



Amtliches MITTEILUNGSBLATT

Gemeinde Albeck, Bez.: Feldkirchen i. K.

Postanschrift: A-9571 Sirnitz 1
Telefon: 04279/240
Telefax: 04279/241
E-Mail: albeck@ktn.gde.at
Internet: www.albeck.at | www.hochrindl.at
Amtliche Mitteilung!



Nummer 1

Jänner 2020

Zugestellt durch Post.at

Die „Gesunde Gemeinde“ ALBECK lädt ein zum
„Stammtisch für pflegende Angehörige“
am Donnerstag, dem 16. Jänner 2020

um **09.30 Uhr**

im Landgasthof „Zum Scheiber“

„DIE KNOCHEN KNAXEN“

Frau Karin Koller-Baumgartner informiert über Osteoporose, Gicht, Atritis, Rheuma

Wir freuen uns auf Eure rege Teilnahme!

Die Bürgermeisterin:
Anna Zarre eh.

Die Stammtischleiterin:
Karin Koller-Baumgartner e.h.

gesunde
gemeinde 

LAND  KÄRNTEN

 gesundheitsland
kärnten
www.gesundheitsland.at


ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ
KÄRNTEN

Aus Liebe zum Menschen.

YOGA Sirnitz

Yoga bietet eine Vielzahl an Übungen, die Ihnen helfen Verspannungen zu lösen und die eigenen Energiereserven wieder aufzufüllen. Unabhängig von Alter und Kondition stärken Sie durch regelmäßiges üben Ihre Gesundheit, verbessern Ihre Beweglichkeit und finden Ruhe und Gelassenheit im Alltag.

Kursort: **Kultursaal der Volksschule Sirnitz**

Kursdauer: **10 x 1,5 UE**

Kursgebühr: € 95,00

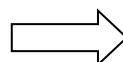
Die Kursgebühr kann über den AK-Bildungsgutschein abgerechnet werden!

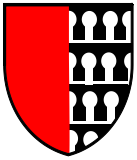
Beginn: **Di, 04. Februar 2020 - 18:30 bis 19.45Uhr**

Trainerin: Madeleine Sattlegger

Bitte bringen Sie bequeme Trainingskleidung mit.

Anmeldungen bitte direkt bei der Kärntner Volkshochschule Tel. 050 477 7602





S G A S i r n i t z

Postanschrift: A - 9571 Sirnitz

EINLADUNG

zum

GEMEINDESCHITAG

am

Sonntag, dem 19. Jänner 2020

beim Zirbenlift.

Beginn ist um 11.00 Uhr

Nennungen bei:

SPAR Markt Sirnitz, Landgasthof „Zum Scheiber“,

Badewandl, Skischule Hochrindl

bis Samstag, 18. Jänner 12.00 Uhr

Nenngeld: Jahrgang 2004 und jünger – Euro 4,00
Jahrgang 2003 und älter – Euro 6,00

Siegerehrung um 14.00 Uhr

bei der

Hiasl Zirbenhütte

Auf zahlreiche Teilnahme freut sich die SGA Sirnitz

Gewichtsbeschränkung infolge Tauwetter

Es wird darauf hingewiesen, dass die Gewichtsbeschränkungstafeln von 3,5 t am **20. Jänner 2020** aufgestellt werden.

Wir appellieren an das Verantwortungsgefühl aller GemeindegängerInnen entsprechende Vorräte an Heiz-, Bau- und anderen Materialien sowie Futtermittel für Nutztiere rechtzeitig zu besorgen bzw. die Abfuhr der Holzbringung entsprechend zu organisieren.

Für die kommende Tauwetterperiode wird es **ABSOLUT KEINE AUSNAHMEN** geben.

