

---

---

# AMTLICHES MITTEILUNGSBLATT DER GEMEINDE STALL

---

---

**Fit durch den Winter ~  
Gemeinsam macht Bewegung einfach mehr Spaß!!!**

*Liebe Turnerinnen!*

-----  
Am **Dienstag, den 27. Oktober 2015** ist es wieder soweit ☺

Wir treffen uns von **20:00 bis 21:00 Uhr im Turnsaal**  
der Volksschule Stall.

-----

Natürlich sind alle Frauen, die Spaß an Bewegung, Power und  
guter Laune haben dazu herzlich eingeladen.

Wir trainieren Beweglichkeit, Koordination, Ausdauer und Kondition.

Mit dabei ist Fr. **Brigitte Kerschbaumer**, die einige Turnstunden abhalten wird.

Bringt eure Nachbarin, Freundin oder Verwandten ganz einfach mit.

Wer will kann auch gerne zu einer Schnupperstunde bei uns vorbeischauen.

Ich würde mich freuen, wenn ihr euren Körper fit und gesund  
durch den Winter bringt.

Die Kosten belaufen sich für diese Saison auf € 50,00 –  
das Turnen endet am 15. März 2016.

Auf euer zahlreiches Kommen freut sich

*Monika Lerchbaumer*

Tel.: 0676/904 56 14

## Einladung zur BürgerInnenbeteiligung Mobilitäts Masterplan Kärnten 2035

Liebe Bürgerinnen, liebe Bürger,

das Land Kärnten erarbeitet vom Frühjahr 2015 bis zum Sommer 2016 in einem breit angelegten Beteiligungsprozess einen Mobilitäts Masterplan mit dem Zeithorizont bis 2035. Übergeordnetes Ziel wird eine umweltfreundlichere Mobilität der Kärntner Bevölkerung und eine bessere Erreichbarkeit sein.

Im nachstehend terminisierten BürgerInnenworkshops wird der aktuelle Stand des „Mobilitäts Masterplan Kärnten 2035“ (Analyse der derzeitigen Situation und die zukünftigen strategischen Schwerpunkte, erarbeitet durch Arbeitsgruppen und ExpertInnen) vorgestellt. Hier haben Sie die Chance, Ihre Meinungen und Anliegen einfließen zu lassen.

Dazu laden wir Sie herzlich ein!

**Termin:** Mittwoch, 11. November 2015, 18.00 – 20.00 Uhr

**Ort:** Sitzungssaal der Marktgemeinde Obervellach, 9821 Obervellach

Ich freue mich auf Ihr Kommen!

Der Bürgermeister:

*Peter Ebner, eh.*

Weitere Informationen zum „Mobilitäts Masterplan Kärnten 2035“ finden Sie unter [www.mobilitaetsmasterplankaernten.at](http://www.mobilitaetsmasterplankaernten.at)

# Grippeschutzimpfung

Mittwoch, 18.11.2015 um 13:30 Uhr  
am Gemeindeamt (1. Stock)

➔ Kosten: € 10,00 (Impfung + Impfstoff)

## Information über die Grippeschutzimpfung

Die Grippe ist eine Virusinfektion, die jede Altersgruppe treffen kann. Sie verursacht Fieber, Schüttelfrost, Husten und Muskelschmerzen. In der Regel verläuft die Grippe mild, es kann aber auch zu schweren Krankheitsverläufen und zu Todesfällen kommen.

### **Anwendungsgebiet der Grippeschutzimpfung**

Die Impfung dient der Vorbeugung und dem Schutz vor der echten Virusgrippe. Sie ist jedem, der sich schützen will, zu empfehlen.

### **Besonders empfohlen ist die Impfung für**

- Alle Personen mit erhöhter Gefährdung infolge eines Grundleidens (chronische Lungen-, Herz-, Kreislauferkrankungen (außer Hypertonie), Erkrankungen der Nieren, neurologische Erkrankungen, Stoffwechselkrankheiten (einschließlich Diabetes mellitus) und Immundefekten
- Schwangere und Frauen, die während der Influenzasaison schwanger werden wollen
- Kinder ab dem vollendeten 6. Lebensmonat
- Personen ab dem vollendeten 50. Lebensjahr und insbesondere ab dem vollendeten 65. Lebensjahr
- Kinder/Jugendliche ab dem 7. Lebensmonat bis 18 Jahren unter Langzeit-Aspirin Therapie (Verhütung eines Reye Syndroms)
- Stark übergewichtige Personen (BMI $\geq$ 40)
- Betreuungspersonen (z.B.: in Spitälern, Altersheimen und im Haushalt) und Haushaltskontakte von Risikogruppen (kleine oder kranke Kinder, ältere Personen, Personen der zuvor genannten Gruppen)
- Personen aus Gesundheitsberufen
- Personen mit häufigem Publikumskontakt
- Als Reiseimpfung.

### **Impfschutz**

Die Impfung soll wegen der großen Veränderungsfreudigkeit des Virus jährlich erneuert werden. Der Impfschutz wird in der Regel innerhalb von 2 bis 3 Wochen nach der Impfung erreicht, ist individuell unterschiedlich und beträgt im Allgemeinen jedoch zumindest 6 bis 12 Monate. Bei abgeschwächter körperlicher Abwehr kann der Impferfolg beeinträchtigt sein.

Die Impfung ist auch **während der Grippezeit** noch sinnvoll, solange der Impfling noch nicht angesteckt worden ist bzw. selbst noch keine Krankheitszeichen aufweist.

### **Impfstoff, Wirkung und Nebenwirkungen**

Weitere Infos finden Sie im web: [www.bmg.gv.at](http://www.bmg.gv.at) – „Impfungen“.

Anbei finden Sie eine vollständige Produktinformation des Impfstoffherstellers. Lesen Sie bitte die gesamte Beilage sorgfältig durch.

Sie finden umseitig einige Fragen. Aus den Antworten kann der Impfarzt das individuelle Impfrisiko besser abschätzen. Nehmen Sie bitte die individuelle Beratung des Arztes in Anspruch, er ist Ihnen bei der Nutzen-Risikoabwägung behilflich und beantwortet weitere Fragen.

**Nebenwirkungen sollen in jedem Fall dem Impfarzt / der Impfärztin oder dem Gesundheitsamt gemeldet werden!**

**Ihre Daten werden zum Zwecke der Verrechnung und Dokumentation elektronisch verarbeitet und streng vertraulich behandelt.**

**Kontakthinweis:** Ihr Gesundheitsamt, Tel.: 050536/62234, Dr. Martina Terkl – Amtsärztin