



Mitteilungsblatt



der Gemeinde Grainet

Anschrift: Obere Hauptstraße 21, 94143 Grainet
Internet: www.grainet.de

Tel. 08585/9600-0, Fax: 08585/9600-96
E-Mail: poststelle@grainet.bayern.de



Januar 2016



Verehrte Bürgerinnen und Bürger,

mit besonderen und wertvollen Veranstaltungen, Ereignissen und Begegnungen wurden wir in unserer Gemeinde erneut und wieder auf das Ursprüngliche und Eigentliche des Weihnachtsfestes hingewiesen. Den **Initiatoren, Mitwirkenden und Mitmachenden** sei an dieser Stelle ganz **herzlich Dank gesagt** für diese Momente der Besinnung, der Harmonie und des Nachdenkens.

Wir wollen **zuversichtlich in das Jahr 2016 starten** und nehmen uns fest vor, die Weihnachtsbotschaft als Orientierungshilfe im neuen Jahr zu beachten, wobei wir aber auch hoffen, **Sie als Partner und Unterstützer** der Gemeinschaft Gemeinde im Boot zu haben.

Persönlich wünschen wir Ihnen für das neue Jahr

***viel Freude, Glück und Zufriedenheit,
und ein ordentliches Päckchen Kraft, Mut und Toleranz!***

Aus dem Gemeinderat:

Folgende Bauanträge wurden vom Gemeinderat einstimmig genehmigt: Gabriela und Manfred Barth, Sanierung und Erweiterung des bestehenden Anwesens Grünwiesen 20; Josef Kern, Gschwendet, Anbau eines Wintergartens; Hubert Frank, Kurzsäge, Errichtung eines Produktions-, Lager-, und Bürogebäudes in Kurzsäge; Brigitte und Franz Witte, Neubau eines Einfamilienhauses in Fürholz; dem Antrag auf Erstaufforstung einer Teilfläche des Grundstückes 503, Gem. Rehberg, wurde zugestimmt; die Rücktrittsentscheidung von Gemeinderat Fritz Töpfl wurde vom Rat festgestellt;

Nachdem die Ausschreibungsergebnisse für das neue Feuerwehrfahrzeug HLF 20 für die FFW Grainet vorlagen, konnte der Gemeinderat über den Lieferauftrag entscheiden. Das HLF 20 wird 327.000,- Euro kosten. Zustimmung fand auch die Umschuldungsaktion bzgl. der Kredite der Photovoltaik Hochstein GmbH. Eine deutliche Zinseinsparung ist das Ergebnis. Über die aktuelle Situation „Aufzuganlage im Kooperatorstöckl“ wurde informiert. Der Lift ist bereits in Betrieb und die Mehrkosten sind vor allem der speziellen Gebäudestruktur geschuldet. Das positive Ergebnis der Bürgerstiftung wurde vorgestellt, den **Gönnern und Spendern** soll an dieser Stelle nochmals gedankt werden. Mit gut 1000,- € können zwei Familien in der Gemeinde unterstützt werden. Die Information über die Ankunft von zunächst 18 Personen (Asylsuchende) zum 22. Dezember wurde zur Kenntnis genommen.

Die nächste Sitzung des Gemeinderates findet voraussichtlich statt am Donnerstag, 14. Januar 2016.

Meldescheine 2015 abgeben

Soweit noch nicht geschehen, werden die Vermieter gebeten, die Meldescheine für das Jahr 2015 bei der Gemeindeverwaltung abzugeben, da die Übernachtungszahlen zeitnah dem Bayerischen Landesamt für Statistik zu übermitteln sind.

Stellenmarkt

Ab sofort wird eine Reinigungskraft auf 450 €-Basis für Ferienwohnungen in Grainet-Hobelsberg gesucht. Bei Interesse melden Sie sich bitte unter Tel. 05506/764195 oder Mail: Ferendomizile.falknowski@t-online.de.

Christbaumabfuhr

Der Zweckverband Abfallwirtschaft Donau-Wald bietet wieder die kostenfreie Verwertung von Christbäumen an. Diese können in der Zeit vom **02.01. bis 16.01.2016** zu den üblichen Öffnungszeiten im Recyclinghof Grainet-Kurzsäge abgegeben werden. Wir weisen darauf hin, dass die Ablieferung beaufsichtigt wird und nur vollständig abgeschmückte Bäume angenommen werden.

Wohnungsmarkt

Ortsteil	Angaben zur Wohnung	frei ab	Kontakt
Hobelsberg	großzügige 5-Zi.-Whg., 2 Bäder, Keller, Terrasse, Balkon, Carport-Stellplatz, Garten	sofort	Tel. 08585/1235 abends 0151/53184504
Hobelsberg	Erdgeschosswohnung mit Garten, ca. 110 m ²	sofort	Tel. 0170/8935880
Hobelsberg	Dachgeschosswohnung mit Balkon, ca. 110 m ²	sofort	Tel. 0170/8935880

Veranstaltungskalender Januar 2016

Datum	Uhrzeit	Art der Veranstaltung	Veranstalter	Ort
02.01.2016	20.00	Winterparty	Motorradclub „MC Nomos“	Mehrzweckhalle
03.01.2016		geplanter Beginn Skikurs SV Grainet jeweils vormittags ca. 2 Std.	Anm. bei Sepp Ranzinger sh. auch sonst. Mitt.	Tel. 91005
04.01.2016	vormitt.	Skikurs SV Grainet, Folgetermin		
05.01.2016	vormitt.	Skikurs SV Grainet, Folgetermin		
06.01.2016	10.30	Generalversammlung mit Neuwahlen	SKV Grainet	GH Paster Grainet
06.01.2016	13.30	Jahreshauptversammlung	FF Fürholz	GH Kernwirt Fürholz
06.01.2016	14.00	Jahreshauptversammlung	FF Vorderfreundorf	Schulungsraum
09.01.2016	19.00	Neujahrsempfang	MHD Ortsgruppe Fürholz	Alte Schule Fürholz
13.01.2016	13.30	Seniorentreffen mit Jahresrückblick	Seniorenclub	GH Paster Grainet
13.01.2016	19.30	Beginn Yogakurs (sh. sonst. Mitteilungen)		Pausenhalle Schule Grainet
14.01.2016	20.00	Bäuerinnenstammtisch	Jung- u. Altbäuerinnen	Hendlwirt Waldk.
15.01.2016	19.00	Jahresfeier für Mitglieder und Partner	IG Bau, Ortsverb. Grainet	Hotel Hüttenhof
16.01.2016	19.30	Jagdessen	Jagdgen. Grainet	GH Paster Grainet
22.01.2016	19.30	Jagdessen	Jagdgen. Rehberg	Jagerhüttn Grainet
23.01.2016	19.00	Generalversammlung	FF Grainet	Schulungsraum FW-Haus
23.01.2016	19.30	Lumpenball „open end“	Spielgem. FC Vfd. / SV G	Sporthaus Vfd.
30.01.2016	19.00	Generalversammlung	FF Rehberg	Schulungsraum FW-Haus

30.01.2016	19.30	Faschingsball	Heidi und Hans Paster	GH Paster Grainet
Voranzeige:				
04.02.2016 Uns. Donnerstag	20.00	Große Weiberroas mit der Topband „Jive“	Frauenverein Grainet	Mehrzweckhalle
06.02.2016	19.00	Faschingskranzl	FF Grainet	Schulungsraum FW Haus
07.02.2016 Faschingssonntag	19.30	Traditioneller Sportlerball mit der Band „Shine“, mit Musik zum „Zamtanzen“	SV Grainet	Mehrzweckhalle
09.02.2016 Faschingdienstag	13.00	große Kinderfaschingsparty	SV Grainet	Mehrzweckhalle

Redaktionsschluss für die Februar-Ausgabe des Mitteilungsblattes ist 27. Januar 2016!

sonst. Mitteilungen aus Vereinen/Verbänden/Gastronomie:

Rückblick Christkindmarkt 2015:

Der OCV, der KiGa-Förderverein, der Kindergarten sowie der Elternbeirat des Kindergartens möchten sich auf diesem Wege recht herzlich bei allen Helfern bedanken, die zum Gelingen des diesjährigen Christkindmarktes beigetragen haben.

Ein besonderer Dank geht an die Spenderinnen der Krapfenteige und Plätzchen, die Helfer beim Auf- und Abbau, die Bauhofmitarbeiter, unsere Fieranten sowie an die Gestalterin unseres diesjährigen Plakates. Auch dem Kinderchor und der Jungbläsergruppe der Blaskapelle gilt gebührender Dank für ihre Aufführungen. Ein herzliches Vergelt's Gott an die Firmen, die uns dieses Jahr wieder mit zahlreichen Tombolapreisen unterstützt haben.

Und zum Schluss natürlich ein großes Dankeschön an die zahlreichen Besucher unseres Marktes, von denen die Arbeit honoriert wurde.

Förderverein Kindergarten Grainet

Soldaten- und Kriegerverein:

Im Rahmen eines Festaktes feiert der SKV Grainet am **Sonntag, 11. September 2016** sein 140-jähriges Bestehen. Alle Vereine werden gebeten, diesen Termin vorzumerken.

Öffnungszeiten Skilift Grainet:

Ferien, Samstag u. Sonntag 9.30 – 16.00 Uhr

09.01. – 29.01.2016 Sa. u. So. 9.30 – 16.00 Uhr

Mo. – Fr. 14.00 – 16.30 Uhr

30.01. – 28.02.2016 täglich 9.30 – 16.30 Uhr

Flutlicht-Skifahren ist während der Saison jeden Mittwoch und Freitag von 19.00 – 22.00 Uhr möglich.

Skikurs SV Grainet:

Ob der geplante Skikurs des SV Grainet witterungsbedingt stattfinden kann, bleibt fraglich. Neu wäre in diesem Jahr, dass auch alle interessierten Kinder der Grundschule Grainet im Rahmen der „SAG Grundschule – SV Grainet“ mitmachen könnten. Weitere Informationen und ggf. ein Ersatztermin sind bei Sepp Ranzinger, Tel. 91005, zu erfragen.

Yogakurs:

Am **Mittwoch, 13. Januar 2016** beginnt in der Pausenhalle der Schule Grainet wieder eine Staffel „Yogakurs“ mit vorerst 6 Abenden. Beginn ist um 19.30 Uhr, Dauer jeweils 1 ½ Std.. Den Teilnehmern wird bequeme Sportkleidung empfohlen. Außerdem sollte eine Sportmatte und etwas zu trinken mitgebracht werden. Kursgebühr: 60,-- €. Bis 10.01.2016 können Sie sich bei Astrid Paster, Tel. 0160/90184653 dazu anmelden. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Volksbücherei Grainet:

Bei der Info im Dezember-Mitteilungsblatt hat sich bezüglich der Öffnungszeiten ein Fehler eingeschlichen. In der Volksbücherei können Sie sich zu folgenden Zeiten mit Lesestoff versorgen: Dienstag von **15.00** - 16.30 Uhr u. Mittwoch von 19.00 - 20.00 Uhr.

Exerzitien im Alltag:

Unter dem Motto „Der kleine Weg im Alltag“ werden auch heuer unter der Leitung von Angela Eder und Tilla Hartwig Exerzitien für die österliche Bußzeit angeboten. Sie sollen ein geistlicher Weg der Achtsamkeit sein. Das Angebot richtet sich an vielbeschäftigte

Menschen, die durch geistliche Übungen mehr Ruhe, Gelassenheit und Gottverbundenheit im Alltag erleben möchten. Beginn ist am Dienstag, 16.02.2016 um 19.30 Uhr in der Pausenhalle der Schule Grainet. Folgetermine sind 23.02., 01.03., 08.03. und 15.03.2016. Anmeldung wird erbeten bis 10. Februar bei Tilla Hartwig, Tel. 265, oder Angela Eder, Tel. 91065.

Geführte Wanderungen:

Unsere Wanderführer Dr. Eckart Rössler und Volker Hartwig bieten auch im Januar ihre Wanderungen an. Urlaubsgäste und selbstverständlich auch „einheimische Wanderfreunde“ können sich gerne anschließen. In Absprache mit Wanderführer und Teilnehmer werden verschiedene Touren angeboten, die ab 4 Personen durchgeführt werden. Alle Wanderungen finden nur bei regenfreiem Wetter statt. Festes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung ist notwendig.

Anmeldung erforderlich bei der Gemeinde Grainet, H. Michl Tel. 08585/9600-0 jeweils bis zum Vortag 16.00 Uhr, für Samstags-/Sonntagswanderung jeweils bis Freitag, 11.00 Uhr.

Datum	Wanderroute	Treffpunkt/Start	Dauer
Di. 12.01.16	Wanderung in der Haidelregion mit WF Dr. Rössler	10.00 Uhr Hüttenhof Hobelsberg	3 – 4 Std.
Di. 26.01.16	Wanderung in der Haidelregion mit WF Dr. Rössler	10.00 Uhr Hüttenhof Hobelsberg	3 – 4 Std.
Bei ausreichender Schneelage ist auf Anfrage auch gerne eine Schneeschuhwanderung möglich.			

Der Beitrag von Wanderführer Volker Hartwig:

Der Monat Dezember ist zu Ende und von den Temperaturen her hatte man eher das Gefühl im auslaufenden Frühjahr zu sein. Die Spechte trommeln wie im Frühjahr und auch Hirsch und Reh zeigen noch keine Anzeichen von winterlicher Ruhe und eingeschränktem Aktionsradius. Nach wie vor sorgen die Schwarzkittel für Aufregung bei den Bauern und für Schrecken bei den Autofahrern. Die großen Brombeerschläge in den Windwürfen oder Käferflächen bieten Nahrung im Überfluss für Hirsch und Reh. Bei schlechtem Wetter sind die Schweine schon am frühen Nachmittag unterwegs auf Futtersuche. Es ist eine gute Zeit für Tierbeobachtungen, wenn man die Plätze kennt und sich ruhig verhält, so wie man sich eben in der Natur bewegen sollte. Vom 1. bis 5. Januar zieht der Sternschnuppenschwarm der Quadrantiden über den nächtlichen Himmel. Ein Schauspiel, das man sich von einem unserer Berge aus unbedingt ansehen sollte. Und so sieht das „Schneefreiprogramm“ für den Monat Januar 2016 aus:

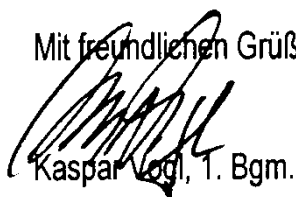
Datum	Wanderroute	Treffpunkt/Start	Dauer
04.01.2016	„Nacht der Sternschnuppen“	20.00 Uhr Dorfplatz Grainet	3 Std.
12.01.2016	„Auf der Suche nach dem Winter“	10.00 Uhr PP Finsterau/Wistlberg	4 – 5 Std.
21.01.2016	„Der eiserne Vorhang“	10.00 Uhr Grainet, Dorfplatz	3 – 4 Std.

AOK-Gesundheitstipp:

Ohne Bewegung geht's nicht!

Ausreichend Bewegung gehört von Anfang an dazu, wenn die Pfunde purzeln sollen! Bewegung unterstützt sowohl das Abnehmen als auch das Gewicht halten. Bei der Gewichtsreduktion sollen ja schließlich die Fettpolster schmelzen und nicht die Muskeln angegriffen werden. Sport ist beim Abnehmen gerade deshalb so wichtig, weil dadurch weniger Körpereweiß abgebaut wird, um den Kalorienbedarf zu decken. Wer sich bewegt, bei dem geht's schneller an die Fettreserven. Langsames Abnehmen mit viel Bewegung wird befürwortet. Der Körper baut dadurch mehr Muskeln auf und das Gewebe wird straffer, aber das geht nicht von heute auf morgen, sondern braucht mehrere Wochen Zeit. Daher gilt auch bei der Umstellung auf mehr Bewegung: Langsam anfangen und allmählich steigern, aber dabei bleiben. Wenn sich nach einigen Wochen ein Stillstand auf der Waage zeigt, kann dies sogar ein gutes Zeichen dafür sein, dass sich Muskeln gebildet haben und Fett abgebaut wurde. Denn Muskeln sind schwerer als Fettgewebe. **Welcher Sport ist der richtige?** Optimal für die körperliche Fitness sind drei bis vier Trainingseinheiten von ca. 30 Minuten pro Woche in Kombination von Kraft- und Ausdauertraining. Auf keinen Fall sollten Abnehmwillige sich und ihren Körper überfordern. Wichtig ist es, sich für eine Sportart zu entscheiden, die wirklich Spaß macht und die man so auf Dauer beibehalten will. Am besten geeignet sind Sportarten, die möglichst viele Muskelgruppen beanspruchen, zum Beispiel Schwimmen, Langlauf, Walken, Joggen oder das AOK Reaktiv Training. Diese wirken positiv auf das gesamte Herz-Kreislauf-System. Knochen, Sehnen und Bänder werden gekräftigt, die Gelenke bleiben beweglich und die Muskulatur wird gestärkt. Aber auch Bewegung im Alltag bringt etwas, Treppen sind beispielsweise gute „Fittesstrainer“. Noch ein Tipp: Kluge Ausdauersportler wissen: Nur wer sich beim Training noch unterhalten kann, ist im grünen Bereich. Wer in seiner Freizeit Sport treibt, braucht keine spezielle Kost.

Mit freundlichen Grüßen



Kaspar Vogl, T. Bgm.