längerer

Suche einen optimalen Behandlungsstuhl gefunden, der durch ein schnelles Umbauen für beide geeignet ist. Es wurde deswegen im Sommer 2019 ein neues drittes Behandlungszimmer eingerichtet und im Zuge dieses Umbaus die restliche Praxis modernisiert. Seit Sommer diesen Jahres haben jetzt auch alle Zimmer eine Klimaanlage. Ich habe also optimale Voraussetzungen zum Arbeiten.

Und was wünschen Sie sich für die Zukunft?

Julia Fleischmann: (lacht) Natürlich lauter zufriedene Patienten!



Dr. Fleischmann:
Dorfplatz 3, 94559 Niederwinkling
Tel. 09962 200450

Interkommunale Zusammenarbeit bei den Feuerwehren



Im Frühjahr 2020 war es soweit, die FF Breitenhausen konnte endlich ihr neues Tragkraftspritzenfahrzeug in Empfang nehmen. Nach zahlreichen Bewegungsfahrten und Übungseinheiten mit dem neuen Fahrzeug stand der nächste

Schritt in Richtung Ausbildung auf dem Programm. Die Grundausrüstung der Technischen Hilfeleistung, die in der Ausrüstung des neuen Fahrzeuges enthalten ist, sollte im Ernstfall richtig angewendet werden können.



Text: Christian Henschel

Michael Weinzierl, 1. Kommandant der „Breitenhausener Wehr“, hatte diesbezüglich eine gute Idee. Er kontaktierte die Führungskräfte der Freiwilligen Feuerwehr Niederwinkling mit dem Vorschlag, doch eine gemeinsame Übung zum Thema „Grundausbildung Technische Hilfeleistung“ durchzuführen. Nach Absprache mit den verantwortlichen

Personen wurde schnell ein Termin für die gemeinsame Übung festgelegt.

Am 18.08.2020 trafen sich die beiden Wehren beim Feuerwehrgerätehaus in Breitenhausen. Unter großem Kameradschaftlichen und auch öffentlichem Interesse wurde unter Anleitung von THL-Ausbilder Marcus Schuster von der „Winklinger Wehr“

die gemeinsame Übung durchgeführt. Nach einer kurzen theoretischen Unterweisung wurde mit dem Hauptteil der Übung begonnen.

Mit der Ausrüstung der Breitenhausener Feuerwehr wurde die fachgerechte Sicherung und der richtige Einsatz des Glasmanagements geübt. Im Anschluss daran zeigte der Ausbilder

auf, wie im Falle eines Einsatzes weiter vorzugehen ist z.B. die richtige Bedienung vom hydraulischen Rettungssatz (Spreizer und Schere) Rettungszylinder usw. Wie auf den Bildern zu sehen ist, setzten die Kameraden das Erlernte schnell in die Tat um. Eigentlich wäre für dieses Jahr schon eine Teilnahme am Leistungsabzeichen der Technischen Hilfeleistung

geplant gewesen; die begrenzte Anzahl der Teilnehmer lies dies jedoch nicht zu.

1. Bürgermeister der Gemeinde Mariapösching, Martin Englmeier, lobte bei seinem Grußwort das Engagement der beiden Wehren und verwies auf die Wichtigkeit der Zusammenarbeit auf Interkommunaler Ebene. Er

wünschte den beiden Wehren ein gutes Gelingen der Übung und befürwortete weitere Übungen miteinander abzuhalten.

Man kann ein positives Fazit aus der Übung ziehen. Eine sehr gelungene Übung mit großem Lernfaktor. Zusammenfassend kann man sagen: *Aleine ist eine Feuerwehr stark – aber gemeinsam sind sie unschlagbar.*





Er wollte eigentlich nur eine Probefahrt machen ...

... doch dann kam alles ganz anders.

Text: Christian Kerschik

Es war der frühe Nachmittag des 22. Oktobers 2019 als Florian Meindl von seinem Heimatort Hutthumm aufbrach in Richtung Landkreis Straubing-Bogen. Ziel seines Ausfluges war das Harley-Davidson-Geschäft in Schwarzach, um hier eine Probefahrt mit einer neuen „Harley“ zu starten. Doch nach ca. 2 km kam es ganz anders als geplant.

An der Auffahrt zur BAB3 Fahrtrichtung Passau übersah ein linksabbiegender Sprinter den vorfahrtsberechtigenden Motorradfahrer und es kam zu einem verheerenden Frontalzusammen-

menstoß der beiden Fahrzeuge.

Ersthelfer am Unfallort waren Lea

Bumberger und Sven Stolzenberg, beide Mitglied der

Freiwilligen Feuerwehr Niederwinkling.

Ohne lange zu überlegen leiteten die beiden Maßnahmen ein, die zur Versorgung des Verunfallten erforderlich waren.

Lea Bumberger, zu diesem Zeitpunkt 16 Jahre, die vor kurzem einen Erste-Hilfe-Kurs absolvierte, konnte

das erlernte optimal in diese Situation einbringen und so dann dem Verletzten wichtige und richtige Hilfe leisten.

Sven Stolzenberg, 50 Jahre, setzte den wichtigen Notruf ab und sicherte die Unfallstelle mit einem

Wandreieck. Nach Eintreffen der örtlich zuständigen Feuerwehr Niederwinkling wurde die Erste Hilfe



und die Betreuung von den Kameraden der Feuerwehr weiter fortgesetzt. Kurze Zeit später traf der Rettungsdienst und der Notarzt per Hubschrauber am Unfallort ein und in kooperativer Zusammenarbeit – FW-Rettungsdienst – wurde er nach längerer Versorgung der Ärzte mit dem Hubschrauber ins Klinikum St. Elisabeth nach Straubing geflogen.

Zu diesem Zeitpunkt war für die Feuerwehr

nicht klar, ob Florian Meindl diesen Unfall überleben wird.

Denn die Verletzungen waren so schwer, dass kurze Zeit später ein Sachverständiger zum Unfallort hinzugezogen wurde.

Nach 4 Stunden war der Einsatz für die Feuerwehr beendet.

Bei schweren Verkehrsunfällen ist die Notfallseelsorge immer wieder Thema bei den Feuerwehren.

Folgende Fragen tauchen auf:

- In welches Krankenhaus wurde der Verletzte gebracht?
- Wie schwer war die Verletzung wirklich?
- Wird der Verletzte wieder gesund?
- Und und und?????

Das sind entscheidende Fragen, die sich ein Feuerwehrmann oder Feuerwehrfrau nach einem Einsatz immer wieder stellt.

So war es auch in diesem Fall. Sehr viele Fragen waren noch offen! Einer der Niederwinklinger Einsatzkräfte wollte diese Fragen nicht unbeantwortet lassen.

Auf Rückfrage dieses Feuerwehrmannes im Kranken-

haus wurde mitgeteilt, dass ein Besuch beim Verunfallten möglich sei. Ein langes ausführliches Gespräch zwischen Florian Meindl und dem Feuerwehrmann, der bei dem Einsatz dabei war, konnte die Gedächtnislücken schließen und Fragen beantworten. Dieses Gespräch ist in solchen Situationen sehr sehr wichtig, denn auch „Helfer brauchen Hilfe“ und Gespräche.

Den guten Hoffnungen zu Folge wendete sich der Fall dann zum Positiven. Im Februar meldete sich der Verletzte und berichtete, er sei nach unzähligen OPS und nach anschließender Heilbehandlung soweit wieder „gesund“ und möchte sich nun nochmals ganz herzlich für all die notwendige Erste Hilfe bei den Einsatzkräften bedanken.

Nach einem gemeinsamen Treffen mit den Ersthelfern und der Feuerwehr Niederwinkling bedankte sich Florian ganz herzlich bei den Kameraden der Freiwilligen Feuerwehr Niederwinkling. Ein Dank ging auch an den Notarzt, den Rettungsdienst, die Krankenhausschcrew und auch an die Arbeitgeber, die es ermöglichen, dass die Feuerwehr zu jeder Zeit einsatzbereit ist.

Welches Fazit können wir aus diesem Fall ziehen?

- nie Wegschauen, wenn Hilfe notwendig ist
- Interesse am Nächsten – somit kann schlimmeres verhindert werden
- Erste Hilfe Kenntnisse auffrischen
- Die Wichtigkeit der Feuerwehr!
- Auch Helfer brauchen Hilfe!



Der HvO Niederwinkling feiert fünfjähriges Bestehen

Als „denkwürdigen Tag für die Gemeinde Niederwinkling“ hat Bürgermeister Ludwig Waas im Feuerwehrhaus Niederwinkling die Gründung der Helfer-vor-Ort (HvO) Gruppe Niederwinkling am 01.07.2015 gewürdigt. Seit der Gründung sind mittlerweile fünf Jahre vergangen.

Die Helfer vor Ort (HvO) werden bei Notfall- und Notarzteinsätzen über die Rettungsleitstelle in Straubing per Funkmeldeempfänger mitalarmiert und eilen dann, in ihrer Freizeit, ihren Mitbürgern in der Gemeinde Niederwinkling und Mariaposching zur Hilfe. Die Niederwinklinger Rotkreuzler sind von Freitag 18 Uhr bis Montag 6 Uhr erreichbar. Die Helfer vor Ort stellen eine wichtige Ergänzung des Rettungsdienstes dar, denn durch die räumliche Nähe werden wertvolle Minuten gewonnen, die oft zur Rettung eines Menschenlebens entscheidend sind. Die HvO'er sind ausgestattet mit Notfallrucksack, Sauerstoffinhalationsgerät, Defibrillator und Einsatzkleidung.

„Unser Rettungsdienst ist zwar schnell, aber die Helfer vor Ort sind erfahrungsgemäß noch schneller.“

Damit ist eine weitere Voraussetzung für eine noch bessere und schnellere Versorgung der Bevölkerung in der Gemeinde Niederwinkling mit Erster Hilfe geschaffen worden. Durch sie lassen sich das „therapiefreie Intervall“ bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes deutlich reduzieren. Diese Minuten können entscheidend sein. So drohen bei Bewusstlosigkeit schon nach wenigen Minuten bleibende

Schäden. Wenn dann der Patient mit dem Rettungswagen in ein Krankenhaus gefahren wird, können die Helfer vor Ort bei den Familien bleiben und in diesen Ausnahmesituationen beratend zur Seite stehen. Dabei hat sich gezeigt, dass dieser 100% ehrenamtliche Dienst für die Gemeinden einen großen Mehrwert bringt. Da die Helfer vor Ort ihre Arbeit ehrenamtlich und in ihrer Freizeit verrichten, entstehen für Patienten keine Kosten durch die HvO-Dienste. Zudem herrscht über alle Einsätze Schweigepflicht für die HvO'er. Möglich wurde die Einrichtung der HvO-Gruppe nur durch das hohe Engagement und die Bereitschaft der einzelnen Helfer. Um in einer HvO-Gruppe tätig zu sein, müssen einige Grundvoraussetzungen sowie die entsprechende Ausbildung erfüllt werden.

Ein besonderer Dank gilt der Gemeinde und der Feuerwehr Niederwinkling. Die HvO-Gruppe Niederwinkling darf die Räumlichkeiten im Feuerwehrhaus Niederwinkling für Schulungen und Dienstplanbesprechungen nutzen. Ebenso ist im Niederwinklinger Feuerwehrhaus die Einsatzrüstung der Gruppe stationiert. Der HvO Niederwinkling wurde seit 01.07.2015 zu knapp 400 Einsätzen alarmiert.



Foto: FHO

Sich anstecken lassen von den Flammen der Liebe

22 Erstkommunionkinder in der Pfarrei Oberwinkling

Text: Fotos: Rita Gilch

Endlich konnten am 17. Oktober 2020 die 22 Kinder in der Pfarrkirche St. Wolfgang Oberwinkling ihre erste Heilige Kommunion feiern. Nur mit ihren Eltern und Geschwistern durfte der festliche Gottesdienst stattfinden. Unter feierlicher Orgelmusik zogen die elf Mädchen und elf Jungen in einheitlicher Kommunionkleidung in das Gotteshaus ein. „Nun ist es doch noch wahrgeworden“, meinte Pfarrer Franz Wiesner, „dass wir uns zur Erstkommunion zusammenfinden dürfen“.

Denn „einer hat uns angesteckt mit der Flamme der Liebe, einer hat uns aufgeweckt und das Feuer brennt hell“, sang der Kinderchor mit musikalischer Unterstützung von E-Piano und Gitarre der beiden Leiterinnen. „Jesus erzählt uns meistens in Gleichnissen von Gott“, sagte Pfarrer Wiesner, so auch im heutigen Evangelium vom Zachäus – ein Sünder in den Augen der Pharisäer- und doch will Jesus bei ihm zu Gast sein, denn Zachäus ist neugierig auf Jesus und will teilhaben an seinem Leben. Die ersten Christen haben sich im Kleinen getroffen und daraus ist eine große Gemeinschaft entstanden, immer wieder haben sich Puzzle-Teile hinzugefügt, wie es die Kommunionkinder mit Gemeindefereferentin Stefanie Leber ansprechend dargestellt haben. Jesus ist die Mitte und die Gläubigen, jetzt auch die Erstkommunikanten die Puzzle-Teile um ihn he-

rum, drum lasst uns ein Bild der Gemeinschaft sein, in der Jesus die Mitte ist und bleibt. Deshalb sollen wir uns bemühen, als gute Kinder Gottes zu leben, sagte Pfarrer Wiesner und Jesus gebe ihnen die Kraft dazu das Versprechen auch zu halten. Sieben Kinder baten in den Fürbitten um den rechten Glauben, für ihre Eltern und Erzieher. Nach dem Entzünden der Kerzen und der Erneuerung des Taufversprechens durften die Kommunionkinder vortreten zum Empfang des Brotes des Lebens, dem Brot der Liebe. Der Gottesdienst sei nun zu Ende aber der Festtag geht weiter, denn Jesus begleitet uns. „Gerne, hätten wir auch die Großeltern, Onkel und Tanten dabei gehabt, vielleicht nehmen sie dann an der Dankandacht teil“, so Pfarrer Wiesner.

Foto oben: elf Mädchen mit Gemeindefereferentin Stefanie Leber und Pfarrer Franz Wiesner
Foto unten: elf Jungen mit Pfarrer Franz Wiesner und Gemeindefereferentin Stefanie Leber
bei der Feier der Erstkommunion in der Pfarrkirche St. Wolfgang, Oberwinkling





Spende der Stofferlgruppe an die Bücherei

Foto: Bianca Brunner, Rita Gilch und Regina Bindemagel
Mit neuen Willkommens-Büchlein in das gleich ein neues Buch aus der Spende gelangt wurde.

Das „Strickcafé“ in Niederwinkling verteilt schon längere Zeit Willkommenskörbchen an die Neugeborenen in der Gemeinde. Büchereileiterin Rita Gilch hat sich der Aktion gerne angeschlossen und ein kleines Büchlein als Gruß der Bücherei beigesteuert.

Beim Abschlusstreffen der Stofferlgruppe kam nun Christine Winterhalter vom „Strickcafé“, Bianca Brunner und einige ihrer fleißigen Helferinnen zu dem Entschluss, dass der Bücherei für diesen Zweck auch ein Teil aus ihrem Spendentopf gegeben werden sollte. Rita Gilch, die Leiterin der Gemeindebücherei St. Wolfgang, und ihre ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen,

freuten sich sehr darüber, die Geldspende wurde sofort in Kleinkinder-Büchlein aus festem Material umgewandelt. Kürzlich wurden die Büchlein bei einem Treffen der Strickerinnen offiziell übergeben. So ist der Büchereibeitrag bei den Willkommens-Körbchen gesichert.

Sechs solcher Körbe wurden gleich damit bestückt und zu den einzelnen Familien gebracht.

Regina Bindemagel folgte spontan dem Beispiel und hatte ebenfalls für 90 Euro Büchlein für diese nette Aktion mitgebracht und somit die Auswahl vergrößert.

Kreatives Malen

Text: Christine Winterhalter

Auf Initiative von Quartiersmanagerin Rita Widmann hat sich seit September 2020 eine neue Malgruppe zusammengefunden. Auf vielfachen Wunsch der Beteiligten engagierte sie die Künstlerin Brigitte Schneider, um eine Einführung in kreatives Malen anzubieten.

„Es braucht nur etwas Mut, das richtige Material und Lust, sich auf etwas Neues einzulassen,“ so die Künstlerin, „und jeder kann sein Kunstwerk gestalten.“

Und so starteten vier Frauen, verschiedene Techniken zu lernen und unter professioneller Anleitung zu gestalten. Material und Raum wurden von der Gemeinde zur Verfügung gestellt. Bei gemeinsamer Motivauswahl entstanden sehr unterschiedliche Bilder. Das Besondere daran ist, dass nicht nur die Künstlerin unterstützt, sondern auch die Gruppe in die Betrachtung miteingeschlossen wird, einen Blick auf das Bild des anderen zu werfen, einen anderen Blickwinkel einzunehmen, ohne zu bevormunden.

Inzwischen ist es ein kreatives Miteinander, das wunderschöne Bilder entstehen lässt.

Geplant ist jeweils ein Vormittag im Monat unter der Anleitung der Künstlerin. Zeigen Sie uns Ihre kreative Seite und tauchen Sie ein, in eine Welt aus Farben, Muster und verschiedenen Techniken.

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben, können Sie sich telefonisch unter folgender Telefonnummer anmelden:
Christine Winterhalter
Handy: 0160 7803630



Nordic-Walking-Gruppe für Senioren



Nach dem Motto: Lasst uns zusammen langsam gehen, bildete sich Anfang September eine Gruppe von 8 Seniorinnen, die alle etwas gemeinsam haben: Sie wollen sich mehr bewegen und auch im Alter noch möglichst fit bleiben.

Dies in einem langsameren Tempo als die bereits bestehenden Gruppen. Ziel ist es, hohen Blutdruck und Diabetes auf Dauer zu senken und möglichst gelenkig zu bleiben. Außerdem stärkt Nordic Walking die Rückenmuskulatur und lockert die oft verspannten Muskeln im Nacken- und Schulterbereich.

Viele Krankheiten kommen von mangelnder Bewegung. Deswegen sind aktive Menschen auch häufig im höheren Lebensalter noch gesünder und fitter als Gleichaltrige, die keinen Sport treiben.

Nordic Walking ist eine sanfte Sportart, die effektiv und gelenkschonend zugleich ist. Durch die Bewegung im Freien ist diese Sportart, besonders zu Coronazeiten, für Senioren super geeignet.

Berta Zängl hatte sich bei einem Mittagstisch angeboten, eine Gruppe von Interessierten anzuführen und wöchentlich einmal die Landschaft um Winkling herum zu erkunden.

Und so treffen sich die Damen – Herren sind auch herzlich willkommen – jeweils dienstags um 14.00 Uhr auf dem Parkplatz am Begegnungszentrum.

Um zu walken, braucht es keinen Verein. Wer mitgehen möchte, kann sich gerne unter folgender Telefonnummer anmelden:

09962 203752, Berta Zängl

Vielleicht können ja über die gemeinsame Leidenschaft für das „Gehen“ auch noch neue Bekanntschaften entstehen.



60-ger Stammtisch spendete 500 Euro

Im August 2019 feierte „Heinerl’s -60ger-Stammtisch“ im Gasthaus zum Heinerl unter der Schirmherrschaft von Bürgermeister Ludwig Waas sein 20-jähriges Bestehen mit mehreren 60ger-Fanclub’s und Ortsvereinen. Der Schirmherr, Gönner des 60-ger Stammisches, Geschäfts- und Privatleute sponserten die Feier, die somit sehr erfolgreich verlief. Die Vorstanderschaft des 60ger-Stammtisches beschloss mit dem Erlös dieser Veranstaltung, der vom Stammtisch aufgestockt wurde, eine Spende an die „Helfer vor Ort“ in Höhe von 500 Euro zu leisten. 60ger-Stammtischvorsitzender Harry Wenninger überreichte im Rahmen der Monatsversammlung des 60ger-Stammtisches den Scheck an die Vertreter der „Helfer vor Ort“ Josef Kammerl und Beate Waas. Er hob in seiner Ansprache die hervorragende ehrenamtliche Tätigkeit der

Helfer vor Ort hervor, die sich schon in den verschiedensten Notfällen als Retter erwiesen und wahre Dienste am Mitmenschen geleistet haben. „Hier ist die Spende gut angelegt“, so die Worte von Harry Wenninger. Die Vertreter der Helfer vor Ort, Josef Kammerl und Beate Waas, freuten sich über die großzügige Spende und bedankten sich recht herzlich beim 60ger-Stammtisch.

Als Erinnerung überreichte Vorsitzender Harry Wenninger an die Helfer vor Ort noch einen 60ger-Wimpel und Ehrenmitglied Michael Brunner eine „Nervennahrung“ für kommende Einsätze.

Mit einem gemütlichen Beisammensein im Biergarten des Gasthauses zum Heinerl unter dem Motto „Einmal Löwe, immer Löwe“, endete die harmonische Veranstaltung.



Foto: Evelyn Kalmann

Das Foto zeigt vorne von links nach rechts: Die Helfer vor Ort, Beate Waas und Josef Kammerl, hinten von links nach rechts: 60ger-Stammtischvorsitzender Harry Wenninger und zweiten Vorsitzenden Saxe Kerschbamer bei der Scheckübergabe.



Vom Familienausflug zur Weltmeisterschaft

Geschwisterpaar auf der Überholspur

Eigentlich sollte es nur ein Sonntagsausflug der Familie Springer werden. Samia und Samuel waren mit ihren Eltern im Sommer 2019 unterwegs zur Kartbahn nach Straubing – nur Zuschauen, Spaß haben, Freunde treffen und eine spannende Zeit verbringen.

Doch dieser Ausflug könnte vielleicht der Beginn großer Karrieren im Rennsport sein. Eine Weltmeistertrophäe steht ja bereits schon zu Hause.

Aber noch mal zurück zu diesem Sonntag. Samia und Samuel waren von Anfang an fasziniert von der Atmosphäre und den Fahrern mit ihrem Kart, die geschickt und mit höchstmöglichem Tempo die Kurven meistern. Überholvorgänge starteten und mit gehörigem Speed nach den vorgegebenen Runden über die Ziellinie fahren.

Offensichtlich hat man das den beiden an den strahlenden Augen angesehen, als sie zu einer kleinen „Probefahrt“ – eine Runde sollte es sein – aufgefördert wurden. Ein Freund ihrer Eltern hat sie dazu eingeladen.

Doch mit einer Runde war es nicht getan. Beide zeigten nicht nur Mut und Geschick sondern auch schnelle Reaktionsfähigkeit und Coolness. Und dass sie mit einem enormen Talent ausgestattet sind, stellten sie in den folgenden Monaten in eindrucksvoller Weise unter Beweis.

Sofort war klar, hier sind gerade hoffnungsvolle Nachwuchsfahrer unterwegs gewesen, die gefördert werden müssen. Dass die beiden diesen Sport betreiben wollen war keine Frage. Jetzt ging es „nur noch darum“, Trainingszeiten

zu organisieren und auch das notwendige Equipment zu beschaffen. Ein kostenintensives Hobby fuhren und das da die beiden, meinte die Mutter im Interview. So ein Kart kostet schon mal um die 6.000 bis

8.000 Euro. Dann braucht man ja auch noch die Kleidung und die Ausrüstung, Trainingsstunden und nicht zuletzt die Fahrten zu den Trainings und Wettkämpfen. Auch ein Wohnmobil mit Anhängern wurde extra dafür angeschafft. Die Rennen finden meistens über ein Wochenende statt. Samstags ist das Qualifying und am Sonntag werden dann bis zu vier Rennen ausgetragen. Zeit fürs Heimfahren ist da nicht mehr, da die meisten Rennstrecken auch oft weit weg sind. Und das immer wieder mal das ein



Samia

Samuel



oder andere Teil der Fahrzeuge repariert oder ausgetauscht wird, ist auch einzukalkulieren. Da ist es schon vor Vorteil, dass sich der Vater der beiden gut auskennt. „Der Papa wird’s schon richten!“

Bereits in ihrem ersten Rennjahr konnten die beiden Geschwister schon einen großen Erfolg einfahren. Bei der DAI Trophy in Ala in Italien, östlich vom Gardasee liegend, belegten Samia und Samuel in ihrer Altersklasse jeweils den ersten Platz. Beeindruckend, wenn man bedenkt, dass sie damals erst einige Wochen zuvor überhaupt das erste Mal in einem Kart gefahren sind.

Auch auf den bayerischen Rennstrecken zeigen sie ihr Können und lehren der Konkurrenz das Fürchten. Anerkennend und lobend zollen gerade erwachsene Fahrer ihnen Respekt und

motivieren sie, bei diesem Sport zu bleiben und fleißig zu trainieren, da in beiden großes Potential steckt.

Dass die beiden Geschwindigkeit und Adrenalin lieben, zeigen ihre weiteren Hobbys. Samia macht in ihrer Freizeit seit 3 Jahren Springreiten beim RC Deggendorf, Samuel fährt – wie könnte es anders sein – Moto-Cross. Schon mit zwei Jahren ist er ohne Stützen Rad gefahren und mit drei Jahren heizte er mit einem elektrischen Quad durch den heimischen Garten.

Hier hatte er vor kurzem einen Unfall. Bei einem Sturz hat er sich eine Knieverletzung zugezogen und musste 4 Tage ins Krankenhaus. Seine größte Sorge galt nicht seinem Knie sondern seiner Maschine. Als er von der OP aufwachte war seine erste Frage: „Was ist mit meinem Motocross?“

Aber vielleicht wird er auch erfolgreicher Schwimmer oder Fussballer. Er ist nebenbei bei der Wasserwacht Waltendorf und beim FC Niederwilling Torwart in der F-Jugend.

Samia’s größter Wunsch ist eine Pferderanch. Dazu spart sie fleißig. Vielleicht kann sie sich diesen Wunsch als erfolgreiche Rennfahrerin erfüllen. Ihr Bruder hat ihr da schon mal seine Unterstützung versprochen, wenn er erst mal Formel-1-Fahrer ist und in die Fußstapfen seines Idols Michael Schumacher getreten ist.

Nur die Mutter leidet bei jedem Training und bei jedem Wettkampf mit. „Hoffentlich geht alles gut. Da braucht man schon enorm viel Nerven und Überwindung.“ sagt sie mit einem sorgenvollen Auge aber auch mit höchstem Stolz auf ihre Kinder.



Foto: René Springer



120 Jahre Krieger- und Soldatenkameradschaft Ober- und Niederwinkling

Fotos: Norbert Neuhöfer und Christian Pfeifer

Wie so viele Krieger- und Veteranenvereine dürfte auch der Ober- und Niederwinklinger Verein in den 80er bzw. 90er Jahre des vorigen Jahrtausends gegründet worden sein. Hier herrschte in Europa von 1870 bis 1871 der deutsch-französische Krieg, eine militärische Auseinandersetzung zwischen Frankreich und dem Norddeutschen Bund unter Führung Preußens mit den verbündeten Staaten Bayern, Baden-Württemberg und Hessen-Darmstadt.

Daraus folgte die Deutsche Reichsgründung und das Ende des zweiten französischen Kaiserreichs. Frankreich musste aufgrund seiner Niederlage Elsaß-Lothringen abtreten, das mittlerweile wieder zu Frankreich gehört.

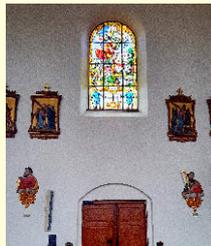
Schriftliche Unterlagen, die belegbare Kenntnisse über die Vereinsgründung Auskunft geben könnten, sind höchstwahrscheinlich in den Kriegswirren verloren gegangen. Ein Glanzpunkt der Vereinsgeschichte

war die 1901 durchgeführte Fahnenweihe. Diese Gründungsfahne ist noch vollständig erhalten und im Bürgerhaus ausgestellt. Es zeigt das königlich-bayerische Staatswappen mit dem Motto „Mit Gott für König und Vaterland“ und auf der anderen Seite die Bavaria mit dem Bayerischen Löwen.

Aus dieser Zeit ist auch ein Foto des Initiators Franz Stadler (1844–1909) erhalten geblieben, der als 1. Vorstand den neuen Verein leitete.

Der Verein leistete im Zuge des Neubaus der Kirche in den Jahren 1908 bis 1910, der mit großzügigen Spenden und enormer Opferbereitschaft der Bevölkerung verwirklicht werden konnte, seinen Beitrag und stiftete ein herrliches Glasfenster, das Sankt Mauritius (Schutzpatron der Soldaten) zeigt.

Mit dem von Alliierten Kontrollrat am 10.10.1945 erlassenen Kontrollratsgesetz Nr. 2 wurden u.a. auch diese Vereine verboten und deren Neubil-



das gestiftete Kirchenfenster

dung für ungesetzlich erklärt. Mit der Normalisierung des politischen und wirtschaftlichen Lebens in Deutschland wurden auf Initiative des damaligen Bürgermeisters Alfons Schäffer eine Wiedergründung des Vereins initiiert, die dann 1953 erfolgte. Als 1. Vorstand fungierte damals Josef Kronschabl, der Verein zählte damals 136 Mitglieder. 1967 erfolgte die Umbenennung auf den heute bekannten Namen „Krieger- und Soldatenkameradschaft.“



Fahne von 1901



Aktuell setzt sich die Vereinsvorstandschaft wie folgt zusammen:

1. Vorsitzender: Siegfried Janker
 2. Vorsitzender: Johannes Sagstetter und Siegfried Hoffmann
- Kassier- und Schriftführer: Johann Pflügl
 Ehrenvorstand: Karl Kress
 Vereinsausschuss: Ehrenvorstand Karl Kress, Franz Hertreiter, Kilian Ring, Hans Hofmarksrichter, Peter Langner und Josef Sträußl

In dem langen Vereinsleben konnten bereits 4 Fahnenweihen und 3 Gründungsfeiern, zuletzt im Kalenderjahr 2011, gefeiert werden.

Im nächsten Jahr wird die Krieger- und Soldatenkameradschaft Ober- und Niederwinkling – geht man vom Gründungsjahr 1901 aus – 120 Jahre. Im März dieses Jahres wäre ursprünglich, die 40-jährige Gründungsfeier der Reservistenkameradschaft Niederwinkling geplant gewesen. Coronabedingt musste diese Feier kurzfristig abgesagt werden. Ob und in welcher Form die Jubiläen gefeiert werden können, steht in den „Corona-Sternen“.



Die Forschungslage zur Geschichte der „Kriegervereine“, wie sie ursprünglich hießen, ist überraschend dünn. Obwohl es mehrere Tausend Vereine in Deutschland gibt und diese aktiv am gesellschaftlichen Leben teilnehmen, ist ihre Geschichte wissenschaftlich kaum aufgearbeitet. Die sog. „Einigungskriege 1813/15 waren die ersten Kriege, an denen infolge der allgemeinen Wehrpflicht weite Teile der Bevölkerung direkt beteiligt waren und sich in der Folge dann Kriegsveteranen zu ersten Vereinen zusammenschlossen. Zweck der Vereinsgründung war ursprünglich die Sicherstellung einer würdigen Bestattung bedürftiger Kameraden und die Unterstützung der Hinterbliebenen sowie auch die Fürsorge für Kriegsopfer und Kriegsgräber. Die Pflege der Kameradschaft und Tradition ergänzte diesen ursprünglichen Vereinszweck.

Die Vereine haben sich auch der Betreuung der Kriegerdenkmäler und Gedenkstätten angenommen.



Foto: Rita Widmann

„Früher war er wild. Heute kocht er Wild“

Text von Rita Widmann

Mit diesem Slogan begegnete mir der gelernte Koch Edwin Sixt, der im Oktober 2020 ein Wildgericht für die Gäste der Tagespflege in Niederwinkling zubereitet hat. Dies wurde von den Gästen sehr gelobt und mit Freude verzehrt.

Sein Vater, Karl Sixt, lebt seit Februar 2019 in der ambulanten betreuten Wohngemeinschaft. Für diese Senioren – WG hat Edwin Sixt schon zu Beginn ehrenamtlich immer wieder an den Wochenenden gekocht und die Wohngemeinschaft mit regionalen Spezialitäten verwöhnt. Regionale Küche und die Zutaten von Selbstvermarktern ist ihm sehr wichtig. Fast Food kommt bei ihm nicht auf den Tisch. Außerdem legt er größten Wert auf Sauberkeit und Hygiene in der Küche.

Edwin Sixt lebt mit seiner Familie in Bernried und hat, inspiriert von Paul Bocuse, das Kochhandwerk mit 15 Jahren erlernt. Als Geselle lernte er seine Frau Gabi, eine gelernte Hotelfachfrau in Rettenbach im Hotel kennen. Beide gingen gemeinsam u.a. nach Schliersee und arbeiteten auch dort zusammen in einem renommiert-

ten Hotel. Seine bekanntesten Gäste damals im Restaurant waren Uschi Glas und Herbert Herrmann im Rahmen einer Filmaufnahme. Aus privaten Gründen gab er 1983 den Beruf des Kochs auf. Er besuchte Fortbildungen und ließ sich im Bereich Lagerlogistik umschulen.

Heute sagt er, dass auch Kochen sehr viel mit Logistik zu tun hat. Eine gute Planung in der Küche sei wichtig, um das Essen pünktlich auf den Tisch zu bringen. Auch wenn er beruflich inzwischen in der Lagerlogistik zuhause ist, so bleibt Kochen ein wichtiger Bestandteil in seinem Leben. Das Ehepaar hat oft Gäste zu Besuch, die selbstverständlich mit sehr gutem Essen verwöhnt werden. Edwin Sixt pflegt noch andere Hobbys. Neben Kochen, Motorradfahren und Klettern spielt er auch noch klassische Gitarre. Und so freuen sich seine Gäste nicht nur über köstliches Essen, sondern werden auch noch musikalisch sehr

gut unterhalten. Außerdem ist er begeisterter Vater von drei Kindern und Opa von zwei Enkelkindern. Er freut sich, dass sein eigener Vater im Alter von 90 Jahren einen guten Platz in der Wohngemeinschaft gefunden hat. Und so bleibt der Kontakt zu Niederwinkling hoffentlich noch lange erhalten.

Wir wünschen Edwin Sixt und seiner Familie alles Gute!



Foto: Rita Widmann



mit Herr Edwin Sixt

„Wildgulasch vom Sika-Hirsch“

Gehört zur Gattung der Edelhirsche und war ursprünglich in Asien zuhause. War früher den Kaisern und Königinnen vorbehalten.



Man nehme ...

Wildfleisch in eine Rotweinbeize einlegen und ca. 3 Tage ziehen lassen. Für vier Personen ca. 1 kg Wildgulasch. Fleisch muss vollständig bedeckt sein.

Absolvent und Beize zum Aufgießen auftragen. Fleisch scharf anbraten, gewürfelte Zwiebel und etwas Tomatenmark dazugeben, mit Mehl stauben, säuen und pfeffern, alles anbraten und mit reichlich Rotweinbeize ablöschen. Mit Gewürzen und frischen Kräutern verfeinern. (z.B. frischer Thymian).

Ca. 2 Stunden köcheln lassen. 1 Becher Schmand oder Creme frische unterrühren und mit einem Schuss Portwein abschmecken.

Mit Spätzle, Preiselbeeren und Apfelblaukraut servieren.

Apfelblaukraut

Blaukraut in Streifen schneiden. Zwiebelwürfel in Butterschmalz glasig andünsten und mit etwas Brühe und Apfelsaft aufgießen. Kraut dazugeben. 2-3 kleingeschnittene Apfel dazugeben und mit Gewürzen verfeinern. Ca. 30-40 Minuten köcheln lassen. Wer es sämig mag, kann es mit Stärke binden.

Zutaten Rotweinbeize

- ca. 500 ml Glühwein,
- gewürfeltes Wurzelgemüse (Karotte, Lauch, Pastinake, Sellerie, Zwiebel) Lorbeerblatt,
- Nelken.

A bronder's G'schenk

Jed's Joahr zur Weihnachtszeit,
mecht ma seine Liabst'n mocha a bsondere Freid.

Was duast da wünsch'n? Was mechst denn hom?
Duad ma ganz nebenbei amoi frong.

Ebbs bsonder's mecht ma find'n und schenka,
in der Stodt duad ma planlos umananda renna.

A Überraschung soi's wern,
ebb's des ma no net hod, braucha kann und häitt so gern.

A G'schenk an des ma se erinnert und immer hod dabei,
so was scheen's und einzigartiges soi's sei.

Des Wertvollste was ma schenka kann auf dera Walt,
gibt's net zum kauffa für vui Gaid.

Es is eigentlich immer do, und doch hod ma's net,
drum umso besonderer wenn ma's amoi häitt.

ZEIT mitelnanda, ZEIT um was zu unternehma,
ZEIT hom, um oofach amoi in Ruhe zamm zum kemma.

Was ganz b'sonder's is, wenn ma sei Zeit verschenkt,
man hod's imma dabei, kann's braucha und es is was an
des ma imma wieda zruckdenkt.



Photo: Shutterstock.com

Die Gemeindebücherei St. Wolfgang darf offen bleiben

Sonntag: 10:15 bis 11:30 Uhr
Mittwoch: 19:00 bis 20:00 Uhr
Freitag: 15:30 bis 17:30 Uhr

Bei Änderungen unserer Regeln werden wir diese in der Tageszeitung bekannt geben.

So einfach funktioniert die Ausleihe!

Vielen Dank für Euer Verständnis.
Euer Büchereiteam

Wir bitten unsere Leser sehr darum.

- Derzeit dürfen sich nur fünf Leser gleichzeitig in der Bücherei aufhalten.
- Die Rückgabe der Medien erfolgt vor der Bücherei am Flur.
- Bitte beim Eingang die Hände desinfizieren.
- Die Auswahl der Medien sollte möglichst zügig gestaltet werden.
- Halten Sie bitte den Abstand von 1,50 m ein.
- Kinder sollten möglichst von einem Elternteil begleitet werden.
- Die vorgegebenen Wege sollten möglichst einhalten werden.
- Zum Verlassen der Bücherei wird der Notausgang benutzt.

Ps: Viele neue Bücher und Spiele hat das Büchereiteam wieder gekauft, sodass viele Neuerscheinungen bereits in der Bücherei zur Ausleihe parat stehen.

Alle zurückgegebenen Medien werden drei Tage gelagert, anschließend desinfiziert und dann erst zurückgenommen und in die Regale gestellt.

Photo: Shutterstock.com



Angelika Bayer Fachärztin für Allgemeinmedizin

Die Influenza (echte Grippe) ist eine akute Erkrankung der Atemwege, die durch Influenzaviren verursacht wird und mit Fieber, Husten und Muskelschmerzen einhergeht. Die Influenza ist nicht zu unterschätzen und kann schwebeliegende Folgen für den betroffenen Patienten haben. Eine Grippeperiode hat bis zu 7 Millionen zusätzliche Arztbesuche zur Folge, 3.000 bis 4.000 zusätzliche Krankenhausaufenthalte und bis zu 20.000 Todesfälle – und das jährlich.

Ein Bericht unserer Hausärztin
Frau Angelika Bayer
Bayenwaldstr. 11
94559 Niederwinkling
Tel.: 09962 8673737

INFLUENZA

Die Krankheit

DER ERREGER

Man unterscheidet die Influenzaviren A, B und C. Für den Menschen sind insbesondere A und B von Bedeutung, da diese Epidemien auslösen können. Influenza C verursacht meistens nur milde Symptome der oberen Atemwege.

Das Influenzavirus kann seine Oberflächenstruktur und seine Erbinformationen verändern. Dies macht das Influenzavirus besonders virulent (d. h. krankmachend). Eine durchgemachte Influenzainfektion hinterlässt meistens keinen dauerhaften Schutz.

ÜBERTRAGUNG

Infizierte Personen können das Virus 1 Tag vor und bis zu 7 Tage nach Krankheitsbeginn übertragen. Übertragungswege sind Tröpfcheninfektion, kontaminierte Oberflächen und über die Hände. Bestimmte Hygienemaßnahmen senken das Risiko: Händewaschen, Niesetikette, Oberflächeninfektion, Abstand halten und regelmäßig lüften.



EPIDEMIOLOGIE

Regelmäßig, vor allem im Winter, kommt es in unseren Klimazonen zu regionalen Influenzaausbrüchen. In Deutschland steigt die Grippeperiode meist im Januar oder Februar an und dauert etwa 10 Wochen. In dieser Zeit infizieren sich ca. 5 bis 20 % der Bevölkerung. Die Infektionsrate ist bei kleinen Kindern am höchsten, jedoch betreffen schwere Verläufe meist ältere Personen oder Menschen mit Vorerkrankungen oder Immunschwäche.

VERLAUF

Die Krankheit kann sehr unterschiedlich verlaufen. Sie kann sehr leicht und bei abwegeschwächten Personen tödlich enden. Bei einem Drittel der Betroffenen kommt es zu einem plötzlichen Krankheitsausbruch mit schwerem Krankheitsgefühl, Fieber, Kopfschmerzen, Glieder- und Muskelschmerzen sowie Husten. Komplikationen sind bei Kinder vor allem Mittelohrentzündung, bei Erwachsenen Lungen- und Herzmuskelentzündung. Zur Risikogruppe für

einen schweren Verlauf und für Komplikationen gehören Patienten mit Vorerkrankungen (chronische Herz- und Lungenerkrankungen wie z. B. KHK, Asthma bronchiale, COPD, Diabetes mellitus, Übergewicht, Immundefekte, neurologische Krankheiten und auch Schwangerschaft).

DIAGNOSE

Die Diagnose einer „echten“ Influenza ist bei den typischen Symptomen in der Wintersaison leicht. Es reicht die typische klinische Symptomatik. Eine Labordiagnostik ist nicht erforderlich. In besonderen Fällen kann ein Nasen- und/ oder Rachenabstrich erforderlich sein.

Die Impfung

Den besten Schutz vor Influenza bietet die rechtzeitig durchgeführte Grippe-schutzimpfung.

Eine Impfung gegen Influenza vermindert das Risiko einer Ansteckung und sorgt für mildere Verläufe bei einer Infektion. Der Impfschutz tritt etwa nach 10 bis 14 Tagen ein und schützt:

- 70 bis 90 Prozent aller gesunden Kinder und Erwachsenen, wobei er bei jüngeren Menschen besser wirkt als bei älteren Personen
 - 30 bis 40 Prozent der über 65-Jährigen mit chronischen Erkrankungen
 - 50 bis 60 Prozent aller Erkrankten vor einer Krankenhausweisungs aufgrund einer Lungenentzündung
- Influenza-Impfstoffe sind meist Spaltimpfstoffe oder sogenannte Unterein-impfstoffe, die nur einen Anteil



des Virus enthalten.

Daneben gibt es einen Lebendimpfstoff, der derzeit nur für Kinder zugelassen ist.

Die Influenza-Impfung erfolgt gemäß den Richtlinien der STIKO (Ständige Impfkommission). Die öffentlichen Empfehlungen der STIKO werden normalerweise einmal jährlich veröffentlicht.

Die STIKO empfiehlt: Allen Personen ab dem 60. Lebensjahr die Influenza-Impfung als Standardimpfung. Die jährliche Impfung sollte bei den Betroffenen vorzugsweise im Oktober und November durchgeführt werden. Darüber hinaus wird die Impfung als Indikationsimpfung für folgende Risikogruppen empfohlen:

- alle Schwangeren ab dem 2. Drittel, bei erhöhter gesundheitlicher Gefährdung infolge eines Grundleidens ab 1. Drittel
- Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit erhöhter gesundheitlicher Gefährdung infolge eines Grundleidens, wie z. B.: chronische Krankheiten der Atmungsorgane (inklusive Asthma und COPD), chronische Herz-Kreislauf-, Leber- und Nieren-

krankheiten, Diabetes mellitus und andere Stoffwechselkrankheiten, chronische neurologische Krankheiten, z. B. Multiple Sklerose

- Personen mit angeborener oder erworbener Immundefizienz (u.a. Chemotherapie oder HIV-Infektion)
- Personen, die durch ihren Beruf täglich mit vielen Leuten in Kontakt kommen, z.B. medizinisches Personal, Personen in Einrichtungen mit umfangreichem Publikumsverkehr, Personen, die als mögliche Infektionsquelle für von ihnen betreute Risikopersonen fungieren können
- Personen mit direktem Kontakt zu Geflügel und Wildvögeln

HINWEIS: Erwachsene und Kinder ab dem vollendeten neunten Lebensjahr erhalten eine Impfung. Für Kinder ab dem sechsten Lebensmonat bis zum vollendeten neunten Lebensjahr, die bisher nicht gegen Influenza geimpft worden sind, werden zwei Impfungen im Abstand von mindestens vier Wochen empfohlen.



Wer sollte nicht geimpft werden?

- Wer an einem **fiebrhaften Infekt** leidet, sollte erst nach Abklingen der Krankheitszeichen geimpft werden.
- Wer an einer **nachgewiesenen Hühnereierweißallergie** leidet sollte nicht mit einem Grippeimpfstoff geimpft werden, dessen Herstellung auf Hühnereiern basiert. Als Alternative steht ein Impfstoff zur Verfügung, der mit Hilfe von Zellkulturen gewonnen wird.

HINWEIS: Schwangere und Stillende sollten nicht mit dem über die Nasenschleimhaut verabreichten Lebendimpfstoff geimpft werden.

MÖGLICHE REAKTIONEN NACH EINER IMPFUNG

Als Ausdruck der normalen Auseinandersetzung des Organismus mit dem Impfstoff kann es gelegentlich innerhalb von 1 bis 3 Tagen an der Impfstelle zu leichten Schmerzen, Rötungen und Schwellungen kommen, gelegentlich können auch die zugehörigen Lymphknoten verhärtet oder angeschwollen sein. Ebenfalls kann es nach der Impfung zu Allgemeinsymptomen wie Fieber, Frösteln, Übelkeit, Unwohlsein, Müdigkeit, Schwinden, Kopf-, Muskel- und Gelenkschmerzen kommen.

In der Regel sind diese genannten Lokal- und Allgemeinreaktionen vorübergehender Natur und klingen rasch und folgenlos wieder ab. Sehr selten werden allergische Reaktionen an Haut (gelegentlich mit Juckreiz und Ausschlag) und Bronchial-

system beobachtet; über allergische Sofortreaktionen (anaphylaktischer Schock) wurde nur in Einzelfällen berichtet.

Bislang wurden in keinem Fall bleibende Gesundheitsschäden (Impfkomplikationen) nach einer Grippeimpfung beobachtet. Häufige Bedenken sind eine „Grippe“ nach einer Impfung. Da es sich bei der Grippeimpfung um einen Totimpfstoff (Bestandteile des abgetöteten Erregers) handelt und nicht um eine Lebendimpfung (abgeschwächte Erreger), sind keine Erreger im Impfstoff vorhanden. Somit kann durch die Impfung keine Grippeerkrankung ausgelöst werden. Darüber hinaus schützt die Grippeimpfung nur vor Grippeviren und nicht generell vor anderen Erkältungskrankheiten oder einer Erkrankung an COVID-19.

ZUSAMMENFASSUNG

Die echte Grippe (Influenza) ist keine einfache Erkältung, sondern eine ernst zu nehmende Erkrankung. In

Deutschland sterben je nach Schwere der Grippeperiode jedes Jahr mehrere Hundert bis über 20.000 Menschen an der Grippe.

Nach Ansteckung erkrankt ungefähr ein Drittel der Betroffenen mit den typischen Krankheitszeichen wie beispielsweise plötzlichem, hohem Fieber über 38,5 °C, trockenem Reizhusten, Kopf-, Hals- und Muskelschmerzen, Abgeschlagenheit oder Schweißausbrüchen. Bei etwa einem weiteren Drittel verläuft die Grippe milder. Selbst in unkomplizierten Fällen dauert die Erkrankung fünf bis sieben Tage. Ein Drittel erkrankt zwar nicht, kann aber andere mit Grippe anstecken.

Die Grippeimpfung bietet die beste Möglichkeit, sich und andere gegen Grippe zu schützen. Daher empfiehlt die Ständige Impfkommission (STIKO) besonders den Personen mit einem hohen Risiko für schwere Krankheitsverläufe eine Grippeimpfung.





Storchen APOTHEKE

Bayerwaldstraße 7 - 94559 Niederwinkling - Telefon 0 99 62 / 950 75 60
Montag - Freitag 08.00-18.00 Uhr und Samstag 08.00-12.00 Uhr

Desinfektionsmittel geschenkt

*Ausgenommen hiervon sind Rezepte, Rezeptanzahlungen, Angebote und Rabatt-Gutscheine

Nur solange der Vorrat reicht!



Liebe Kundinnen und Kunden,

zuerst möchten wir uns bei Ihnen erneut für die Treue im zu Ende gehenden Jahr recht herzlich bedanken. Genießen Sie die kommenden Feiertage und „rutschen“ Sie gut, mit viel Gesundheit und neuer Kraft, ins neue Jahr 2021. Wir freuen uns, Sie auch nächstes Jahr wieder gesund und frohlich begrüßen zu dürfen.

Ihre Apothekerin Heidi Lachner
und das Team der Storchen-Apotheke

NEU

Einfach + schnell + sicher:

VORBESTELLEN PER APP



DEINE APOTHEKE APP

für die Storchen-Apotheke

Einfach die kostenlose „deine Apotheke“ App fürs iPhone® oder für Android™ herunterladen. Einfach, schnell und sicher! Sie können Rezepte und weitere Apothekeprodukte bei uns ganz einfach mit dieser Handy-App vorbestellen. Sie können die Bestellung dann selbst bei uns abholen oder unseren **kostenlosen** Botendienst/Lieferservice nutzen.

- ✓ Keine unnötigen Laufwege
- ✓ Keine langen Wartezeiten
- ✓ Einfache Bedienbarkeit
- ✓ Ohne Registrierung
- ✓ Sichere Datenübertragung
- ✓ Kompetente Beratung



Kostenloser Lieferservice

Bereits seit vielen Jahren liefern wir Medikamente und Gesundheitsprodukte **kostenfrei** zu Ihnen nach **Hause**, an Ihren **Arbeitsplatz** oder direkt zu Ihren **Angehörigen**; schnell und zuverlässig. Die Lieferung erfolgt i.d.R. **nach am selben Tag** Ihrer Bestellung. Nutzen Sie unseren Lieferservice für alle Produkte der **Storchen-Apotheke**. Wir freuen uns auf Ihren Anruf oder auf die Bestellung mit der neuen Apotheke App. Weitere Infos unter www.deine-apotheke.com oder direkt bei uns in der Apotheke.

20%*

Weihnachtsgutschein

Nur gültig vom 30.11.-5.12.20

Nur einlösbar in der Storchen-Apotheke oder in der Einhorn- und Löwen-Apotheke Straubing. Ihr persönlicher 20% Weihnachtsgutschein ist gültig vom 30.11.-5.12.20! *Ausgenommen hiervon sind Angebote, Rezeptanzahlungen und Arzneimittel.

15%*

Weihnachtsgutschein

Nur gültig vom 07.-12.12.20

Nur einlösbar in der Storchen-Apotheke oder in der Einhorn- und Löwen-Apotheke Straubing. Ihr persönlicher 15% Weihnachtsgutschein ist gültig vom 07.-12.12.20! *Ausgenommen hiervon sind Angebote, Rezeptanzahlungen und Arzneimittel.

10%*

Weihnachtsgutschein

Nur gültig vom 14.-19.12.20

Nur einlösbar in der Storchen-Apotheke oder in der Einhorn- und Löwen-Apotheke Straubing. Ihr persönlicher 10% Weihnachtsgutschein ist gültig vom 14.-19.12.20! *Ausgenommen hiervon sind Angebote, Rezeptanzahlungen und Arzneimittel.





Von Niederwinkling nach Bogen- der BoNi-Bus nimmt Fahrt auf!

Der offizielle Startschuss für das Projekt BoNi-Bus, die neue Kleinbus-Linie zwischen Bogen und Niederwinkling erfolgte am 01.09.2020.

Mit drei ÖPNV-Linien werden insgesamt 33 Haltestellen angefahren; 16 Haltestellen wurden dafür neu angelegt.

Für die Gemeinde Niederwinkling ist die Buslinie 55 relevant. Mit den Haltestellen im Industrie- und Gewerbegebiet Schaidweg, beim Gasthaus Heinerl, am Dorfplatz, auf Höhe der Dichtungstechnik Wallstabe und in Welchenberg besteht nun eine weitere Verbindung von und nach Bogen. Hier werden u.a. die Haltestellen am Stadtplatz, bei der Kreis Klinik und am Bahnhof der Gäubodenbahn angefahren.

Mit den weiteren Linien Nr. 54 und 56 sind mit einem Umstieg z.B. auch Furth bei Bogen oder der Bogenberg mit der Wallfahrtskirche und dem Kreisheimatmuseum erreichbar.

Der Linienbetrieb wird durch das Verkehrsunternehmen Wanninger-Reisen mit Kleinbussen (8 Fahrgastplätze) durchgeführt. Sofern die Platzkapazitäten nicht ausreichen, wird durch das Verkehrsunternehmen eine zusätzliche Fahrt angeboten.

Konzipiert wurden diese Buslinien insbesondere für Berufstätige. Die Nutzung dieses Angebots ist natürlich auch für alle möglich.

Der Einzelfahrspreis für einen Erwachsenen beträgt z.B. nach Bogen 2,60 Euro. Eine Zehnerkarte für einen Er-

wachsen kostet 19,50 Euro. Die einzelnen Fahrspreise können Sie aus der nebenstehenden Tabelle entnehmen.

Die Kosten von ca. 100.000 Euro pro Jahr werden durch staatliche Mittel sowie der verbleibende Rest zu gleichen Teilen durch den Landkreis Straubing-Bogen und die beiden Gemeinden Bogen und Niederwinkling übernommen.

„Wir verbessern damit die Situation des ÖPNV, sorgen dafür, dass Auszubildende ihre Betriebe leichter erreichen und haben außerdem Kreisheimatmuseum und Kreis Klinik in das Konzept eingebunden. Damit wird sowohl die heimische Wirtschaft unterstützt wie auch etwas für den Klimaschutz getan“, resümierte Landrat Laumer.



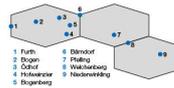
Weitere Informationen erhalten Sie auf der Homepage des Landkreises Straubing-Bogen: www.landkreis-straubing-bogen.de. Bei Rückfragen steht Ihnen ebenfalls der Sachbearbeiter im Landratsamt gerne zur Verfügung. Telefon-Nr. 09421 973-200



FAHRSPREISE

	1 Wabe	2 Waben	3 Waben
Einzelkarte Erwachsene	1,80 €	2,20 €	2,60 €
Einzelkarte Kind	1,50 €	1,80 €	1,90 €
Tagkarte	3,00 €	3,50 €	4,00 €
Zehnkarte	13,50 €	16,50 €	19,50 €
Wochenkarte Erwachsene	11,70 €	14,40 €	18,70 €
Monatkarte Erwachsene	44,70 €	54,90 €	71,40 €
Wochenkarte Schüler/Arbeiter/Student	3,00 €	3,20 €	3,50 €
Monatkarte Schüler/Arbeiter/Student	37,50 €	40,00 €	45,00 €
Einzelkarte Ausländer/Schüler	24,87 €	31,00 €	41,70 €

1 Wabe	14d. im Bereich von 1 nach 0 14d. im Bereich von 0 nach 0 14d. im Bereich von 0 nach 0
2 Waben	14d. im Bereich von 1 nach 7 14d. im Bereich von 0 nach 0
3 Waben	14d. im Bereich von 1 nach 0



- ### MEHR BUSSE IN BOGEN UND NIEDERWINKLING
- Ab 1. September 2020 sind neue ÖPNV-Linien in Bogen und Niederwinkling
 - 33 Haltestellen, 16 davon neu angelegt
 - Linie 54 und 55 speziell auf Bedürfnisse der Arbeitnehmer zugeschnitten
 - Linie 56 ab Stadtbus Bogen konzipiert – Fahrten auch am Wochenende und an den meisten Feiertagen
 - Im Startmonat September 2020 stehen diese Linien kostenlos für die Fahrgäste zur Verfügung
 - Umstieg zwischen VU-Bussen und BoNi-Bussen ohne zweite Fahrkarte möglich im Stadtgebiet Bogen und auf der Strecke Bogen-Niederwinkling



- 54 Bogen - Furth - Bärndorf - Bogen
- 55 Bogen - Hofweinzler - Pffling - Welchenberg - Niederwinkling
- 56 Bogen - Furth - Bärndorf - Bogen

START 1. SEPTEMBER 2020

55 Bogen-Hofweinzler-Pfelling-Welchenberg-Niederwinkling

Mo - Fr		Fahrtrage		Mo - Fr		Verkehrsbeschränkungen
1	2	1	2	1	2	
Verkehrsbearbeitungen						
5:54	6:52	7:42	7:56	—	—	Kein Linienbetrieb am 24.12., 31.12., Samstagen, Sonn- und Feiertagen.
6:00	7:00	7:48	17:00	—	—	Hinweise
6:02	7:02	7:50	17:03	0,8 Bogen, Stadtplatz	16:58	Der Linienbetrieb wird durch das Verkehrsunternehmen (VU) Wanninger-Reisen mit Kleinbussen (8 Fahrgastplätze) durchgeführt. Sofern die Platzkapazitäten nicht ausreichen, wird durch das VU eine zusätzliche Fahrt angeboten. Hierarchisch können sich die Kleinbuszentren vergleichen. Melden Sie größere Gruppen rechtzeitig telefonisch beim VU an. Das VU Wanninger-Reisen ist tagtäglich bzw. zu den Betriebszeiten telefonisch erreichbar unter 09422-4512.
6:03	7:03	7:51	17:03	1,2 Bogen, Einsatzzentrum	16:54	Die Fahrpreise sind im Internet auf der Seite des Landkreises abgerufen werden: https://www.landkreis-straubing-bogen.de/
6:05	7:05	7:53	17:05	2,3 Hofweinzler, Hüttenhof	16:52	Von der Startseite aus über die Kachel „Bus- und Zugfahrplan“
6:06	7:06	7:54	17:06	3,5 Hofweinzler, Wiesenhof	16:51	
6:09	7:09	7:57	17:09	4,0 Pffling	16:48	
6:12	7:12	8:00	17:12	8,9 Welchenberg, Ort	16:45	
6:14	7:14	8:02	17:14	10,3 Oberwinkling	16:43	
6:15	7:15	8:03	17:15	10,8 Niederwinkling, Mitte	16:42	
6:16	7:16	8:04	17:16	11,0 Niederwinkling	16:41	
6:21	8:09	8:59	—	—	17:20	
7:25	8:21	8:21	—	—	17:20	
6:17	7:17	8:05	17:17	11,7 Niederwinkling, Am Schaidweg (Gewerbegebiet)	16:40	
—	—	8:06	—	—	17:19	
—	—	8:07	—	12,8 Niederwinkling, Mitte	17:18	
—	—	8:08	—	13,3 Oberwinkling	17:17	
—	—	8:10	—	14,7 Welchenberg, Ort	17:16	
—	—	8:13	—	17,6 Pffling	17:15	
—	—	8:16	—	20,3 Hüttenhof, Gewerbegebiet	17:14	
—	—	8:17	—	20,8 Hüttenhof, Akwe, Hofweinzler	17:13	
—	—	8:19	—	22,2 Bogen, Einsatzzentrum	17:12	
—	—	8:20	—	22,6 Bogen, Stadtplatz	17:11	
—	—	8:22	—	23,4 Bogen, Bahnhof	17:10	
—	—	9:04	—	Abfuhr Gäubodenbahn Ankunft	16:56	Fahrplan gültig ab 01.09.2020



Christbaumverkauf in Niederwinkling

Die Familie Haimerl aus Konzell wird auch dieses Jahr Christbäume zum Verkauf anbieten. Die Nordmantannen stammen aus eigener Plantage, ohne Zukauf und sind ungespritzt.

Der Preis pro Meter beträgt 18 EUR
 Samstag 05.12.2020 9:00 Uhr bis 16:00 Uhr
 Sonntag 06.12.2020 9:00 Uhr bis 16:00 Uhr
 Parkplatz Bürgerhaus, Dorfplatz, 94559 Niederwinkling

Gerne können auch die Bäume vor Ort ausgesucht werden und bis zum 23.12. abgeholt werden.

Große Auswahl!

 Frisch geschlagene
Christbäume
 aus eigener Plantage,
 garantiert ohne Zukauf!
CHRISTBÄUME HAIMERL
 Hadergrub 1 | 94357 Konzell
 ☎ 099 63/94 39 80 o. 0 151/50 11 2655

Foto: Simon Böhm



Eine ganz besondere Spende

Rebecca Herrmann aus Niederwinkling erzählt von Ihrer Aktion

Es gibt viele Spendenaktionen. Man kennt Geldspenden an gemeinnützige Organisationen, die Altkleidercontainer am Wertstoffhof, Sachspenden bei Weihnachtsaktionen und vieles mehr. Haben Sie eigentlich schon mal an ei-

ne Haarspende gedacht? Nein? Dann lesen Sie den Brief von der 12-jährigen Rebecca aus Niederwinkling. Im Internet finden Sie zu diesem Thema viele weitere Informationen.

Hallo liebe Niederwinklinger,

mein Name ist Rebecca und ich bin 12 Jahre alt. Ich bin Pianistin, singe in Kinder- und Jugendchor, spiele Klarinette und bin unter anderem noch Mitglied der Jugendfeuerwehr und Wasserschutz. Soziales Engagement ist in meiner Familie generell sehr wichtig. Aber jetzt zum Grund, warum ich hier einen Beitrag veröffentlichen darf: Zusammen mit einer Schulfreundin habe ich im Internet eine Werbeeinblendung für Haarspenden entdeckt. Wir haben uns das gemeinsam angeschaut und fanden die Aktion sehr interessant und ich habe auch meinen Eltern davon erzählt.

Vor Karzem überlegte ich mir, meine langen Haare abschneiden zu lassen. Mama und ich finden es schade, dass die langen Haare einfach so im Müll landen und da ist uns die Aktion mit der Haarspende wieder eingefallen.

Jetzt habe ich eine neue, coole Friseur und damit auch noch etwas Gutes getan. Es ist schon schlaun genug, wenn man krank ist und dazu seine Haare verliert. Wenn Patienten dann die Möglichkeit bekommen, sich durch eine gute Echthaarperücke einigermaßen normal zu fühlen, sollte man das meiner Meinung nach unterstützen.

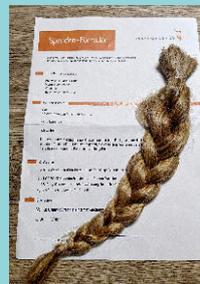
Jetzt erkläre ich euch noch kurz wie das funktioniert. Genaueres findet ihr unter: www.haare-spenden.de

Der geflochtene Zopf für eine Haarspende muss min. 25 cm lang sein, den schickt man dann an einen Perückenhersteller. Falls der Zopf über 30 cm lang ist (meiner war 32 cm lang) spendet diese Firma dann Geld an eine von drei gemeinnützigen Organisationen zum Thema Krebsbekämpfung, man darf auswählen an welche. Der Patient, der eine Perücke bekommt, muss selbstverständlich für die gespendeten Haare nichts zahlen. Das heißt, je mehr Leute Haare spenden desto günstiger werden Echthaarperücken für Menschen, die aufgrund von Krankheit ihre Haare verloren haben.

Wie ihr seht, ist das Ganze wirklich einfach und tut gar nicht weh. Vielleicht traut ihr euch ja auch und macht damit jemandem eine große Freude.

#RapunzelChallenge

Gruß Rebecca



Text und Bilder: Rebecca Herrmann



Energiefibel für private Bauherren

Ratschläge für energieeffizientes & ressourcenschonendes Bauen und Renovieren

Die Energie- und Klimaproblematik ist nach langer Phase der Diskussion aber auch der Skepsis endlich in der breiten Öffentlichkeit angekommen. Nun ist es an der Zeit, die mittlerweile hohe Akzeptanz und die vorhandene Bereitschaft zu nutzen und Maßnahmen zu ergreifen, um den fortschreitenden Klimawandel auch mit Taten und Konzepten entgegenzuwirken.

Die Gemeinde Niederwinkling hat im letzten Jahr zusammen mit dem Kom-

munalunternehmen Niederwinkling die Stelle eines Klimaschutzmanagements mit Unterstützung durch Fördermittel des Bundes geschaffen. Zusammen werden die Gemeinde und das KU durch vielfältige Maßnahmen ihren Anteil an dieser gesamtgesellschaftlichen Aufgabe dazu beitragen.

Aber ohne die Einbindung der Bürgerinnen und Bürger wird es nicht möglich sein, die hohen Ziele der Energiewende in Deutschland voranzutreiben. Daher ist es unter anderem auch notwendig, dass dort angesetzt wird, wo die größten Potenziale liegen und diese auch wirtschaftlich und nachhaltig umgesetzt werden können.

Gerade im Gebäudesektor wird ein immenser Teil der Energie verbraucht.

Themen wie Reduzierung des Bedarfs, Verbraucherverhalten oder Nutzung von erneuerbaren Energiequellen sind hier geeignete Ansatzpunkte

Zusammen mit der Veit ENERGIE CONSULT GMBH hat das Kommunalunternehmen Niederwinkling im Auftrag der Gemeinde eine Informationsbroschüre erstellt. Die Energiefibel gibt Ratschläge für energieeffizientes und ressourcenschonendes Bauen und Renovieren.

Die Energiefibel liegt im Bürgerhaus bzw. im Begegnungszentrum kostenlos aus.

Holen Sie sich ein Exemplar ab. Vielleicht erhalten Sie daraus Ideen und Impulse für Ihren Beitrag an der Energiewende.

Hinweis:

Mit der Nationalen Klimaschutzinitiative initiiert und fördert das Bundesumweltministerium seit 2008 zahlreiche Projekte, die einen Beitrag zur Senkung der Treibhausgasemissionen leisten. Ihre Programme und Projekte decken ein breites Spektrum an Klimaschutzaktivitäten ab.

Klimaschutzkonzept und -management Kommunalunternehmen Niederwinkling
Gefördert vom Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit, aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages.



ENERGIEFIBEL NIEDERWINKLING

RATSCHLÄGE FÜR ENERGIEEFFIZIENTES & RESSOURCENSCHONENDES BAUEN & RENOVIEREN



Dr. Loew
Soziale Dienstleistungen
Eine gute Perspektive



Engagement gegen Fachkraftmangel

Text: Schloßerer-Rankl

Fachkräftemangel könnte zurzeit das beliebteste Unwort sein – vor Allem bei denen, die durch Überstunden fehlende Kollegen ersetzen sollen, und bei denen, die auf fremde Unterstützung angewiesen sind. Im Wohnheim für behinderte Menschen in Niederwinkling ist Fachkraftmangel ein Fremdwort. Einrichtungleiter Manuel Rankl öffnet Schülern und Praktikanten Tür und Tor.

Hr. Braun ist einer von vier Schülern, der derzeit seine Ausbildung zum Heilerziehungspfleger absolviert. Dabei drückt er drei Tage in der Woche bei den Barmherzigen Brüdern in Straubing die Schulbank und zwanzig Stunden in der Woche arbeitet er im Gruppendienst im Wohnheim von Dr. Loew mit behinderten Menschen für seine praktische Ausbildung. Eigentlich ist Hr. Braun gelernter Heizungsbauer; seinem Beruf ist er viele Jahre mit Freude nachgegangen.

„Letzten Endes stelle ich aber fest, dass die Arbeit am Menschen so viel wertschöpfender ist!“, so Hr. Braun.

Auch Fr. Pritzl arbeitete mehrere Monate als Praktikantin für ihre Fachausbildung im Beschäftigungsbereich des Wohnheims. Sie widmet sich der Ausbildung zur Ergotherapeutin, wobei sie abwechselnd blockweise entweder Ganztagschule an der Berufsfachschule für Ergotherapie in Vilsbiburg hat, oder Praktikum macht. Für die junge Frau ist es die erste Ausbildung. Aber auch für sie steht immer schon fest, dass sie im sozialen Bereich arbeiten will.

„In allen sozialen Berufen fehlt es derzeit an engagiertem Nachwuchs. Daher bietet Dr. Loew viele Möglichkeiten, um kompetente Fachkräfte auszubilden!“, so Manuel Rankl. Zu den oben genannten Ausbildungen ist es außerdem möglich das Anerkennungsjahr zum Erzieher, das

Das Haus Niederwinkling der Dr. Loew Soziale Dienstleistungen GmbH & Co KG bietet Möglichkeiten zur Aus- und Weiterbildung sowie sichere Arbeitsplätze für Interessierte Fachkräfte und Gruppenhelfer, die Lust auf Veränderung verspüren.

Praktikum zum Sozialpfleger/-betreuer zu machen, oder sich berufsbegleitend weiterzubilden. Unentschlossene sind jederzeit für ein Schnupperpraktikum oder dem freiwilligen Sozialen Jahr gerne willkommen.

Für alle Interessierten Fach- und Hilfskräfte, die sich beruflich verändern wollen, bieten wir sichere Arbeitsplätze in Teil- und Vollzeit an. Weitere Informationen finden sich auf der Homepage von Dr. Loew unter Einrichtung Niederwinkling.

*Lust auf Veränderung?
Wir warten auf Dich!*



Nikolausdienst mit HvO/BRK und KLJB



Liebe Eltern, seit vielen Jahren bietet die KLJB Oberwinkling einen Nikolausdienst an. Regelmäßig besuchen wir am 5. und 6. Dezember Kinder zuhause. Hierzu ein paar Infos von unserer Seite:

Wann und wohin kommt der Nikolaus?

In Niederwinkling kommt er traditionell am Nikolausvorabend als auch am Nikolausabend, d. h. am 5. und 6. Dezember. Er besucht Familien im Gemeindegebiet und der näheren Umgebung.

Wo und wann kann man sich anmelden?

Wann und wo man sich anmelden kann wird jedes Jahr auf der Facebook Homepage (KLJB Oberwinkling) bekannt gegeben! Bei Interesse schreibt ihr uns bitte eine Nachricht oder eine Email unter kljboberwinkling@gmx.de.

Was muss ich bei der Anmeldung wissen?

Name, Anschrift, Telefonnummer, Anzahl und Alter der Kinder und die gewünschte Uhrzeit.

Hat der Nikolaus den Krampus dabei?

Ja, der Krampus gehört unbedingt zum Heiligen dazu. Zum einen symbolisiert er das Böse auf der Welt, zum anderen ist es seine Aufgabe den Sack mit den Geschenken zu tragen, da der Nikolaus durch Buch und Stab keine Hand frei hat. Unser

Krampus bleibt normal im Hintergrund und will die Kinder nicht ängstigen.

Wie funktioniert das mit dem Zettel für das „Goldene Buch“?

Er sollte nicht kleiner als DIN A 5, am besten DIN A 4 groß sein. Bitte leserlich schreiben oder ausdrucken. Neben dem Namen des Kindes, gehören 3 bis 5 Stichpunkte über positive und negative Eigenschaften darauf. Den Zettel bitte zu den Geschenken vor die Haustür legen.

Wohin mit den Geschenken?

Bitte legt diese zusammen mit dem Zettel vor die Haustüre, bei mehreren Kindern bitte mit Name versehen.

Wir würden uns auf eure Buchungen freuen!

Eure KLJB Oberwinkling



Nikolausdienst des BRK + HvO Team Niederwinkling

Wären Ihre Kinder immer brav?
Haben Sie etwas Besonderes geleistet?
Der Heilige Nikolaus kommt mit einem Krampus
(oder auch ohne)
am 05.12. oder 06.12.
gerne in Ihr Haus.

Telefonische Anmeldung oder Anmeldung per WhatsApp unter der 0370 7098225
Der Nikolaus freut sich auf viele leuchtende Kinderaugen.



Die Schwammerlkönigin von Niederwinkling

Wussten sie schon? Unser Dorf hat nicht nur Zukunft, unser Dorf hat auch Riesensteinpilz!

Was macht man bei uns draußen im Herbst mit Kindern neben Drachensteigen, Kastanienkettenbasteln und Blättersammeln? Genau – man geht auf Schwammersuche. Beziehungsweise man macht einen gewöhnlichen Spaziergang durch ein möglicherweise eintretendes Event eines Schwammerfundes etwas spannender.

So auch Familie Heinrich, kürzlich an einem sonnenverwöhnten Sonntagnachmittag. Ziel war es, ein paar Parasole zu finden, um diese fürs Abendessen zu panieren. Dafür gab es eine kleine kindgerechte Pilzkunde vor Ort – die Roten mit den weißen Punkten (Fliegenpilze) und die kleinen fluffigen, die wie weiße Luftballons aussehen (Bovist), bitte stehen lassen. Die Beige-bräunlichen mit schönen, großen Schirmen (Parasol) und alles was unter dem Hut einen Schwamm hat, egal ob weiß, gelb oder rot (div. Röhrlinge), bitte der Mama zeigen.

Der Lauterbacher Forst war gnädig und schenkte ihnen schon nach kurzer Zeit kleine Erfolge, indem er hier und da ein paar frisch ausgetriebene Parasole zum Aufsammeln bereitstellte.

Doch plötzlich traute Hannah ihren Augen kaum – „Mama, ist das Große da hinten auch ein Schwammerl?“ Tatsächlich konnten auch die Eltern ihr Schwammerlglück kaum fassen, als

sie ganz nahe dem Wegesrand – genauer Fundort wird natürlich nicht verraten – ein 25 Zentimeter großer Steinpilz anlandete. So einen Riesen hatten auch sie noch nie gesehen, geschweige denn selbst gefunden. Vorsichtig wurde der Schatz in Obhut genommen und Hannah sogleich zur Schwammerlkönigin ernannt.

Die Freude war groß und voller Stolz wurde der Riesensteinpilz auf dem Nachhauseweg auch allen anderen vorbeikommenden Waldspaziergängern begeistert präsentiert. Jeder der wollte, durfte ihn auch halten und es begann eine wilde Gewichtsraterunde.

Nun sind Sie dran. Wie viel hat der Steinpilz (in ungeputztem Zustand) gewogen:

- A) 1180 g
- B) 1320 g oder
- C) 1430 g ?

Ein Tipp noch dazu – der Schwammerlhutdurchmesser betrug 23 Zentimeter. Gehen Sie auf „Schwammerlsuche“, die Auflösung finden Sie hier im Blickwinkel.

Wer hätte das gedacht, dass man aus nur einem Schwammerl gleich ein paarmal Schwammersuppe zaubern kann. Und unsere Winklinger Wälder sind nicht nur erholungs- und schön, sondern können auch Könige und Königinnen hervorbringen. Sie sind für Groß und Klein immer einen Ausflug wert – ob zum Krafttanken, Naturerforschen oder zur Abendessenssuche.



Das neue Winklinger Nesterl erhält kirchlichen Segen

„In Niederwinkling geht halt alles ein bisschen schneller!“

Am Freitag, den 16. Oktober 2020 fand unter Einhaltung der Corona-Schutzmaßnahmen und mit einer begrenzten Anzahl von Gästen die offizielle Einweihung und Segnung der neuen Kinderkrippe am Dorfplatz statt.

Bürgermeister Waas betonte die hervorragende Gemeinschaftsarbeit. Vor allem in diesen herausfordernden Zeiten war es wichtig, an einem Strang zu ziehen. Schon von Anfang an lief es bei der Projektierung dieser für die weitere Entwicklung der Gemeinde wichtigen Infrastrukturmaßnahme.

Dazu dankte er vor allem Herrn Pfarrer Wiesner und Kirchenpfleger Xaver Gilch sowie dem Bistum Regensburg, die das erforderliche Grundstück im Pfarrgarten in der Dorfmitte zur Verfügung gestellt haben.

So konnte auch die Kinderkrippe in der Dorfmitte ihren Platz finden. „Bei uns ist die Welt noch in Ordnung“ betonte Bürgermeister Waas bei seiner Ansprache. Sein Dank gilt vor allem den Nachbarn, die großes Verständnis und Geduld während der Bauzeit gezeigt haben.

Aber auch die Unternehmen haben Großes vollbracht. Der straffe Zeitplan wurde eingehalten, so dass der Umzug der kleinen Winklinger pünktlich stattfinden konnte.

Sachverstand und Kreativität zeichnet die Planer aus. Viele Ideen von ihnen sind in dieses wegweisende Bauwerk eingeflossen und gibt die Gewähr dafür, dass sich die Kinder hier wohlfühlen können. Aber auch das bewährte Kita-Team mit der Leiterin Claudia Riedl und der Krippenleiterin

Sybille Attenberger haben mit ihren Erfahrungen wertvolle Anregungen in die Planung und Umsetzung eingebracht. Abschließend bedankte sich Bürgermeister Waas bei den Bauhofmitarbeitern, die stets zur Stelle waren und einen großen Beitrag zum Gelingen beigetragen haben. Das Kommunalunternehmen wird, wie auch für alle kommunalen Liegenschaften, die Verwaltung und Betreuung übernehmen.

Frau Mühlbauer, Bauleiterin vom Architekturbüro Gutthann – HHW aus Bogen, nahm die Schlüsselübergabe vor. „In Niederwinkling geht ja alles etwas schneller wie anderswo“ stellte sie in ihrer Ansprache heraus. Erst im Sommer 2019 wurde mit dem Bau begonnen. Rechtzeitig stellte die Zimmererei Mühlbauer aus Niederwinkling im Dezember das Dach soweit fertig, dass damit die weiteren Innenausbauarbeiten im Winter weitergeführt

werden konnten.

Übrigens haben die Kinder einen besonderen Blick vom Innenhof auf den Kirchturm.

Zum Abschluss der offiziellen Einweihung segnete Pfarrer Wiesner den Neubau, sprach Segensgebete für das Krippenteam und für die Kinder sowie für ein gedeihliches Miteinander.



Videoaufnahmen in Niederwinkling zum Bayerischen Staatspreis

Dreharbeiten zur Vorbereitung auf die Verleihung



Foto: Christian Pfeifer



Nach mehreren Verschiebungen konnten am 5. November 2020 die Dreharbeiten in Niederwinkling stattfinden. Entstehen wird ein ca. 1,5 minütiges Video über Niederwinkling, das bei der Preisverleihung des Bayerischen Staatspreises in München eingespielt wird.

Im Auftrag des Amtes für Ländliche Entwicklung, das die Vorbereitungen mitkoordiniert, wurden von einem Film-Team des Senders NiederbayernTV Aufnahmen an ausgewählten Projekten erstellt.

Über 3 Stunden wurden in Welchenberg, am Dorfplatz in Niederwinkling, am OGV-Gelände sowie in Lauterbach bei den Regenrückhaltebecken Projekte der Dorferneuerung Niederwinkling-Welchenberg in Szene gesetzt. Obwohl das Dorf- und Begegnungszentrum keine Maßnahme der Dorferneuerung ist, durfte es natürlich nicht fehlen. Ist es doch ein Beleg für eine gelungene Fort- und Weiterentwicklung eines Ortes auch nach

Abschluss eines Dorferneuerungsverfahrens.

Während das Wetter sein Bestes gab, musste auf eine belebte und geschäftige Szenerie wegen der geltenden Corona-Regeln verzichtet werden. Lediglich vereinzelt konnten Personen mit dem notwendigen Abstand aufgenommen werden.

Dennoch konnte ein positives Fazit mit schönen Bildern gezogen werden. Sprechen doch die einzelnen Projekte für sich.

In den letzten Monaten mussten diese Dreharbeiten aufgrund der Pandemie oder des Wetters verschoben werden.

Die Verleihung des Bayerischen Staatspreises war ursprünglich für den 30. Oktober 2020 angesetzt. Aber wie auch schon die Jurybereitsung am 12. Mai 2020 fiel auch die Abschlussveranstaltung wegen der geltenden Regelungen bezüglich der Coronamaßnahmen aus.

Nun ist geplant, dass im nächsten Frühjahr die Verleihung stattfinden soll.

1.000 Euro an den Kindergarten Niederwinkling spendet

Auf das 180-jährige Bestehen kann in diesem Jahr die Sparkasse Niederbayern-Mitte zurückblicken. Viele geplante Aktivitäten mussten allerdings wegen der Corona-Pandemie ausfallen. Daher war es der Sparkasse Niederbayern-Mitte besonders wichtig, dass die Spendenaktion anlässlich des Jubiläums trotzdem durchgeführt werden konnte. Viele Vereine und Institutionen im Geschäftsgebiet der Sparkasse haben für besondere Investitionen eine Spende erhalten. 180.000 Euro wurden nach bestimmten Regularien auf 300 Empfänger verteilt, um möglichst viele Vereine berücksichtigen zu können.



Foto v.l. Bürgermeister Ludwig Waas, Direktor Thomas Wagensohn, Leiterin Claudia Riedl, Sibylle Attenberger und Finanzberater Maximilian Löw

Zu den Glücklichen zählt auch die Kita Storchennest in Niederwinkling. Kita-Leiterin Claudia Riedl und Krippenleiterin Sibylle Attenberger freuten sich, als Direktor Thomas Wagensohn, der als Pate diese Spende vorgeschlagen hatte, und Finanzberater Maximilian Löw von der Geschäftsstelle in Niederwinkling gemeinsam mit Bürgermeister Ludwig Waas einen Scheck über 1.000 Euro überbrachten. „Gerade in diesen schwierigen Zeiten ist es wichtig, dass die Sparkasse ein zuverlässiger Partner in der Region bleibt“, so Waas. „Dies wird momentan aufgrund der geringeren Einnahmen wirklich dringend gebraucht und ist somit mit Sicherheit gut angelegt.“ Er bedankte sich im Namen der Ge-

meinde Niederwinkling für die großzügige Spende, die den Jüngsten in der Gemeinde zugutekommt. Denn die Kita und das Winklinger Nestler, welches kürzlich erst eingeweiht wurde, können sich damit Extrawünsche, wie z.B. verschiedene Spiele, Fahrzeuge, oder kleine Tretroller erfüllen. „Das wird unseren Kindergartenkindern mit Sicherheit ein Lächeln ins Gesicht zaubern“, so Riedl und Attenberger. „Die finanzielle Zuwendung durch die Sparkasse Niederbayern-Mitte kommt somit direkt bei unseren Kleinsten an.“ „Die Sparkasse unterstützt – besonders in dieser Zeit – die Gesellschaft und macht sich für die Region stark“, betonten Wagensohn und Löw.

Feuerwehr Haid freut sich über Spende der Sparkasse



Foto v.l. Kommandant Roland Grill, Direktor Thomas Wagensohn, Kassier Josef Gäch sen., Vorsitzender Josef Gäch jun., stellv. Vors. Otto Heider und Geschäftsstellenleiter Dieter Oswald

In der neu renovierten Fahrzeughalle der Freiwilligen Feuerwehr Haid trafen sich Direktor Thomas Wagensohn, Geschäftsstellenleiter Dieter Oswald, der Vereinsvorsitzende Josef Gäch jun., Kommandant Roland Grill, Kassier Josef Gäch sen. und stv. Vorsitzender Otto Heider zu einer Spendenübergabe.

Die Sparkasse Niederbayern-Mitte feiert dieses Jahr ihr 180-jähriges Jubiläum. Als besonderes Highlight zum Jubiläum werden Vereine und Institutionen mit insgesamt 180.000 Euro unterstützt. „Es freut mich, der Freiwilligen Feuerwehr Haid einen Scheck über 750 Euro überreichen zu können“, so Direktor Thomas Wagensohn. Denn das Ehrenamt in der Region soll gewürdigt und gefördert werden. Die Vertreter der FFW Haid bedankten sich für die Unterstützung durch die Sparkasse. Vorsitzender Josef Gäch

jun. erklärte, dass die Spende in die Anschaffung eines Zeltes fließen soll. Geschäftsstellenleiter Dieter Oswald hat eine besondere Beziehung zur Freiwilligen Feuerwehr Haid. „Als Mitglied bei der FFW bin ich auf das gesellschaftliche Engagement besonders stolz, denn dieses ist für den Ort wichtig“, so Oswald. „Durch die Unterstützung der Sparkasse Niederbayern-Mitte ist vieles möglich, deshalb möchten wir uns herzlich für die Spende und die Würdigung des Ehrenamtes bedanken“, betonte Kommandant Roland Grill. Die FFW Haid, ist eine von vier Wehren in der Gemeinde Niederwinkling und hält ihr Ausbildungslevel immer auf dem neuesten Stand. Zudem wurde dieses Jahr die Fahrzeughalle neu gestrichen und auch die Ausrüstung für die Rettungseinsätze wird stets sorgfältig geprüft.



Baugebiet Lauterbach

Ein kurzer Zwischenbericht

Von der Staatsstraße auf Höhe des Industrie- und Gewerbegebietes Schaidweg aus sieht man schon die umfangreichen Erdarbeiten zur Erschließung der 36 Bauparzellen im neuen Baugebiet in Lauterbach. Die Firma Strabag aus Straubing hatte den Auftrag für die Ausführung der Erschließungsarbeiten im Sommer erhalten. Derzeit werden die Stromleitungen und Breitbandkabeln entlang des Straßengrundes verlegt, damit jede Bauparzelle an die öffentliche Versorgung angeschlossen ist.

Parallel dazu erfolgen gerade die Vorbereitungen für die Straßenasphaltierung Anfang De-

zember, damit dann im Anschluss die Vermessung der einzelnen Bauparzellen erfolgen kann.

Im Zuge der Baugebieterschließung wurde die Fernwasser- sowie die Stromleitung in den Straßengrund umverlegt. Ab der Abzweigung von der Fellingner Straße wird die Waldstraße in diesem Bereich saniert.

Nach derzeitigem Stand ist man optimistisch, dass die Erschließungsarbeiten in diesem Jahr noch abgenommen werden können. Ein Risikofaktor stellt allerdings auch hier Corona dar. Projektleiter Kelbel von der Fa. Strabag hofft, dass seine Arbeiter davon verschont bleiben.



Foto: Christian Pfeiffer

Einkaufen in besonderem Ambiente.

Besuchen Sie unseren Markt und genießen ganz unter unserem Motto *Frische ohne Kompromisse* ein modernes Einkaufserlebnis.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch

AB FRÜHJAR 2021 NEU IN UNTERFÖHRING!
Bewerben Sie sich jetzt www.frisch-nachbarn.de



Wie unterstütze ich den Spracherwerb meines Kindes?

Grundsätzlich gilt, dass Sie die Sprachentwicklung Ihres Kindes nicht weiter vorantreiben können, als die biologischen Gegebenheiten es vorgeben. Ein Salat wächst auch nicht schneller, wenn man an ihn zieht. Aber Sie können gute Bedingungen für die Entwicklung Ihres Kindes schaffen.

Ihr Kind verfügt über die notwendigen Basisfähigkeiten (wie Gehör, Unterscheidungsfähigkeiten und einer Vorliebe für den zwischenmenschlichen Austausch) und Sie, als Eltern, verfügen über eine angeborene Fähigkeit, ihre Kinder beim Spracherwerb zu unterstützen. Ihre Einfühlungsvermögen und gutes Zuhören reichen aus. Oder mit den Worten von Prof. Largo (2010): „Die beste Sprachförderung ist eine gute Beziehung zum Kind.“ Für die Unterstützung der Entwicklung Ihres Kindes bedeutet, dass Sprache am besten

gelemt wird in einer positiven, fröhlichen Atmosphäre und in Verbindung mit kindgerechtem Spiel

Tipps, die Eltern dabei helfen können, die Sprachentwicklung ihres Kindes zu unterstützen:

1. Nehmen Sie ihr Kind ernst, indem Sie:

- es anschauen, wenn Sie mit ihm sprechen,
- ihm zuhören,
- ihr Kind aussprechen lassen,
- ihr Kind nicht verbessern, während es redet,
- mit ihm spielen, statt zu üben,
- es nicht nachsprechen lassen,
- in vollständigen, aber nicht komplizierten Sätzen wiederholen, was es gesagt hat. Sie zeigen Ihrem Kind damit, dass Sie es verstanden haben und bieten ihm so ein korrektes Sprachvorbild.

2. Haben Sie Spaß und Freude mit Ihrem Kind, indem Sie:

- mit ihm singen und tanzen,
- mit ihm Bilderbücher anschauen,
- und ihm Geschichten erzählen.

3. Nehmen Sie sich täglich Zeit, die nur für ihr Kind bestimmt ist und in der sie nicht parallel etwas anderes tun. Das können 15, 20, 30 Minuten sein oder 1 Stunde – je nachdem, wie Sie es einrichten können.

4. Nicht das Fernsehen oder der Computer sind schädlich, sondern nur der Umgang damit. Daher ist es ratsam, wenn

- Sie die Fernsehzeit für ihr Kind begrenzen und über Fernsehsendungen gesprochen wird,
- die Zeit am Computer begrenzt wird und über Computerspiele gesprochen wird.

Wenn Sie Fragen zum Thema Sprachentwicklung und Sprachförderung haben, oder wenn Ihr Kind Therapie braucht, können Sie mich anrufen unter 09962 2008540.

(Quelle: Website dbf deutscher Bundesverband für Logopädie)

Jan de Goede, M.Sc. • Logopädie Mit Sprache • Tel: 09962 2008540 • Website: www.logopaedemitsprache.de

Anita Griebel
Heilenergie für mehr Lebensqualität



Angstfrei durch Heilenergetik



Angst ist zurzeit allgegenwärtig und zeigt sich in den verschiedensten Formen in unserem Leben. Wir haben Angst vor Zurückweisung, Ablehnung, Ausgrenzung, Angst vor Krankheit, Tod oder vor einem Virus. Wir haben Angst alleingelassen oder bestraft zu werden und machen uns zu viele Sorgen.

Fühlen wir uns schwach, neigen wir eher zu **Angst**, als wenn wir dem Leben voller Kraft und Zuversicht begegnen. Das bedrohliche Gefühl „**Angst**“ will uns immer darauf hinweisen, dass wir geschwächt sind. Insofern ist die **Angst** ein wichtiger Wegweiser in unserer Gefühlswelt und zeigt uns den Weg, uns mit einem Thema zu beschäftigen, es zu fühlen, zu erkennen und zu lösen.

Angst kann uns krank machen, wenn sie unterdrückt und nicht bearbeitet wird. Wir packen unsere **Angst** weg, betäuben sie und nehmen unsere eigentlichen Bedürfnisse nicht ernst. Viele Erkrankungen sind auf unterdrückte und nicht bearbeitete **Ängste** zurückzuführen.

Setzen wir uns wieder mit unseren ureigenen **Ängsten** auseinander, um diese bewusst zu fühlen, anzunehmen und in einem geschützten Rahmen aufzulösen.

Angst-Frei-Seminar

Im **Angst-Frei-Seminar der Heilenergetik** wird den „Ängsten“ Raum gegeben, mit dieser kraftvollen Energie anzugehen und diese in **Leichtigkeit und Freiheit** zu wandeln.

Dabei unterstütze ich Sie gerne!

Anita Griebel ist **Heilenergetikerin**® und **Sinn-Coach**® und begleitet Menschen mit Problemen und Schwierigkeiten in allen Bereichen des Lebens, in Einzelberatung und in Gruppen. Sie führt Teilnehmer im **Grundlagen-seminar der Heilenergetik**, in **Wut- und Angst-Frei-Seminaren** zu mehr Leichtigkeit, Freiheit und Lebensfreude.

Kontakt

Anita Griebel Heilenergetikerin
Vorbühl 4
94559 Niederwinkling
Tel. 09962 2472
Tel. 0175 4710829
anita.griebel@reichanlebensenergie.de
www.reichanlebensenergie.de



Foto: www.walter-klein.de



**KOMMUNALUNTERNEHMEN
NIEDERWINKLING**

In der Zeit vom 23.12.2020 bis einschließlich 08.01.2021 haben wir Betriebsurlaub.
Wir wünschen Ihnen frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr!

Ab dem 11.01.2021 sind wir wieder wie gewohnt für Sie da.

Ihr KU Team

Unsere Öffnungszeiten

Montag	08.00 - 12.00 Uhr	
Dienstag	08.00 - 12.00 Uhr	
Mittwoch	Geschlossen	
Donnerstag	08.00 - 12.00 Uhr	14.00 - 16.00 Uhr
Freitag	08.00 - 12.00 Uhr	

Unser Team vom Kommunalunternehmen Niederwinkling ist ab sofort wie folgt für Sie erreichbar:

Telefon

Zentrale	09962 203203 - 0	Martin Pielmeier	09962 203203 - 18
Melanie Wagensohn	09962 203203 - 11	Rita Widmann	09962 959714 - 0
Christian Pfeiffer	09962 203203 - 12	Fax	09962 203203 - 19
Carmen Nehr	09962 203203 - 14	Email	info@ku-niederwinkling.de
Sabine Kerschl	09962 203203 - 16		

Unsere Postanschrift lautet:

Kommunalunternehmen Niederwinkling A.d.ö.R. • Dorfplatz 1 • 94559 Niederwinkling

In dringenden Fällen können Sie uns unter der Handy-Nr. **0171 7661696** erreichen.

Impressum

Herausgeber: Kommunalunternehmen Niederwinkling • Anstalt des öffentlichen Rechts der Gemeinde Niederwinkling • Dorfplatz 1 • 94559 Niederwinkling
Stempel: 09962 203203-0 • Telefon: 09962 203203-19
E-Mail-Adresse: info@ku-niederwinkling.de

Verantwortlich für den Inhalt / Redaktion: Verantwortlich für den Inhalt dieses Seiten ist das Kommunalunternehmen Niederwinkling, eine Anstalt des öffentlichen Rechts der Gemeinde Niederwinkling. Dies wird vertreten durch den Vorstand Pfeiffer Christian. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Auffassungen und Erkenntnisse der genannten Personen wieder.

Gestaltung: urf|ENT | Medienredaktion | Niederwinkling • **Fotografie:** Norbert Neuhofner • **Druck:** diducardist.de
Stand: 01. August - November 2020 • **Auflage:** 3.1000 Stück

Kontakt: KU Niederwinkling, A.d.ö.R. der Gemeinde Niederwinkling • Dorfplatz 1
94559 Niederwinkling • Telefon: 09962 203203-0 • Telefax: 09962 203203-19

Nutzungsbedingungen: Texte, Bilder, Grafiken sowie die Gestaltung unterliegen dem Urheberrecht. Sie dürfen von Ihnen nur zum privaten und sonstigen eigenen Gebrauch im Rahmen des § 53 Urheberrechtsgesetz (UrhG) verwendet werden. Eine Vervielfältigung oder Verwendung dieser Seiten oder Teile davon in anderen elektronischen oder gedruckten Publikationen und deren Veröffentlichung ist nur mit unserer Einwilligung gestattet. Diese erfolgt auf Anfrage der für den Inhalt Verantwortlichen. Weiterhin können Texte, Bilder, Grafiken und sonstige Dateien ganz oder teilweise dem Urheberrecht Dritter unterliegen. Auch über das Bestehen möglicher Rechte Dritter geben Ihnen die für den Inhalt Verantwortlichen keine Auskunft.

Hinweis zum Datenschutz: Alle bereitgestellten Informationen haben wir nach bestem Wissen und Gewissen erhebt und geprüft. Eine Gewähr für die jederzeitige Aktualität, Richtigkeit, Vollständigkeit und Verfügbarkeit der bereit gestellten Informationen können wir allerdings nicht übernehmen. Ein Vertragsverhältnis mit dem Nutzer des Internetangebots kommt nicht zustande.

Wir haften nicht für Schäden, die durch die Nutzung dieses Angebots entstehen.



Schlaflosigkeit überwinden, der Weg zum besseren Schlaf

Täumen Sie auch von einem erholsamen Schlaf? Mal endlich richtig ein- und durchschlafen können und erholt aufwachen? Jeder Mensch muss schlafen, aber fast jeder zweite Erwachsene in Deutschland schläft häufig schlecht. Die Wissenschaft bestätigt, dass Schlafmangel Gesundheit, Wohlfinden und Leistungsfähigkeit beeinträchtigt. Mithilfe unten stehender Tipps können Sie die Schlaflosigkeit überwinden

Tipps für einen gesunden Schlaf:

- Nicht jeder Mensch braucht 6-8 Stunden Schlaf. Bestimmen Sie ihr Schlafbedürfnis durch mehrere Male ohne Wecker schlafen zu gehen und zu schauen wann sie von selbst aufwachen. So können Sie die Länge ihres Schlafes und ihr Schlafverhalten bestimmen. Als Hilfsmittel können Sie Apps Sleep-Cycle (Apple) oder Sleep as (Android) benutzen.
- Hören Sie auf mit Snoozen (Schlummern). Snoozen ist nicht gut für Ihre Produktivität, noch für Ihre Gesundheit. Wenn Sie snoozen sind Sie tagüber 30% mehr ermüdet als ohne snoozen. Also wenn der Wecker klingelt, gleich aufstehen.
- Halten Sie sich an regelmäßige

Schlafens- und Aufstehzeiten, auch am Wochenende, damit Ihre innere Uhr nicht aus dem Rhythmus kommt

- Seien Sie körperlich aktiv. Bringen Sie regelmäßig ihren Kreislauf in Schwung aber vermeiden Sie anstrengende körperliche Tätigkeiten kurz vor dem Zubettgehen. Sport fördert den Schlaf, Mangel an Bewegung dahingegen kann zu Schlafproblemen führen.
- Vermeiden Sie koffeinhaltige Getränke. Nach 14 Uhr sollten Sie besser keine koffeinhaltigen Getränke trinken. Die wach machenden Substanzen können noch bis zu 14 Stunden im Körper nachgewiesen werden.
- Schränken Sie ihren Nikotinkonsum ein. Ebenso wie Koffein hat Nikotin eine aufputschende Wirkung. Rauchen Sie mindestens 3 Stunden vor dem Zubettgehen nicht mehr.
- Vermeiden Sie Alkohol vor dem Zubettgehen. Ein Schlummertrunk stört den Schlafablauf mehr, als dass er ihn fördert und kann u.a. für verfrühtes morgendliches Erwachen und Schlafunterbrechungen verantwortlich sein.
- Gehen Sie nicht hungrig, aber auch nicht mit Völlegefühl ins Bett. Falls Sie vor dem Schlafengehen noch

hungrig sind, nehmen Sie dann Milchprodukte oder Bananen als Imbiss, da diese den Stoff Tryptophan enthalten, der für den Schlaf förderlich ist.

- Machen Sie ihren Kopf leer. Schreiben Sie vor dem zu Bett gehen alles auf, was Sie beschäftigt: Sorgen, Aufgaben, usw. Schreiben Sie auch alles auf was sie heute erledigt haben. So schliefen Sie den Tag ab und können sich ruhig schlafen legen.
- Entspannen Sie sich ehe Sie zu Bett gehen. Kleine persönliche Schlafrituale können hilfreich sein.
- Verziehen Sie möglichst spät am Abend auf Handy, Tablet oder Laptop. Das Blaulicht der Geräte gilt als Schlafkiller.
- Sorgen Sie für eine angenehme Schlafumgebung. Ein dunkler, kühlere Raum und frische Luft sind hilfreich. Benutzen Sie ihr Schlafzimmer möglichst nur zum Schlafen

Für mehr Info, Beratung oder Behandlung:
Ineke de Goede
Heilpraktikerin für Psychotherapie
Hypnotherapeutin
Mitsprache Coaching und Training
Tel. 09962 2032066

