

## Ordinationszeiten der Ärzte am Wochenende

Ärztlichen Bereitschaftsdienstes - Ordinationszeiten von 10-11 und 17-18 Uhr

Wochenende	04./05.12.2021	Dr. Helbok / Krumbach
Feiertag	08.12.2021	Dr. Bilgeri / Hittisau
Wochenende	11./12.12.2021	Dr. Isenberg-Haffner/Langen
Wochenende	18./19.12.2021	Dr. Lechner / Sulzberg
Hl. Abend	24.12.2021	Dr. Grimm / Lingenau
Wochenende	25.12.2021 bis 18.00 Uhr	Dr. Grimm / Lingenau
Wochenende	25.12. ab 18.00 Uhr/26.12.	Dr. Helbok / Krumbach
Silvester	31.12.2021	Dr. Bilgeri / Hittisau

Dr. Grimm, Lingenau (41020), Dr. Bilgeri, Hittisau (30001), Dr. Isenberg, Langen (05575/4660), Dr. Lechner, Sulzberg (05516/2031), Dr. Helbok, Krumbach (8120)

## take away in Lingenau

- Gasthof Traube, täglich 11:30 bis 14:00Uhr, Tel. 0664 2146898
- Gasthof Adler, Do bis So 17:15 bis 20:30 und So 11:00 bis 14:00, 05513 63670, Infos unter [www.adler-lingenau.com](http://www.adler-lingenau.com)
- Cafe Badhus, 0660 2373481, Infos unter [www.badhus.at](http://www.badhus.at)

## Weihnachtsbeleuchtung

Auch dieses Jahr würde es uns wieder sehr freuen, wenn unser Ort in vorweihnachtlichem Licht erstrahlt. Wir bitten daher alle die Weihnachtsbeleuchtung einzuschalten, auch die Hotels und Gasthöfe.

## Veranstaltungskalender ... Dezember 2021

- Fr 26. November 2021, 16:00 bis 19:00 Uhr**  
Altpapiersammlung beim Feuerwehrgerätehaus      Feuerwehr
- Fr 29. November 2021, 16:00 bis 19:00 Uhr**  
Altpapiersammlung beim Feuerwehrgerätehaus      Feuerwehr

Das Team der Gemeinde Lingenau wünscht  
allen Bürgerinnen und Bürgern einen  
besinnlichen Advent, ein frohes Weihnachtsfest  
und ein gutes Neues Jahr!

Impressum: Lebenswert leben-Kernteam der Gemeinde Lingenau

Amtliche Mitteilung!  
Zugestellt durch Post.at

# Lebenswert leben

... was tut sich in Lingenau

Dezember 2021

## Carsharing-Elektroauto

Im ländlichen Raum ist Mobilität im Alltag von großer Bedeutung, jedoch eben auch ein Kostenfaktor. Es stellt sich daher die Frage: „Warum nicht ein Auto teilen, anstatt eines oder mehrere zu besitzen?“ Die Gemeinde Lingenau bietet seit Oktober 2016 allen BürgerInnen und Gästen im Ort die Möglichkeit, mit dem elektrischen Renault ZOE mobil zu werden. Für eine regelmäßige Nutzung ist eine Mitgliedschaft bei „lingeNOW“ notwendig. Dann kann mittels einer App sowie während der Öffnungszeiten des Gemeindeamts das Fahrzeug gebucht werden. Mit der Mitgliedskarte kann zum Zeitpunkt der Buchung das Fahrzeug geöffnet und in Betrieb genommen werden. Am Ende der Buchung wird das Fahrzeug auf dem Parkplatz hinter dem Gemeindeamt abgestellt und an die Ladebox angeschlossen. Natürlich ist unverbindliches Testen gerne möglich.



## Sehen und gesehen werden „Inkognito“ oder lieber unübersehbar?

Ob als Kind, Jugendlicher, Erwachsener oder Senior, beim Sport, in der Freizeit oder dem Arbeitsweg - wer nicht rechtzeitig gesehen wird, stellt nicht nur ein großes Sicherheitsrisiko für alle Verkehrsteilnehmer dar, sondern gefährdet in erster Linie sich selbst am meisten. Dunkel gekleidete Fußgänger können erst aus ca. 30 Metern Distanz wahrgenommen werden. Ein Fußgänger, der mit reflektierender Kleidung bzw. Produkten unterwegs ist, kann bereits aus einer Distanz von ca. 150 Metern gesehen werden. Tragen Sie die reflektierenden Materialien wie zB ein Reflexband möglichst weit unten. Da der Lichtkegel der Autoscheinwerfer die Straße beleuchten, ist es am besten Reflexbänder an beiden Beinen (vom Knie abwärts) zu tragen!

## connexia Elternberatung

Leider muss die Elternberatungsstelle Lingenau aufgrund der aktuellen Covid-19 Situation für den allgemeinen Besuch ohne Terminvereinbarung wieder geschlossen werden. Gerne bieten wir euch eine persönliche Beratung mit Termin in der Elternberatungsstelle, telefonische Beratung, Hausbesuche nach telefonischer Terminvereinbarung an.



C:Pixabay

Die aktuellen Änderungen entnehmt bitte unserer Homepage: [www.eltern.care](http://www.eltern.care)

Ich freue mich über eure Kontaktaufnahme: Brigitte Bereuter, 0664/2352590, [brigitte.bereuter@connexia.at](mailto:brigitte.bereuter@connexia.at)

## Winter Trainingsplan

Alle, die lieber selbständig aktiv durch die kühlen Monate kommen wollen, finden auf der Webseite 8-Wochen Trainingspläne für Läufer:innen und Nordic Walker:innen. Erwachsene sollten sich schließlich nicht nur im Sommer 150 Minuten pro Woche bewegen. Um euch dabei ein wenig zu unterstützen, findet ihr auf unserer Webseite verschiedene Trainingspläne für unterschiedliche Schwierigkeitsgrade. Viel Spaß beim Ausprobieren. <https://www.vorarlbergbewegt.at/info/8-wochen-trainingsplan>



### Rezeptsammlung

Kennt ihr schon unsere Rezeptsammlung?

Wer auf der Suche nach neuen Frühstück- oder Jausenideen, einem idealen Sattmacher für mittags oder abends oder auch nach selbstgemachten Süßigkeiten ist – gleich reinklicken unter: <https://www.vorarlbergbewegt.at/rezepte>

## Freie Wohnung im Lindohus – Betreutes Wohnen

Im Lindohus wird im November eine Wohnung für Betreutes Wohnen frei. Mit ca. 70 m<sup>2</sup> ist sie ideal für ein Paar geeignet. Zielgruppe sind ältere Menschen, tendenziell „rüstige“ ab ca. 60 Jahre aber mit dem Bedürfnis nach Wohn- und Betreuungssicherheit. Die Wohnungen sind barrierefrei, bieten die Möglichkeit der Eigenständigkeit, erfüllen aber auch den Wunsch nach sozialen Kontakten durch das Wohnen unter „Gleichgesinnten“ und in einer aktiven Wohnnachbarschaft. Interessenten melden sich bitte beim Gemeindeamt, T 05513/6464.

## Bauausschuss-Sitzung

Die nächste Bauausschusssitzung findet voraussichtlich am Dienstag, 21. Dezember statt. Geplante Bauvorhaben sind bis spätestens Montag, 14. Dezember beim Gemeindeamt einzureichen, damit sie bei dieser Sitzung behandelt werden können

## Vorderwälder Brennholzbörse: regionales Brennholz selbst gemacht

Die Vorderwälder Brennholzbörse bringt Brennholzsuchende mit Waldeigentümern zusammen - und das zum Vorteil von beiden. Zusätzlich profitieren Wald und Klima. Nicht immer wird das gesamte verwertbare Holz aus dem Wald entfernt, z.B. weil ein Waldbesitzer nach einer Waldnutzung keine Möglichkeit hat, den Schlag von Brennholz zu räumen. Andererseits heizen viele Vorderwälder mit Holz, haben aber keinen eigenen Wald um selbst Brennholz zu machen. Um diese beiden Gruppen zusammenzubringen, wurde die Idee der Vorderwälder Brennholzbörse geboren: Waldbesitzer, die einen Schlag zur



C: Pixabay

Räumung haben und dies aber nicht selbst machen, kontaktieren Brennholzsuchende, die selbst Brennholz aufarbeiten möchten. In der Regel kann der Selbstwerber das Holz kostenlos verwerten. Die positiven Begleiterscheinungen sind ebenfalls kostenlos: Bewegung in der gesunden Waldluft, neuer Lebensraum für die Jungpflanzen im Wald und klimafreundliche Raumwärme.

### Und wie bin ich dabei?

Als Brennholzsuchender aus dem Vorderwald meldest du dich unter [www.energieregion-vorderwald.at/brennholzboerse](http://www.energieregion-vorderwald.at/brennholzboerse) an. Alle angemeldeten Teilnehmer sind auf dieser Webseite veröffentlicht und werden ständig aktualisiert, so dass Waldbesitzer Brennholzinteressenten finden und direkt kontaktieren können. Die Brennholzbörse ist ein Kooperationsprojekt des Landesforstdienstes Bregenz und der Energieregion Vorderwald.

## Kulinarisch Winterwandern 2021/22

Wandere durch die eindrucksvolle Winterlandschaft des Bregenzerwaldes und genieße dabei ein regionales Frühstück, Mittagessen und Dessert in verschiedenen Berggasthäusern und Restaurants.

Es stehen 4 Routen zur Auswahl:

- Mellau-Bizau-Bezau: Am Bach von Dorf zu Dorf
- Sibratsgfall-Schönenbach: Über die Schlucht ins Vorsäß
- Damüls: In eindrucksvollen Bergeshöhen
- Sulzberg: Am aussichtsreichen Hochplateau

Information & Buchung: Bregenzerwald Tourismus, T +43 (0)5512 2365, [info@bregenzerwald.at](mailto:info@bregenzerwald.at), [www.bregenzerwald.at/kulinarische-wanderungen](http://www.bregenzerwald.at/kulinarische-wanderungen)



C: Bregenzerwaldtourismus

## WinterRADIUS

vom 12. November 2021 bis 11. Februar 2022 zählt wieder jeder Kilometer. Zudem kannst du tolle Preise gewinnen.

Logge dich mit deinen bestehenden Zugangsdaten unter [vorarlberg.radelt.at](http://vorarlberg.radelt.at) in deinem Benutzerkonto ein. <https://vorarlberg.radelt.at>