

Nr. 04/April 2017

Rathaus-Öffnungszeiten:
vormittags Mo – Fr 08 – 12 Uhr
nachmittags Di 14 – 16 Uhr / Do 14 – 18 Uhr
Telefon: 0871/303-0
www.markt-altdorf.de

Ferienprogramm 2017 – Veranstalter gesucht

Der Markt Altdorf ist auch dieses Jahr wieder auf der Suche nach Veranstaltern, die unser diesjähriges Ferienprogramm im August/September mit neuen, interessanten Angeboten für Kinder und Jugendliche füllen.

Arbeiten Sie oder vielleicht auch Ihr Arbeitgeber gerne mit Kindern und Jugendlichen zusammen und würden eine Kinderbetreuung in den Sommerferien anbieten? Wenn ja, können Sie sich gerne mit Ihrem Programm **bis zum 24. Mai** bei Frau Schenk unter Tel. 0871/303-10 oder schenk@markt-altdorf.de melden.

Verschiebung der Müllabfuhrtermine wegen Ostern

Die Leerung vom:		erfolgt am:	
Mittwoch	12.04.2017	Dienstag	11.04.2017
Donnerstag	13.04.2017	Mittwoch	12.04.2017
Karfreitag	14.03.2017	Donnerstag	13.04.2017
Ostermontag	17.04.2017	Dienstag	18.04.2017
Dienstag	18.04.2017	Mittwoch	19.04.2017
Mittwoch	19.04.2017	Donnerstag	20.04.2017
Donnerstag	20.04.2017	Freitag	21.04.2017
Freitag	21.04.2017	Samstag	22.04.2017

Breitbandausbau: Förderbescheid überreicht

Am 10. März überreichte Staatsminister Dr. Markus Söder im Heimatministerium in Nürnberg an 29 niederbayerische Kommunen Förderbescheide zum Breitbandausbau.

Bürgermeister Helmut Maier konnte den Bescheid für den Markt Altdorf in Empfang nehmen. Der Markt Altdorf erhält für den 2. Bauabschnitt eine Zuwendung in Höhe von € 336.070.--. Dies entspricht 70% der Wirtschaftlichkeitslücke in Höhe von € 480.000.--. Die Mittel stammen aus dem bayerischen Staatshaushalt und wurden vom Bayerischen Landtag zur Verfügung gestellt.

Im 2. Bauabschnitt werden bislang nicht ausgebaute Bereiche in Pfettrach (u. a. Abensberg), Ganslberg, Buchenthal, Heindlfeld, Gstaudach, Ostergaden und Oed ausgebaut. Der Ausbau dieses Abschnitts soll nach Angaben der Telekom noch in diesem Jahr erfolgen.

Fahrradaktionstag Stadt Landshut 2017

Vom 18. April bis 22. April finden die Fahrradaktionstage der Stadt Landshut mit Filmvorführungen, Podiumsdiskussion, Radwegecheck und als Abschluss und Höhepunkt dem eigentlichen Fahrradaktionstag statt. Die Schlussveranstaltung am 22. April mit ihrem wieder sehr abwechslungsreichen bunten Programm wird von Oberbürgermeister Alexander Putz und stellvertretendem Landrat Fritz Wittmann eröffnet. Wie 2016 werden auch in diesem Jahr verschiedene „Radlteams“ den Strom für die Bühne mit Muskelkraft erzeugen.



Familienbildung bei Menschenskinder e. V.

PEKiP-Gruppen, Babymassage, Yoga für Schwangere, „Wenn die Wiege leer bleibt“, Rückbildung, „Bewegen – Entdecken – Begleiten“ (BEB), Beratung für Eltern von „Schreibbabys“ sowie Beratung zu allgemeinen Erziehungsfragen durch Fachkräfte (Terminvereinbarungen über das Büro). Die Kurse finden bei Menschenskinder e.V., Werkstraße 5 in Ergolding statt. Auskunft zum Kursangebot und Anmeldung unter 0871-966 15 62. Nähere Infos, auch zur Vermittlung von Familienpaten/Notfallbetreuung unter: www.menschenskinder-ev.de.

Herzliche Einladung

Ende des letzten Jahres konnte die **Freiwillige Feuerwehr Pfettrach** das **neue Mittlere Löschfahrzeug (MLF)** in Empfang nehmen.



Zur offiziellen in Dienst Stellung erbitten wir die **kirchliche Segnung** durch Herrn Pfarrer Peter Nussbaum und den Feuerwehrseelsorger Herrn Pfarrer Thomas Kratzer. Dazu ist die gesamte Bevölkerung recht herzlich eingeladen.

Wir treffen uns am

Sonntag, 30. April 2017 um 9.15 Uhr

am Alten Schulhaus in Pfettrach. Der Gottesdienst beginnt um 9.30 Uhr in St. Othmar. Nach dem anschließenden gemeinsamen Zug zum Feuerwehrgerätehaus findet dort die Fahrzeugsegnung mit Schlüsselübergabe statt.

Zum Abschluss wird ein Mittagessen im Feuerwehrgerätehaus angeboten.

Ihre FF Pfettrach

***Katholischer Kindergarten
St. Michael***

Unterglaimmer Straße 3 - 84032 Pfettrach - Telefon 08704/8427



25 Jahre

Jubiläumsfest am 20.05.2017

**Beginn: 10:30 Uhr mit einer Dankes- und Segensfeier
mit anschließender Verköstigung**

ab 13:00 Uhr Tag der offenen Tür
mit viel Spiel & Spaß für die ganze Familie
und Kaffee & Kuchen

Auf Ihr Kommen freuen sich die Kirchengemeinde St. Othmar,
alle Trägervertreter, das Team und der Elternbeirat

Wir sammeln ab sofort schöne Fotos aus vergangenen
Kindergartentagen für unsere Fotoausstellung!

Tipps für einen gesunden Rücken

Ein Kreuz mit dem Kreuz? LAKUMED Kliniken informieren zum Tag der Rückengesundheit

Landshut. Unter dem Motto „Balance halten – Rücken stärken“ fand am 15. März 2017 der Tag der Rückengesundheit in Deutschland statt. Die Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie am Krankenhaus Landshut-Achdorf und das dort ansässige interdisziplinäre Wirbelsäulenzentrum informieren aus diesem Anlass, wie Sie Ihren Rücken fit halten und Rückenschmerzen vorbeugen können.

Etwa drei Viertel aller Menschen leiden im Laufe ihres Lebens unter Rückenschmerzen – ein schmerzender Rücken ist die Volkskrankheit Nummer eins! Die Wirbelsäule als zentrales Stützorgan ermöglicht den aufrechten Stand und Gang, doch trotz dieser Bedeutung wird unsere Wirbelsäule oft vernachlässigt. Die Folge sind Rückenschmerzen, oftmals täglich, die unser Leben und Wohlbefinden stark beeinflussen. Die Ursachen für Probleme mit dem Rücken können ganz unterschiedlich sein.

Der überwiegende Anteil der Rückenschmerzen vergeht nach kurzer Zeit von selbst, es sollte aber – da die Schmerzen häufig muskulärer Ursache sind – vorgebeugt werden:

Regelmäßige Bewegung, Sport und körperliche Betätigung des Rückens sowie die Vermeidung von Übergewicht beugen den häufigsten Rückenschmerzen vor!

Tipp 1: Überprüfen Sie Ihre Haltung beim Sitzen, Stehen, Gehen!

Wer viel **sitzt**, sollte immer wieder aufstehen, am besten jede halbe Stunde einmal. Strecken Sie Ihren Körper, machen Sie einen Katzenbuckel, lassen Sie Ihre Schultern kreisen – das regt alle Muskelpartien an! Außerdem sollten Sie vor allem am Arbeitsplatz möglichst aufrecht sitzen. Einfach immer wieder überprüfen und aufrichten – das hält Ihren Rücken fit! **Stehen** Sie richtig? Dann sind Ihre Knie leicht gebeugt, die Beine stehen hüftbreit nebeneinander. Verlagern Sie öfter mal das Gewicht von einem auf das andere Bein und tragen Sie bequeme, flache Schuhe. Beim **Gehen** sollten Sie auf eine aufrechte Haltung achten (am besten gehen Sie so, als hätten Sie ein Buch auf dem Kopf).

Tipp 2: Nehmen Sie Rückenschmerzen nicht „auf die leichte Schulter“!

Verschlossene und verschobene Bandscheiben, Abnutzungen an den Zwischenwirbelgelenken, Verletzungen oder Entzündungen an Muskeln, Bändern und Gelenken, eingengte Nerven (Ischias), Über- und Fehlbelastungen der Rückenmuskulatur, aber auch psychische Anspannung können die Ursache für starke Rückenschmerzen sein. Weil Rückenschmerzen auch Hinweise auf Krankheiten innerer Organe, Rheuma und sogar Tumore oder Krebsmetastasen sein können, sollten Sie lang anhaltende und wiederkehrende Rückenschmerzen unbedingt ärztlich abklären lassen! Bei plötzlich auftretenden stärksten Rückenschmerzen sollten Sie ebenfalls unbedingt notfallmäßig einen Arzt aufsuchen, die Schmerzen können Hinweis auf eine Durchblutungsstörung oder eine Erweiterung der großen Körperschlagadern sein. Rückenschmerzen mit einem starken grippeartigen Krankheitsgefühl können durch eine schwere bakterielle Infektion ausgelöst sein.

Tipp 3: Bei chronischen Rückenschmerzen oder einem Notfall finden Sie Hilfe im Wirbelsäulenzentrum

Im interdisziplinären Wirbelsäulenzentrum am Krankenhaus Landshut-Achdorf kooperieren Fachärzte aus dem stationären und ambulanten Bereich mit dem Ziel, Erkrankungen im Bereich der gesamten Wirbelsäule ganzheitlich zu behandeln. Die ausgewiesenen Spezialisten des interdisziplinären Wirbelsäulenzentrums Landshut-Achdorf kommen aus unterschiedlichen Fachbereichen, beispielsweise der Unfallchirurgie, der Orthopä-

die, der Neurochirurgie, der Radiologie, der Anästhesie und der Schmerztherapie. Durch die interdisziplinäre Zusammenarbeit kann allen Patienten eine individuelle und differenzierte Diagnostik und Therapie angeboten werden.

LAKUMED – Landshuter Kommunalunternehmen für Medizinische Versorgung
Achdorfer Weg 3, 84036 Landshut, Referat Marketing - Elisabeth Lackermeier
Tel.: 0871 / 404-1653, Fax: 0871 / 404-1662
E-Mail: elisabeth.lackermeier@lakumed.de, www.lakumed.de



Baby- und Kleinkindsprechstunde in Furth

In der Kinderkrippe St. Marien in Furth findet jeden Montag in der Zeit von 8.00 bis 10.00 Uhr eine Sprechstunde für Eltern von Babys und Kleinkindern statt. Die Kinderkrankenschwester Astrid Satzl informiert und berät bei allen Fragen „rund um Ihr Kind“. Die Babys können auch gewogen und gemessen werden. Die Sprechstunde ist kostenlos und auf Wunsch anonym.

Die nächsten Termine finden am 03., 10. und 24. April statt, weitere am 08., 15., 22. und 29. Mai 2017.

Mehr Infos unter www.koki-landshut.de oder Tel: 0871/40857- 14 o.-15.

Freiwilligenagentur Landshut

Dominik-Brunner-Weg 1, 84030 Landshut, Tel. 0871 20662730
Dr. Elisabeth-Maria Bauer (Geschäftsführung)
info@freiwilligen-agentur-landshut.de
Sprechzeiten: Dienstag, Mittwoch, Donnerstag, 8 bis 12 Uhr, sowie nach Vereinbarung



Wir suchen Ehrenamtliche, die gern mit älteren Menschen Kontakt haben und Zeit mitbringen. Das Seniorenzentrum Johannesstift wünscht sich Helfer/innen, die sich regelmäßig im **Bereich der Seniorenbetreuung** engagieren möchten. Mögliche Aufgaben sind: Begleiten der älteren Bewohner/innen bei Spaziergängen und Ausflügen oder Betreuung bei Spiele-Nachmittagen.

Zudem könnten die Ehrenamtlichen Besuchsdienste bei einem eventuellen Krankenhausaufenthalt der Bewohner übernehmen. Die Ehrenamtlichen werden vom Fachpersonal eingewiesen, Ein regelmäßiger Erfahrungs- und Informationsaustausch findet statt. Die Zeiteinteilung ist flexibel. **Interessenten melden sich bei der fala!**

April 2017

17.04.17 Mo.	13.00 Uhr	Ostermontagswanderung oder Ausflug	Obst- und Gartenbauverein Eugenb.
21.04.17 22.04.17 23.04.17 28.04.17 29.04.17	20:00 Uhr 20:00 Uhr 18.00 Uhr 20:00 Uhr 20:00 Uhr	Theateraufführung im Ziegeleistadl Einlass: Jeweils 1 Std. vor Beginn	Initiative e.V. Altdorfer Stadttheater
22.04.17 Sa.	15.00 Uhr	Mitgliederversammlung im Bürgersaal	VDR
25.04.17 Di.	14.00 Uhr	Seniorentreff im Pfarrheim	Kath. Pfarrei Altdorf - Senioren
28.04.17 Fr.	19.00 Uhr	Jahreshauptversammlung im Landgasthof Wadenspanner (mit Nachwahl Schriftführer)	Heimat-u. Museumsverein Altdorf e.V.
29.04.17 Sa.	9.00 bis 12.00 Uhr	Pflanzenmarkt auf dem Ziegeleigelände	Gartenbauverein Altdorf e.V.
29.04.17 Sa.	19.30 Uhr	Jahreshauptversammlung im Sportheim des SC Pfettrach	KSK Pfettrach
30.04.17 So.	14.00 Uhr	1. offener Sonntag im Museum Altdorf	Heimat-u. Museumsverein Altdorf e.V.

Mai 2017

01.05.17 Mo.		Maibaumaufstellen in Altdorf, Eugenbach und Pfettrach	
01.05.17 Mo.	9.00 Uhr	KAB-Gottesdienst mit Banner in Alt-St.-Nikola	KAB Altdorf
06.05.17 Sa.	15.00 Uhr	Radifest in der Otrembahalle	Gartenbauverein Altdorf e.V.
09.05.17 Di.	14.00 Uhr	Seniorentreff im Pfarrheim	Kath. Pfarrei Altdorf - Senioren
12.05.17 Di.	19.30 Uhr	End- und Königsschießen im Gasthaus Schwaiger	Eichbaum-Oberndorfer Schützen
12.05.17 Fr.	20.00 Uhr	Monatsversammlung im Gasthaus Schwaiger	RKZV B 610 Altdorf e.V.
13.05.17 Sa.	9.00 Uhr	50-jähriges Jubiläum der DJK-Tischtennis-Abteilung (Turnhalle/Bürgersaal)	DJK SV Altdorf e.V.
13.05.17 Sa.	14.30 Uhr	Monatstreffen der Frauengruppe im Gruppenraum	Sudetendeutsche Landsmannschaft
14.05.17 So.	16.00 Uhr	Jahreshauptversammlung im Pfarrsaal Altdorf	KLJB Altdorf

05/Mai: Abgabeschluss für Beiträge ist der **21.04.2017**.
Dateianhänge von emails können **nur im pdf-Format** empfangen werden.