



Besuchen Sie uns  
auf Facebook:  
**Pensionistenverband  
Österreichs**

# UG

## UNSERE GENERATION

ÖSTERREICHS GRÖSSTES SENIORENMAGAZIN



## Machen Sie Ihre „Hausübungen“

**Fit mit Philipp.** Der Vorturner der Nation erzählt im Gespräch mit UG – *Unsere Generation* aus seinem bewegten Leben und verrät den PVÖ-Mitgliedern, wie sie sich zu Hause fit halten können.





# Die PVÖ-Winterw

Fit mit dem Pensionistenverband: **Ob im Freien oder auch in den eigenen vier Wänden** – der Pensionistenverband hat in seiner Premium-Kollektion die passende Ausrüstung.

## Premium Wanderjacke

Sportliche Softshell-Funktionsjacke, winddicht, wasserabweisend und atmungsaktiv. Verstellbare Ärmelbündchen, Reflektorpaspeln an Ärmeln und Rücken und eine abnehmbare Kapuze. Kragen mit Fleecefutter. Größen: S–XXXL

**€ 99,-**



## Premium Winterjacke

Diese Wintersportjacke vereint Funktionalität mit bestmöglicher Bewegungsfreiheit. Wind- und wasserabweisend, abnehmbare Kapuze, vier Fronttaschen mit Reißverschluss, eine Innentasche sowie eine innere Netztasche. Größen: S–XXXL

**€ 90,-**

## Premium Rucksack

Ein qualitativ hochwertiger Touren- und Wanderrucksack. Mit 30 Liter Fassungsvermögen ist er optimal für eine Tagestour. Rücken, Träger und Beckengurt sind gepolstert, zwei Seitentaschen, Wanderstockfixierung, Bodenfach mit Regenhülle. Reflektierendes Logo auf der Vorderseite.

**€ 46,-**





# underwelt:



## Premium Funktionsshirt, unisex

Modisches Sportshirt mit Design-Aufdruck und Dreiknopfleiste. COOL-DRY®-Material für angenehmen Tragekomfort. Größen: S-XXL

**€ 26,-**



## Für die Pausen: das PVÖ-Jahrbuch

Alles, was „unsere Generation“ interessiert, und noch vieles mehr, finden Sie im PVÖ-Jahrbuch 2022, das auf über 200 reich bebilderten Seiten Lesestoff für das ganze Jahr bietet. Darüber hinaus gibt es zahlreiche Ausflugstipps und ein übersichtliches Kalendarium. Auch als Geschenk geeignet!

**€ 5,-**

## Premium Polo, unisex

Piqué-Sport-Polo, Nackenband, Dreiknopfleiste mit Kontrastpaspel weiß, Seitenschlitze in Kontrastfarbe. Größen: S-XXL

**€ 25,-**

**Bestellschein für alle Produkte**  
mit Auswahl aller verfügbaren Größen finden Sie  
**auf der hinteren Umschlagseite in diesem Heft**





*Gesunde Feiertage  
und ein unbeschwertes  
neues Jahr!*

Damit wir **richtig** gut durchs neue Jahr kommen,  
ist es **wichtig**, dass wir auch 2022  
**stark** zusammenhalten.



**PENSIONISTEN  
VERBAND  
ÖSTERREICH**



**SENIOREN  
REISEN  
AUSTRIA**

# zur sache

VON PVÖ-PRÄSIDENT DR. PETER KOSTELKA



FOTO: BUBU DJUMIC

## 2022 soll doch erheblich besser werden!

**I**ch schreibe diese Zeilen am Beginn des vierten Lockdowns. Wir alle hätten es nicht für möglich gehalten, dass es so weit kommen musste. Schnell ist man verleitet, nach Schuldigen dafür zu suchen. Das bringt uns heute nicht weiter. Es wird einen Zeitpunkt der Analyse geben. Was wir jetzt dringend brauchen, ist ein deutliches Sinken der Infektionszahlen und damit einhergehend vor allem eine Beruhigung der dramatischen Lage in den Spitälern.

### GEIMPFTEN HABEN DAS RICHTIGE GETAN

Das kann nur erreicht werden durch eine deutliche Steigerung der Impfquote. Die geplante Impfpflicht ist auch ein Signal an die bereits Geimpften, dass sie das Richtige getan haben.

### ZWEI PENSIONS-WELTEN

Zu den Pensionen – hier scheint es zwei Welten zu geben: Jene, die permanent von der Unfinanzierbarkeit sprechen (s.S. 16–18). Und jene, und dazu zählt der Pensionistenverband, die wissen, dass unser solidarisches umlagefinanziertes Pensionssystem sicher und stabil ist, und sich gegen die Zerschlagung stemmen. Wir sind überzeugt, dass eine entsprechend hohe Ersatzquote, also das Verhältnis von Pension zum Erwerbseinkommen notwendig ist, damit die Menschen von ihren Pensionen auch leben können. Deshalb fordert der Pensionistenverband auch, dass die Mindestpension (Ausgleichszulage) nicht länger unter der Armutsgrenze liegen darf.

Und wir fordern angesichts der stärksten Teuerungs-welle seit mehr als einem Jahrzehnt, dass bei der Pensionsanpassung nachgebessert wird. Sowohl der allgemeingültige Anpassungswert von 1,8 Prozent als auch die 3 Prozent für kleinere Pensionen liegen weit unter

der Teuerung von rund 4 Prozent. Die Energiepreise gehen überhaupt durch die Decke. Deshalb habe ich einen Teuerungs-Hunderter, einen Winterzuschuss und eine Mehrwertsteuer-Senkung auf Haushalts-Energie gefordert. Noch hat die ÖVP-Grünen-Regierung ihre kalte Schulter gezeigt. Aber ich verspreche: Der Pensionistenverband lässt nicht locker!

### FAHRLÄSSIGES NICHTSTUN

Auch nicht bei der Pflege. Das mittlerweile jahrelange Nichtstun der Regierung ist an Fahrlässigkeit nicht zu überbieten. Ich sehe ein, dass man sich mit der Pandemiebekämpfung beschäftigen muss. Aber wir erwarten, dass eine Regierung gleichzeitig ein weiteres brennendes Thema angeht. Noch dazu, wo alle Vorschläge und Konzepte zu einer Pflegereform auf dem Tisch liegen.

### MIT ZUVERSICHT INS JAHR 2022

Unsere Generation blickt dennoch zuversichtlich auf das kommende Jahr. 2022 soll doch erheblich besser werden: Ich bin Optimist und hoffe, dass wir Corona einigermaßen im Griff haben, die soziale Lage der älteren Menschen verbessern werden und das vielfältige Klubleben im Pensionistenverband wieder zur Freude aller uneingeschränkt aufblüht.

Die besten Wünsche für die kommenden Feiertage, alles erdenklich Gute für das neue Jahr und vor allem viel Gesundheit!

Ihr  


Dr. Peter Kostelka, Präsident  
des Pensionistenverbandes Österreichs



# Aktiv durchs Leben, preiswert ans Ziel!

## Unser WESTaktivpreis:

Alle ab 60 Jahren reisen von  
Montag bis Donnerstag  
besonders preiswert.

**WESTaktivpreis**

**Wien - Salzburg**

**€ 21,99\***



**Da steig ich ein.**

Gleich buchen auf [westbahn.at](http://westbahn.at)

Der WESTaktivpreis ist online, in WESTshops  
und in teilnehmenden Trafiken erhältlich.

\*Das Ticket gilt nur am von Ihnen gewählten Tag. Falls sich Ihr Reiseplan ändert, können Sie das Ticket bis einen Tag vor dem Reisetag kostenfrei stornieren. Bitte zeigen Sie bei der Ticketkontrolle im Zug einen gültigen Lichtbildausweis vor. Alle Informationen unter [westbahn.at](http://westbahn.at). November 2021 ©WESTbahn Management GmbH.





3 x 1 Buch zu gewinnen (Kw. „Mangold“, Teilnahme s. Vorteilsclub!)

„Ich habe keine Zeit zum Sterben!“

**Erni Mangold.** Ein Ausspruch, wie er nur von der Schauspiel-Ikone selbst kommen kann. Und mit sieben Jahrzehnten Bühnenkarriere und mit über 90 noch im Filmgeschäft – da gibt ihr die Zeit recht. Erni Mangold hat viel erlebt und viel gesehen. Die angeborene Gabe, die Wahrheit zu sagen, gelegen oder ungelegen, macht sie so authentisch, witzig und klar. Nun ist ihr Buch „Sagen Sie, was Sie denken“ (Molden Verlag, € 35,-) im Vorfeld ihres 95. Geburtstags am 26. Jänner erschienen. Eine Fotoreise in ein Jahrhundertleben!



## Meisterspiel eines Virtuosen

**Rudolf Buchbinder.** Weltweit füllt er Konzertsäle und begeistert in Grafenegg als künstlerischer Leiter. Starpianist Rudolf Buchbinder feierte am 1. Dezember seinen 75. Geburtstag. Für ihn ist Grafenegg ein besonderer Ort: „Die Musik und die Künstler begegnen dem Publikum inmitten der Natur. Dadurch entstehen einzigartige und bleibende Momente.“



# unsere Welt

NEUIGKEITEN UND MENSCHEN IM MITTELPUNKT

## Auf Topmodel-Suche: Heidi setzt auf Vielfalt

**Vorreiterin.** Die Dreharbeiten für die 17. Staffel von „Germany's next Topmodel“ sind gerade am Laufen und schon erreicht uns dabei eine gute Nachricht: Model-Mama Heidi Klum setzte mit der Auswahl der Kandidatinnen ein deutliches Zeichen zu mehr Vielfalt! Groß, klein, jung, alt, – alles war beim Casting gefragt. Und schon haben es drei ältere Kandidatinnen in die Auswahl geschafft: Zu Heidis „Määäääääädchen“ zählen jetzt Barbara (68), Lieselotte (66) und Martina (51). „Die Branche verlangt mehr Vielfalt. Insofern habe ich unseren Cast dieses Jahr noch einmal erweitert und die Tür noch weiter aufgemacht. Es gibt kleine, sehr große, kurvige, schlanke, junge und ältere Teilnehmerinnen. Die Kleidergrößen gehen von 30 bis 54“, sagte Heidi Klum der Nachrichtenagentur spot on news. Da freuen wir uns schon auf den Sendestart im Frühjahr 2022!



## Nach 40 Jahren: ABBA ist zurück



Fesch in ihren 70ern wie in ihren 20ern: Björn, Agnetha, Anni-Frid und Benny



**Pop-Wunderteam.** 1982 trauerten Fans weltweit, als ABBA wegen unüberbrückbaren Differenzen ihre Trennung bekanntgaben. Weiterhin begeisterten Hits wie „Waterloo“ oder „Dancing Queen“ Generationen, Musical und Film „Mamma Mia“ mit der Musik der „Schwedenbomben“ wurden Kassenschlager. Nun ist ein Traum wahr geworden. Das ikonische Quartett ist mit seinem neuen Album „Voyage“ zurück: Discobeats, zu denen man sofort tanzen möchte, mitreißende Rhythmus und schöne Synthesizer-Dramatik! ABBA, die mag man eben – und zwar für immer.



Er hält die Österreicherinnen und Österreicher fit: Philipp Jelinek mit seiner täglichen „Turnstunde“ auf ORF 2

**FIT MIT  
Philipp**

# Machen Sie Ihre Hausübungen!

**D**a steht er, der „Kraftlackel“, und starrt mit tränengeröteten Augen ungläubig auf die kleine Statue in seinen Händen: Ein Traum ist für Philipp Jelinek wahr geworden. Der 53-Jährige wurde am 11. Mai 2021 von TV-Moderator Andi Knoll live während einer Folge von „Fit mit Philipp“ mit einer Romy für das „Beste Lockdown-Format“ überrascht. Und Zigtausende wurden vorden TV-Geräten während ihrer Morgenturnstunde mit Philipp Zeuge, wie beim „Vorturner der Nation“ vor Rührung die Tränen flossen: „Ich bin ein sehr emotionaler Mensch und war in diesem Moment wirklich völlig von der Rolle. Ich habe immer gewusst: Ich

**Fit mit Philipp:** Was als eine Art Lückenbüsser während des ersten Lockdowns 2020 begonnen hat, ist mittlerweile zu einer Kult-Sendung geworden. „Vorturner“ Philipp Jelinek hält Österreich in Bewegung und hat vor allem in unserer Generation eine große Fangemeinde.

bekomme irgendwann noch eine Romy“, erzählt er auch jetzt noch gerührt. Die Auszeichnung – quasi der österreichische Oskar – hat sich der 53-Jährige auch redlich verdient. Schon alleine deshalb, weil er ein

Musterbeispiel dafür ist, dass man auch schwierigen Zeiten wie dem Lockdown etwas Positives abgewinnen kann, wenn man nur will. Und noch schöner ist es, wenn auch andere Menschen davon profitieren.

## AUS DER NOT EINE TUGEND MACHEN

Nach einer bunten Moderator-Karriere bei diversen privaten Fernsehsendern (unter anderem als Herzbube in der Sendung „Herzklopfen“) ist Philipp Jelinek 2017 beim ORF auf dem Küniglberg gelandet – in einer sitzenden Tätigkeit. Das war für den Triathleten – 2015 hat er sogar die extrem schwierige Qualifikation für den Ironman Hawaii geschafft – natürlich nicht gerade das Richtige:

# So bleiben Sie stabil

Eine ausreichend trainierte Beinmuskulatur und ein guter Gleichgewichtssinn garantieren einen sicheren Stand und bewahren vor Stürzen.



1



2



3

## Abfahrtshocke

Diese Übung kräftigt die Beinmuskulatur, ist bestens dosierbar und eine gute Vorbereitung auf die Skisaison. Nehmen Sie die Abfahrtsposition ein (so tief, wie Sie es eben können) und versuchen Sie, die Hocke möglichst lange zu halten. Tipp: Die Oberarme auf den Knien aufzustützen erleichtert die Übung etwas.

„Die Auswirkungen waren fatal für mich. Ich bin ehrlich gesagt ein starker Esser und die Nähe meines Büros zur ORF-Kantine hat sich in kürzester Zeit sichtlich bemerkbar gemacht. Der Schreibtischjob, auch wenn er im Sportbereich war, war einfach nichts für mich. Es musste wieder Action her“, erzählt Philipp. Die hat er dann auch gefunden:

## Kniebeuge

Der Klassiker zur Kräftigung der Oberschenkel: Halten Sie die Arme waagrecht nach vor gestreckt, die Knie beugen und wieder aufrichten. Die Bewegung ist ruhig und gleichmäßig, die Knie sollten bei der Beugung nicht über die Fußspitzen hinausragen. Machen Sie so viele Wiederholungen, wie Sie können.

Ab 2018 stellte er sportliche und physiotherapeutische Übungen im Rahmen der Sendung „Guten Morgen Österreich“ vor. Mit seiner lockeren und „groschen“ Art gewann der gebürtige Floridsdorfer (21. Wiener Gemeindebezirk) rasch eine

## Wadenheben

Eine gute Übung zur Kräftigung der Waden, zur Stabilisierung der Sprunggelenke und für den Gleichgewichtssinn. Heben Sie aus dem hüftbreiten Stand die Fersen so hoch wie möglich, halten Sie die Position einige Sekunden und senken Sie die Fersen wieder ruhig und kontrolliert ab. Wiederholungen nach Vermögen.

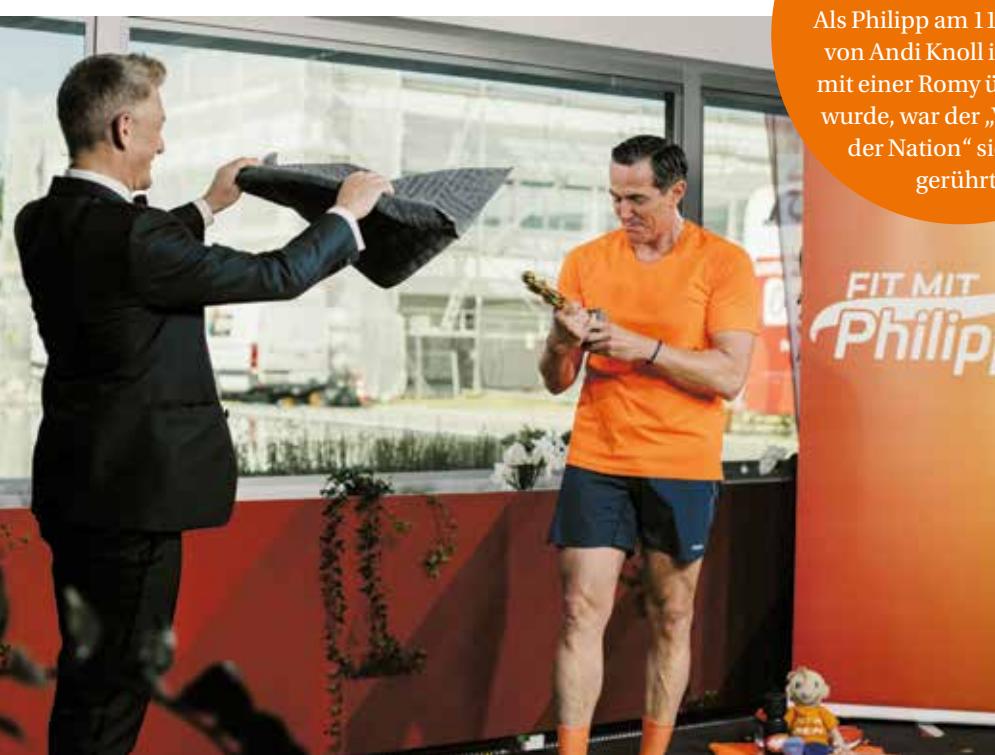
wachsende Fangemeinde. Und dann, während des ersten Lockdowns in der Corona-Pandemie, begann sein Stern so richtig zu strahlen. „Mir wurde schlagartig klar, dass

da jetzt etwas passieren muss. Ich hab den Programmverantwortlichen gesagt: ‚Wir haben eine Verantwortung für die älteren Menschen. Wir müssen etwas für deren Fitness machen und ihnen dabei helfen, ihre Mobilität zu erhalten.‘ Ich weiß aus Erfahrung mit meiner Oma, wie wichtig es ist, dass ältere Menschen regelmäßig trainieren. Und ja, das ist Training, was ich in meiner Sendung präsentiere.“

## Da flossen die Tränen!

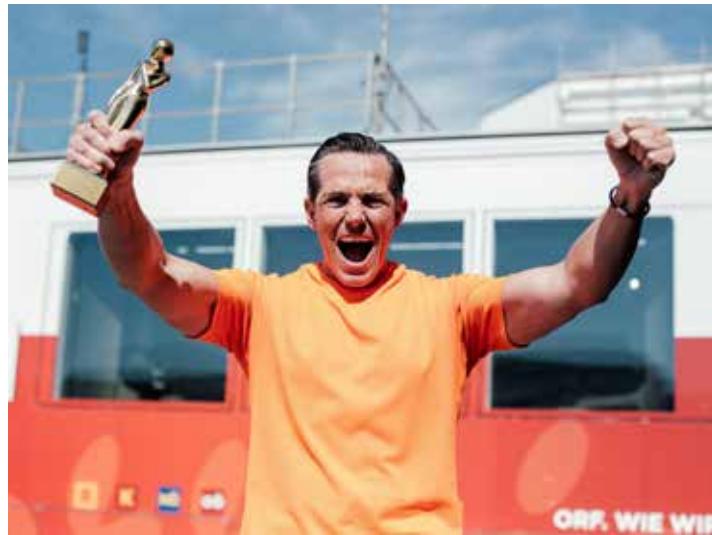
Als Philipp am 11. Mai 2021 von Andi Knoll im Studio mit einer Romy überrascht wurde, war der „Vorturner der Nation“ sichtlich gerührt.

**FIT MIT Philipp**



## FITNESS KOMMT NICHT VON ALLEINE

Am 20. März 2020 hat der Tausendsassa die Idee geboren, schon zehn Tage später wurde erstmals „Fit mit Philipp“ ausgestrahlt – und war von Beginn an der Megarenner: „Was als Notprogramm während des Lockdowns gedacht war, hat sich als Quotenhit entpuppt. Ich habe in kürzester Zeit eine große Fangemeinde gehabt, erfreulicherweise viele Senioren, die ja ►



Zuerst sprachlos, dann über- schäumend: Philipp schreit seine Freude über die Romy hinaus.



## Speziell für unsere Generation

► meine erste Zielgruppe waren. Mir ist es wichtig, diesen Menschen zu vermitteln, dass man etwas für seinen Körper tun muss. Dass Fitness der Schlüssel zu einem mobilen Leben auch im Alter ist. Dass ein möglichst hohes Maß an Fitness die Lebensqualität steigert, weil man plötzlich wieder Dinge machen kann, die einem vorher schwergefallen sind oder die man gar nicht erst gewagt hat, aus Angst sich zu verletzen. Mit meinen Übungen werden alle körperlichen Fähigkeiten angesprochen, die wir im Leben brauchen, sie mobilisieren, kräftigen, sie fördern die Koordination und das Gleichgewicht. Sie sind so gewählt, dass sie für jeden durchführbar sind. Ein wenig anstrengen sollte man sich aber schon. Und nicht vergessen: Zur allgemeinen Fitness gehört auch ein regelmäßiges Herz-Kreislauf-Training wie flotte Spaziergänge und Radfahren.“

### DEN MENSCHEN GUTES TUN

Bewegungsformate im Fernsehen gab und gibt es viele, was ist das Erfolgsgeheimnis gerade dieser Sendung? Ohne Zweifel der Moderator. Philipp Jelinek ist ein Motivator und Animator erster Güte. Seine übersprudelnde Begeisterung ist nicht gespielt, er ist auch im täglichen Leben ein äußerst redfreudiger Menschenfreund: „Ich habe die Leute schon immer gerne unterhalten. Mir macht es auch Spaß, den

Menschen Gutes zu tun und ihnen zu zeigen, dass sie sich mit körperlicher Aktivität selbst auch etwas Gutes tun. Das möchte ich so vielen Menschen wie nur möglich zeigen.“ Daher kommt Philipp's größter Wunsch auch nicht von ungefähr: „Ich würde gerne einmal mit 50.000 Menschen in einem vollen Stadion gemeinsam turnen. Da bekomme ich Gänsehaut, wenn ich nur daran denke. Auch eine Wanderung mit einer großen Gruppe wäre super. Mir taugt einfach alles, womit ich möglichst viele in Bewegung bringe.“

### MEHR SPORT FÜR UNSERE KINDER

Auch wenn es in keinem Alter zu spät ist, etwas für die Fitness zu tun, kann man dennoch gar nicht früh genug damit anfangen. Die typischen Gesundheitsdefizite eines unbewegten Lebens lassen sich im Alter nicht mehr wettmachen – bestenfalls lindern. Damit es erst gar nicht so weit kommt, müssen daher schon unsere (Enkel-) Kinder zu mehr Sport motiviert werden: „Es ist schlimm, wenn man sieht, wie übergewichtig und bewegungsfaul viele Kinder sind. Man kann es ihnen oft gar nicht vorwerfen. Von einer täglichen Turnstunde in der Schule sind wir weit entfernt und zu Hause fehlt es meist auch an sportlichen Vorbildern. Da könnten aktive (Ur-)Großeltern viel bewirken.“

Um seinen Mitgliedern während des Lockdowns die Möglichkeit zu bieten, sich zu Hause fit zu halten, hat der Pensionistenverband im Vorjahr eine Video-Serie mit zwölf altersgerechten Übungen für das Wohnzimmer produziert. Diese einfachen Übungen ohne Zusatzgeräte oder Gewichte sind vor allem auch für Einsteigerinnen und Einsteiger bestens geeignet.

Ein Video mit allen Übungen der PVÖ-Serie finden Sie auf: [pvoe.at](http://pvoe.at)



### Pflicht-Termin

Täglich von Montag bis Freitag um 9.10 Uhr auf ORF 2 bringt Philipp Jelinek die Österreicherinnen und Österreicher in Bewegung. Wer die Sendung verpasst hat, kann jederzeit bequem im Internet in der ORF-TVthek nachturnen.



# WESTbahn verdichtet Fahrplan

**Mehr Züge** in der Hauptreisezeit und auch drei neue Haltestellen zu Pendler-Zeiten.

Wie es bei der Eisenbahn jedes Jahr üblich ist, steht in der Vorweihnachtszeit der europäische Fahrplanwechsel an. Heuer ist es der 12. Dezember, der Neuigkeiten, zusätzliche Verbindungen und manchmal auch geänderte Abfahrts- und Ankunftszeiten bringt.

## JETZT: MEHR ANGEBOT

Die WESTbahn wird mit ihrer Neuflotte allen Reisenden im neuen Fahrplan vor allem eines bieten: mehr Angebot zwischen Wien und Salzburg. In den Hauptreisezeiten

verdichtet die WESTbahn auf halbstündliche Abfahrten. Zusätzlich halten am Morgen zwei Züge Richtung Salzburg auch in Straßwalchen, Neumarkt am Wallersee und Seekirchen am Wallersee sowie am Nachmittag Richtung Wien drei Züge in den genannten Stationen.

Alle, die mit dem Klimaticket Ö in der WESTbahn unterwegs sind, haben es übrigens besonders gut: Sie können die ComfortClass ohne Aufpreis nutzen und kostenlos eine Sitzplatzreservierung vornehmen. Das macht die Bahnfahrt gleich noch entspannter! 



Die Klasse 2+ mit dem Namen „Comfort“ ist für Reisende mit dem Klimaticket Ö ohne Aufpreis zu nutzen

Sicher, sauber, seniorenfreundlich – so präsentieren sich die neuen KISS 3-Züge der WESTbahn



# Trittsicher & aktiv Stürze vermeiden

Stürze zählen zu den größten Gefahrenquellen im Alltag älterer Menschen. Mit einem neuen Programm der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK) gewinnen Betroffene an Sicherheit.

Den Teppichrand übersehen, in der Dusche ausgerutscht, die eigene Kraft falsch eingeschätzt – Stürze passieren plötzlich und unerwartet. Die Folgen – nicht selten Knochenbrüche oder Kopfverletzungen – können zu dauerhaften Beeinträchtigungen

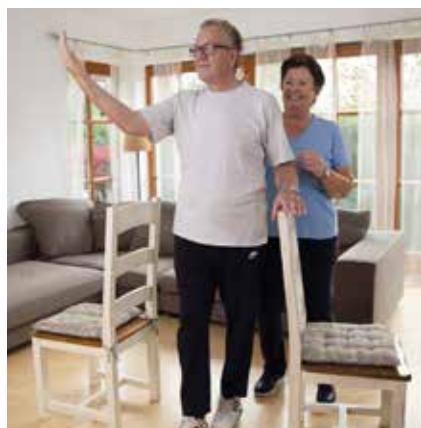


Mag. Harald Jansenberger  
Sportwissenschaftler,  
Experte für Sturzprävention

führen. Und: Die Angst vor weiteren Stürzen bleibt auch bei weniger gravierenden Folgen ständiger Begleiter im Alltag.

## Trittsicher mit der ÖGK

„Wenn Menschen rechtzeitig aktiv werden, lassen sich die meisten Stürze vermeiden“, ist Mag. Harald Jansenberger, Experte für Sturzprävention, überzeugt. „Trittsicher & aktiv“, das neue Programm der Österreichischen Gesundheitskasse, bringt mehr Sicherheit in den Alltag. Acht jederzeit abrufbare Videos bieten Tests, Übungen für das tägliche Leben sowie Tipps von einem Sportwissenschaftler, einer Ergotherapeutin und einer Ärztin. Dazu gibt es – natürlich gratis – eine informative Broschüre zum Nachlesen.



Fotos: Yvonne Kieuzmayr

Infos und Videos zum Mitmachen finden Sie im Internet unter:  
[www.gesundheitskasse.at/trittsicher](http://www.gesundheitskasse.at/trittsicher)  
Telefon: 05 0766-0



 **Österreichische  
Gesundheitskasse**

# Darling, ich bin im Kino

Mit UG – *Unsere Generation* erfahren Sie mehr über die neuesten und spannendsten Filmstarts im Kino. Und haben dabei auch noch die Chance, jeweils 3x2 Kino-Gutscheine zu gewinnen!



GEWINN:  
3X2 KINO-  
KARTEN



GEWINN:  
3X2 KINO-  
KARTEN

## Der Höhlenmensch in unserer Seele

**Caveman.** Rob Becker (Moritz Bleibtreu) wollte schon immer Comedian werden – nun bekommt er endlich die Chance. Das perfekte Thema gibt es auch: Rob tauscht sich gerne mit dem Caveman, seinem altersweisen, imaginären Freund aus der Steinzeit, aus. Dadurch glaubt er, endlich den Unterschied zwischen Männern und Frauen besser verstehen zu können. Doch es gibt ein Problem: Claudia Müller (Laura Tonke), seine Frau. Und die verlässt ihn kurz vor seinem großen Auftritt. Spontan ändert Rob sein Programm: Er erklärt dem Publikum die Unvereinbarkeit von Frauen und Idioten. Und nimmt es auf einen wilden und witzigen Ritt durch seine Beziehung mit. Am Ende soll das Publikum entscheiden: Ist Rob der Vollidiot in der Beziehung? Oder doch nicht?

**Ab 23. Dezember 2021 im Kino (Kw. „Caveman“)!**



## Identität und mütterliche Leidenschaft

**Parallele Mütter.** Zwei Frauen, zwei Schwangerschaften, zwei Leben. Janis (Penélope Cruz) und Ana (Milena Smit) erwarten ihr erstes Kind und lernen sich zufällig im Krankenhaus vor der Geburt kennen. Beide sind Single und wurden ungewollt schwanger. Janis ist mittleren Alters, bereut nichts und ist überglücklich. Teenager Ana hingegen ist verängstigt, traumatisiert und findet auch in ihrer Mutter Teresa (Aitana Sánchez Gijón) kaum Unterstützung. Janis aber versucht Ana aufzumuntern. Ein enges Band zwischen beiden Frauen entsteht. Doch ein Zufall wirft alles durcheinander und verändert beider Leben auf dramatische Weise. **Ab 7. Jänner 2022 im Kino (Kw. „Mütter“)!**

## Familienchaos unter der Sonne

**Der Nachname.** Es hätte so ein harmonisches Familientreffen sein können. Doch kaum sind das Ehepaar Stephan (Christoph Maria Herbst) und Elisabeth (Caroline Peters) mit den frisch gebackenen Eltern Thomas (Florian David Fitz) und Anna (Janina Uhse) auf Lanzarote eingetroffen, brechen in der Familie Böttcher neue Konflikte auf. Nicht nur erkennen die Geschwister Thomas und Elisabeth ihr geliebtes Familiendomizil kam wieder, es kommt schlimmer: Mutter Dorothea (Iris Berben) und Adoptivsohn René (Justus von Dohnányi) haben ihre Beziehung in jeder Hinsicht vertieft und verkünden ihren Kinderwunsch! In diversen Allianzen wird heftig über komplizierte Erbfolgen, unmögliche Schwangerschaften und das moderne Verständnis von Familie gestritten. **Ab 21. Jänner 2022 im Kino (Kw. „Nachname“)!**

### SO MACHEN SIE BEI DEN GEWINNSPIELEN MIT:

Postkarte oder E-Mail mit dem entsprechenden Kennwort an:  
UG – *Unsere Generation*,  
Gentzgasse 129, 1180 Wien bzw.  
service@pvoe.at senden.  
**Einsendeschluss s. Vorteilsclub**

Die Seebühne Mörbisch wäre wohl heute ein musikalisches Ödland, hätte es nicht Harald Serafin gegeben. Sein Engagement und seine Leidenschaft, die Operette von Mörbisch hinaus in die Welt zu bringen, sind unvergleichlich und prägend für die Kulturlandschaft Österreichs.

## MÖRBISCH WAR WUNDERBAR

Vielen PVÖ-Mitgliedern bleiben die großartigen Produktionen unter der Intendanz von Serafin für immer in Erinnerung. Und seine launigen Eröffnungsreden, die er förmlich kultiviert hat. Serafins Wortgewandtheit und Witz sind es auch, die ihn zu „Mister Wunderbar“ bei „Dancing Stars“ werden ließen. Das ganze Land liebte seinen frechen



# Alles Gute, Mister Wunderbar!

Humor, seine Fröhlichkeit und sein Lachen.

## EIN RICHTIGES CHRISTKIND

Nun feiert Harald Serafin am 24. Dezember seinen 90. Geburtstag. Wer meint, dass ein großer Künstler in Pension nur bequem auf der Couch liegt, hat weit gefehlt. Serafin ist ein richtiges „Energiebündel“ und mit

seiner „Mausi“, seiner Frau Ingeborg, noch immer in „Action“.

Eine Liebe, die schon seit über 40 Jahren währt und wohl der Grund dafür ist, warum der Star seinen Lebensabend glücklich genießt. Oder wie er selbst einmal sagte, nachdem er 1989 gesundheitlich schwer angeschlagen war: „Diese Urkraft eines Menschen, mit dem ich mein

90 Jahre und kein bisschen leise: Serafins Charme und Humor halten ihn „für immer jung“!

Leben verbringe und der mich liebt, hat mich gerettet. Ein großes Glück, dass ich jemanden wie sie an meiner Seite habe.“ – Wir wünschen von Herzen alles Gute zum Geburtstag – und noch viele gemeinsame und „wunderbare“ Jahre! ☺



Serafin ist ein begeisterter UG-Leser – und war schon mehrmals auf der Titelseite der UG zu sehen.



## Über 100.000 Diabetikerinnen und Diabetiker profitieren von ÖGK-Programm

Großer Erfolg für „Therapie Aktiv – Diabetes im Griff“. Das Betreuungs- und Therapieprogramm für Typ-2-Diabetikerinnen und -Diabetiker der Österreichischen Gesundheitskasse (ÖGK) konnte kürzlich ihren 100.000 Patienten begrüßen.

Diabetes erhöht das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Bluthochdruck und Schlaganfälle und kann im Falle einer Corona-Infektion zu einem schweren Verlauf führen. Regelmäßige Kontrollen (HbA1c-Wert, Blutfette, Nieren- und Harnwerte, Augen- und Fußuntersuchungen) und ein gesunder Lebensstil sind besonders wichtig, um Folgeschäden zu vermeiden. Daher bietet die Sozialversicherung bereits seit 2017 österreichweit das Programm „Therapie Aktiv“ zur optimalen Patientenversorgung bei Diabetes Typ 2 an. Ziel ist es, unter Einbeziehung der Patientinnen und Patienten eine

individuelle Behandlung als Langzeitbetreuung anzubieten und durch engmaschige Kontrollen mögliche Folge- und Begleiterkrankungen zu vermeiden bzw. schon im Frühstadium zu erkennen und zu behandeln. Als Ausgangsbasis erfolgt eine gezielte Untersuchung durch die behandelnde Ärztin oder den Arzt, bei der alle diabetesrelevanten Laborparameter, sowie der derzeitige Allgemeinzustand erhoben und in einem speziellen Dokumentationsbogen erfasst werden.

Mehr als 100.000 Patientinnen und Patienten werden bereits von über 1.900 speziell geschulten „Therapie-Aktiv“-Ärztinnen und -Ärzten betreut. Durch die laufende Abstimmung und regelmäßige Untersuchungen kann die Behandlung jederzeit adaptiert und eine langfristige Verbesserung des Gesund-



heitszustandes erzielt werden. Patientinnen und Patienten werden im Umgang mit ihrer Erkrankung geschult, sind aktiv in die Therapie eingebunden, legen gemeinsam individuelle Ziele fest und können so ihren Behandlungserfolg positiv beeinflussen.

Die Teilnahme an „Therapie Aktiv – Diabetes im Griff“ ist für Versicherte aller Krankenkassträger kostenlos. Interessierte Typ-2-Diabetes Patientinnen und Patienten finden alle Informationen und eine Liste mit teilnehmenden Ärztinnen und Ärzten auf [www.therapie-aktiv.at](http://www.therapie-aktiv.at).



100

Auch  
im Winter  
geöffnet!

Ermäßigungen  
für Gruppen und  
PensionistInnen

# „Wir sind Burgenland. Wir sind 100!“

Wir sind 100. Burgenland schreibt Geschichte  
Jubiläumsausstellung  
Friedensburg Schlaining

[www.wirsind100.at](http://www.wirsind100.at) | [www.friedensburg.at](http://www.friedensburg.at)



friedensburg • peace castle  
schlaining • austria



GEWINN:  
3x1  
BUCH

## Die freie Schule

„Mehr Licht für alle“ ist die logische Fortsetzung einer Reihe von Büchern, in denen sich Prof. Heinz Weiss, langjähriger Geschäftsführer der Kinderfreunde, mit den komplexen Wurzeln der Sozialdemokratie auseinandersetzt. Der Autor dreht diesmal das Rad der Geschichte des Hauses Albertgasse 23, Wien Josefstadt, zurück und lässt die Historie dieses Gebäudes vor den Augen des interessierten Publikums Revue passieren. Obwohl man bis zum heutigen Tag mit obiger Adresse die Zentrale der Wiener Kinderfreunde assoziiert, war das nicht immer so. Lesen und mehr erfahren! echo-media buchverlag, € 22,90.

**3x1 Buch zu gewinnen**  
(Kw. „Schule“, Teilnahme siehe Vorteilsklub)!



## „Erzähl mal, Charly!“

Karl Blecha, Ehrenpräsident des Pensionistenverbandes Österreichs, erzählt im Gespräch mit Autor/Journalist Robert Misik aus seinem Leben, das man wohl als mehr als außergewöhnlich bezeichnen kann. Das Gespräch wurde im Rahmen einer Veranstaltungsreihe des Bruno Kreisky Forums für internationalen Dialog aufgezeichnet und kann auf unserer Webseite pvoe.at jederzeit als Video angeschaut werden. Reinklicken! Es lohnt sich!

# unsere interessen

W A S U N S B E W E G T U N D W A S W I R W O L L E N



In Zeiten von Lockdowns, Kontaktbeschränkungen oder Quarantäne kann es leicht passieren, dass einem die Decke auf den Kopf fällt, man auf Hilfe angewiesen ist oder von Fragen und Unsicherheiten belastet wird. Hier ist es gut zu wissen, an wen man sich wenden kann!

## Hilfreiche Telefonnummern in Corona-Zeiten

Informationen rund um das Corona-Virus und zur Corona-Impfung, psychologische Hilfe, Rat in Krisensituationen, Hilfe beim Einkaufen oder einfach nur die Möglichkeit, mit jemandem zu plaudern, wenn man sich einsam fühlt! Wir haben die wichtigsten Telefonnummern übersichtlich zusammengefasst:

Bei konkreten Krankheitssymptomen: 1450 (24 Stunden, 7 Tage die Woche)

Bei allgemeinen Fragen zum Thema Corona und zur Corona-Schutzimpfung: 0800/55 56 21 (24 Stunden, 7 Tage die Woche)

**Einkäufe und Essen:** Das „Team Österreich“ organisiert Nachbarschaftshilfe (Einkäufe etc.): 0800/600 600 (tägl.: 7–19 Uhr). Viele Geschäfte, Gasthäuser, Kaffeehäuser usw. bieten in Zeiten von Lockdowns und Ausgangsbeschränkungen auch einen Abhol- oder Lieferservice an. Am besten direkt anrufen und nachfragen!

**Psychologische Akuthilfe in Krisensituationen:** 01/504 80 00 (Mo.–Do.: 9–13 Uhr)

**Ö3-Kummernummer für alle, die Kummer und Sorgen haben:** 11 61 23 (tägl.: 16–24 Uhr)

**„Plaudernetz“ für Menschen, die sich nach Aussprache sehnen, und solche, die gerne reden:** 05/177 61 00 (tägl.: 12–20 Uhr)

**„Reden tut gut“-Telefon:** Hier werden Menschen, die reden möchten, mit freiwilligen MitarbeiterInnen verbunden: 01/358 44 (Dienstag: 8–12 Uhr, Donnerstag: 16–20 Uhr)

**PVÖ-Lebenshilfe:** bei allen Problemen unter Tel.: 01/313 72-0 erreichbar.

## 70 Jahre PVÖ Kärnten – eine Erfolgsgeschichte!

Die Landesorganisation Kärnten des Pensionistenverbandes Österreichs feierte kürzlich in der Neuen Burg in Völkermarkt ihr 70-jähriges Jubiläum mit zahlreichen Ehrengästen! 1951 wurde der Verband als Verband der Arbeiter und Gemeindebefürsorgten Österreichs gegründet. Im Jahr 2021 zählt die Landesorganisation des Pensionistenverbandes Kärnten rund 40.000 Mitglieder. Mit fast 250 Ortsgruppen in ganz Kärnten ist der PVÖ in Kärnten die stärkste Interessengemeinschaft der älteren Generation. Eine echte Erfolgsgeschichte, auf die man mit Recht mehr als stolz sein kann!



Zahlreiche Ehrengäste fanden sich ein, um dem PVÖ Kärnten zum Jubiläum zu gratulieren. V. l. n. r.: PVÖ-Präsident Kostelka, PVÖ-Generalsekretär Wohlmuth, PVÖ-Landespräsident Bodner, PVÖ-Landessekretär Marbek, Bürgermeister Lakounigg (Stadt Völkermarkt), Landesrätin Schaar, Bürgermeister Skorjanz (Gemeinde Ruden)

## PENSIONSANPASSUNG 2022

# Das reicht nicht!

**Eine unzureichende Pensionsanpassung**, eine Steuerreform, die am Ende wenig bis nichts bringt, gepaart mit der stärksten Teuerungswelle seit einem Jahrzehnt beschert nun den Pensionistinnen und Pensionisten einen deutlichen Kaufkraftverlust. Der Pensionistenverband fordert daher einen Kaufkraftsicherungs-Hunderter, einen Winterzuschuss und die Halbierung der Mehrwertsteuer auf Haushaltsenergie.



Pensionistenverbands-Präsident  
Dr. Peter Kostelka fordert einen Kaufkraft-  
sicherungs-Hunderter für Pensionisten.

Als im Spätsommer die Debatte um die künftige Pensionsanpassung begann und der Erhöhungswert mit 1,8 Prozent feststand, wares der Pensionistenverband, der dem damaligen Bundeskanzler Kurz mitgeteilt hat: „Das reicht nicht!“ Im Herbst begann dann erschwerend eine massive Teuerungswelle, die stärkste seit 2008. Der allgemeine Verbraucherpreisindex kletterte laut Statistik Austria auf zuletzt rund 4 Prozent, Haushaltsenergie verteuerte sich um unglaubliche 14,6 Prozent! Pensionistenverbands-Präsident Dr. Peter Kostelka: „Die von ÖVP und Grünen mittlerweile auch im Parlament beschlossene Pensionsanpassung von 1,8 Prozent ist angesichts der höchsten Teuerung seit über 13 Jahren völlig unzureichend und vor allem kommt sie erst am 1. Februar 2022. Daher brauchen wir Sofortmaßnahmen für Österreichs Pensionis-

tinnen und Pensionisten: einen Kaufkraftsicherungs-Hunderter und 300 Euro Winterzuschuss für Bezieher kleiner Pensionen. „Denn“, so der Pensionistenverbands-Präsident: „Die Teuerung wird hoch bleiben.“

#### TEUERUNG WIRD HOCH BLEIBEN

Auch verdient der Finanzminister an den Preissteigerungen mit. Denn eine höhere Rechnung für Öl, Gas oder Strom lässt auch den Mehrwertsteueranteil steigen. Der Finanzminister nimmt also durch die gestiegenen Preise mehr ein. „Eine Halbierung der Mehrwertsteuer könnte zumindest einen Teil der Preissteigerungen abfangen“, so Kostelka und weiter: „JETZT muss angesichts unerträglicher Energiepreise gehandelt werden, damit keine Pensionistin, kein Pensionist frieren muss“, so der Pensionistenverbands-Präsident.

#### STEUERREFORM HILFT NICHT

Dazu kommt, dass die noch unter dem mittlerweile zurückgetretenen Bundeskanzler Kurz verkündete Steuerreform einem Großteil der Pensionisten nichts bringt. Erstens tritt sie erst Mitte 2022 in Kraft. Zweitens profitiert die große Masse der Pensionisten überhaupt nicht von der Senkung der höheren Steuerklassen, weil sich ihre Pensionshöhe nicht in diesen Steuerstufen befindet. Der neue Klimabonus ist sehr oft auch ein Verlustgeschäft. Denn dieser beträgt zum Beispiel in Wien

nur 100 Euro, obwohl sich viele Wiener Pensionistinnen und Pensionisten es sich nicht aussuchen können, mit welcher Energieform ihre Wohnung warm gehalten wird.

#### ÄNDERUNGEN FÜR NEUPENSIONISTEN

Vielfach in Vergessenheit geraten ist auch ein Beschluss von ÖVP und Grünen aus dem Vorjahr: Demnach erhalten Neupensionisten im ersten Jahr nach ihrer Pensionierung nur mehr anteilig eine Pensionsanpassung. Ein Beispiel: Jemand, der im Juni 2021 in Pension gegangen ist, bekommt nur mehr 50 Prozent der Anpassung. Wer im Oktober 2021 seinen Pensionsstichtag hatte, bekommt 2022 nur mehr 10 Prozent drauf, alle die im November oder Dezember 2021 in Pension gegangen sind, erhalten 2022 überhaupt keine Pensionsanpassung, sie müssen bis 2023 warten.

#### PENSIONSSYSTEM BLEIBT STABIL

Für Aufregung sorgen auch immer wieder einseitige Horrormeldungen von den stets selben „Pensionsexperten“. Sie sprechen von Unfinanzierbarkeit und dass die Jungen keine Pension mehr bekommen werden. Dabei hat zuletzt die Pensionskommission ▶

Auch die Lebensmittelpreise sind gestiegen.



Die Energiepreise explodieren – Heizöl kostet um 34 Prozent mehr, Gas verteuerte sich um 12 Prozent, Strom plus 7 Prozent, Brennholz stieg um 6 Prozent.



## Die Pensionsanpassung 2022 im Detail

**OHNE Verhandlungen mit den Pensionistenvertretern** wurde diese Pensionsanpassung von der ÖVP-Grünen-Regierung und ihrer Parlamentsmehrheit beschlossen. Änderungen – wie von Pensionistenverband gefordert – wurden abgelehnt.

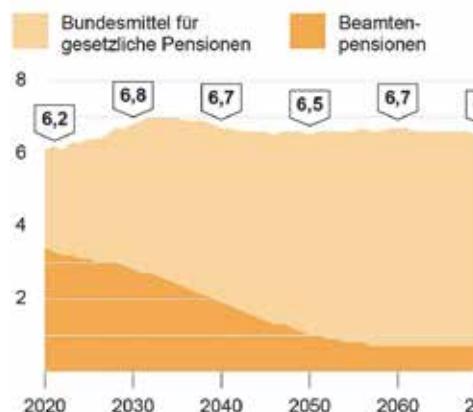
- DIE FÜR DIE PENSIONSANPASSUNG 2022 MASSGEBENDE TEUERUNGSRATE BETRUG **1,8%.\***
- MONATLICHE BRUTTO-PENSIONEN BIS € 1.000,– WERDEN UM **3,0%** ERHÖHT.  
Das gilt auch für die Ausgleichszulage.
- MONATLICHE BRUTTO-PENSIONEN VON € 1.000,01 BIS € 1.300,– WERDEN ZWISCHEN 3,0% UND 1,8% ERHÖHT.  
BEISPIELE: Anpassung für eine monatliche Bruttopension
  - bei 1.100 Euro: ..... 2,6% Plus
  - bei 1.200 Euro: ..... 2,2% Plus
- MONATLICHE BRUTTO-PENSIONEN AB € 1.300,01 WERDEN UM **1,8%** ERHÖHT.
- ALLE MIT PENSIONSANTRITT 2021 BEKOMMEN EINE ALIQUOTIERTE ANPASSUNG.

#### \* Wie kommt der Anpassungs-Prozentsatz zustande?

Die Pensionsanpassung ist im Allgemeinen Sozialversicherungsgesetz geregelt. Maßgeblich für 2022 ist der Durchschnitt der monatlichen Teuerungsraten von August 2020 bis zum Juli 2021 in Prozent. In dieser Zeitspanne lagen Corona-bedingt einige Monate mit sehr, sehr geringer Inflation und einige Monate mit höherer Inflation. Der Durchschnitt ergab 1,8 Prozent.

## Ausgaben für Pensionen

In Prozent des BIP



Grafik: ©APA, Quelle: Alterssicherungskommission



Weder die Pensionsanpassung noch die so großspurig angekündigte Steuerreform der Regierung können den Kaufkraftverlust ausgleichen – am Ende bleibt weniger im Börsel.



► in mehreren Gutachten und auch der EU-Ageing-Report dem Pensionssystem eine stabile und bewältigbare Zukunft bescheinigt. Und das, obwohl jetzt die Babyboomer-Generation, also die in den 1960er Jahren Geborenen ins Pensionsalter kommen. Trotz der steigenden Zahl an Pensionsbeziehern bleibt der Pensionsaufwand des Staates gemessen an seiner Wirtschaftsleistung

in überschaubarem Rahmen: Heuer liegt er bei 6,2 Prozent des Brutto-Inlandsprodukts (BIP), wächst bis 2030 auf 6,8 Prozent, um sich dann in der Langfristprognose bis 2070 bei 6,5 Prozent einzupendeln. Von unfinanzierbar also keine Spur.

### WENIGER BEAMTE, MEHR ASVG

Der Pensionsaufwand des Staates um-

fasst neben der gesetzlichen Pensionsversicherung (ASVG) auch die Beamten. Bei Letzteren gibt es einen deutlichen Rückgang, weil in Zukunft vielfach öffentlich Bedienstete als Vertragsbedienstete eben ASVG-versichert sind. Korrespondierend steigt der ASVG-Zuschuss (siehe Grafik). Klar ist: Die Pensionen sind sicher und leistbar. Heute und auch für die Jungen! ☺

# Dauerzank um Pensionssystem

**Alle Jahre wieder ...** kommt das Christkind, aber auch die Pensionsdebatte. Die Argumente und Hintergründe für unser sicheres Pensionssystem.



Als das Allgemeine Sozialversicherungsgesetz 1956 in Kraft trat, galt der Grundsatz bei der Pensionsfinanzierung: 1/3 die Arbeitnehmer, 1/3 die Arbeitgeber und 1/3 der Staat. Niemals musste der Staat sein zugesagtes Drittel zu den Pensionen aufbringen. Aber es lohnt sich, die Zuschüsse genau anzusehen: Arbeiter und Angestellte zahlen sich die Pensionen zu über 80 Prozent durch ihre Beiträge selbst. Bei den Selbstständigen muss der Staat 50 Prozent zuschießen und die Bauerpensionen werden gar zu 80 Prozent vom Staat finanziert.

### KEIN DEFIZIT

Die Aufwendungen des Staates zu den Pensionen sind im Budget abgebildet – als ganz normale Ausgaben, wie auch jene für die Sicherheit unseres Landes (Polizei, Militär), für die

Bildung (Schulen, Universitäten) oder für die Gesundheit. So wie diese Ausgaben steigen auch die Ausgaben für die Pensionen. Und trotz steigender Zahl an Pensionisten (Babyboomer) bleibt der Gesamtaufwand im erwartbaren Rahmen stabil.

Grundsätzlich verwehrt sich der Pensionistenverband, dass die Pensionisten als „Kostenfaktor“ gesehen werden. Das Gegenteil ist der Fall: Sie sind ein Wirtschaftsfaktor! Sie zahlen 17 Milliarden an Steuern, Abgaben und Beiträgen an den Staat zurück, halten durch ehrenamtliche Tätigkeiten und familiäres Engagement das gesellschaftliche Leben unseres Landes aufrecht und stützen mit ihrem Konsum die Wirtschaft und den Arbeitsmarkt!

Und auch Corona hat gezeigt: Nur ein solidarisch finanziertes System ist krisenfest. ☺

## KRAFTANSTRENGUNG

# Den Riss kitten

Gab es zu Beginn der Pandemie ein starkes Miteinander, klafft jetzt ein tiefer Riss. Wir brauchen eine gemeinsame Kraftanstrengung. Von der Regierung dürfen wir uns nichts erwarten. Das müssen wir selbst machen.

Am Anfang der Pandemie waren das Miteinander, der Zusammenhalt, die wechselseitige Unterstützung und die Solidarität stark zu spüren.

### SOLIDARITÄT

Junge Menschen kauften für ältere Menschen Lebensmittel und stellten sie vor die Tür. Auf Balkonen wurde für das Krankenhauspersonal und die Sicherheitskräfte gesungen und applaudiert. Dieses viele Gute

hats sich leider ins Gegenteil verkehrt. Ausgelöst durch ein kras- ses Versagen der Regierung. Die Impfkampagne war von Anfang an schlecht gemanagt, ohne echte Aufklärung. Der Riss in der Gesellschaft zwischen Impf-Befürwortern und -Gegnern oder Corona-Leugnern ist nicht zu übersehen. Es gibt ihn in Familien, im Freundeskreis, mancherorts auch in Pensionistenverbands-Gruppen. Dabei bräuchten wir jetzt eine

kollektive Impf-Kraftanstren- gung, um Tod, Krankheit, wirtschaftlichen Schaden und auch den Bruch von Beziehungen zu verhindern. Dass die Regierung das hinkriegt, bezweifle ich.

### GESELLSCHAFT EINEN

Das müssen wir wohl selbst bewerkstelligen. Denn wir wollen, dass unsere Enkelkinder wieder angstfrei in Kindergärten, Schulen/Unis, in die Lehre gehen können, dass wir uns



PVÖ-GENERALSEKRETÄR  
**Andreas Wohlmuth**  
**GESAGT - GETAN**

alle wieder uneingeschränkt bewegen dürfen, Geschäfte, Cafés, Kultur- und Freizeiteinrichtungen offen sind, Ausflüge unternehmen, Verwandte und Freunde besuchen, reisen, im Pensionistenverband aktiv sein können. Dieses Ziel ist der Rohstoff für jenen Kitt, der notwendig sein wird, um unsere Gesellschaft wieder zu einen.

Ihr  
*Andreas Wohlmuth*

# Kostenlose Lebens- und Sozialberatung über den PVÖ

Bei aller Hilfe, die einem zuteil wird, kann der **seelische „Knacks“ oder gar Zusammenbruch doch einmal kommen.**

**E**insamkeit, Zukunftsängste, Sorge um nahe Angehörige ... Die Liste ließe sich noch lange fortsetzen. Wenn einem die Probleme über den Kopf wachsen, ist es gut, wenn man Beistand erhält. Und auch den gibt es im Rahmen des Pensionistenverbandes.

**Mag. a Erika Torner ist Psychotherapeutin sowie Lebens- und Sozialberaterin.** Sie hilft PVÖ-Mitgliedern in schwierigen Lebenssituationen und bietet kostenlos für ganz Österreich persönlich, telefonisch oder per E-Mail Beratungen an. Ihr Ansatz liegt dabei ganz auf den Sorgen und Nöten der Hilfesuchenden.

**Psychologische Beratung und Unterstützung** in schwierigen Lebenssituationen werden für folgende Schwerpunkte gegeben:

- Sinnkrise - Sinnfindung
- Einsamkeit
- Überforderung und Erschöpfung
- Krankheit und Tod naher Angehöriger

#### Angeboten werden von Mag. a Erika Torner:

- Einzel-, Paar- und Familienberatung
- psychologische Beratung und Begleitung
- Krisenintervention
- Psychotherapie



“

Ich gebe Ihnen  
keine Lösungen vor,  
sondern durch gezielte  
Fragestellungen  
werden Sie Ihren  
persönlichen, maßge-  
schniederten Weg und  
Ihre neue Perspektive  
finden. Ich helfe Ihnen  
gerne dabei.

MAG. a ERIKA TORNER,  
Psychotherapeutin sowie Lebens-  
und Sozialberaterin



**INFO:** Die Beratungen finden telefonisch oder persönlich nach Terminvereinbarung unter **01/313 72-0** oder per E-Mail über die E-Mail-Adresse [torner@chello.at](mailto:torner@chello.at) statt.



Wer über eine kleine Pension bzw. ein geringes Haushaltseinkommen verfügt, hat in Österreich Anspruch auf einen Heizkostenzuschuss.

## HEIZEN WIRD IMMER TEURER

# Holen Sie sich Ihren Heizkostenzuschuss!

**Die Kosten fürs Heizen, für Energie steigen und steigen! Die Forderung des Pensionistenverbandes an die Regierung lautet daher: 300 Euro Winterzuschuss für alle BezieherInnen kleiner Pensionen! Bis es (hoffentlich bald) so weit ist, können Sie bei Ihrer Gemeinde einen Heizkostenzuschuss beantragen. Dieser liegt je nach Bundesland zwischen ca. 110 Euro und ca. 270 Euro pro Jahr.**

Wichtig vorab: Der Heizkostenzuschuss kann einmalig pro Jahr beantragt werden, wird nur für Hauptwohnsitze ausbezahlt und ist an bestimmte Einkommensgrenzen gebunden, die je nach Bundesland variieren. Und es gibt eine Ausnahme: Wien gewährt keinen Heizkostenzuschuss im „klassischen“ Sinne, sondern bezahlt diesen im Rahmen der Mindestsicherung oder als Energiekostenunterstützung aus. Für alle anderen Bundesländer gilt: Erkundigen Sie sich am besten direkt auf Ihrem Gemeindeamt, ob Sie Anspruch auf einen Heizkostenzuschuss haben. Die Einkommensgrenzen variieren hier zwischen den Bundesländern stark, enden aber spätestens bei ca. 1.300 Euro (Einzelperson) bzw. ca. 2.000 Euro (Ehepaar/Lebensgemeinschaft). Sie müssen in jedem Fall Einkommensnachweise erbringen. Manche Bundesländer/Gemeinden fordern auch Nachweise zu den Heizkosten. Wichtig dabei: Je früher Sie den Antrag stellen, desto höher sind die Chancen, dass Sie einen Zuschuss erhalten. Rechtsanspruch auf den Zuschuss gibt es nämlich keinen. Und: Erstens endet die Frist für die Anträge an einem bestimmten Stichtag – meist Anfang des Jahres – und zweitens wird das Geld aus einem von den Bundesländern definierten Topf ausbezahlt. Ist die festgelegte Summe aufgebraucht, werden für die laufende Heizperiode keine weiteren Zuschüsse mehr vergeben. ☺

## WEIHNACHTSKEKSE AUS DEM SUPERMARKT

# Genau schauen, was wirklich drin ist!

„Backen lassen, statt selber backen.“ Auch diesen Trend gibt es. Denn manchmal ist die Advents- und Weihnachtszeit turbulent und außerdem hat man bei gekauften Keksern genau die gewünschte Menge und Mischung an unterschiedlichsten Sorten. Allerdings sollte man vor dem Kauf genau darauf achten, woraus die kleinen Köstlichkeiten gemacht wurden. Untersuchungen des Vereins für Konsumenteninformation (VKI) haben gezeigt, dass viele Kekse aus dem Supermarkt Palmöl enthalten – und dieses ist sowohl schlecht für die Umwelt, als auch für unseren Körper. Wer also auf Nummer sicher gehen will, sollte die Zutatenliste ganz genau lesen. Denn selbst bei jenen Keksen, die auf der Packung groß als „mit echter Butter“ ausgelobt werden, ist laut VKI manchmal Palmöl enthalten. ☺



VON PVÖ-  
KONSUMENTEN-  
SCHÜTZER  
Dr. Harald Glatz  
[www.glatzonline.at](http://www.glatzonline.at)



## VORSICHT bei unseriösen Handwerksdiensten!

KonsumentenschützerInnen warnen vor unseriösen Handwerksdiensten. Diese bieten – meist im Internet – Rund-um-die-Uhr-Service zu günstigen Preisen. Tatsächlich bekommt man aber oft minderwertige Arbeit zu absoluten Wucherpreisen. Am besten bereitet man sich schon „vor dem Schaden“ vor. Das heißt: Reden Sie mit niedergelassenen Handwerkern aus Ihrer Gegend, ob sie im Falle eines Falles rasch helfen würden, und erstellen Sie Ihre eigene Handwerkerliste. Bei unbekannten Firmen: Lassen Sie sich vor Beginn der Arbeit eine verbindliche Preiszusage geben. Die Watchlist Internet hat eine Liste mit Handwerksdiensten erstellt, die sich als nicht seriös herausgestellt haben: [watchlist-internet.at/](http://watchlist-internet.at/) [liste-handwerksdienste.at/](http://liste-handwerksdienste.at/)



Rechtsanwalt Dr. Wolfgang Schöberl kennen unsere Leserinnen und Leser bereits aus früheren Artikelserien als einen Spezialisten für Erbrecht und Vermögensweitergabe. Dr. Wolfgang Schöberl betreut aber auch schwerpunktmäßig den Immobilienbereich, gemeinsam mit der versierten Maklerin Eva Kalenczuk, die sich den Leserinnen und Lesern von UG – *Unsere Generation* kurz vorstellt: „Auch ich gehöre bereits zur Generation 60+, arbeite noch immer begeistert als Immobilienmaklerin und kenne die Bedürfnisse meiner Generation sowohl aus eigener Erfahrung als auch aus der täglichen Praxis. Zum Glück gibt es auf jede Frage eine oder mehrere Antworten. Schließlich ist gerade Ihr Zuhause eines der wichtigsten Themen, denn hier verbringen Sie die meiste Zeit Ihres Lebens!“

### Dr. Wolfgang Schöberl

Doktor der Rechtswissenschaften, führt seit 2013 die Rechtsanwaltskanzlei [www.wslaw.at](http://www.wslaw.at) in 1010 Wien.

### Eva Kalenczuk

Selbstständige Immobilienmaklerin, **EVA Immobilien – Eva KALENCZUK e.U.** [www.eva-immo.at](http://www.eva-immo.at)



Bei der Übergabe einer Immobilie auf Leibrente gibt es einige wichtige Details, die Sie unbedingt beachten sollten.

## EIGENTUMSÜBERTRAGUNG GEGEN LEIBRENTE – TEIL 2

# Worauf muss ich achten?

**Im zweiten Teil unseres „Leibrenten-Schwerpunktes“** erklären unsere Immobilien-ExpertInnen, welche (steuerlichen) Details bei einem Leibrenten-Vertrag unbedingt berücksichtigt werden müssen.

Hier ist es ratsam, sich Unterstützung durch Profis zu holen.

**D**ie steuerliche Behandlung eines Leibrentenvertrages ist alles andere als einfach und erfordert, dass der Verkehrswert der Immobilie ebenso ermittelt wird wie die gesamte Höhe der Leibrente. Als Grundlage für die Höhe der monatlichen Leibrente ist eine ortsübliche Miete heranzuziehen. Ein wichtiger Punkt ist auch die Grunderwerbsteuer, die in der Regel der trägt, der die Immobilie erwirbt. Hier muss berechnet werden, in welchem Verhältnis der (statistisch zu erwartende) gesamte Wert der Leibrente zum Verkehrswert der Immobilie steht. Je nachdem liegt – in der Fachsprache ein „entgeltlicher Erwerb“ oder ein „unentgeltlicher Erwerb“ vor, was Auswirkungen auf die Höhe der Grunderwerbsteuer hat.

### WER TRÄGT WELCHE KOSTEN

Die gerichtliche Grundbucheintragungsgebühr beträgt hingegen stets 1,1 % vom Verkehrswert der Immobilie. Diese trägt in der Regel der Empfänger der Immobilie. Die Immobilienertragsteuer ist vom Übergeber zu entrichten. Die Hauptwohnsitzbefreiung greift hier nicht. Diese setzt nämlich voraus, dass der Hauptwohnsitz an der Immobilie

aufgegeben wird. Die Steuerpflicht tritt jedoch erst dann ein, wenn die monatlichen Leibrenten-Zahlungen das statistische Lebensalter des Übergebers überschreiten.

### VOR- UND NACHTEILE DER LEIBRENTE

Für den Übergeber sind die Vorteile, dass man in seinem Zuhause bleiben kann und ein monatliches Zusatzeinkommen erhält. Der Nachteil kann die Bonität des Übernehmers sein. Was ist, wenn sich die Zahlungsfähigkeit ändert? Lassen Sie dies vertraglich festlegen! Denken Sie auch an eine Wertanpassung der regelmäßigen Zahlung, damit Ihnen die Inflation nicht Ihr Zusatzeinkommen „wegfrisst“. Für den Übernehmer sind die Vorteile, dass man die Immobilie sozusagen „in Teilbeträgen“ abbezahlt und eventuell ein „Schnäppchen“ macht. Vieles hängt bei der Übergabe auf Leibrente aber natürlich vom Erlebensalter des Übergebers ab. Erreicht dieser ein überdurchschnittliches Alter, so kann es passieren, dass die Leibrenten-Zahlungen in Summe den tatsächlichen Wert der Immobilie deutlich übersteigen. Jeder Leibrenten-Vertrag – so „wasserdicht“ er auch verfasst sein mag – birgt also immer auch ein großes Fragezeichen. ☰



# Richtig. Wichtig. Stark. Ihr Pensionistenverband

## Gemeinsam, nicht einsam!

**Der Wert, Teil einer Gemeinschaft zu sein und Freunde zu haben, war noch nie so groß.**

Beim Pensionistenverband ist man nie allein! Plus: Mit dem Aktivitäten-Programm in den 1.700 Pensionistenverbands-Gruppen kommt keine Langeweile auf: Bewegung, Unterhaltung, Kultur – da ist für jede und jeden etwas dabei!



## Unabhängige Vertretung, Hilfe mit Rat und Tat

**Der Pensionistenverband vertritt die Interessen der älteren Generation gegenüber JEDER Regierung.**

Und der Pensionistenverband erreicht viel: Über 10 Prozent mehr Pension für kleine Pensionen in den letzten drei Jahren zum Beispiel! In Not geratenen Mitgliedern wird sofort und unbürokratisch geholfen. Plus: kostenlose und kompetente Beratung!



## Sparen und gewinnen

**Als Verein mit vielen Mitgliedern** ist der Pensionistenverband auch attraktiver Kooperationspartner. So können Pensionistenverbands-Mitglieder beispielsweise auch bei Metro-Märkten einkaufen, erhalten zahlreiche Ermäßigungen und Vergünstigungen, besondere Reiseangebote – und tolle Gewinnspiele!

## Immer im Bilde und up to date

Mit **UG - Unsere Generation** kommt 9-mal jährlich ein flottes und informatives Mitglieder-Magazin kostenlos per Post ins Haus. Plus: Die neue Homepage des Pensionistenverbandes hat ab Frühjahr 2022 einen speziellen Mitglieder-Bereich – [pvoe.at](http://pvoe.at)



## Nach Afisl, oder nach Australien

Mit **SeniorenenReisen**, dem **Reiseprofi des Pensionistenverbandes**, wird jede Reise zu einem unvergesslichen Erlebnis. Plus: Auf die Sicherheit und Gesundheit unserer Gäste wird besonders geachtet, zum Beispiel durch ein österreichisches Arztteteam vor Ort bei unseren Treffen-Reisen.



## 26 Euro Jahresbeitrag – und man bekommt ein Vielfaches zurück

**40 Cent pro Woche oder kaum mehr als 2 Euro im Monat** kostet eine Mitgliedschaft beim Pensionistenverband. Ein Vielfaches davon gibts zurück! Allein eine Rechtsberatung würde über 100 Euro kosten, das Zeitungsabo ist inkludiert ... Und nicht zu vergessen: die Überraschungen für die Mitglieder in den PVÖ-Ortsgruppen!



LANDESPRÄSIDENT KONSULENT

Heinz Hillinger

LANDESSEKRETÄRIN

Mag. a Jutta Kepplinger



## PVOÖ-SPRECHTAGE

### Landesorganisation Oberösterreich

Wiener Straße 2, 4020 Linz

Telefon: 0732/66 32 41

Beratungen finden nach Terminvereinbarung statt. Bringen Sie bitte alle erforderlichen Unterlagen mit.

### Rechtsangelegenheiten

Rechtsanwalt Dr. Dieter Gallistl  
Mo., 10. Jän. 2022, 8.15 Uhr  
Mo., 7. Feb. 2022, 8.15 Uhr

### Sozialrechts- angelegenheiten

Eva Breitenfellner  
Mi., 12. Jän. 2022, 9 Uhr  
Mi., 2. Feb. 2022, 9 Uhr

### Lohnsteuer- angelegenheiten

Leopold Pichlbauer  
Mi., 12. Jän. 2022, 13 Uhr  
Mi., 26. Jän. 2022, 13 Uhr  
Mi., 9. Feb. 2022, 13 Uhr  
Mi., 23. Feb. 2022, 13 Uhr



# Weichenstellung für die nächsten Jahre

Der Österreichische Seniorenrat, der Dachverband aller Seniorenorganisationen, trat im Oktober im Parlament zu seiner 12. Vollversammlung zusammen.

In einem umfassenden Leitantrag legte die Vollversammlung die Ziele für die nächsten Jahre fest. Das Hauptziel ist und bleibt die Verbesserung der Lebenssituation sowie der Stellung der Seniorinnen und Senioren in unserer Gesellschaft.

Neben der Forderung nach einer grundsätzlichen Änderung des althergebrachten Bildes des Alter(n)s, das schon lange nicht mehr der Wirklichkeit entspricht, steht die politische Aufwertung des Österreichischen Seniorenrates am Anfang des Leitantrages. Es ist an der Zeit, dass die Vertretung von 2,4 Millionen älteren Menschen, das sind rund 28 Prozent der Bevölkerung, effektiv verankert und als echter Sozialpartner anerkannt wird.

### PFLEGEREFORM JETZT UMSETZEN

Neben detaillierten Forderungen zur Bekämpfung der Diskriminierung älterer Menschen, zu Pensionen, Pflege und Betreuung, Arbeitsmarkt, Gesundheit und Prävention, Sozialversicherung, Steuerrecht, Klima, Mobilität und der Bekämpfung der Altersarmut steht vor allem die rasche Um-

setzung der Pflegereform ganz oben auf der Dringlichkeitsliste. Es bleibt abzuwarten, ob die zuständigen Bundes- und Landespolitiker ihre Ankündigungen in Hinsicht auf die Pflegereform wirklich halten. Die Corona-Pandemie hat uns deutlich vor Augen geführt, wie wichtig gut ausgebildetes und entsprechend entlohntes Pflegepersonal ist. Klatschen alleine wird nicht genügen. ☎



# Die Ebenseer Landschaftskrippe

Der **Salinenort Ebensee** hat eine lange Krippentradition.

Im 19. Jahrhundert entwickelten sich aus den kleinen Hauskrippen figurenreiche und oft ganze Zimmer füllende Landschaftskrippen, die eine typische Salzkammergut-Landschaft mit Bergen, Almen und Seen zeigten. Sehr oft waren sie so groß, dass die Kinder der Familien darunter schlafen mussten, was für sie natürlich eine Riesengaudi war.

Die Geburt Jesu bildet naturgemäß den Mittelpunkt der Ebenseer Krippe, um den herum eine typische Salzkammergut-Landschaft gebaut wurde und noch immer wird. Viele der aus Lindenholz geschnitzten Figuren und Figurengruppen erhielten von den Menschen Namen wie der „Urbal mit der Leinwand“, der „Vata, lass mi a mitgeh'n“, der „Hirtenschlaf“, die „Zwoa Nachbarn“ usw. In der Ebenseer Landschaftskrippe ist die Zeit aufgehoben, denn es wird eine sommerliche Welt dargestellt. Die Krippe hat ein Hintergrundgemälde, die sogenannte „Hald“. An ihrem oberen Rand ist ein Efeukreuz angebracht, in dem Singvögel aus Papier hineingesteckt sind. Die Ebenseer haben



eine enge jahrhundertelange Verbindung zu den einheimischen Vögeln. Darüber hinaus symbolisieren diese Singvögel die menschlichen Seelen, die, wenn sie fest an das Kind in der Krippe glauben, in den Himmel hineinfliegen können.

Die Ebenseer Landschaftskrippe stellt ein Gesamtkunstwerk dar und sie ist eine Manifestation echter Volkskunst und echter Volksfrömmigkeit. 2015 wurde das

Ebenseer Krippenwesen in das Verzeichnis des immateriellen Kulturerbes der UNESCO aufgenommen. 

## Information

In Ebensee können viele dieser Landschaftskrippen von Weihnachten bis Maria Lichtmess besichtigt werden. Jeden Mittwoch, 14 Uhr, veranstaltet das Museum in Ebensee eine geführte Kripplerlrosa. Die große Krippenausstellung im Museum hat täglich von 13 bis 17 Uhr geöffnet. Informationen finden Sie unter: [www.museumebensee.at](http://www.museumebensee.at)

## KULTURTIPPS



### Theater Phönix

#### Generation Why

Leben am Limit oder ich habe mir eine Pfanne gekauft

**Sa., 15.1.2022, 19.30 Uhr**



#### Arthur & Claire

Eine Koproduktion von Bühnen Berndorf und Wald4tler Hoftheater

**Do., 17.2./Di., 22.2.2022, 19.30 Uhr**

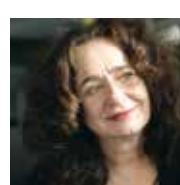
**Karten:** Als PVOÖ-Mitglied können Sie eine Eintrittskarte zum Preis von 12 Euro erwerben. Reservierungen unter dem Kennwort „PVOÖ“. Per E-Mail: [tickets@theater-phoenix.at](mailto:tickets@theater-phoenix.at) oder telefonisch: 0732/66 65 00. Kartenabholung an der Theaterkasse am Vorstellungsabend bis 30 Minuten vor Vorstellungsbeginn.



### Brucknerhaus Linz

#### Wiener Blut

Dietmar Kerschbaum lädt als Balduin Graf Zedlau zu einer prominent besetzten Aufführung des Operettenklassikers Wiener Blut von Johann Strauss (Sohn) ein. **Mi., 5.1.2022, 19.30 Uhr**



#### Zug des Lebens

Das Konzert zum Holocaust-Gedenktag verbindet Arno Schmidts Erzählung Leviathan mit Steve Reichs Different Trains. Sprecherin: Mechthild Großmann. **Do., 27.1.2022, 19.30 Uhr**



#### Vox Luminis

Lionel Meunier und sein auf die Musik des 17. und 18. Jahrhunderts spezialisiertes Vokalensemble bringen Werke der Familie Bach zum Klingen. **Fr., 11.2.2022, 19.30 Uhr**

**Karten:** Gegen Vorlage des Mitgliederausweises kann die Karte zum Preis von 10 Euro erworben werden. Brucknerhaus Linz, Service-Center, Tel.: 0732/77 52 30, E-Mail: [kassa@liva.linz.at](mailto:kassa@liva.linz.at) (bei elektronischer Bestellung bitte Ausweis einscannen)



# meinwert

## Finanziell sorgenfreie Pension

### Wohnrechtsangelegenheiten brauchen absolutes Expertenwissen

meinwert hilft Menschen ab 65 ihr Eigenheim an handverlesene Investoren zu verkaufen und – das Wichtigste – ein rechtlich absolut abgesichertes Wohnrecht (im Grundbuch eingetragen) zu behalten.

Mit dem **PensionsPolster** hat meinwert ein faires und transparentes Produkt entwickelt, welches Menschen, die ein Haus oder eine Wohnung besitzen, nach einem langen Erwerbsleben eine finanziell sorgenfreie Pension ermöglicht.

Mehr Informationen direkt auf [www.meinwert.at](http://www.meinwert.at).



EXPERTENTIPP

**Wohnrechtsangelegenheiten können durchaus eine komplexe Sache darstellen.**

Hier die wichtigsten Expertentipps von Mag. Mario Janezic M.B.A, Steuerberater und Geschäftsführer meinwert:

- ➔ Akzeptieren Sie keine monatliche Mietzahlung
- ➔ Entscheiden Sie sich für ein Modell, welches Ihnen eine sofortige Einmalzahlung bietet und keine monatliche Leibrentenzahlung
- ➔ Achten Sie auf die Eintragung Ihres Wohnrechtes im ersten Rang des Grundbuchs
- ➔ Achten Sie auf klare, faire und ausgewogene Verträge und lesen Sie das Kleingedruckte
- ➔ Lassen Sie sich von kompetenten und erfahrenen Experten beraten
- ➔ Hören Sie auf Ihr Bauchgefühl – immer!

Kostenlos & unverbindlich Informationsmaterial anfordern unter [gutentag@meinwert.at](mailto:gutentag@meinwert.at) oder 01 934 65 60.



# Die Wende in eine SchmerzLOSE Zukunft

Experten im Bereich der interventionellen Schmerztherapie.  
Professionelle Hilfe gegen akute und chronische Schmerzen.



„Wir nehmen  
uns an um das  
Los der Schmerz-  
patient\*innen“  
Dr. Wolfgang Stelzer,  
ärztlicher Leiter

## Professionelle Hilfe gegen Schmerzen

Die medizinischen Zentren SchmerzLOS in Baden bei Wien und Linz zählen weltweit zu den Experten im Bereich der interventionellen Schmerztherapie. Jahrzehntelange Erfahrung am Puls der Zeit, zahlreiche wissenschaftliche Publikationen und – am wichtigsten – über 16.000 schmerzzufriedene Patient\*innen geben dem SchmerzLOS Konzept recht.

## Internationaler Experte

Als international anerkannter Spezialist für die Behandlung akuter und chronisch erkrankter Schmerznerven hat Dr. Stelzer in den letzten Jahrzehnten zahlreichen innovativen Therapiemöglichkeiten auch in Österreich Aufwind verschafft. Die SchmerzLOS Zentren haben

sich besonders auf durchleuchtungsgesteuerte Radiofrequenz-Behandlungen, so genannte „Schmerznerverödungen“, spezialisiert. Durch die exakt gezielte Behandlung wird hier der Schmerzner unter Röntgensehnsicht ungefährlich langfristig ausgeschaltet. Auf diese Weise können selbst über Jahre bestehende chronische Schmerzsyndrome therapiert werden.



Fotos: Fotolia, SchmerzLOS

Das Ärzteteam im modernen Operationssaal.

## Kontakt & Informationen

Ordination Baden bei Wien  
Grundauerweg 15, 2500 Baden

Ordination Linz  
Johann Wilhelm Klein Str. 18,  
4040 Linz

☎ 0732/77 19 46  
(gilt für beide Standorte)

Termine nach telefonischer  
oder E-Mail-Vereinbarung  
office@schmerzlos.cc  
[www.zentrum-schmerzlos.at](http://www.zentrum-schmerzlos.at)

BEZAHLTE ANZEIGE

## VITERMA ZAUBERT AUS IHREM ALTEN BAD IHR NEUES WOHLFÜHLBÄD!

Elektro- und Installationsarbeiten werden gemeinsam mit befugten Partnerfirmen für Sie umgesetzt.



**viterma**  
zaubert Wohlfühlbäder

- ◆ Zuverlässige Renovierung in max. 5 Tagen durch unser Profi-Handwerker-Team
- ◆ Breite Auswahl an Designs, Farben und Markenherstellern
- ◆ Individuelle Maßanfertigung für bodenebene Duschen
- ◆ Schimmelfreie, langlebige, pflegeleichte Materialien

Ihr Fachbetrieb in OÖ  
Infos & Beratungstermin:  
Tel. 0676 977 22 03  
[www.viterma.com](http://www.viterma.com)

**Jetzt Termin vereinbaren!**



FOTO: PRIVAT

**DDR. PETER PRANDL**

MDSc, FA für Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie, Zahnarzt, Master of Dental Science, Implantologie  
3701 Großweikersdorf, Hauptplatz 16, 02955/714 40

**S**ie brauchen ein Zahnimplantat, wollen aber auf eine lange Behandlung verzichten? Eine gute Lösung kann hier ein Sofortimplantat sein. Es wird direkt nach der Entnahme des Zahns in den Kieferknochen eingesetzt. Das fördert eine schnellere Einheilung..

# Sofortimplantate: der schnelle Zahnersatz

**SO VERLÄUFT DIE BEHANDLUNG**

Eine Sofortimplantation ist dank örtlicher Betäubung absolut schmerzlos und verletzt die Haut und Weichteile nur minimal.

Zunächst wird der Zahn gezogen, bevor das passende Zahnimplantat (eine künstliche Zahnwurzel) in das Zahnfach eingesetzt wird. Im Bereich der Frontzähne wird direkt danach ein festes Provisorium auf das Implantat montiert.

Im Backenzahnbereich wird gewartet, bis das Implantat nach 2 bis 3 Monaten im Knochen eingehetzt ist. Erst dann wird ein sichtbarer Zahnersatz, wie beispielsweise eine Krone, aufgesetzt.

**DAS SIND DIE VORTEILE**

Das Konzept der Sofortimplantate basiert vor allem auf der Besonderheit des Gewinnes, das umgehend fest in den Knochen geschraubt werden kann. Das verkürzt Einheilungszeiten und ermöglicht eine schnellere Versorgung mit einem Provisorium.

Durch das Einbringen der künstlichen Zahnwurzel in das leere Zahnfach gleich nach dem Ziehen des Zahns wird ermöglicht, dass diese schneller mit dem Kiefer verwächst und binnen kurzer Zeit vom Zahnfleisch umschlossen wird.

Je nach Heilungsverlauf ist eine Überkronung der künstlichen Wurzel bereits nach 2

bis 3 Monaten möglich. Die Festigkeit ist bei einem Sofortimplantat meist sehr gut. Während der Einheilungszeit können sichtbare Lücken mit einem Provisorium verdeckt werden.

**VORAUSSETZUNGEN**

Diese Methode eignet sich nur für Patienten, die über eine gesunde, nicht entzündete Struktur des Kieferknochens verfügen und auch keinen Knochenaufbau benötigen. Bei zu stark abgebautem Kiefer sind herkömmliche Zahnimplantate die beste Lösung.

**Mein Tipp:** Die optimale Planung für ein Zahnimplantat sollte schon vor der Zahnektaktion erfolgen. ☺

[www.its.eu](http://www.its.eu)

**Erhalten Sie  
die Unterstützungen,  
welche Ihnen  
wirklich zustehen?**

Wir helfen Ihnen, indem wir unter anderem ...

- Ihr Pflegegeld überprüfen und für eine korrekte Einstufung sorgen
- finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten aufzeigen
- mit Behörden und Sozialdiensten kooperieren und Anträge für Sie einreichen
- und vieles mehr

Für eine persönliche Beratung erreichen Sie uns aus ganz Österreich zum Ortstarif unter der Telefonnummer **050775 5000**

**ITS Pflegemanagement** ist der Partner bei Planung, Organisation und Koordination Ihrer Pflege und Gesundheitsbetreuung



**its**  
PFLEGEMANAGEMENT

# Familie macht mehr Spaß, wenn man sie versteht.

Erleben Sie mit unseren individuellen Hörlösungen die Welt wieder so, wie sie am meisten Freude bereitet.

**Neuroth:** 21 x in Oberösterreich

**Service-Hotline:** 00800 8001 8001  
Vertragspartner aller Krankenkassen

[neuroth.com](http://neuroth.com)

## Jetzt Hörttest

machen und  
Hörgeräte in der  
Weihnachtszeit  
ausprobieren.

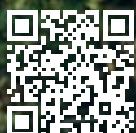
**NEUROTH**  
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN

BEZAHLTE ANZEIGE

EINE ZUKUNFT FÜR UNSERE ZUKUNFT:

# DIE NACHHALTIGE GELDANLAGE

Gemeinsam können wir bereits heute die Welt von morgen gestalten. Mit nachhaltigen Investments von Raiffeisen OÖ fördern Sie nicht nur eine saubere Umwelt und ein verantwortungsvolles wie faires Wirtschaften. Sie schaffen vor allem eine lebenswerte Zukunft für die nächsten Generationen. **Wir macht's möglich.**



[raiffeisen-ooe.at/wir](http://raiffeisen-ooe.at/wir)

Diese Marketingmitteilung stellt kein Angebot, keine Anlageberatung, Kauf- oder Verkaufsempfehlung, Einladung zur Angebotstellung zum Kauf oder Verkauf von Fonds oder unabhängige Finanzanalyse dar. Sie ersetzt nicht die Beratung und Risikoauklärung durch den Kundenberater.

**Raiffeisen  
Oberösterreich** 

# Berichte aus den Ortsgruppen

Gmunden · Kirchdorf · Steyr

## Gmunden

### ALTMÜNSTER

Bei unserer letzten Wanderung 2021 wanderten wir von Altmünster über den Gmundnerberg nach Pinsdorf. Anschließend feierten wir in der Stockhalle Altmünster den Abschluss unserer schönen und unfallfreien Wandersaison.

**Wir gratulieren:** Reinhardt Weindlmayr zum 75., Marianne Pammerger 80., Gerhard Spitzer 82., Maria Huber 83., Theresia Feichtinger 85., Aloisia Schönböck 86., Friederike Mayer 92., Karl Kremer 102., Walter Helm 81., Siegfried Wegenstein 81., Maria Bürger 82., Ralf Heinz Walz 82., Theresia Loidl 83., Marianne Scheichl 84., Paula Zeintl 85., Josefa Schlögl 88., Hildegard Schmidtschneider 87., Aloisia Kraler 89. Geburtstag.

### BAD GOISERN

Ein Bus mit fast 40 Wanderern

machte sich auf den Weg in den Pongau nach Goldegg. WF Klaus Embacher führte die Gruppe über die Hacker- und Meiselsteinalm zur bekannten Hirtenkapelle mit herrlichem Ausblick auf die umliegende Bergwelt. Eine kleine Gruppe machte mit WF Karl Jung eine gemütliche Wanderung um den Böndelsee. 35 Goiserer Pensionisten besuchten bei schönem Herbstwetter das Stift Admont mit seiner berühmten, spätbarocken Stiftsbibliothek. Zum Abschluss besuchten wir noch die Wallfahrtskirche Frauenberg.

**Wir gratulieren:** Ingeborg Lichtenegger zum 80., Veronika Gamsjäger 90., Herta Utenthaler 70., Erika Klein 70., Edda Hinterberger 80., Maria Rainer 90. Geburtstag.

### BAD ISCHL

Unser Mitglied Ines Schiller wurde zur Bürgermeisterin der Stadt Bad Ischl gewählt und unser Vorsitzen-

der Josef Mimplauer gratulierte ihr dazu herzlichst.

40 Teilnehmer verbrachten einen unterhaltsamen, lustigen Abend mit den Größen des Gstanzlsingens im Feldbauernhof in Steinbach am Attersee.

**Termine:** 1. 1. Neujahrskonzert MV Bad Ischl. 18. 1. ADLER Modemarkt und Pralinenwelt.

**Wir gratulieren:** Barbara Huemer zum 60., Christa Feichtinger 60., Brigitte Kain 65., Marianne Rossi-Irresberger 65., Dr. Ursula Pesendorfer 65., Karl Schiffleitner 70., Ingeborg Schmidt 75., Hermann Schuller 81., Helmtrud Schöndorfer 82., Ingeborg Schierl 83., Helga Grabner 84., Rudolf Feichtinger 86., Josef Falkensteiner 88., Gertrude Jungreitmaier 88., Josef Flohberger 89., Thomas Loidl 60., Theresia Ebner 65., Anica Wölflechner 70., Josef Schirl 70., Veronika Schusterbauer 70., Waltraud Mayr 75., Brigitta Klin-



Für alle PVÖ-Veranstaltungen nach dem Ende des aktuellen Lockdowns gilt: Bitte beachten Sie die dann gültigen Maßnahmen!

ger 75., Renate Leithinger 75., Ulrich Irresberger 81., Karl Geissler 82., Friederike Steinkogler 85., Pauline Schausberger 85., Alfred Rößler 86., Maria Oberndorfinger 87., Maria Machart 88., Ludwig Jungreitmaier 91., Anna Schiendorfer 91., Josef Jakob 92., Johann Neuhuber 94. Geburtstag.



**BAD ISCHL:** Gratulation zum Wahlerfolg an Bürgermeisterin Ines Schiller



ALTMÜNSTER: Der müde Wanderer



BAD GOISERN: Abschlusswanderung in Gosau



BAD GOISERN: Wanderung Hirtenkapelle Goldegg



BAD ISCHL: Gstanzsingen in Steinbach am Attersee



EBENSEE: Ehrungen zum 40-Jahre-Jubiläum



EBENSEE: Wanderung Ödsee

### EBENSEE

Zur diesjähriger JHV lud Vors. Franz Lidauer die Mitglieder ins Arbeiterheim. Als Ehrengäste konnten Bgm.in Sabine Promberger und Bez.-Vors. Gerhard Mayr sowie 100 Mitglieder begrüßt werden. Da die JHV letztes Jahr ausfallen musste, wurden die runden Geburtstage 2020 und 2021 mit einem Mittagessen geehrt. Ebenso gab es zahlreiche Ehrungen für langjährige Mitgliedschaft. Für 40 Jahre Mitgliedschaft wurden Auguste Fuchs und Marianne Laimer mit besonderem Applaus bedacht. Bei der Neuwahl blieb der Ausschuss bis auf Karl Kundner, der den Platz des leider verstorbenen Altbgm. Herwig Loidl einnahm, und Christine Wiesauer, die nach 13 erfolgreichen Jahren die Reiseleitung abgab und unter großem Applaus verabschiedet wurde, unverändert. Den Abschluss bildete ein Bilder-

rückblick über die Aktivitäten der vergangenen zwei Jahre. Hier gilt ein besonderer Dank Klaus Heissl für seine hervorragenden Fotos. Mit Dankesworten von Sabine Promberger und Gerhard Mayr endete diese JHV.

Die letzte Wanderung dieses Jahres führte zum Ödsee in der Nähe von Bad Aussee. 50 Mitglieder genossen diesen schönen Herbsttag rund um den Waldmoorsee. Eine abschließende Jause in der Kohlröserhütte rundete diesen wunderbaren Ausflug ab.

**Wir gratulieren:** Alfred Stöttinger zum 65., Helmut Loidl 65., Karl Kundner 65., Brigitte Neuhuber 70., Gabriele Glas 70., Frieda Kögler 75., Norbert Engl 80., Günther Wildfellner 81., Johann Fellner 81., Edith Kornberger 82., Johanna Dorfner 82., Johanna Hirnböck 83., Friederike Holzinger 89., Alois Neuhuber 93., Hannes Königsmaier

65., Helga Heißl 65., Malena Lahnsteiner Majljan 70., Alfred Loidl 75., Josef Gruber 75., Eva Dallinger 75., Rolf Reisenbichler 80., Erwin Müller 81., Josef Reisenbichler 82., Karl Pilz 84., Johanna Monz 84., Gertraud Harringer 86., Agnes Ceska 87., Hermann Laimer 88., Gerta Heissl 91., Paula Loidl 94., Resina Steiner 102. Geburtstag.

### GMUNDEN

34 PensionistInnen besuchten die wunderschöne barocke Basilika Sonntagsberg im Bezirk Seitenstetten. Im GH Ertl in St. Leonhard wurde uns ein ausgezeichnetes Mittagessen serviert. Bei der anschließenden Führung im Kräutergarten des Stifts Seitenstetten wurde die Bedeutung bekannter und unbekannter Kräuter erklärt. Neu im Programm war unser Oktoberfest im GH Altmühl. Bei Weißwurst und Brezn war es ein

sehr gemütlicher Nachmittag mit dem Musikanten Charly, der uns mit flotten Schlagern unterhielt.

**Termine:** 12. 1. Stüberl, Nachmittagskaffee. 19. 1. Pferdeschlittenfahrt in Gosau.

**Wir gratulieren:** Herbert Espernberger zum 55., Erich Auer 55., Renate Quatember 65., Rudolf Riedler 81., Elisabeth Schiendorfer 83., Herta Hangl 88., Paula Ebner 88., Maria Vielhaber 60., Waltraud Breiteneder 65., Monika Gärtner 75., Margarete Schürz 83., Susanna Höller 84., Edeltraud Schanung 85., Gisela Penninger 85., Hermine Galatz 88., Irmgard Schwiegler 88., Karl Auinger 90. Geburtstag.

### GOSAU

Bei unserer Herbstwanderung am 5.10. besuchten wir die Senferei Anna Max in St. Agatha bei Bad Goisern. Die Führung war sehr inte-



GMUNDEN: Ausflug Seitenstetten



GMUNDEN: Weißwurstessen beim Oktoberfest



GOSAU: Wanderung zur Senferei in St. Agatha



GRÜNAU IM ALMTAL: Unsere Damen mit 94 Jahren beim Bezirkswandertag



GSCHWANDT BEI GMUNDEN: Fahrt auf den Rossbrand

ressant und jeder fand ein Gläschen seines Geschmacks zum Mitnehmen. Das gute Mittagessen bei Vieh-Heli rundete den schönen Tag ab. 13 kulturinteressierte Mitglieder genossen am 17. Oktober im Musiktheater in Linz die Operette „Der Graf von Luxemburg“.

**Wir gratulieren:** Marianne Gamsjäger zum 60., Angela Posch 70., Erika Nutz 75., Helga Gerland 75., Frieda Islitzer 80., Martha Gamsjäger 83., Herbert Kirchschlager 83., Gusti Gamsjäger 84., Anna Kreßl 84., Lieselotte Kneschk 90., Hans Hubner 65., Johann Wallner 65., Anni Lasserer 70., Leopoldine Posch 75., Gertrud Posch 86., Anna Gapp 88., Franz Pomberger 92., Susanne Rogler 99. Geburtstag.

## GRÜNAU IM ALMTAL

Die Fahrt ins Blaue mit Manfred war wieder ein Höhepunkt. Mit 40 Personen fuhren wir ins Panneau, der

„Wunderkammer des Brotes“, nach Asten. Ausgehend von der Erfindung des Brotes wurde uns verdeutlicht, welchen Einfluss und Stellenwert Brot in allen Epochen der Menschheitsgeschichte bis heute hat. Im GH Schicklberg beendeten wir nach einer guten Jause gemütlich den Nachmittag.

**Wir gratulieren:** Frieda Hartleitner, Gertrude Grafinger, Hilde Filzmoser, Franz Binder, Leopold Brozek, Otto Hackl, Theresia Auer, Josef Hubmer, Gertrude Prinz und Anna Weidinger zum Geburtstag.

## GSCHWANDT BEI GMUNDEN

Bei gutem und fast trockenem Wetter fuhr eine große Gruppe auf den Rossbrand in Radstadt im Salzburger Land. Wir verbrachten schöne gemeinsame Stunden mit traumhaftem Ausblick.

Am 14. 10. feierten wir den Tag der Junggebliebenen. Gemeinsam

gedachten wir bei einem Gedenkgottesdienst in der Pfarrkirche Gschwandt der verstorbenen Mitglieder der letzten zwei Jahre. Anschließend verbrachten wir nette Stunden im GH Silbermayr in St. Konrad. Dort wurden die Altersjubilare und die treuen Mitglieder des PV besonders geehrt.

**Wir gratulieren:** Maria-Anna Raffelsberger zum 86., Josef Secklehner 87., Theresia Grasböck 90., Friederike Secklehner 91. Geburtstag.

## HALLSTATT-OBERTRAUN

Im September hielten wir unsere JHV mit Neuwahlen im GH Hirlatz in Hallstatt ab. Als Ehrengäste konnten wir unseren Bez.-Vors. Gerhard Mayr sowie Bgm. Alexander Scheutz aus Hallstatt und Bgm. Egon Höll aus Obertraun begrüßen. Unser langjähriger Vors. Rudi Höll wurde einstimmig wiedergewählt. Weiters

wurden sein Stv. Franz Lehner, Schriftführer Dietmar Köberl, Kassier Gerhard Dankelmayr, Kontrolle Anton Gundacker, Sportreferent Engelbert Buttinger, Frauenreferentin Rosi Höll gewählt. Die Veranstaltung war gut besucht und die langjährigen, treuen Mitglieder wurden geehrt.

Am 17. 10. ging es mit dem Bus nach Linz ins Musiktheater. „Der Graf



HALLSTATT-OBERTRAUN: Elisabeth Staudinger, 97. Geburtstag



GSCHWANDT BEI GMUNDEN: Jakob Rimpf, 30 Jahre Mitgliedschaft



HALLSTATT-OBERTRAUN: Besuch der Senferei



HALLSTATT-OBERTRAUN: Jahreshauptversammlung im GH Hirlatz in Hallstatt



KIRCHHAM: Drei-Gemeinden-Wandertag in Kirchham



NEUKIRCHEN-REINDLMÜHL: Freilichtmuseum Stehrerhof



NEUKIRCHEN-REINDLMÜHL: Peter Höller mit seiner Steirischen

von Luxemburg“, eine schwungvolle Inszenierung, begeisterte uns alle.

**Termin:** Do., 13.1., 9 bis 12 Uhr, Lesesaal der Gemeinde Obertraun, Beitragsmarkenausgabe für Obertraun.

**Wir gratulieren:** Reinhard Perstl zum 75., Hermann Pilz 80., Kurt Pilz 91., Marianne Puchinger 70., Monika Haider 75., Mattheilde Brader 80., Herbert Sulzbacher 86. Geburtstag.

## KIRCHHAM

Traditionell findet am 26.10. der 3-Gemeinden-Wandertag der SPÖ Gschwandt, Kirchham und St. Konrad statt. Dieses Jahr richtete die SPÖ Kirchham den Wandertag aus. Bei idealem Wetter sind wir von der Traunstein-Arena weggegangen und gelangten über Feldwege nach Eisengattern, von wo wir der Laudach entlang zur Labestation beim Heimathaus Stegbinder gegangen sind.

Nach einer kurzen Stärkung setzten wir unseren Weg ins Ortszentrum von Kirchham fort und ließen den Tag im GH Pöll ausklingen.

**Wir gratulieren:** Ingrid Söllradl zum 60., Maria Spitzbart 91. Geburtstag.

## LAAKIRCHEN

Das schöne Herbstwetter nutzten wir für zwei Ausflüge. Eine Rundtour in St. Konrad mit Mittagessen im GH Silbermair bot herrliche Ausblicke auf das umliegende Panorama. Im naturnahen Tierpark Haag erfuhren wir viel Wissenswertes. Eine g'schmackige Jause beim Mostbaron Hansbauer bildete den Abschluss. Einen Rückblick auf das Vereinsgeschehen der letzten zwei Jahre und die Ehrung langjähriger Mitglieder war der Anlass für unsere JHV im GH Bader. Als Ehrengäste konnten wir Bgm. Ing. Fritz Feichtinger, den Bez.-Vors. Kons. Gerhard Mayr und Frau

StR Regina Hirschmann begrüßen. Die historische Entwicklung bis in die Gegenwart zeigt die Landesausstellung in Steyr. Die Besichtigung des Innerberger Stadels und eine Führung im Museum Arbeitswelt ließen den Tag zu einem Erlebnis werden.

**Wir gratulieren:** Silvia Ohler zum 35., Margit Platzer 75., Ernst Strassgüttl 75., Franz Hemetsberger 80., Hannes Leitner 80., Hildegard Haufenmair 81., Heinz Hocker 82., Georg Horeth 84., Christine Bammer 85., Richard Lebel 87., Ferdinand Waldl 87., Elisabeth Bracher 89., Franz Plank 89., Kurt Bernegger 65., Erika Merzinger 75., Maria Grafinger 80., Edeltraud Burgstaller 81., Johann Burgstaller 81., Rudolf Fellinger 81., Horst Jaudas 81., Ernst Feichtinger 82., Friedrich Gruber 82., Walpurga Zeilinger 82., Heide Brodnik 83., Friedrich Kubinger 83., Anna Mitterhuber 84., Theresia Rosenauer 87.,

Erna Moser 90., Ernst Stöttinger 91. Geburtstag sowie Josefa und Franz Plank zur Eisernen Hochzeit und Erika und Karl Felleitner zur Diamantenen Hochzeit.

## NEUKIRCHEN-REINDLMÜHL

In Zell am Pettenfirst beim GH Leitner gab's Mittagessen. Beim kurzen Aufenthalt gab Peter Höller mit seiner Steirischen einige Lieder zum Besten. Danach ging die Fahrt weiter nach Neukirchen an der Vöckla zum Freilichtmuseum Stehrerhof. Nach dem Einblick in die Arbeitswelt unserer Vorfahren kehrten wir noch im GH Mooshamer auf Kaffee und Kuchen ein. Danke an Buchinger Reisen und unseren Reiseleiter Erwin Walchetseder.

**Termin:** 25.2. Faschingsball.

**Wir gratulieren:** Franz Egger zum 60., Wolfgang Pangerl 70., Frieda Pesendorfer 82., Johann Pesendorfer 82. Geburtstag.



LAAKIRCHEN: Erna Loidl, 35 Jahre Mitgliedschaft



LAAKIRCHEN: Karl Dapper, 40-Jahre-Jubiläum



OHLDORF: Grillen im Montafon



OHLSDORF: Interessante Führung



PINSDORF: Beim Lindwurm

PINSDORF: Cäcilia Reiter,  
80. Geburtstag

## OHLSDORF

Nach den vielen coronabedingten Absagen konnte wenigstens die 4-Tage-Fahrt wie geplant durchgeführt werden. Dieses Mal stand sie unter dem Motto „Alpenpanorama“ und führte vom Montafon bis ins Appenzeller Land. 29 Personen nahmen teil und die Stimmung war sehr gut, auch wenn das Wetter nicht immer perfekt war. Bei einer gemütlichen Grillerei auf der Alm hatten wir viel Spaß. Wir verbrachten aber nicht nur Zeit auf den Bergen, sondern auch auf dem Wasser bei einer Fahrt mit der „Allgäu“ und besichtigten die Sehenswürdigkeiten der Region.

**Wir gratulieren:** Erwin Krug zum 75., Erich Windischbauer 80., Josef Keiblinger 85., Johann Ohrlinger 86., Franz Fröhlich 91., Frieda Beskid 97., Margarete Weber 70., Josef Altmanninger 80., Maria Stadlmayr 80., Margarete Kemptner 90. Geburtstag.

## PINSDORF

Der 4-Tage-Ausflug in die Erlebnisregion Kärnten von 19.9. bis 22.9. führte über die Nockalmstraße mit einem Zwischenstopp in der herrlichen Naturlandschaft im Nockalmgebiet. Anschließend ging die Fahrt zum Hotel nach St. Urban am Urbansee. Am nächsten Tag ging es zum Affenberg, ein lustiges Erlebnis, so hautnah Affen zu erleben. Wir besuchten das Landhaus mit dem schönen Wappensaal und machten eine Schifffahrt am Ossiacher See. Ein großes Erlebnis war der Panoramaaussichtsturm am Pyramidenkogel. Am Abend genossen wir ein Kärntner Schmankerlbuffet inkl. Tanzabend mit Karl, dem singenden Wirt. Leider verging die Zeit viel zu schnell und so mussten wir wieder unsere Heimreise antreten.

**Wir gratulieren:** Liane Boos zum 80., Anna Reisenbichler 80., Leopoldine Ebner 82., Gertrude Staudinger

83., Hermann Ilsanker 85., Maria Hamminger 86., Hermine Schilcher 75., Elisabeth Staudinger 82., Horst Schirnhofer 83., Mathilde Nußbamer 83., Inge Baumann 83., Ernst Felsegger 84. Geburtstag.

## ROITHAM AM TRAUNFALL

Am 13.10. unternahmen wir den letzten Ausflug für heuer. Er führte uns nach Burghausen. Burghausen fasziniert mit der längsten Burg der Welt und einer malerischen Altstadt. Scheinbar endlos reihen sich die Zinnen und Türme der Burg über einen schmalen Berggrücken aneinander. Zu Füßen der mächtigen Festung schmiegen sich die zauberhaften Plätze und Gäßchen der denkmalgeschützten Altstadt an. Den Abschluss machten wir im GH Zum Alfons in Rutzenham.

**Wir gratulieren:** Anna Huber zum 60., Christian Schiffer 65., Franz Fuchshuber 80., Friederike

Hofmann 84., Johann Fügerl 84., Michael Hofpointner 75., Karl Hofer 75., Hannelore Wagner 80., Anna Leb 81. Geburtstag.

## ST. KONRAD

Der Stammtisch im Gasthaus Pühringer bot Ende September Gelegenheit, den Mitgliedern Ingrid und Hans Baumgartner zur kürzlich stattgefundenen Hochzeit zu gratulieren. Nach einem guten Mittagessen und Kaffee und Kuchen, von den beiden spendiert, standen nette Gespräche und anregende Diskussionen auf dem „Speiseplan“. Ebenfalls im Herbst fand das Sportkegeln im „Himmelreich“ statt. An einigen Vormittagen stellten sich zwischen 8 und 14 Mitglieder dieser sportlichen Herausforderung. Nicht immer gelangen alle Neune und beim Abräumen erprobte man oft genug seine psychische Belastbarkeit.



ROITHAM AM TRAUNFALL: Unser Ausflug nach Burghausen



ST. KONRAD: Die Sportkegler der Ortsgruppe



ST. KONRAD: Unsere Mitglieder Hans und Ingrid Baumgartner



SCHARNSTEIN: Ausflug zur Firma SonnenMoor

**Wir gratulieren:** Herbert Diensthuber zum 70., Monika Groder 70., Franz Mayrhofer 80. Geburtstag.

### SCHARNSTEIN

Eine bei größtenteils sehr wendertauglichem Wetter erfolgreiche Berg-Wanderwoche in Ramsau/Dachstein mit 29 Teilnehmern liegt hinter uns. Bei den vielen schönen Wanderungen war für jeden etwas dabei. Die Wahl des Vorstands und der Ausschüsse erfolgte bei der JHV am 5. Oktober. Unser langjähriger Kassier Hans Schellmann übergab seine verantwortungsvolle Tätigkeit an Ernst Eder. Er wird uns aber mit seinem Wissen im Beirat erhalten bleiben. Ein großer Dank gebührt ihm für sein unermüdliches Wirken. Weiters wurden in diesem Rahmen auch langjährige, verdiente Funktionäre geehrt.

Über Maria Plain – dort wurde zu Mittag gegessen und die Basilika

besichtigt – fuhren 32 Mitglieder nach Anthering bei Salzburg, wo bei der Firma SonnenMoor eine interessante Führung über Naturprodukte stattfand.

**Wir gratulieren:** Eva Schiefermayr zum 65., Karl Götschhofer 65., Felix Klaushofer 70., Walter Lüftinger 70., Otmar Sparber 75., Anna Huemer 75., Friederike Sparber 80., Gerhard Schmid 80., Brigitte Meingassner 81., Christine Scheibelberger 81., Erika Schwab 81., Eva Pointl 82., Heinrich Mizelli 82., Robert Meirhofer 82., Gerhard Timm 83., Erna Kaltenbäck 83., Franz Fessl 85., Rosalia Gruber 86., Johann Wallner 86., Franz Pimingstorfer 87., Theresa Willinger 88., Anna Zehetner 88., Emma Pimingstorfer 89., Erna Radlmüller 90. Geburtstag.

### TRAUNKIRCHEN

**Wir gratulieren:** Peter Pesendorfer zum 65., Hedwig Geiger 65., Johann



SCHARNSTEIN: Der neu gewählte Vorstand

Spiessberger 65., Helga Stummer 75., Werner Feichtinger 75., Angela Scheichl 82., Franz Moser 82., Gertraud Stadlhuber 83., Franz Höller 83., Anna Druckenthaler 83., Andreas Feichtinger 89. Geburtstag.

### VORCHDORF

**Wir gratulieren:** Evans Katana zum 55., Karl Mayr 65., Josef Rathberger 75., Walter Kubista 82., Walter Windhager 83., Josef Habich 83., Michael Weber 84., Luise Windhager 85., Friederike Richter 86., Alois Humer 87., Emmerich Rohregger 89., Wilhelm Reisenberger 91., Gerlinde Agostini 55., Peter Schmalwieser 60., Marianne Mayr 65., Franz Wintbacher 75., Gertrude Mayr 75., Maria Grabl 75., Aloisia Zorn 80., Alois Wiesmayr 80., Helmut Maier 81., Margarete Sperr 83., Karl Malfent 83., Maria Gassner 85., Anna Bergmeister 88., Ernst Holzinger 89., Theresia Pühringer 93. Geburtstag.



SCHARNSTEIN: Friederike Pühringer, 90. Geburtstag

### WIR TRAUERN IM BEZIRK

**Grünau.** Leopold Scheibenpflug 83.  
**Hallstatt-Obertraun.** Ilse Zauner 72, Johann Höll 77.  
**Kirchham.** Karoline Kronberger 83.  
**Laakirchen.** Friederike Schwiegel 89, Dorothea Meister 87, Franz Turek 94.  
**Neukirchen-Reindlmühl.** Johann Schögl 81.  
**Scharnstein.** Annemarie Mizelli 74.



TRAUNKIRCHEN: Fahrt ins Blaue



TRAUNKIRCHEN: Frida Enichlmayr, 80. Geburtstag

DEM GLÜCK  
EINE CHANCE  
GEBEN

 Österreichische Lotterien DER PARTNER DER SENIORENHILFE

**GLÜCK IST,  
WENN MAN  
GEMEINSAM  
AKTIV IST**



BEZIRK: 3. Platz LM Kegeln



BEZIRK: Landesmeister Kegeln



GRÜNBURG: Ehrung Willi Plirsch

## Kirchdorf

### GRÜNBURG-STEINBACH

Die Fahrt ins Blaue ging heuer in den Botanischen Garten. Auf einer Fläche von 4,2 Hektar sind über 10.000 Pflanzenarten zu sehen. Anschließend ging die Fahrt weiter nach Grein, wo wir auf der Binderalm mit Musik und einer Tombola einen gemütlichen Nachmittag verbrachten.

Die JHV fand am 23.10. im GH Hochhaus statt. Nach der Begrüßung von Vors. Gerhard Göbelhaider und den kurzen Referaten überreichte Bez.-Vors. Erika Diensthüber die Ehrenurkunden für langjährige Treue zum Pensionistenverband.

**Wir gratulieren:** Adolf Hofer zum 82., Franz Föhlisch 82., Walter Kausegger 81., Helga Hofstetter 81., Hildegard Winter 80. Geburtstag.

### KIRCHDORF-INZERSDORF

Das Ziel unserer heurigen Fahrt ins Blaue am 6.10. mit 52 Teilnehmern war Graz.

**Wir gratulieren:** Frieda Baumberger zum 90., Hilda Mitter 90., Maria Stadler 87., Maria Morawec 81., Ferdinand Kaineder 75., Kurt Hotz 70., Evelin Blaimschein 65. Geburtstag.

### KREMSMÜNSTER

Unsere Fahrt ins Blaue führte uns am 6.10. in die größte aktive Wasserhöhle Österreichs, die Lurgröte in Semriach. Nach dem Mittagessen im Semriacherhof ging es weiter zum Freilichtmuseum Stübing. Als eines der 10 größten Freilichtmuseen Europas bietet Stübing mit 100 Objekten einen Überblick von Hauslandschaften aus 6 Jahrhunderten.

**Wir gratulieren:** Franziska Eisinger zum 96., Matthias Stix 94.,

Hildegard Müller 93., Hilda Knoll 93., Elfriede Hanetseder 90., Brigitte Fischer 87., Helga Platzer 86., Mathilde Brandstätter 86., Anton Hofbauer 84., Josef Spitzer 84., Friedrich Mörtenhuber 84., Anna Tölgysie 83., Franz Moser 83., Helga Zeilinger 83., Anna Weixlbaumer 82., Maria Buchegger 82., Matthias Firl 81., Erika Steininger 81., Anna Schorn 80.,



KREMSMÜNSTER: Pauline Platzer, 90. Geburtstag



KREMSMÜNSTER: Erika Kastler, 80. Geburtstag



KREMSMÜNSTER: Frieda Rumpl, 80. Geburtstag



GRÜNBURG: Im Botanischen Garten



KIRCHDORF: Graz-Fahrt



KIRCHDORF: Theresia Harrisberger, 80. Geburtstag



LEONSTEIN: Geehrte Mitglieder



LEONSTEIN: Im Kürbishof



MICHELDORF: Bez.-Meisterschaft Stocksschießen 3. Platz

Ernestine Mraz 70., Brigitte Ascher 70., Notburga Heiss 65., Regine Stuntner 60., Juanzhen Peng zum 55. Geburtstag und Johanna und Ernst Kornfeld zur Diamantenen Hochzeit.

### LEONSTEIN

Am 30.9. hatten wir die JHV mit den Berichten für die vergangenen Jahre und Ehrungen langjähriger Mitglieder. Bei der Bezirkswanderung am 2.10. in Rosenau am Hengstpass waren wir mit 16 Wanderern dabei. Einen Tagesausflug machten wir am 6.10. mit 33 Teilnehmern nach Wieselburg zu Wurzers Kürbishof. Die Führung beinhaltete neben einem Vortrag noch das Schaukochen mit Kürbissen sowie auch das Verkosten der Kürbislüdeln. Das war eine sehr leckere und geschmackvolle Kostprobe.

Beim Oktoberfest der OG Micheldorf am 22.10. im Freizeitpark Micheldorf waren wir mit 20 Personen anwesend.

**Wir gratulieren:** Josefa Gressenbauer zum 87., Auguste Knapp 83., Maria Dormayr 83., Gertrude Pachner 82., Helmut Kastenhofer 80., Margarete Radinger 80., Helga Schwarzer 70., Ingrid Ofner 65., Rudolf Pammer 60., Anne-marie Arthofer 60. Geburtstag.

### MICHELDORF

Am 6.10. bei der JHV im GH Felbermayr konnte Vors. Albert Ettenfellner ca. 100 Mitglieder und den wiedergewählten Bürgermeister Horst Hufnagl, GV Martina Reinthaler und Bez.-Vors. Erika Diensthuber begrüßen. Nach kurzen Referaten wurden 48 Mitglieder für ihre Treue zum Pensionistenverband geehrt. Am 20.10. waren 14 Teilnehmer

bei der Bergwanderung zur Rottenmanner Hütte und zum Globukensee unterwegs.

Nach einjähriger Corona-Zwangs-pause war unser Oktoberfest im Freizeitpark Micheldorf ein großer Erfolg. Bei Livemusik von Geri und Christian von der bekannten Band „Mostlandstürmer“ unterhielten sich knapp 200 Besucher blendend. Weißwurst und Brezn wurden verspeist und die Lebkuchenherzen mit verschiedenen Zuckeraufschriften waren im Nu verkauft. Mit dem richtigen Los konnten schöne Preise gewonnen werden.

**Wir gratulieren:** Zäzilia Schwing-schuh zum 95., Franz Gressenbauer 91., Karl Jungwirth 89., Herta Dickbauer 86., Helga Leopoldinger 85., Barbara Lesjak 84., Ingeborg Gumpoldsberger 84., Helmut Weinbergmaier 84., Anna Sehr 84., Ernst

Huemer 84., Pauline Filzmoser 83., Gernot Hauser 82., Paula Lichtenauer 82., Christl Pointinger 82., Hannelore Kessler 81., Erich Tausch 81., Siegfried Hummelberger 80., Elfriede Kammerhuber 80., Elfriede Ruprecht 80., Sonja Gösweiner 75., Gertrude Pernkopf 75., Günter Grammer 75., Hermann Knoll 75., Vors. Albert Ettenfellner 75., Elfriede Popp 75., Herbert Huemer 75., Maria Achmud 60. Geburtstag.

### MOLLN

Ein Höhepunkt im Oktober war die Zusammenkunft mit unserem Vors. Erich Dirngrabner und seiner Gattin Maria, um die Diamantene Hochzeit zu feiern. Die JHV fand am 16.10. im GH Steinbichler/Au statt. Vors.-Stv. Wolfgang Boschitzko berichtete über die Probleme, die durch



MICHELDORF: Elisabeth Seiden-schmidt, 100. Geburtstag



MICHELDORF: Maria Schön, 35 Jahre Mitgliedschaft



MOLLN: Erich und Maria Dirngrabner, Diamantene Hochzeit



RIED IM TRAUNKREIS: Sengtschmied-Rundweg



ROSENAU: Besucher Bezirkswandertag



ROSENAU: Labestelle Bezirkswandertag

Corona entstanden sind. Das Leben im Verein war sehr erschwert, aber die Entwicklung der Ortsgruppe war trotzdem insgesamt positiv. Der Mitgliederstand leicht steigend, die Finanzlage gut abgesichert. Das Referat von Bez.-Vors. Erika Diensthuber bildete den Höhepunkt.

**Wir gratulieren:** Rosina Windhager zum 94., Franz Winter 89., Laura Strasser 86., Maria Huber 86., Gertrude Aigner 85., Walpurga Piller 85., Franziska Windhager 84., Franz Tatzreiter 82., Hildegard Mitteramskogler 82., Maria Dirngrabner 82., Friedrich Gassner 82., August Mayrhofer 82., Inge Mittenhuber 81., Erna Hofbauer 81., Emilie Mairhofer 80., Josefine Schober 75., Otto Bachmayr 65., Ursula Lattner 65. Geburtstag.

## NUSSBACH

Am 25.9. durften wir mit 52

Mitgliedern unsere JHV im GH Schmid'n abhalten. Vors. Franz Ammer eröffnete und berichtete über die vergangene Zeit. Leider mussten wir uns dieses Jahr von einigen langjährigen Mitgliedern verabschieden und gedachten dieser. Nach den Berichten dankte der Vorsitzende allen Funktionären und Mitarbeitern für die vielen ehrenamtlich geleisteten Stunden. Der Sportreferent berichtete über die Aktivitäten des vergangenen Jahres und dankte für die rege Teilnahme. Dann erfolgten die Reden von Bez.-Vors. Erika Diensthuber und Bürgermeister-Kandidat Wilhelm Riedler. Im Anschluss wurde die Ehrung langjähriger Mitglieder durchgeführt.

**Wir gratulieren:** Johann Angerbauer zum 82., Zäzillia Schimpl zum 75., Anna Häupl 70., Marianne Austaller 60. Geburtstag.



NUSSBACH: Jahreshauptversammlung

## PETTENBACH

Am 15.10. hielten wir unsere JHV beim Hofwirt ab. Vors. Helmut Altmanninger wurde wieder bestellt. Neu ist seine Stellvertreterin. Martha Bichler hat sich bereit erklärt, in die Fußstapfen von Erich Dirngrabner zu treten. Ebenfalls neu im Vorstand sind Josef Leeb als Schriftführer-Stv. und Ernestine Pichl für unsere Reisen. Karoline Jaburek wird die Stellvertreterin für die Kontrolle. Ab 10.1. und in weiterer Folge jeden 1. Montag im Monat halten wir einen Pensionistennachmittag ab. An diesen Tagen werden wir immer über ein bestimmtes Thema informieren.

Wandern waren wir in Grünau und in Micheldorf bei der Burg Altpernstein.

**Wir gratulieren:** Maximilian Feldmann zum 92., Ernestine Mitgutsch 86., Emilie Auinger 86., Walter Krifka 85., Agnes Rabeder 85., Frieda Holzmayr 84., Gertrude Windischbauer 84., Erwin Platzer 83., Max Breneis 82., Ernestine Diensthuber 82. Geburtstag.

## RIED IM TRAUNKREIS

Einen traumhaften Herbsttag erwischten wir bei unserem Wanderntag am 20.10. Auf dem Plan stand der Rundweg Sengtschmiedrosa in Micheldorf. Sieben Wanderer starteten im FZP Micheldorf und es

ging über Heiligenkreuz, Hinterburg, Georgenberg zurück über das Zentrum zum Freizeitzentrum.

**Wir gratulieren:** EV Ernst Hofer zum 93., Rosa Ringl 83., Hans-Josef Bidmon 82., Herbert Penninger 81., Walter Leitner 75., Josef Gruber 65., Maximilian Straßmair 60. Geburtstag.

## ROSENAU AM HENGSTPASS

Am 2.10. veranstaltete unsere Ortsgruppe den BZ-Wandertag. Der große Arbeitsaufwand wurde durch die vielen Teilnehmer reichlich belohnt. Mit dabei waren auch Landespräsident Heinz Hillinger und Bez.-Vors. Erika Diensthuber. Dank unserer 30 Helfer und der Mehlspeisbäckerinnen konnten wir diese Herausforderung großartig meistern. Von allen Seiten gab es sehr viel Lob. Dem Hauptverantwortlichen Peter Auerbach sowie unserem Vors. Gerold Auerbach ein herzliches Dankeschön für diese Arbeit. Nur gemeinsam kann man es schaffen. „Vergelts Gott!“ unserem Karl für das vorzügliche Kistenbratl. Wir bedanken uns bei unseren Bauern für das Begehen ihrer Wege und die Benützung der Teichanlage für die Labestelle. Für die größte Gruppe, die älteste und den ältesten Teilnehmer überreichten wir Essenskörbe mit regionalen Produkten. Am 20.10. fuhren wir in die Narzissen-Therme. Der langersehnte



ROSSLEITHEN: Maria Briendl, 88, Älteste beim Bezirkswandertag



SCHLIERBACH: Bezirkswandertag Rosenau



SCHLIERBACH: Grünburger Hütte

Badetag wurde von allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern in vollen Zügen genossen.

**Wir gratulieren:** Josefa Steiner zum 97., Stefan Retschitzegger 89., Christine Minichmayr 89., Elsa Alber 75. Geburtstag.

### ROSSLEITHEN- VORDERSTODER- HINTERSTODER

Beim Bezirkswandertag in Rosenau stellten wir mit 33 Teilnehmern die stärkste Gruppe. Maria Briendl war mit 88 Jahren die älteste Teilnehmerin. Auf die Frage, ob sie die kurze oder lange Strecke gegangen sei, sagte sie: „Natürlich die lange!“

**Wir gratulieren:** Martha Redtenbacher zum 84., Walter Kneidinger 84., Erich Hopf 84., Marianne Zemsauer 82., Monika Schoiswohl 80., Hermine Weilguni 70. Geburtstag.

### SCHLIERBACH- OBERSCHLIERBACH

Sieben Personen nahmen an der Wanderung am 28. 9. zur Grünburger Hütte teil.

Beim Bezirkswandertag in Rosenau waren wir mit zehn Teilnehmern dabei.

Bei der LM im Kegeln in Wels waren wir mit Klaus Bruckner und Franz Knoll sehr erfolgreich vertreten.

**Wir gratulieren:** Eleonore Tomaset zum 86., Otto Litschauer 83., Annemarie Dutzler 83., Anna Karbasch 83., Marianne Pramberger 75., Annemarie Tausch 65., Reinhold Bammer 65., Helga Priller 65., Birgit Kabashi 50. Geburtstag.

### SPITAL AM PYHRN

Mit der Lockerung der Corona-Maßnahmen konnten wir unsere Vereinstätigkeiten wieder aufnehmen. Im Juli startete die Wandergruppe mit

dem Johnsbacher Almenweg.

Die JHV im Jufa hat wieder stattgefunden. Unser Klubraum ist auch alle zwei Wochen geöffnet und die Kegelgruppe wieder aktiv. Weiters konnten im September zwei Mitglieder unserer Ortsgruppe am Modul „Öffentlichkeitsarbeit neu“ in Gmunden teilnehmen.

**Wir gratulieren:** Stefanie Gressenbauer zum 90., Elfriede Hunger 89., Franz Kayr 83., Inge Meier 82., Maria Hinteregger 75. Geburtstag.

### STEINBACH AM ZIEHBERG

Am 2. 10. haben sieben Personen am Wandertag in Rosenau am Hengstpass teilgenommen.

Am 7. 10. fand unsere JHV im GH Pfandl statt. Vors. Brigitte Pointner begrüßte alle Mitglieder und Bez.-Vors. Erika Diensthüber. Nach den Berichten hielt Erika Diensthüber noch ein sehr interessantes Referat. Im Anschluss verbrachten

wir noch eine vergnügliche Zeit bei gutem Mittagessen.

Am 14. 10. führte uns ein Wander- tag ins Dörl in Pettenbach. Von dort starteten wir die Rundwanderung über Ritterweg und Magdalaberg bei herrlichstem Sonnenschein. Unser Mittagessen nahmen wir im GH Holzing ein.

### STEYRLING-KLAUS- ST. PANKRAZ

Am 23. 9. wanderten wir bei wunderschönem Wetter rund um Frauenstein in Molln mit und am 1. Oktober haben wir an der Bezirkswanderung in Rosenau teilgenommen.

Bei der JHV am 8. 10. begrüßte Vors.-Stv. Josef Schluckner 57 Teilnehmer sowie einige Ehrengäste. Vors. Gudrun Parzer kam etwas später dazu. Es folgten nach der Gedenkminute die verschiedenen Berichte. Ehrungen wurden für



STEINBACH: Wandertag Molln-Frauenstein



STEINBACH: Wanderung Magdalaberg



STEYRLING: Stockschützen



WARTBERG: Anni Riedler, 20 Jahre Mitgliedschaft



WARTBERG: Wanderung Burg Altpernstein



WINDISCHGARSTEN: In der Weberei

die Jahre 2020/21 persönlich mit kleinem Geschenk an die Mitglieder überreicht. Ein sehr interessantes, positives Referat zum Thema Achtsamkeit gab es von Bez.-Vors. Erika Diensthuber. Die Vorsitzenden bedankten sich bei allen FunktionäInnen für ihre aktive Mitarbeit. Herzlichen Dank auch an die Gemeinden Klaus-St. Pankraz für die jährliche Unterstützung.

Beim Herbst-Stockschießen in der Stockhalle Steyrling konnte Vors. Gudrun Parzer 15 Schützen begrüßen. Der gemütliche Abschluss fand im GH Schwarz statt.

**Wir gratulieren:** Elfriede Ferstl zum 92. Geburtstag.

#### WARTBERG AN DER KREMS

Das erste Treffen war am 9.10. unser Pensionistennachmittag mit JHV, die aufgrund des Lockdowns nicht im Frühling stattfand. Wir konnten 15 Mitglieder für ihre Treue zum Pensionistenverband ehren. Das interessante Referat von Bez.-Vors. Erika Diensthuber veranlasste alle zum aufmerksamen Zuhören. Eine kurzfristig ausgeschriebene Wanderung aufgrund des schönen Herbstwetters zur Burg Altpernstein reizte zwölf Wanderfreunde zur Teilnahme. Ein Ausflug führte uns am Vormittag zu Adlermoden und anschließend nach Bad Ischl und mit der Gondel

auf die Katrin. Ein Bergerlebnis der besonderen Art mit einem herrlichen Ausblick auf den Gosaugettscher mit Neuschnee.  
**Wir gratulieren:** Jakob Frank zum 91., Stefanie Buschbeck 85., Maria Plursch 85., Josefa Lacherstorfer 84., Wilhelmine Link 84., Adolf Reisinger 81., Karl Almer 80., Genoveva Kühn 80., Christine Preinstorfer 70. Geburtstag.

#### WINDISCHGARSTEN

Am 6.10. bei strömendem Regen ging es in das Mühlviertler Land. Beim Besuch des Webereimuseums in Haslach erfuhren wir vieles über die Geschichte der Weberei. Nach dem Mittagessen fuhren wir gestärkt zum Familienbetrieb „Ideen zum Ton“. Da begann dann bei uns allen der Einkaufsrausch. Egal ob für Weihnachten oder nur ein Mitbringsel für zu Hause, ein jeder ging mit einer Tasche raus. Die Weiterfahrt ging zur Kerzenwelt Schlägl. Bei der großen Auswahl an Kerzen war die Suche nach den schönsten nicht schwierig. Auch hier haben wir einiges mit nach Hause genommen. Den Abschluss machten wir in Schneeberger's Mostheurigen im alten Troadkasten in Pichl.

**Wir gratulieren:** Maria Humpel zum 93., Aloisia Stelzer 90., Johann Fehringer 86., Maria Schöngruber 85., Gertrude Forst 80., Rosina Hörmanseder 75., Friedericke Hochreiter 75. Geburtstag.

#### WIR TRAUERN IM BEZIRK

**Kremsmünster:** Gertrude Zehetleitner 84, Helene Kadrabek 70, Barbara Mitterndorfer 90, Anna Maria Merzweil 88, Erhard Zöllner 98.

**Micheldorf:** Renate Schwarzenbrunner 81.

**Molln:** Alfred Steinbichler 87, Olga Kerschner 65, Theresia März 96.

**Roßleithen-Vorderstoder-Hinterstoder:** Jakob Pfeifferberger 77.

**Spital am Pyhrn:** EV Ernst Baumschlager 98.

**Windischgarsten:** Matthäus Kohlmayr 88.



**JETZT DRITTER STICH.**  
 Und die Impfwirkung ist aufgefrischt.

bezahlte Anzeige

Infos zur Impfung und „G'impft gewinnt“ unter: [oe-impft.at](http://oe-impft.at)





ASCHACH AN DER STEYR: Anlaufalm



ASCHACH AN DER STEYR: Plitvicer Seen



BAD HALL: David Gross erhielt das Goldene Ehrenzeichen des PVOÖ

## Steyr

### ASCHACH AN DER STEYR

Unser heuriges Ersatzherbsttreffen führte uns gemeinsam mit der OG Bad Hall zur nordkroatischen Inselwelt.

Unsere Mittwochwanderungen führten uns zum Wirt i. d. Thann zum Ripperlessen, zu einer Hintergebirgsrunde zur Anlaufalm und entlang des Kirchschlägerwegs zur Mostschänke Sacher.

**Wir gratulieren:** Rüdiger Seegert zum 81., Regina Berger 60., Martin Trissek 75., Henriette Kloiber 85., Johanna Nikolaus 86., Ida Bader 82., Rosina Nikolaus 80., Alois Edlauer 90., Johann Pillesberger 82., Edeltraud Pillesberger 80. Geburtstag.

### BAD HALL

Am 15. September fand unsere diesjährige Jahreshauptversamm-

lung fand im Hotel Hallerhof statt. Viele Mitglieder wurden für langjährige Mitgliedschaften geehrt. Theresia Lederhilger und Maria Gross erhielten das Silberne Ehrenzeichen, David Goss das Goldene Ehrenzeichen für Verdienste um den Pensionistenverband Österreichs.

Unter Einhaltung sämtlicher Auflagen starteten wir am 22. September unseren ersten Ausflug nach Schmiding. Nach dem Mittagessen im Zirbenschlössl machten wir uns auf den 4 km langen Rundgang im Tierpark Schmiding. Anfang Oktober ging es gemeinsam mit der OG Aschach nach Kroatien.

Mitte Oktober besuchten wir den Hopfenerlebnishof in St. Ulrich im Mühlkreis.

Der Dezemberausflug führte uns zur Fa. Adler und zu einem Weihnachtsmarkt.

**Wir gratulieren:** Karl Ostermann 84., Gerti Grasl 82., Theresia Lederhilger 90., David Gross 80., Katharina Gundendorfer 82., Heidemarie Wallner 65., Paula Erber 95., Johann Grasl 82., Gertrud Waldl 84., Maria Lochner 97. Geburtstag.

### BEHAMBERG-KLEINRAMING

Wanderbegleiter Peter Kölbl freut sich über die ungebrochene Wanderlust der Kolleginnen. So wanderten am 20. Oktober 31 Mitglieder von der Venus in Willendorf durch Marillen- und Weingärten nach Schwallenbach. Dann folgten wir dem Weg durch einen schönen Laubwald hinauf Richtung Hauseberg, querten den Dürngraben und stiegen hinab zur Ruine Hinterhaus, die wir besichtigten. Anschließend marschierten wir nach Gut am Steg zur Buschenschank Mayer,

wo wir den Wandertag weinselig ausklingen ließen.

**Wir gratulieren:** Maria Grill zum 90., Josef Rottberger 82., Christine Schönleitner 70., Hubert Berger 75., Rosa Maria Kripter 81., Gerhard Pretsch 84., Karl Wild 94., Horst Merkinger 80., Helmut Peters 81., Martina Eilmer 96., Margarete Mandlmair 81., Stefanie Flankl 91., Theresia Arthofer 87., Walter Stadlmayr 75., Silvia Dutzler 65., Werner Hauser 65., Gerhard Leitner 60. Geburtstag.

### GAFLENZ

Am 19. Oktober wanderten elf Gaflenzer Pensionisten vom Parkplatz Bamacher in der Oberplaißa auf den Rotstein. Bei herrlichem Wetter konnten sie den wunderschönen Ausblick so richtig genießen. Nach dem Abstieg stärkten sie sich in der Flößerstube in Großraming.

**Wir gratulieren:** Erna Ecker zum



BAD HALL: Tierpark Schmiding



BEHAMBERG-KLEINRAMING: Abstieg von der Ruine Hinterhaus



BEHAMBERG-KLEINRAMING: Der Tausendeimerberg im Hintergrund



GARSTEN: Aisttal



GARSTEN: Bezirksmeisterschaft im Luftdruckgewehr-Schießen

80., Mathilde Kleinlehner 87., Christa Eochinger 60., Reinhold Forster 80., Stefan Almer 81., Anna Weissensteiner 86., Johann Buder sen. 83., Josef Kleinlehner 86., Johanna Gassner 75., Renate Uecker 85. Geburtstag.

## GARSTEN

Unsere Wandergruppe erkundete diesmal das Aisttal. Erstmals beteiligten wir uns mit zehn Mitgliedern an der Bezirksmeisterschaft im Luftdruckgewehr-Schießen in Oberlaussa. Es war ein schöner Ausflug und eine gelungene, spannende Veranstaltung. **Wir gratulieren:** Hermine Hochstrasser zum 85., Johann Lindner 87., Josef Stadler 80., Konrad Pelikan 83., Karoline Patotschka 70., Rosa Schmidthaler 88., Josef Gierer 86., Ernestine Limberger 84., Erich Wecht 80., Hubert Weidmann 82., Anna Lumplecker

60., Roswitha Klement 65., Maria Schönleithner 82. Geburtstag.

## GLEINK-DIETACH

Unser Ausflugsziel am 13.10. war der Heldenberg im westlichen Weinviertel. Zuerst besuchten wir das Lipizzaner Trainingszentrum der Spanischen Hofreitschule. Wir erfuhren viel über die langjährige Ausbildung von Pferd und Bereiter. Anschließend waren wir in Kollers Oldtimer Museum. Nach dem Mittagessen im GH Theurer in Glaubendorf besichtigten wir die Radetzky-Gedenkstätte mit Ausstellung sowie ein Steinzeitdorf mit Kreisgraben. Zuletzt kamen wir zum Greifvogelpark Aigners Falkenhof. Bei einem Rundgang sahen wir Falken, Adler, Bussarde, Eulen u.v.m. Die Flugvorführung mit Erklärung vom Falkner war ein Höhepunkt.

**Wir gratulieren:** Erna Grafeneder

zum 83., Wilhelm Preiß 75., Ernst Sulzer 75., Klothilde Zautner 89., Leopold Mitterbaur 83., Maria Stegmüller 83., Martin Bachner 89., Hilde Brandl 81., Ernst Seidl 81., Brigitta Infanger 70., Maria Hinterramskogler 100., Andreas Poschmayr 55., Konrad Dambachmayr 87., Hermann Gruber 81., Karoline Gruber 93., Edda Pöchhacker 83. Geburtstag.

## GROSSRAMING

Am 21. Oktober veranstalteten wir nach langem Corona-Stillstand wieder eine Mitgliederehrung mit anschließendem Ripperlessen, das sehr gut angenommen wurde.

**Wir gratulieren:** Leopold Katzensteiner zum 91., Johann Brandstetter 88., Aurelia Lumplecker 83., Alfred Wiesenbauer 81., Maria Hochrieser 90., Walpurga Holzinger 83., Helmut Hofer 80., Josef Ebenföhrer 75., Hedwig Lumplecker 92.,



GLEINK-DIETACH: Bei den Oldtimern

Juliane Aigner 87., Leo Kopf 85., Sigrid Pickl 84., Maria Lumplecker 83., Josef Effenberg 81., Adolf Unterbuchschachner 80., Josef Oberecker 70., Raimund Hiti 65., Eduard Ahrer 60. Geburtstag.

## GRÜNDBERG-SIERNINGHOFEN

Am 6. Oktober hatten wir unsere



GLEINK-DIETACH: Falkner Aigner mit Weißkopfseeadler



GLEINK-DIETACH: Lipizzaner Trainingszentrum



GROSSRAMING: Adelheid Garstenauer, 95. Geburtstag



**GROSSRAMING:** Cäcilia Dittrich zur 45-jährigen Mitgliedschaft



**GROSSRAMING:** Margarete Rebhandl und Roman Garstenauer, Ehrenzeichen in Gold



**GRÜNDBERG-SIERNINGHOFEN:** Altentag

Altentagfeier im VAZ Neuzeug. Dabei wurden auch einige langjährige Mitglieder des Pensionistenverbands geehrt. Bürgermeister Manfred Kalchmair bedankte sich für ihre Treue und gratulierte allen recht herzlich. Nach dem obligaten Schnitzel gab es noch Kaffee und Kuchen, alle freuten sich über den gelungenen Tag.

**Wir gratulieren:** Wilhelmine Gradauer zum 87., Waldtraud Giza 84., Hedwig Siessl 81., Margarete Fuchs 85., Alois Edlauer 90., Karl Steinkellner 87. Geburtstag.

#### KLEINREIFLING

**Wir gratulieren:** Maria Forstlechner zum 88., Frieda Ahrer 95., Maria Kreuzriegler 93., Erich Unterberger 88., Hermine Atzenhofer 97., Maria Kalkhofer 87., Veronika Daucher 65., Alois Hopf 85., Ernst Kerschbaumsteiner 86., Elsa Gollner 100. Geburtstag.

#### LAUSSA

**Wir gratulieren:** Nachträglich Maria Jantscher zum 66., Rudolf Schörkhuber zum 60., Auguste Wittmann 68., im Dezember Stefanie Bachner 86., Josef Blehrmühlhuber 75., Lydwina Blehrmühlhuber 71., Stefan Fösleitner 70. Geburtstag.

#### LOSENSTEIN

Am 17. September luden die Pensionisten der OG Losenstein gemeinsam mit der SPÖ und den Kinderfreunden zum traditionellen Plausch am Ortsplatz in Losenstein ein. Einen herzlichen Dank sagen wir den fleißigen, selbstlosen UnterstützerInnen und HelferInnen, die zum guten Gelingen unserer Veranstaltung maßgeblich beigetragen haben.

**Wir gratulieren:** Helga Schörkhuber zum 81., Johann Preuer 83., Wolfgang Bachner 83., Roman

Schiffthaler 82., Erika Steiner 82., Herta Wurmböck 83., Gertrude Holl 81. Geburtstag.

#### MARIA NEUSTIFT

Am 28. Oktober wurde unsere Jahresversammlung abgehalten. Ein perfekter Kassabericht von Steffi Ahrer wurde uns präsentiert, auch der Bericht von Schriftührerin Magret Baumann war sehr interessant, obwohl wir in der letzten Zeit nicht viel unternehmen konnten. Danke auch Willi Sulzner.

Es wurde auch beschlossen, dass die Ortsgruppe mit 31. Dezember aufgelöst wird.

Mit einer gemütlichen Weihnachtsfeier lassen wir nach 21 Jahren unter Führung von Vors. Leokadia Reithmayr ausklingen.

**Wir gratulieren:** Albert Katzensteiner zum 88., Agnes Katzensteiner 82., Agnes Riener 88., Josef Unterbuchschachner 60. Geburtstag.

#### NEUZEUG

Die Gemeinschaft stärken, um schwierigen Zeiten trotzen zu können, war das Ziel unseres Vorstandsausflugs am 5. Oktober zur Mooshöhe in Rosenau am Hengstpass. Bei einem guten Essen mit Musik und Sonnenschein wurden vor der Almhütte von Hans Reichraminger Pläne fürs kommende Veranstaltungsjahr geschmiedet. Dabei konnte unser langjähriger, bewährter Musiker erneut für unseren Maskenball engagiert werden. Das Jahresprogramm 2022 ist derzeit in Ausarbeitung.

**Termin:** So., 2.1., Brucknerhaus Linz, Neujahrskonzert.

**Wir gratulieren:** Gerda Gruber zum 70., Hermina Ecker 85., Regina Gaier 60., Wilhelmine Gradauer 87., Herlinde Hahn 85., Irmgard Kerschbaumer 70., Mathilde Klauser 83., Henrietta Kloiber 85., Mathilde Nieder-



**GRÜNDBERG-SIERNINGHOFEN:** Geehrte Mitglieder mit Bgm. Manfred Kalchmair



**LOSENSTEIN:** Fleißige Helferinnen am Kuchenbuffet



**LOSENSTEIN:** Gemütliches Zaumsitzn am Ortsplatz



NEUZUG: Vorstandsausflug zur Mooshöhe



PFARRKIRCHEN: Wanderung Frauenstein

wimmer 86., Eleonore Obermayr 81., Gertraud Schmidleitner 82., Christine Schmiedhuber-Czaska 70., Maria Schöller 93., Getrude Schreiberhuber 75., Theresia Stross 85., Irmgard Fröschl 86., Horst Huemer 82., Katharina Kerbl 81., Oskar Kliman 82., Reinhard Masin 60., Werner Mayrpeter 83., Josef Satzinger 89., Helene Schleier 83., Martin Schneider 80., Elisabeth Schönberger 70., Monika Schwarz 65., Urban Windhager 65. Geburtstag.

## PFARRKIRCHEN

Von 23. bis 29. September konnten acht Mitglieder der OG und zwei Gäste die wunderschöne nord-kroatische Inselwelt von Rab, Krk, Cres bis Mali Losinj kennenlernen und genießen. Einen Abstecher machten wir zu den weltberühmten Plitvicer Seen. Zahlreiche Wasserfälle, welche mit den 16

kaskadenförmigen Seen verbunden sind, stellen eine außergewöhnliche Naturschönheit dar. Die Ortsgruppe Pfarrkirchen wanderte mit 14 Personen rund um die Wallfahrtskirche Frauenstein. Veranstaltet wurde diese Wanderung von der OG Molln. Die Pfarrkirchner gewannen als stärkste Gruppe den Pokal. Aus dieser Gruppe kam die älteste Wanderin, welche mit einem Obstkorb belohnt wurde.

**Wir gratulieren:** Johann Liedl zum 88., Barbara Bauer und Franz Grassecker 87., Karl Ostermann 84., Gerhard Schütz 80. und Gertraud Hinterberger 70. Geburtstag.

## REICHRAMING

Am 21.10. machten wir unsere Fahrt ins Blaue nach Hollenstein ins Loden-Landl mit einer interessanten Führung. Schafwollerzeu-

gung und Verarbeitung wurden uns detailliert vorgeführt.

Bei unserer Adventfeier am 4.12. wird, soweit sich gesetzlich nichts ändert, nach der 2-G-Regel kontrolliert und auch mit einer Liste dokumentiert. Darum unbedingt Impfpass usw. mitbringen, sonst gibt es leider keinen Eintritt ins Volksheim.

**Wir gratulieren:** Herbert Gartenauer zum 80., Rosa Gartenauer 82., Franz Hörmann 97., Franz Füchsl 70., Anna Ahrer 83., Zäzilia Brandecker 80., Hermine Feistritzer 84., Helga Hagauer 81., Hermann Haider 96., Alfred Mitterhauser 82., Stefanie Staudinger 83., Eva-Maria Steindler 75., Hermine Steiner 92., Vbgm. Gabriele Schwaiger 60., Walter Tuscher 65., Maria Aschauer 85., Herbert Bindreiter 90., Johann Klausberger 75., Theresia Ramskogler 94., Hermine Widgruber 92., Hermann Staudinger 55., Gabriele Klausberger 60. Geburtstag.

## SIERNING

Unter strengen Corona-Auflagen fand der erste Frühschoppen der OG am 22.9. am Fußballplatz des SV Sierning statt. Trotz des schlechten Wetters und der Auflagen war der Frühschoppen ein großer Erfolg. Ein Dank an das gesamte Team des PV Sierning.

**Wir gratulieren:** Anneliese Gruber zum 65., Florian Miglbauer 80., Di

Helmut Steiner 82., Rupert Wolfschwenger 80. Geburtstag.

## STEYR-MÜNICHHOLZ

Vom 27.9. bis 3.10. machten 24 Personen Urlaub in Kärnten beim Brunnwirt. Bei herrlichem Wetter machten wir viele Ausflüge, wie Dobratsch, Wörther- und Weissensee. Es war wieder ein Höhepunkt.

Am 8.10. fand unsere Fahrt ins Blaue statt. Die Fahrt ging nach Rust, später nach Mörbisch zu einer Mulatschafahrt.

**Wir gratulieren:** Ignaz Heimböck zum 98., Josef Freidlinger 91., Karoline Dorfner 87., Hilde Citrone 87., Karl Schweighuber 85., Karoline Binderberger 83., Anna Kirchweger 83., Gertraud Kriz 82., Erika Kubicka 82., Waltraud Öhlinger 82., Hilda Prader 82., Annemarie Zieger 80., Reinhard Ahorner 80., Johanna Obst 80., Elfriede Heubusch 75., Dorit Eisenhuber 75., Sonja Fertner 75., Arthur Wimmer 75., Anna Buchberger 75., Erika Feyerer 75., Helga Schwarz 65., Bernhard Schneeweiss 60. Geburtstag.

## STEYR-STADT

Am 8. Oktober feierte Anna Kefer ihren 100. Geburtstag und der Vors. Willi Hauser und Vbgm. Ing. Markus Vogl stellten sich als Gratulanten ein.



SIERNING: Frühschoppen



STEYR-STADT: Glasbläser in Glashütte Bärnbach



TERNBERG: Die Wandergruppe



TERNBERG: Rast bei der Kapelle

Am 15. Oktober fuhren wir bei herrlichem Herbstwetter nach Bärnbach in die Glaswelt und besuchten dort das Glasmuseum. Nachdem es letztes Jahr aufgrund des Lockdowns ausfiel, feierten wir am 22. Oktober wieder unser traditionelles Herbstfest im JUKUZ am Tabor.

**TWir gratulieren:** Angela Auleitner zum 83., Herbert Bachner 75., Karoline Bast 85., Hermine Bernsteiner 97., Karl Bittendorfer 85., Manfred Burghuber 75., Herta Fösleitner 82., Johann Freudenthaler 81., Gilda Fröhlich 92., Gertraud Hansekowitz 82., Friederike Haslinger 70., Johann Infanger 70., Anna Janko 93., Walter Kubat-Knoll 88., Elfriede Riedler 82., Angela Vollhofer 82. Geburtstag.

#### STEYR-WEST

**Wir gratulieren:** Erika Hanzlik zum 82., Christa Vorlaufer 65.,

Kurt Rosatzin 75., Viktoria Wizani 93., Irene Quatember 80., Helmut Peters 81., Johann Kapsamer 86., Elly Kogler 81., Maria Santa 84. Geburtstag.

#### TERNBERG

Auch wenn manche Aktivitäten noch eingeschränkt sind, ist es sehr erfreulich, eine gut funktionierende Wandergruppe zu haben. Jeden Donnerstag ist sie einige Stunden in der freien Natur unterwegs. Man unterhält sich gemütlich und nach Stärkung im Gasthof ist jeder auf das kommende Schätzspiel gespannt. Wer kommt diesmal dem Ergebnis am nächsten?

**Wir gratulieren:** Franz Fuchs zum 88., Hermine Kefer 87., Erna Kraus 86., Hermann Daucher 85., David Buchberger 83., Berta Hagauer 82., Franz Peyerl 82., Rosemarie Schausberger 81., Gertrude Özelt

80., Heinrich Mader 80., Stefanie Mader 75., Karl Lichtenauer 84., Sieglinde Schwaiger 82. Hermine Schaffelner 80., Karl Kristner 80., Nikola Matic 75. Geburtstag.

#### UNTERLAUSSA

Für die Fahrt am 12. Oktober zur Fa. austrosleep in Salzburg konnte ich 40 Personen aus acht Ortsgruppen im Bus willkommen heißen. Nach einem zweiten Frühstück und diesen interessanten Informationen über gesunden Schlaf fuhren wir auf der Panoramastraße auf den Trattberg zur Christl Alm. Obwohl die Aussicht durch Nebel und beginnenden Schneefall sehr getrübt war, konnten wir den Aufenthalt bei guter Jause und unterhaltsamer Musik mit vielen Witzen sehr genießen. Am 20.10. war unser jährliches Bezirks-Zimmergewehr-Schießen beim Sagwirt am Hengstpass. 30

motivierte Teilnehmer aus Wolfern, Steyr, Garsten, Losenstein, Reichraming, Weyer, Kleinreifling und Unterlaussa versuchten ihr Glück. Bei den Damen gewann Erika Gollner, bei den Herren Günter Angerer und im Doppel wurde zusammengelost. Hier erreichten Ilse Neuhauser und Erich Weidecker die meisten Punkte. Auch im Schießkino versuchten sich einige Mitglieder. Die Preisverleihung wurde von Konsulent Heinz Demelmayr vorgenommen. Alle waren begeistert und freuen sich schon auf nächstes Jahr.

**Wir gratulieren:** Martina Buchberger zum 83. Geburtstag.

#### WALDNEUKIRCHEN

Zwölf Personen waren beim Wandertag in Molln dabei. Mit 36 Teilnehmern starteten wir zur 3-Tage-Abschlussfahrt nach Tirol. Von unserem Quartier in



TERNBERG: Unterwegs



UNTERLAUSSA: Bezirks-Zimmergewehr-Schießen



UNTERLAUSSA: Christl Alm



WALDNEUKIRCHEN: Ausflug Tirol



WEYER: Wanderung auf den Kreuzberg



WOLFERN: Kistenbratlessen

Brixen ging es am 2. Tag nach Kitzbühel. Nach einem ausgiebigen Stadtbummel machten wir einen Abstecher ins Freilichtmuseum Kramsach und es wurde Rattenberg, die kleinste Stadt Österreichs, erkundet. Hier gab es tolle Glaskunst zu bewundern und das eine oder andere Mitbringsel zu erstehen. Am dritten Tag fuhren wir in die Wildschönau und nach Mühlthal, wo uns der Bummelzug zum Eingang der Kundler Klamm brachte. Dort konnten wir die faszinierende wilde Landschaft bewundern.

**Wir gratulieren:** Stefanie Ehrenbrandner zum 83., Leopoldine Hofer 84., Florian Miglbauer 80., Irmgard Seirlehner 85., Herta Zweckmayr 65., Ernst Kutsam 84., Helga Pschernig 86. Frieda Garstenauer zum 75., Margarete Hauser 85., Juliane Hieselmayr 70., Richard Kranawetter 75.,

Anton Riedl 70., Theresia Stickler 81., Karl Wolfschwenger 81., Juliane Weiermair zum 91. Geburtstag sowie Maria und Josef Mitterberger zur Goldenen und Elfriede und Ernst Prinz zur Diamantenen Hochzeit.

### WEYER

27 wanderfreudige Pensionisten sind unserem Aufruf gefolgt und nahmen bei regnerischem Wetter den Anstieg auf unseren Hausberg, den Kreuzberg, bis zur Schutzhütte in Angriff, dann ging es über den Wittbergweg zurück ins Tal, um im Gasthaus Broscha Einkehr zu halten. Nach einigen Partien Kegeln verbrachten wir bei einem Backhendl noch einige gemütliche Stunden. Am Sa., 5.10. fanden sich zahlreiche Mitglieder im Gasthaus Steineck zum Tag der älteren Generation ein.

**Wir gratulieren:** Theresia Katzensteiner zum 86., Kurt Hönicke 82., Josef Haidler 82., Franz Marecek 80., Christine Klausberger 80., Rosina Marecek 80., Hans Rödhammer 80., Johanna Ritt 70., Franz Forstenlechner 70., Barbara Hopf 60., Franz Lindorfer 60., Anna Haider 87., Elfriede Böckl 83., Herta Lengauer 82., Gerlinde Brendtner 82., Norbert Huber 82., Traudi Ohnewein 81., Margarete Aigner 75., Friedrich Pfeiler 75., Wilhelm Haberfellner 75., Leopold Hügel 65. Geburtstag.

### WOLFERN

Beim Ausflug mit 40 Personen am 23. September zur Confiserie Wenschitz in Allhaming fühlten sich die Naschkatzen wie im Paradies. Eine Führung und viele Kostproben brachte uns diese Firma mit dem höchsten Schokoladebrunnen näher. Nach dem Mittagessen ging unsere Fahrt weiter nach Linz zur Hafenrundfahrt. Unsere Gruppe genoss an Deck der MS Linzerin bei herrlichstem Sonnenschein die Schifffahrt auf der Donau, mit einer anderen Aussicht auf die Stadt Linz. Am 9. Oktober konnten wir bei schönstem Wetter unser geplantes Kistenbratlessen durchführen. Unsere Zelte waren gut gefüllt. Alle freuten sich auf das Kistenbratl mit Knödel und Krautsalat.

Wie immer gab es auch eine große Auswahl an hausgemachten Mehlspeisen. Die Gäste verbrachten einen anregenden gemütlichen Nachmittag.

**Wir gratulieren:** Josef Riedl zum 84., Franz Hlavaty 75., Franz Reder 75., Annemarie Freinthafer 75., Maria Luckeneder 65., Karoline Ebner 84., Anna Angerer 90., Manuela Mörtl 50., Wilhelm Wolfschwenger 75., Bruno Giritzhofer 85., Maria Mörwald 75. Geburtstag

### WIR TRAUERN IM BEZIRK

**Aschach an der Steyr:** Marianne Müller 69.

**Behamberg-Kleinraming:** Gertraud Steiner 70, Albert Steiner 76.

**Gaflenz:** Rosemarie Almer 73. **Gleink-Dietach:** Martin Schneider 88, Rudolf Schimpl 84.

**Gründberg-Sierninghofen:** Wilma Rosenauerim 85, Stefan Klasan 97.

**Reichraming:** Berta Stock 96, Karl Oder 76.

**Steyr-Münichholz:** Walburga Belletz 92, Wilma Rosenauer 85.

**Steyr-Stadt:** Rosina Redlhamer 82.

**Weyer:** Leopoldine Neubauer 91, Brigitte Rittler 66.



WOLFERN: Naschkatzen bei Wenschitz



[seniorenreisen.pvooe.at](http://seniorenreisen.pvooe.at)

# Radwoche Insel Rab

Am besten lässt sich die Insel Rab mit dem Fahrrad erkunden. Dafür stehen bestens ausgebauten mediterrane Radwege bereit. Einen besonderen Reiz übt die Vielfältigkeit aus, denn auf den Touren lassen sich historische Sehenswürdigkeiten und verträumte Orte entdecken.

**So, 15. – So, 22. Mai 2022**

## Unterkunft: 4\*-Hotel Padova

Das Hotel liegt am Rand der wunderschönen Bucht außerhalb der Stadt Rab, nur zehn Gehminuten von der Altstadt entfernt. Das Haus verfügt über einen Eingangsbereich mit anschließender Rezeption, Lobby, mehrere Bars und Restaurants. Zusätzlich stehen Innen- und Außen-Süßwasser-Swimmingpools inkl. Sonnenschirmen und Sonnenliegen zur Verfügung. Weitere Annehmlichkeiten gegen Gebühr sind: Fitnessraum, Sauna, Massagen und Schönheitsbehandlungen. Die geräumigen Zimmer sind gemütlich eingerichtet. Ausstattung: Klimaanlage, TV, Bad/WC, gratis WLAN, Kühlschrank, Minibar (auf Anfrage), Safe (gegen Gebühr).

## Inkludierte Leistungen

- \* 50-Sitzer-Luxusreisebus, ausgestattet mit Klimaanlage, WC, DVD, TV und Radio, Komfortbestuhlung, Schlafsesselbestuhlung, Kühlschränke, Radanhänger für 40 Räder
- \* 7x Nächtigungen im 4\*-Hotel Padova, Insel Rab Halbpension (Buffet: Frühstück, Abendessen)
- \* Willkommensgetränk
- \* Alkoholfreie Getränke zum Abendessen
- \* Nutzung des hoteleigenen Hallenbades
- \* Geführte Radtouren: 2x ganztags, 2x halbtags
- \* Kurtaxe sowie gesetzliche Mehrwertsteuer

**Mindestteilnehmerzahl: 40 Personen**

## E-Bike-Verleih vor Ort:

€ 45,- | 12 Stunden (ganztags)

€ 30,- | 6 Stunden (halbtags)

(Service und technische Hilfe vor Ort)

Wir empfehlen den Abschluss einer Komplettschutzversicherung: € 47,- p. P.



**Preis: € 689,-**  
P. P. im Doppelzimmer + Halbpension  
**€ 50,-**  
Meerblick-Aufschlag p. P./Woche  
**€ 190,-**  
Einbettzimmerzuschlag /Woche  
(Doppelzimmer  
zur Alleinbenutzung)

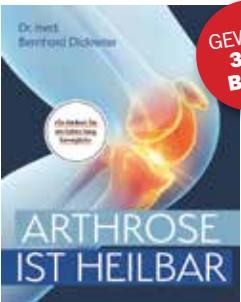


**SENIOREN  
REISEN  
AUSTRIA**

Stimmung.  
Service.  
Sicherheit.

SeniorenReisen Austria 4020 Linz, Wiener Straße 2  
Telefon: 0732/66 79 51 | E-Mail: [seniorenreisen@pvooe.at](mailto:seniorenreisen@pvooe.at)





GEWINN:  
3x1  
BUCH

## Neue Erkenntnisse

Das Krankheitsbild der degenerativen Arthrose hat in den letzten Jahrzehnten den Charakter einer Volkskrankheit erlangt. Noch bis vor Kurzem galt sie als nicht heilbar. Doch neueste Forschungen belegen: Ein Knorpel kann sich doch regenerieren. Dieses aktuelle Wissen greift Dr. Bernhard Dickeireiter in „Arthrose ist heilbar“ (Herbig Verlag, € 18,50) auf, fasst es leicht verständlich zusammen und zeigt Arthrose-Patienten innovative Konzepte für Prävention und Therapie auf. Eine wichtige Orientierungshilfe für Betroffene.

**3x1 Buch zu gewinnen (Kw. „Arthrose“), Teilnahme siehe Vorteilsclub!**



GEWINN:  
3x1  
BUCH

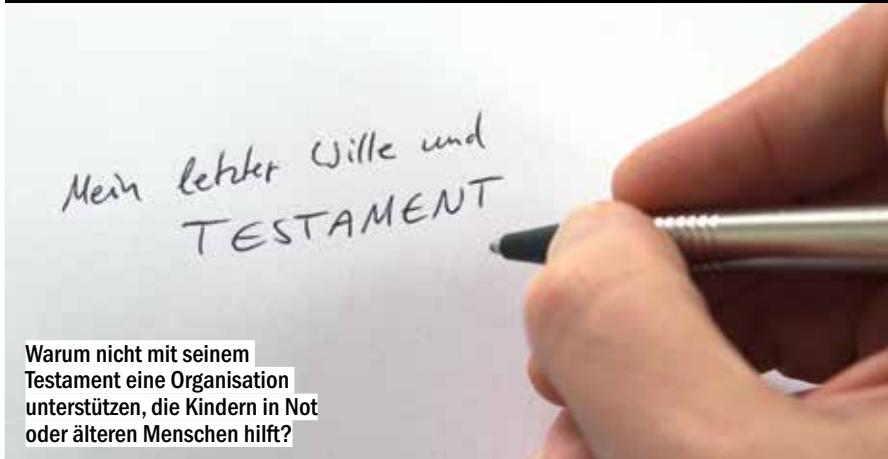
## Gesund kochen

Ernährungsberaterin Theresa Müller bietet in ihrem Kochbuch (Verlag Anton Pustet, € 24,-) Wohlfühl-Rezepte für die ganze Familie: Speisen, die nicht nur großartig schmecken und toll aussehen, sondern zudem gesund sind und glücklich machen. Bekanntlich liegen 70 Prozent unserer Abwehrkräfte im Darm, sie schützen uns vor zahlreichen Krankheiten. Was gibt es also Besseres, als mit der richtigen, ausgewogenen Ernährung etwas für uns selbst und unser körperliches Wohlbefinden zu tun? Ein Kochbuch für Groß und Klein mit gesunden Rezeptideen, die jeden Gaumen ansprechen.

**3x1 Buch zu gewinnen (Kw. „Kochbuch“), Teilnahme siehe Vorteilsclub!**

# unser leben

GESUND & AKTIV DURCH DEN HERBST



Warum nicht mit seinem  
Testament eine Organisation  
unterstützen, die Kindern in Not  
oder älteren Menschen hilft?

## GEMEINNÜTZIGES VERERBEN

# Gutes über das Leben hinaus

Was von uns bleibt, wenn wir sterben, ist die Erinnerung an unsere Persönlichkeit, unsere Ausstrahlung, unsere Eigenheiten, unsere guten Taten. Und wenn wir Glück hatten im Leben, bleibt auch etwas Materielles zurück. Eine Möglichkeit ist es, durch sein Testament eine Organisation zu unterstützen, die die eigene Vorstellung von dem, was uns auf der Welt wichtig ist, weiterführt. Die Initiative Vergissmeinnicht umfasst 100 gemeinnützige Organisationen wie den Arbeiter-Samariter-Bund Österreichs, UNICEF Österreich oder die Hilfsgemeinschaft für Blinde und Sehschwache, die man durch ein gemeinnütziges Testament im Todesfall begünstigen kann. Sind keine Erben vorhanden, ist dies eine überlegenswerte Möglichkeit, Gutes über das Leben hinaus zu tun. Gemeinnütziges Vererben hinterlässt ein Zeichen – zum Wohl einer Gesellschaft und ihrer Menschen. **Nähtere Informationen: [www.vergissmeinnicht.at](http://www.vergissmeinnicht.at)**

## GEREIZTE, TROCKENE AUGEN

# Augenfit im Winter

Was den Augen gut tut: eine Luftfeuchtigkeit von 40-60 Prozent in Wohnräumen (Pflanzen, feuchte Handtücher oder Wasserschüsseln auf der Heizung) und nicht überheizen! Trinken Sie genügend Tee und Wasser. Mit der richtigen Brille blinzelt man weniger; angestrengtes Schauen trocknet die Augen aus. Bei Rötungen oder Reizungen können Nachbenetzungstropfen helfen. Achten Sie bei FFP2-Masken auf einen guten Sitz, damit die Atemluft nicht nach oben austritt. Trockene Augen sind anfälliger für Infektionen aller Art: Reiben Sie sich daher nicht die Augen, blinzeln Sie lieber.



Unser Gehirn ist wie ein Muskel, der auch trainiert werden will, um nicht zu verkümmern. Ernährung und Aktivität fördern unsere Gedächtnisleistung



# Kick fürs Köpfchen



Nüsse bringen dem Gehirn Energie, machen schlau – und „happy“!



Moderater Kaffeegenuss fördert bei Senioren die Gedächtnisleistung



Omega-3-Fettsäuren sorgen für „frische“ Zellen im Gehirn

**Was unser Gehirn braucht.** Vergesslichkeit muss nicht auf eine Krankheit hindeuten, aber sie verunsichert. Wie man den kleinen grauen Zellen ganz natürlich auf die Sprünge helfen kann.

**U**nser Gehirn verbraucht allein 20 bis 25 Prozent jener Energie, die der Körper im Ruhezustand umsetzt. Unsere Ernährung ist daher für die kleinen grauen Zellen besonders wichtig, damit sie richtig funktionieren können. Das Gehirn ist aber nicht nur ein „Vielfraß“, es ist auch gut geschützt. Klappt es nicht mit der Nahrungszufuhr, hat unser Denkkapparat für einige Zeit Vorrang in der Versorgung – vor anderen Organen. Energie wird dann z. B. aus Fett gewonnen.

## VITAMINE, MIKRONÄHRSTOFFE UND GESUNDE FETTE HALTEN DAS GEHIRN FIT

Der Alterungsprozess des Gehirns hängt auch vom oxidativen Stress ab. Vor allem die Vitaminversorgung ist für das „Jungbleiben“ des Gehirns wichtig. Eine aktuelle Langzeitstudie (in einem Beobachtungszeitraum von 20 Jahren) aus der Schweiz hat gezeigt, dass bei 65- bis 95-Jährigen das Gedächtnis deutlich besser war, wenn im Blut ein höherer Gehalt der antioxidativen Vitamine A, C, E und Beta-Karotin nachgewiesen wurden. Sie

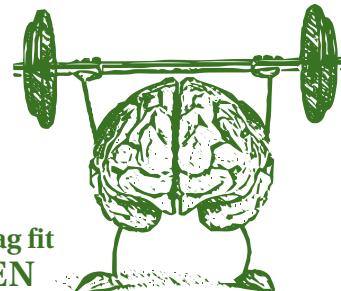
stecken vor allem in Orangen, Paprika, Nüssen, Raps- und Olivenöl und in Sauerkraut. Wichtig sind auch andere Mikronährstoffe wie Vitamin B12 oder Folsäure, die in grünem Gemüse steckt.

Fettfische wie Lachs, Sardinen, Thunfisch und Hering sind nicht nur gut fürs Herz, sondern auch fürs Hirn: Die enthaltenen Omega-3-Fettsäuren „verdünnen“ das Blut und beugen damit Arterienverschlüssen vor. Das Gehirn bleibt gut durchblutet – und das unterstützt ein besseres Gedächtnis.

## MAGNESIUM: DER TURBO FÜR GEDÄCHTNIS UND LERNVERMÖGEN

Eine Studie des MIT (Massachusetts Institute of Technology) und der Universität Tel Aviv belegt, wie wichtig Magnesium für die Gedächtnisleistung ist. Die Tests ergaben: Es verbessert Kurz- und Langzeitgedächtnis, steigert das Lernvermögen und die Zahl der Synapsen im Gehirn nehmen zu. Nahrungsmittel wie Mandeln, Cashewkerne, Trockenobst, Blattgemüse oder Brokkoli sind hervorragende Magnesiumquellen.

# Meine Tipps bei Vergesslichkeit



## So bleibt das Gehirn im Alltag fit WAS SIE TUN KÖNNEN

Im Alltag kann man sehr einfach **kleine Übungen integrieren**, die die **Merkfähigkeit steigern**. Wandeln Sie zum Beispiel für Ihren Einkaufszettel das Koffer-spiel in „Ich packe einen Einkaufswagen“ um. Oder fassen Sie Lebensmittel und Haushaltswaren im Kopf zu Sinngruppen zusammen: „alles für den Kühlschrank“ oder „Putzmittel“. Ideal sind auch Kopfrechnungen mit Additionen, Subtraktionen, Multiplikationen und Divisionen, das Auswendiglernen von Liedtexten, Gedichten, Vokabeln oder Kochrezepten. Spaß macht es auch, berühmte Erfindungen und ihre Entdecker oder Buchtitel und ihre Autoren zu kombinieren.

**Übungen für Einsteiger und Fortgeschrittene** finden Sie im Internet unter: [www.mental-aktiv.de/uebungen-klassisch](http://www.mental-aktiv.de/uebungen-klassisch)  
**Teilen Sie ein Hobby mit anderen!** Nicht nur der soziale Kontakt ist „Balsam“ für unser Gehirn. Wer zum Beispiel Bewegungsarten wie **das Tanzen** wählt, schlägt zwei Fliegen mit einer Klappe! Dabei halten Sie sich nicht nur körperlich fit und haben Spaß in Gesellschaft, sondern tun auch viel Gutes für Ihre kleinen grauen Zellen: Konzentration, gedankliche Flexibilität und Merkfähigkeit werden gesteigert. Erkunden Sie sich doch **in Ihrer PVÖ-Landesorganisation oder -Ortsgruppe zu Angeboten!**

## EIN „KAFFEETSCHERL“ IN EHREN – WILL DAS GEHIRN NICHT VERWEHREN!

Interessant ist die Wirkung des „schwarzen Golds“ auf das Gedächtnis bei Senioren. Forscher der medizinischen Fakultät Lissabon stellten fest, dass bei älteren Menschen, die regelmäßig drei bis vier Tassen Kaffee pro Tag tranken, ein Gedächtnisschwund seltener auftrat als bei jenen mit einem geringeren Kaffeekonsum. Eine französische Studie ermittelte für Frauen über 80, die drei oder mehr Tassen Kaffee pro Tag tranken, ein um 70 Prozent verminder-tes Risiko für ein Nachlassen der Gedächtnisleistung.

## DUFTENDER ROSMARIN FÜR ERHÖHTE AUFMERKSAMKEIT

Eine Auswertung von Hirnstromaufzeichnungen ergab, dass der Duft von Rosmarin im Gehirn die Erzeugung von Betawellen verstärkt, die auf eine erhöhte Aufmerksamkeit schließen lassen. Bei einer anderen Studie verbesserte der Duft von Rosmarinöl die Gedächtnisleistung von Studenten in Prüfungssituationen. Tipp: Ein paar Tropfen 100 %-iges ätherisches Öl ins Haar, auf Handlenke, auf die Kleidung, in ein Taschentuch geben oder mit einem Zerstäuber im Raum versprühen – und schon sind Sie mit Ihrer ganzen Aufmerksamkeit bei der Sache! ☺

Damit Herz, Kreislauf, Nieren, Leber und Magen gesund bleiben, müssen auch sie manchmal gezielt unterstützt werden. Dasselbe gilt auch für unser Gehirn und somit unser Gedächtnis. Was aber können wir tun, um dieses fit und aktiv zu halten?



**Prof. Hademar Bankhofer**  
bekannt aus TV, Radio und einer der bekanntesten Gesundheits-Publizisten

**S**chon mit ganz einfachen Maßnahmen können wir die Gedächtnisleistung verbessern und die Denkvorgänge unterstützen. Dafür müssen wir aber wissen, was unser Gehirn wirklich braucht. Dazu zählt etwa Sauerstoff, denn auch wenn das Gehirn gewichtsmäßig nur zwei Prozent unseres Körpers ausmacht, benötigt es bis zu 40 Prozent unseres gesamten Sauerstoffs. Auch mit Wasser will unser Denkorgan versorgt werden, das bis zu 70 Prozent aus Flüssigkeit besteht. Wer zu wenig trinkt, hat daher oft Probleme beim Denken und leidet häufiger an Kopfschmerzen. Trinken Sie also pro Tag mindestens 1,5 Liter Wasser. Und: Sitzen Sie nicht herum – das Gehirn mag es, wenn Sie sich bewegen und an die frische Luft kommen.



**GEDÄCHTNIS AKTIV**  
Diese Kombination gibt es übrigens in der Apotheke unter dem Namen Dr. Böhm® Gedächtnis aktiv. Mit nur einer Kapsel täglich unterstützen Sie damit sowohl Erinnerungsvermögen als auch Denkleistung.

<sup>1</sup> Cox KH et al. J Psychopharmacol. 2015 May;29(5):642-51.

<sup>2</sup> DiSilvestro RA. Nutr J. 2012 Sep 26;11:79.

Anzeige



Nahrungsergänzungsmittel

**Die Antwort bei Vergesslichkeit.**

Für Ihren Apotheker  
PZN 4997881



“  
VON PVÖ-  
BUNDESSPORT-  
REFERENTIN  
Uschi Mortinger

## Aktiv und zuversichtlich bleiben!

Es ist kaum zu glauben, aber das Jahr endet so, wie es begonnen hat: mit einem Lockdown! Dennoch denke ich positiv und glaube, dass dieser Spuk dank der Impfpflicht im kommenden Jahr doch vorbei sein wird.

Es gibt nichts Negatives, dem nicht auch etwas Positives abgewonnen werden kann, sofern man will. Es waren zwar alle Sportstätten, auch die Turnäle, geschlossen, aber es entwickelte sich so etwas wie eine „Spazier- und Wanderinitiative“. Viele Menschen – ich eingeschlossen – absolvierten regelmäßig eine Walkingrunde, sofern es das Wetter zuließ. Die tägliche Schrittzahl wurde plötzlich wieder Thema und viele begannen, sich zu Hause mit Bewegungsübungen fit zu halten (siehe dazu auch die Coverstory, ab Seite 8 in dieser Ausgabe).

Wie auch immer es weitergeht, wichtig ist, Möglichkeiten zu suchen und zu finden, um sein Immunsystem zu stärken. Dazu hat der PVÖ im kommenden Jahr neben den schon bekannten Angeboten wie Wander- und E-Bike-Tagen, einem Golfkurs, Tennis- und Aktiv-Wochen erstmals auch Langlaufen und Schneeschuhwandern mit kompetenten Trainern ins Sportprogramm aufgenommen.

Ich wünsche schon jetzt einen fröhlichen, gesunden Jahreswechsel sowie ein schönes Jahr 2022.

# PVÖ-Bundesmeisterschaft Kegeln in Graz

Nach dem durch die Corona-Pandemie bedingten „Pausenjahr“ wurden die vom Vorjahr verschobenen Bundesmeisterschaften im Kegeln heuer am 19./20. Oktober in Graz ausgetragen. Auf der neu renovierten Kegelbahn des Sportcenters der ASKÖ Steiermark in Graz-Eggenberg waren erfreulicherweise Teams aus allen neun Bundesländern am Start. Kegeln ist zwar eine Indoor-Sportart, bei der das Wetter normalerweise keine Rolle spielt. Diesmal waren die beiden wunderschönen

Spätherbsttage mit viel Sonnenschein aber sehr willkommen. So konnten alle, die sich nicht gerade in der Kegelhalle aufhalten mussten, die Sonnenstrahlen auf der Tribüne des ASKÖ-Stadions in vollen Zügen genießen. Auch die Siegerehrung wurde im Freien abgehalten.

### WESTEN HAT DIE NASE VORN

In den zwei Meisterschafts-Tagen konnte man sehr spannende und sportlich ausgezeichnete Leistungen verfolgen. Es wurden die besten Mannschaften bei den Damen und Herren und die treffsichersten Einzelspielerinnen und -spieler ermittelt. Weiters wurde ein Wanderpokal an das beste Ländergesamtteam (Damen + Herren) vergeben.

Bei den Damen setzte sich Salzburg vor dem Team aus Vorarlberg und der Steiermark durch. Bei den Herren war Vorarlberg vor Kärnten und Salzburg erfolgreich. Die Einzelwertung gewannen Stefanie Steinwender (Kärnten) und Johann Kogler (Stmk.). Der Wanderpokal ging ganz in den Westen nach Vorarlberg. Die Teams aus dem Ländle setzten sich vor jenen aus Kärnten und Salzburg durch. ☺



Vorarlberg gewann die Länders-Gesamtwertung aus Damen (2. Platz) und Herren (1. Platz)



Das Team aus Salzburg sicherte sich die Mannschaftswertung bei den Damen

## VORSCHAU 2022

### Langlauf und Riesentorlauf

24.-25. JÄNNER 2022

HOLLERSBACH, SALZBURG



Die Bundesmeisterschaften für die LangläuferInnen und SkifahrerInnen unter den PVÖ-Mitgliedern werden diesmal in Salzburg ausgetragen. Auf der Pinzgauer Loipe in Hollersbach geht es für die Damen über 5 km, für die Herren über 7,5 km um Meisterehren. Die Alpinen ermitteln am Dienstag, dem 25. Jänner, auf dem Resterkogel in einem Durchgang die schnellsten RiesentorläuferInnen im Land. Nennungen über Ihre PVÖ-Landesorganisation.



## Sport und Spaß

**PVÖ-Aktiv-Woche.** In der wunderschönen Steiermark konnten die PVÖ-Mitglieder wieder einmal nach Herzenslust gemeinsam Sport treiben.

**T**olles Wetter, beste Stimmung und ein buntes Bewegungsprogramm! Das war die „Zutaten“ der PVÖ-Aktiv-Woche, die im Austrian Sport Resort BSFZ Schloss Schielleiten stattfand! Es war wie immer eine abwechslungsreiche, sportliche Woche in einer der schönsten Gegenden in der Steiermark. Das BSFZ Schloss Schielleiten

liege eingebettet in einem Hügelland mit vier Teichen, wird von Apfelplantagen umgeben und ist eines der bestausgestatteten Sportresorts in Österreich mit großartigen Sportanlagen und wunderschönen Quartieren. Neben den allgemeinen Bewegungsangeboten durfte der schon beliebte „PVÖ-Triathlon“ – bestehend aus Krolf, Crossboule und Zielerwerben – nicht fehlen. Für die Siegergruppe gab es Preise – natürlich aus der Region. ☺

Eine sportliche Woche mit einem „bunten“ Bewegungsprogramm



## PVÖ-Tenniswoche 2021

**E**in Herbstwetter, wie es schöner nicht hätte sein können, und die herrliche Tennisanlage im Austrian Sport Resort BSFZ Schloss Schielleiten sorgten für beste Stimmung bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern der PVÖ-Tenniswoche vom 17. bis 23. Oktober 2021.

Aufwärmen im Turnsaal im Schloss, Tennisstunden mit einem Trainer, um die Schlagtechnik zu verbessern, und Doppel-Spiele (die immer wie-

der anders zusammengestellt wurden) standen auf dem Programm. Neben Tennis gab's Krolf und Crossboule, um auch die Geschicklichkeit zu üben.

Das beliebte Abschlussturnier war heuer besonders spannend. Nach der Siegerehrung bewies dann Sepp Herbst, dass er nicht nur sehr gut Tennis spielt, sondern dass er auch seine Gitarre meisterhaft beherrscht und sorgte damit für einen gemütlichen Ausklang. ☺



Ob bei Einzelstunden mit einem Trainer (l.) oder im Wettkampf, die Teilnehmer an der Tenniswoche fanden viele Möglichkeiten vor, ihr Spiel zu verbessern

## Neu im PVÖ: Langlauf und Schneeschuhwandern

Der Pensionistenverband ist immer auf der Suche nach neuen **interessanten Angeboten und attraktiven Aktivitäten** für seine Mitglieder. Neuestes „Pferd im Sportstall“ ist **geführtes Schneeschuhwandern und Langlaufen** im März 2022.

**S**kitouren gehen ist der alpine Wintersporttrend der Stunde – ob seiner Anforderungen aber nicht jedermanns Sache. Um auch Nicht- oder nicht so geübten Skifahrern das ultimative Wintererlebnis in unberührter Schneelandschaft zu ermöglichen, hat der PVÖ Schneeschuhwandern in sein Sportprogramm aufgenommen. Im wunderschönen Pinzgau am Fuße des Steinernen Meeres können PVÖ-Mitglieder unter

fachkundiger Anleitung sportliche Tage eingebettet in einem wunderschönen Bergpanorama genießen. Wer doch lieber zwei Brettel unter den Füßen hat, kann – ebenfalls geführt – herrliche Langlauftouren unternehmen.

Zum Relaxen nach der Bewegung in der frischen Luft, bietet das Hotel einen wunderschönen Wellnessbereich mit finnischer Sauna, Infrarot-Kabine, Bio-Sauna, Ruhebetten und Solarium.



**TERMIN:** 7.-12. März 2022, (6 Tage, 5 Nächte)  
Hotel-Gasthaus HÖRLGUT in Maria Alm (Pinzgau, Salzburg)

**PREIS:** Für PVÖ-Mitglieder auf Basis Doppelzimmer: 590,- Euro pro Person  
Für Nicht-Mitglieder auf Basis Doppelzimmer: 620,- Euro pro Person  
Einbettzimmerzuschlag: € 15,-/pro Tag  
**ANMELDUNG:** PVÖ-Zentrale, Christina Ecker, Tel.: 01/313 72/Dw. 44, E-Mail: christina.ecker@pvoe.at

UNSERE EXPERTIN RÄT:

# Rasch ein 3. Mal impfen!



PVÖ-Gesundheits-Expertin Primaria Dr. Elisabeth Pittermann betont die Wichtigkeit des dritten Stichs und meint: „Impfen wirkt!“

**Israel hat es erfolgreich vorgemacht:** Nachdem man feststellte, dass der Impfschutz nach einigen Monaten nachlässt, begann man rasch, die Bevölkerung ein drittes Mal zu impfen. So konnte die Pandemie eingedämmt werden.

**I**ch selbst habe meine Antikörper zum ersten Mal drei Wochen nach der zweiten Impfung und danach alle drei Monate bestimmen lassen und sah, dass die Antikörper sehr rasch absanken. Die ebenso wichtige zelluläre Abwehr und die Antikörper gehören dem lymphatischen System an, das im Lauf des Alters leider rückgebildet wird. Mein logischer Wunsch war also: so rasch wie möglich die dritte Impfung zu bekommen. Ich bin dem Wiener Bürgermeister Dr. Michael Ludwig sehr dankbar, dass er sich schon früh dazu

entschied, die dritte Impfung, die laut Experten keine „Booster-Impfung“, sondern der dritte Teil der Grundimmunisierung ist, zuzulassen.

So konnten viele aus „unserer Generation“ frühzeitig den dritten Stich bekommen. Zwei Wochen nach der Impfung waren meine Antikörper mehr als doppelt so hoch angestiegen als je zuvor. Ich werde auch jetzt alle drei Monate meinen Covid-Antikörper-Status bestimmen lassen. Sollte es wieder zu einem starken Absinken kommen, werde ich für eine neuerliche Auffrischungsimpfung kämpfen. Denn ich bin überzeugt: Impfen wirkt!

war unausweichlich klar: Es muss stärkere Maßnahmen geben, somit wurde sowohl eine Impfpflicht, die aus meiner Sicht unerlässlich ist, als auch ein Lockdown beschlossen, um die Gesundheitsdienste wieder zu entlasten sowie eine Behandlung für alle zu sichern. Beides ist alternativlos.

## VERTRAUEN IN DIE WISSENSCHAFT

Um wieder unsere Freiheit zu erlangen, um die Menschen vor Erkrankungen zu schützen, um die Wirtschaft zu entlasten sowie das Sozialversicherungssystem zu sichern, muss sehr rasch ein Großteil der Bevölkerung geimpft werden. Am besten dreimal. Vertrauen wir unseren Wissenschaftlern. Sie leisten Großartiges. Wir müssen alles daran setzen, dass dies der letzte Lockdown bleibt.

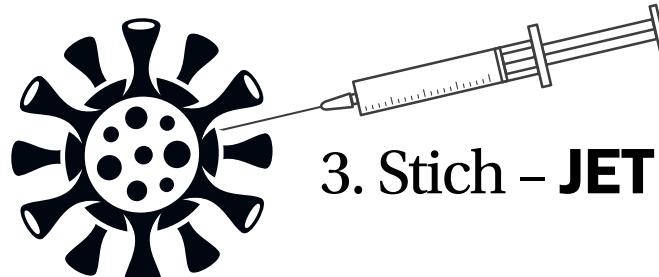
## GEMEINSAM GEGEN DIE PANDEMIE

Mit vereinten Kräften und Vernunft können wir die Pandemie in den Griff bekommen. Ich danke allen, die sich unter Einsatz ihrer Gesundheit und ihres Lebens um die Kranken verdient machen und Leben retten. Erleichtern wir ihnen ihren Beruf, indem wir die Impfungen wahrnehmen und Kontaktbeschränkungen einhalten. Bleiben Sie gesund, schöne Festtage und ein durch Impfen Coronavirus-ärmeres bis -freies 2022! ☺



„  
Impfen schützt –  
helfen Sie mit:  
Lassen Sie sich  
impfen!

DR. PETER KOSTELKA,  
PVÖ-PRÄSIDENT



3. Stich – JETZT!



Schon liegt man da mit rinnender Nase und Kopfweh! Omas Hausmittel können bei Erkältungen kleine Wunder bewirken.

## Infekte natürlich behandeln

**Hatschi!** Viele pflanzliche Heilmittel machen Bakterien und Viren unschädlich, wirken desinfizierend und stärken die Immunabwehr.

W<sup>interzeit</sup> ist Erkältungszeit. Meistens sind die Verursacher Erkältungsviren und müssen nicht mit einem Antibiotikum behandelt werden. Werfen Sie lieber einen Blick in Omas natürliche Hausapotheke.

### TEE FÜR ALLE FÄLLE

Bei einer Erkältung können Tees mit Heilkräutern wertvolle Hilfe leisten. Zwei Liter am Tag sollten Sie während der Zeit der Erkrankung trinken.

- **Echter Thymian:** Bronchitis, Rachenentzündung
- **Spitzwegerich, Malve, Eibisch:** Halsschmerzen, Rachenentzündung, trockener Reizhusten; auch zum Gurgeln!
- **Königskerze:** Husten
- **Süßholzwurzel, Primel, Schlüsselblume:** zum Abhusten, verschleimte Atemwege
- **Holunder-, Lindenblüten:** zum Ausschwitzen, Abhusten
- **Ingwer:** entzündungshemmend, schmerzlindernd

- **Kamille:** entzündungshemmend, fürs Immunsystem
- **Salbei:** desinfizierend, bei Hals- und Rachenentzündung zum Gurgeln

### GUT GEWICKELT

Die berühmten „Essigpatscherl“ helfen, Fieber zu senken. Küchenzwiebeln enthalten verschiedene keim- und entzündungshemmende Stoffe. Versuchen Sie Zwiebelsäckchen bei Ohrenschmerzen und Wickel bei Halsschmerzen. Topfen und Zitrone verstärken die Wirkung solcher Gesundheitswickel.

### NÄTURLICHE ERGÄNZUNG

In Absprache mit Ihrem Arzt können Sie auch zu Nahrungsmittelergänzungen mit Heilkräutern greifen. So gelten der rote Sonnenhut zur Stärkung des Immunsystems oder die Kapland-Pelargonie, die immunstärkend, antibakteriell, antiviral und schleimlösend wirkt, als empfehlenswert. ☺

# Keine Lust auf Erkältung!



Durchschnittlich erkranken Erwachsene zwei bis vier Mal im Jahr an einer Erkältung. Gerade mit zunehmendem Alter wird das Immunsystem anfälliger für Infekte. Rechnet man das hoch, sind wir bis zu zwei Jahren unseres Lebens erkältet. Wenn es wieder einmal passiert, gilt: Ursache und nicht nur Symptome bekämpfen!

Ingried K. (64)\* zählt zu jenen Menschen in Österreich, die regelmäßig an einer Erkältung leiden: „Egal, wie warm ich mich anziehe und wie sehr ich aufpasse, nicht krank zu werden – in der kalten Jahreszeit liege ich jedes Jahr mindestens einmal flach – wenn ich Pech habe, deutlich öfter. Dann kommen zuerst der kratzende Hals und die rinnende Nase, dann Husten und im schlimmsten Fall Fieber.“

### URSACHE BEKÄMPFEN

Schon ab Mitte 50 zählt man zum Personenkreis mit einer tendenziell geschwächten Immunabwehr. Was man tun kann, um sich vor den Viren zu schützen, wissen wir spätestens seit 2020 ganz genau: Häufiges Händewaschen, Abstand halten, Lüften usw. Wenn sich wie im Fall von Frau K. aber doch die lästige Erkältung ankündigt, ist eines ganz wichtig: schnell handeln.

Gerade pflanzliche Wirkstoffe bieten hier eine gute Alternative.

### HILFE DURCH DIE KAPLAND-PELARGONIE

„Ich hatte ein leichtes Kratzen im Hals und meine Nase begann zu rinnen. In der Apotheke wurden mir bei diesen ersten Anzeichen die Infekt grippal Tabletten von Dr. Böhm® empfohlen. Schlimmeres ist nach der Einnahme ausgeblieben. Seither sind sie fester Bestandteil meiner Hausapotheke.“

Das reinpflanzliche Präparat Dr. Böhm® Infekt grippal erzielt seinen Effekt mit den Wirkstoffen der Kapland-Pelargonie. Besonders ihr Extrakt, der bereits seit Jahrhunderten traditionell bei Atemwegserkrankungen eingesetzt wird, bietet rasche und gut verträgliche Hilfe schon bei ersten Symptomen.

\*Name von der Redaktion geändert.

Anzeige



Für Ihren Apotheker  
PZN 4987888

**Dr. Böhm® Infekt grippal**  
Erste Hilfe bei Erkältung.

Traditionelles pflanzliches Arzneimittel



VON LEBENS- UND  
SOZIALBERATERIN

Mag. Gabriela Fischer  
[www.gabifischer.com](http://www.gabifischer.com)

“

Bei einer Kerze ist  
nicht das Wachs  
wichtig, sondern  
das Licht.

ANTOINE DE  
SAINT-EXUPÉRY

# Gemütlichkeit statt Perfektion

Weihnachten und Silvester, die eigentlich schönsten Feste im Jahr, können in bestimmten Situationen oder einigen Familien ein Minenfeld für Krisen und Konflikte darstellen. Ob es sich um die Gestaltung des besonderen Abends, um das Essen, das Geschenk oder um den Umgang miteinander handelt – zu große Erwartungen führen oft zu Enttäuschung.

Es ist leider Realität: Wenn Menschen das ganze Jahr über bewusst kaum bis keinen Kontakt pflegen, werden diese auch an Feiertagen meist nicht innige Freunde. Unterschwellige Konflikte hängen wie ein Damoklesschwert über Familienmitgliedern und lösen sich nicht automatisch nur wegen Weihnachten oder Silvester in Luft auf.

Im Gegenteil, oft brechen diese durch den verstärkten Alkoholkonsum erst richtig heraus. Auch Geschenke und die damit verbundenen Reaktionen können enttäuschen.

Deshalb ist es wichtig, sich auf das Fest zu freuen, aber nicht zu viel zu erwarten, und Geduld, Toleranz sowie Flexibilität zu zeigen, wenn es um die persönlichen Vorstellungen zum Abend (Ablauf, Essen, Spiele ...) geht. Gerade mit Kindern läuft nicht immer alles nach Plan.

Bei Überraschungsgeschenken bitte stets die Rechnung aufbewahren. Vermeiden Sie Stress, indem Sie rechtzeitig Vorbereitungen treffen (vorkochen, dekorieren ...) und haben sie vor allem keine Scheu, um Mithilfe oder Unterstützung zu bitten.

Das Streben nach dem perfekten Weihnachtsfest oder Jahreswechsel setzt oft unter Druck oder löst ihn aus, deshalb sollte die Ausrichtung nicht der Perfektion, sondern der Geborgenheit, Gemütlichkeit und dem Zusammensein gelten.

Ich wünsche Ihnen ein wundervolles Weihnachtsfest und alles erdenklich Gute für 2022! ☺

Die PVÖ-Lebenshilfe ist bei allen Problemen unter Tel.: 01/313 72-0 erreichbar.

Die Beratungen finden nach telefonischer Voranmeldung telefonisch, per E-Mail oder persönlich in der PVÖ-Verbandszentrale, Gentzgasse 129, 1180 Wien, statt.

## Familie macht mehr Spaß, wenn man sie versteht.

Erleben Sie mit unseren individuellen Hörlösungen die Welt wieder so, wie sie am meisten Freude bereitet.

Neuroth: über 140 x in Österreich

Service-Hotline: 00800 8001 8001  
Vertragspartner aller Krankenkassen

[neuroth.com](http://neuroth.com)

Jetzt  
Hörtest

machen und  
Hörgeräte in der  
Weihnachtszeit  
ausprobieren.

 NEUROTH

BESSER HÖREN • BESSER LEBEN



# Für Sie: Vorteilswelt

**Noch bis 31. Dezember!** Als PVÖ-Mitglied können Sie bei unseren Partnern richtig Geld sparen: vom Lebensmittel-Einkauf bis zum Mode-Shopping.



## Tageskarten für PVÖ-Mitglieder \*

Was eigentlich nur Firmen können, wird nun auch für PVÖ-Mitglieder möglich: Sie können jetzt in den 12 METRO-Märkten in Österreich mit einer Tageskarte gemütlich shoppen gehen. Gegen Vorweis des Mitgliedsausweises und eines Lichtbildausweises. 12 x in Österreich.

Aktuelle Angebote auf [www.metro.at](http://www.metro.at)

**11 % RABATT FÜR PVÖ-MITGLIEDER \*** gegen Vorweis des Mitgliedsausweises auf Selbstbehalt und Zubehör!

[www.hoergeraete-seifert.de](http://www.hoergeraete-seifert.de)

5 x in Österreich (Abtenau, 2 x in Salzburg, St. Pölten und Steyr)

**110 EURO RABATT FÜR PVÖ-MITGLIEDER**  
bei Hörgeräte Neukauf \*\* - PVÖ Mitgliedsausweis vorweisen!

Erleben Sie die Vorteile der neuesten Hörgeräte von Neuroth: besseres Sprachverständigen, neueste Technik, kleinste Bauweise und hoher Tragekomfort! Für PVÖ-Mitglieder gibt es jetzt 110 Euro Rabatt beim Kauf eines neuen Hörgeräts (mit Zuzahlung, pro Person). Erhältlich in ganz Österreich in allen Neuroth-Standorten: [www.neuroth.com/filialen/](http://www.neuroth.com/filialen/)

**10 % RABATT FÜR PVÖ-MITGLIEDER**

TV-Moderatorin Birgit Schrowange ist die Markenbotschafterin von Adler Mode – und mit einer eigenen Kollektion vertreten

**ADLER**  
ALLES PASST

Gegen Vorweis des Mitgliedsausweises und mit den Kw. „Pensionistenverband“ und „Wien“! Gültig bis 31.12.2021 nur für Bekleidung und Schuhe. Ausgenommen sind reduzierte Ware, Geschenkkarten, nicht kombinierbar mit anderen Aktionen oder Rabatten. Rabatt ist nicht gültig im Zuge einer PVÖ-Busgruppenservice-Veranstaltung. 24 x in Österreich.

[www.adlermode.com](http://www.adlermode.com)

**€ 5,- SOFORTRABATT \***  
ab 50 Euro Einkauf für PVÖ-Mitglieder

Gegen Vorweis des Mitgliedsausweises. Ausgenommen: 1. Preis-Artikel, Bestseller, E-Bikes, Serviceleistungen, Gutscheine.

106 x in Österreich, aktuelle Angebote auf [www.hervis.at](http://www.hervis.at)

\* Gültig bis auf Widerruf, zumindest aber bis 31.12.2021!

\*\* Gültig bis 31.12.2021. Keine Barauszahlung, Rechtsweg ausgeschlossen. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.



## Kreta

Für PVÖ-Mitglieder aus dem **Burgenland, aus Kärnten, Oberösterreich und Wien**.

Die Flugtage mit Ziel Heraklion werden Freitag, Samstag und Sonntag sein. Rückflüge entsprechend sieben Tage danach. Unten angeführt ist jeweils der erste Flugtag.

### Reisetermine

- |                  |                              |
|------------------|------------------------------|
| <b>1. Turnus</b> | <b>1 Woche ab 01.04.2022</b> |
| <b>2. Turnus</b> | <b>1 Woche ab 08.04.2022</b> |
| <b>3. Turnus</b> | <b>1 Woche ab 15.04.2022</b> |
| <b>4. Turnus</b> | <b>1 Woche ab 22.04.2022</b> |
| <b>5. Turnus</b> | <b>1 Woche ab 29.04.2022</b> |

**Preis für PVÖ-Mitglieder auf Basis DZ inkl. VP und Ausflüge laut Programm: 999 Euro**

**Für Nichtmitglieder: 1.049 Euro**

**EEZ: 135 Euro**



## Costa de la Luz

Für PVÖ-Mitglieder aus **Niederösterreich, der Steiermark, aus Salzburg, Tirol und Vorarlberg**.

Die Flugtage mit Ziel Sevilla werden Montag, Dienstag und Mittwoch sein. Rückflüge entsprechend sieben Tage danach. Unten angeführt ist jeweils der erste Flugtag.

### Reisetermine

- |                  |                              |
|------------------|------------------------------|
| <b>1. Turnus</b> | <b>1 Woche ab 18.04.2022</b> |
| <b>2. Turnus</b> | <b>1 Woche ab 25.04.2022</b> |
| <b>3. Turnus</b> | <b>1 Woche ab 02.05.2022</b> |
| <b>4. Turnus</b> | <b>1 Woche ab 09.05.2022</b> |
| <b>5. Turnus</b> | <b>1 Woche ab 16.05.2022</b> |

**Preis für PVÖ-Mitglieder auf Basis DZ inkl. VP und Ausflügen laut Programm: 1.029 Euro**

**Für Nichtmitglieder: 1.079 Euro**

**EEZ: 140 Euro**

### SENIORENREISEN:

# Treffpunkte 2022

**Der Anfang ist gemacht.** Das vergangene Herbsttreffen hat gezeigt, dass Reiseveranstaltungen, wenn sie sorgsam vorbereitet sind, auch für „unsere Generation“ weitestgehend sicher sind. Darauf baut das Programm 2022 auf.

**D**ie Mischung macht's“, ist SeniorenReisen- und PVÖ-Geschäftsführerin Gerlinde Zehetner überzeugt: „Zum einen treffen wir mit unseren Partnern vor Ort wirklich alle nur denkmöglichen Vorkehrungen, die das Reisen auch in Corona-Zeiten so sicher wie möglich machen. Und zum anderen haben wir das Glück, fast ausschließlich verantwortungsvolle ReiseteilnehmerInnen zu haben, die von sich aus alles unternehmen, um sich selbst und andere weitestgehend zu schützen.“

Tatsächlich waren in den vier Turnussen des vergangenen Herbsttreffens mehr als

99 Prozent (!) der TeilnehmerInnen zweifach geimpft. Kein Garant, dass man nicht an Corona erkrankt, wie wir alle mittlerweile wissen – aber doch die große Wahrscheinlichkeit, dass man nur einen relativ milden Krankheitsverlauf hat und auch nicht hoch ansteckend ist.

### Ein Dank

an alle unsere ReiseteilnehmerInnen. Der überwiegende Teil war schon beim Herbsttreffen 2021 voll immunisiert. Auch das macht Senioren-Reisen sicher!

„Der Umstand, dass bis zum Start der Reise-Saison die meisten unserer Gäste schon die dritte Impfung – den Booster oder die Auffrischung – hinter sich haben und die in Aussicht gestellte Impfpflicht auch noch viele bisher Unentschlossene zur Impfung bringt, macht mich zuversichtlich, dass wir 2022 das von uns geplante Programm zur Gänze anbieten



Bild mit Symbolcharakter: Das waren die „Roten Engel“ im Jahr 2019 beim „Auf-Wiedersehen-Bild“ für die Gäste des Frühjahrstreffens damals. Dieses Wiedersehen soll es im Jahr 2022 geben!



“ Wir haben unsere Aufgaben erledigt und sind bereit für ein attraktives Reisejahr 2022. Die Entwicklung der Pandemie können wir leider nicht steuern. Alles andere haben wir im Griff.

MAG. GERLINDE ZEHETNER,  
PVÖ- UND SENIORENREISENGESCHÄFTSFÜHRERIN



Nach Venedig wohl das bekannteste Motiv an der oberen Adria: Rovinj, einer der Höhepunkte des Herbsttreffens 2022

## Die Reiselust

ist ungebrochen. Das hat man beim vergangenen Herbsttreffen deutlich gespürt. 2022 gibt es deshalb wieder mehr Angebot.

können“, ist Gerlinde Zehetner überzeugt. Und dieses Programm 2022 kann sich sehen lassen!

### DIE FRÜHJAHRTREFFEN: DAS GROSSE WIEDERSEHEN

Gestartet wird das Reisejahr mit den Frühjahrstreffen in Kreta, Griechenland und an der Costa de la Luz, Spanien, mit einem Abstecher nach Portugal. Alles ist bereits bestens vorbereitet. Die ersten Frühjahrstreffen nach 2019 (!) stehen ganz im Zeichen der Wiedersehensfreude.

### EIN WIEDERSEHEN AUCH MIT KROATIEN

Auch das Herbsttreffen 2022 ist bereits jetzt in Vorbereitung und bringt eine große Überraschung: Wegen der großen Zufriedenheit der Gäste und wegen der guten Zusammenarbeit mit den Partnern vor Ort

geht es wieder nach Kroatien. Diesmal nach Istrien, genauer gesagt nach Rabac. Dieser Ort an der Südostküste unweit von Opatija ist fast noch so etwas wie ein Geheimtipp. Der

Grund: Die meisten Istrien-Reisenden bleiben schon in den bekannteren Orten Umag oder Poreč hängen. Gut so! So bleibt in Rabac alles noch etwas familiärer, ursprünglicher. Dabei verfügt das einstige Fischerdorfchen mittlerweile über gute Hotels, nette Flanierwege und Spazierpromenaden und einen einladend schönen und angenehmen Kieselstrand mit herrlicher Aussicht auf die in der Kvarner-Bucht gelegenen Inseln.

Durch seine Lage ist Rabac ein hervorragender Ausgangspunkt für Ausflüge auf der istrischen Halbinsel. Wirklich weit ist ▶



## Rabac

Wie immer wird das **Herbsttreffen 2022** als Busreise organisiert.

Rabac an der Südostküste der Halbinsel Istrien ist von allen Punkten Österreichs aus bequem zu erreichen. Kein heimischer Ort ist weiter als 750 Straßenkilometer entfernt.

### Reisetermine

1. Turnus	<b>18.09.-25.09.2022</b>
2. Turnus	<b>25.09.-02.10.2022</b>
3. Turnus	<b>02.10.-09.10.2022</b>
4. Turnus	<b>09.10.-16.10.2022</b>

### Neu: Relax-Faktor plus!

SeniorenReisen ist immer ganz nah an den Wünschen seiner Gäste und wird daher beim Herbsttreffen 2022 den Erholungsfaktor stärker betonen. Das heißt:

- Hotels der gehobenen 4-Sterne-Kategorie mit einer Ausstattung, die zum Erholen und Entspannen einlädt.
- Ein Zielort, der über einen nahen, gut ausgestatteten Strand, über Zerstreuungs- und Unterhaltungsmöglichkeiten in fußläufiger Entfernung von den Hotels verfügt.

### Inkludierte Ausflüge

**1x ganztags Rovinj & Limfjord**  
Stadtrundgang in den malerischen Gassen und Schiffahrt im Naturschutzgebiet

**1x ganztags Opatija**  
Wandeln Sie auf den Spuren des mondänen Seebads des 19. Jahrhunderts.

**Preis für PVÖ-Mitglieder auf Basis DZ inkl. VP und Ausflüge laut Programm: 839 Euro**  
**Für Nichtmitglieder: 889 Euro**  
**EZZ: 189 Euro**



**SENIOREN  
REISEN  
AUSTRIA**

Stimmung.  
Service.  
Sicherheit.



1



3



2



4

## Grenzen überschreiten

Das heutige Istrien ist das Produkt seiner Geschichte: Hier erleben Sie das Römische Reich, Alt-Österreich, Italien und Kroatien.

**Bild 1:** Einst der Sommersitz des jugoslawischen Staatsmannes Marschall Tito, jetzt ein Nationalpark: die Brijuni-Inseln;

**Bild 2:** Fast 2.000 Jahre alt – das Amphitheater in Pula;

**Bild 3:** Pršut (kroatisch) klingt so ähnlich wie „Prosciutto“ (italienisch) – und schmeckt auch so!

**Bild 4:** Die Sommerfrische der ehemaligen „obersten 10.000“ aus der Monarchie: Opatija

► es nirgendwo hin: Je nach gewählter Strecke sind es nach Opatija nur 50 bis 60 Kilometer, nach Rovinj ebenso.

### DIE GROSSE WELT IM KLEINEN

SeniorenReisen nutzt diesen Umstand perfekt und bietet zwei im Reisepreis inkludierte Tagesausflüge an, die Sie „in verschiedene Welten“ bringen werden. Und – wie gesagt – nur innerhalb von 60 Kilometern Radius.

Der erste führt Sie in das vom 13. bis ins 18. Jahrhundert zu Venedig gehörende

„Rovigno“, heute kroatisch Rovinj genannt. Es gibt hier zwar keine Kanäle und auch nicht so prachtvolle Paläste wie in der „Serenissima“. Aber der Campanile neben der über der Stadt thronenden Kirche der Santa Eufemia ist dem von Venedig zum Verwechseln ähnlich und das Schlendern durch die malerischen Gassen wird Sie stark an italienische Städte erinnern.

Der Duft der „großen weiten Welt“ umgibt Sie beim zweiten ganztägigen Ausflug nach Opatija. Hier ist die Handschrift der K.-u.-k.-Monarchie unverkennbar. Kein

Wunder, war Opatija (damals: Abbazia) im ausgehenden 19. Jahrhundert der Urlaubsort vom Kaiserhaus über den Adel bis zum reichen Bürgertum. Hotels und Villen sonder Zahl versprühen heute noch diesen unvergleichlichen Charme.

### ES GIBT NOCH VIEL ZU SEHEN

Istrien ist reich an sehenswerten Ausflugszielen. SeniorenReisen plant daher weitere fakultative Ausflüge nach Motovun und Grožnjan, nach Pula und zu den Brijuni-Inseln. Details folgen. ☰

## Weitere Ziele 2022



### Irland

Das Land der Kelten, der Hochmoore, der unendlichen Grüntöne. Eine achttägige Rundreise bringt Sie von abgeschiedenen Naturschönheiten in moderne Metropolen.

**Termin:** August/Sept. 2022



### Chile & Argentinien

Von den Anden bis nach Feuerland führt Sie diese 13-tägige Reise, in deren Rahmen Sie mit dem Schiff die Magellanstraße und Kap Hoorn besuchen.

**Termin:** Sept./Okt. 2022



### Neuseeland

16 Tage „am anderen Ende der Welt“: Erkunden Sie die Naturschönheiten der Nord- und der Südinsel im Rahmen einer einmaligen, komfortablen Bus-Rundreise.

**Termin:** Oktober 2022



### Türkei

Belek für Verwöhrte: Das Erwachsenen vorbehaltene Vierstern-Plus-Hotel direkt am Strand lässt keine Wünsche offen: Alles da, inklusive Spa. Baden&Aktiv für Genießer.

**Termin:** Oktober 2022

# Startklar für 2022

**Aufgeschoben ist nicht aufgehoben!** SeniorenReisen hat drei attraktive Reiseziele, die 2020 nicht angesteuert werden konnten, für 2022 wieder ins Programm genommen.

**E**s ist nie zu spät! Außervielelleicht bei verpassten Flügen oder Zügen gilt dieser Satz doch für ziemlich viele Lebenslagen. Auf jeden Fall auch, wenn es darum geht, Reiseziele, die auf der persönlichen Wunschliste stehen, anzusteuern.

Für alle, die im Jahr 2020 traurig waren, dass sie ihr Lieblingsziel nicht erreichen konnten, gibt es bei SeniorenReisen eine neue Chance: Drei sehr attraktive Reiseziele von damals stehen im kommenden Jahr wieder auf dem Programm.



Fast schon unwirklich malerisch: Cinque Terre

Den Anfang macht eine Destination, die in Sachen Kunst, aber auch bei Speis und Trank ein wahrer Spitzenspieler ist: die Toskana, jener Landstrich Italiens, der besonders viele Weltkulturerbe-Stätten beherbergt. Die Anzahl von sehenswerten Städten und Orten in einem Umkreis von nur etwas mehr als 100 Kilometern ist einmalig: Florenz, Siena, Pisa, Lucca, San Gimignano ... Ihr „Stützpunkt“, von dem aus Sie alles erkunden, ist ein Hotel an einem schönen Strand der Versilia-Küste.

Ein anderer Strand steht im Mittelpunkt eines Ausflugs im Rahmen der Reise in die Normandie und Bretagne: jener, der als Landungspunkt der Alliierten am D-Day, am 6. Juni 1944, in die Geschichte einging. Bei allen anderen Ausflügen stehen aber,



Der Strand des D-Days in der Normandie

ebenso wie in der Toskana, Kunstschatze und Kultur im Vordergrund: der berühmte Teppich von Bayeux etwa oder – als Höhepunkt – der Mont-Saint-Michel.

Völlig zu Unrecht weniger bekannt für seine Kunstschatze ist das Königreich Dänemark. Dabei kann man es guten Gewissens „das Land der Schlösser“ nennen. SeniorenReisen bringt Sie zu Wasser und zu Lande zu den bemerkenswertesten Kulturdenkmälern des Landes, vom Schauplatz des Hamlet bis zum prächtigsten Renaissancebau des Ostseeraums – eine Reise, die viele neue Eindrücke bietet.



Frederiksborg: das prächtigste Schloss Dänemarks

## ALLE TERMINE, ALLE PREISE ...

... und viele weitere Detailinformationen zu den hier vorgestellten Reisen und auch zu den auf der linken Seite angeführten Zielen für 2022 gibt es in den nächsten Ausgaben von UG und bei SeniorenReisen im Internet: [www.seniorenreisen.cc](http://www.seniorenreisen.cc) sowie unter Tel.: 01/313 72-60 oder 61



## Toskana

Flug Wien–Florenz–Wien, 8 Tage an der Versilia-Küste mit Ausflügen nach Florenz, Pisa, Siena, San Gimignano und Cinque Terre

**3 Turnusse ab Mitte Mai 2022**



## Normandie

Flug Wien–Paris–Wien, 7 Tage Bus-Sternfahrten ab Wohnort Saint-Lô durch die Normandie und Bretagne

**3 Turnusse im Juni 2022**



## Dänemark

Flug Wien–Kopenhagen–Wien, 7 Tage Bus- und Schifffahrt zu den bedeutendsten und schönsten Schlössern des Landes

**3 Turnusse im Juli 2022**



**SENIOREN  
REISEN  
AUSTRIA**

Stimmung.  
Service.  
Sicherheit.



FOTO: STEFAN DIESNER

**VOR**magazin

ÖSTERREICHISCHER  
**VORLESETAG**  
**24. MÄRZ 2022**

**ORF**

**Anmeldung ab  
15. Dezember!**

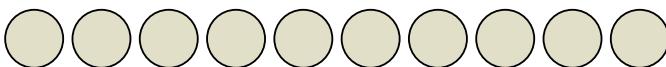
**LESEN KANN  
MAN ÜBERALL.  
VORLESEN AUCH.**

**JEDE VORLESUNG ZÄHLT!**  
Anmelden auf: [www.vorlesetag.eu](http://www.vorlesetag.eu)

BEZAHLTE ANZEIGE

Gesellschafts-tanz	Geschwindigkeitsbe-schränkung chem. Element			Kw. für eine Weltraum-organisation Abgrund		Zahlungs-mittel	europ. Staat
		▽	▽	▽	▽		▽
Schmelz-überzug						engl.: Taste am Video-recorder	
Musik-richtung				vornehm, kostbar Staat in Südamerika		▽	
			▽		für, pro Turner-abteilung		
ugs.: Knoten	den Inhalt entnehmen	▽			▽		
Araber-fürst	Fluss zum Rhein			Kurzform: Intercity Abkürzung: ledig			Handlung
Zauber-schutz		▽		▽			▽
Monats-name				Kurzform: Europ. Gemeinschaft		Abk.: Norden	
Hoch-schüler	▽					▽	

Die diesmal zu findende Lösung  
nennt eine warme Vorspeise.



Die 10 Buchstaben der farbigen Kästchen – in richtiger Reihenfolge  
eingetragen – ergeben die Lösung.

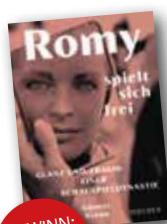
**LÖSUNGEN SIEHE SEITE 42**



GEWINN:  
3x1  
BUCH

### Advent wie damals

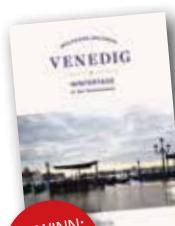
**Zauber.** Die Weihnachtsgedichte und Adventsgeschichten von Herbert Gschwendtner in „Hüttenadvent“ (Anton Pustet, € 22,-) laden zum Lesen und Vorlesen ein. Sie bringen uns zurück in die Zeit, als es im Ort noch Greißler gab, das Zuckerlglas der Großmutter das höchste Gut war, die Krippenfiguren als Spielzeug herhielten und Weihnachten und Geschenke einfacher, aber vielleicht stimmungsvoller als heute waren. **3x1 Buch gewinnen (Kw. „Advent“)!**



GEWINN:  
3x1  
BUCH

### Romy spielt sich frei

**Stärke.** Günter Krenn zeichnet in seinem Buch (Molden Verlag, € 35,-) den Weg Romy Schneiders vom süßen Weltstar „Sissi“ zur großartigen Ausnahme-Schauspielerin. Ihre berührende Lebensgeschichte erzählt vom Ringen um Selbstbestimmung und Unabhängigkeit im Theater und Filmgeschäft – von der Vereinnahmung durch Politik und Medien, von zweifelhaften Verstrickungen und Irrwegen in turbulenten Zeiten. **3x1 Buch gewinnen (Kw. „Romy“)!**



GEWINN:  
3x1  
BUCH

### Venedig im Winter

**Porträts.** Einheimische bezeichnen Venedig als „Serenissima“ (die Durchlauchtigste). Gerade im Winter kann man ihr wahres und „pures“ Gesicht entdecken. Wolfgang Salomons Buch (Styria Verlag, € 28,-) lädt zum Schlendern durch Calli und Campi ein, zum Sonnenbad am Lido, zu besonderen Museumsbesuchen und begibt sich auf die kulinarischen und musikalischen Spuren der nächtlichen Lagunenstadt. **3x1 Buch gewinnen (Kw. „Venedig“)!**

## SUDOKU

						6		
						9	5	6
4					5	1	3	2
	1	3			8	4	5	
9							8	
5	6	4			1	7		
8	5	6	7			1		
3	2			5				
	4							

## STREICH- UND VORSETZRÄTSEL

TERMIN – VEREIN – MENAGE – SCHIFF – IKARUS – EGERIA – DORSCH – ADEBAR – TELLER – TAROCK – ERTRAG – MIEDER – MESSER – SELENE – ORTLER – WERMUT – KELTER – MINUTE – TALENT – RAGLAN – LERCHE – ERNANI – HANTEL

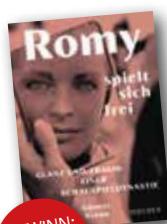
Vorstehenden Wörtern ist je eine der unten angegebenen Buchstabentriolen vorzusetzen, während die letzten drei Buchstaben zu streichen sind, wodurch neue sinnvolle Wörter entstehen. Bei richtiger Lösung ergeben die Anfangsbuchstaben der neuen Wörter ein Sprichwort.

ANT – CHE – DAT – ELT – ERO – ETA – EXP – HER – ING – ISI – KES – NAJ – NAT – NEK – NIC – OFF – OLI – RIE – STI – TAN – TAU – TEL – WIN

## WINTERZEIT IST LESEZEIT



GEWINN:  
3x1  
BUCH



GEWINN:  
3x1  
BUCH



GEWINN:  
3x1  
BUCH

1

# Glitzerzeit

Erika (81) hat sich mit uns auf die schönste Zeit des Jahres modisch vorbereitet. Advent, Weihnachten und Silvester bringen unseren Kleiderschrank wieder zum Erstrahlen. Es darf wieder glitzern und glänzen!



**Fotos:** Bubu Dujmic.  
**Styling und Make-up:**

Martina Gaa.

**Bezugquellen:**

Gerry Weber, Hämmerle, Zara, Humanic, alle 1140 Wien, Auhof Center. Weitere Shops in Österreich unter:

[www.gerryweber.com](http://www.gerryweber.com)

[www.haemmerle-mode.at](http://www.haemmerle-mode.at)

[www.humanic.net](http://www.humanic.net)

[www.zara.com/at/](http://www.zara.com/at/)

Schmuck: privat

## 1 ZUM WEIHNACHTS-SHOP- PING IN SILBERGLANZ

Wenn man so fit ist wie Erika, die auch morgens zur Sendung „Fit mit Philipp“ turnt, geht einem sicher nicht der Atem beim Shopping aus! Fröhlich präsentiert sich unser Model in einem aparten Pullover mit Glitzerprint (Monari), ange-sagter Steppjacke in Silber (Como, beides Hämmerle), glänzender Freizeithose mit seitlichem Zipp (Gerry Weber), charmanter Schultertasche in Silber und Schwarz (Lazzarini) und flotten Sneaker mit Glanzeffekt (Kate Gray, beides Humanic).

## 2 GLITZERAKZENTE ZUM SILVESTERTANZ

Ihre tolle Figur behält Erika auch durch ihre zweite Leidenschaft, das Tanzen. Seit acht Jahren besucht sie regelmäßig eine Tanzschule. Für eine unvergessliche Silvesternacht erstrahlt sie in einer Kombination aus figurbetontem Oberteil mit Glitzerfäden (Kaos, Hämmerle), schmaler, knöchellanger Hose mit seitlichen Glitzerstreifen (Zara), edler Tasche mit Glitzersteinen und Strasselementen (Steve Madden) und eleganten Lackballerinas in spitzer Form (Poé, beides Humanic).

## 3 GLITZERND ZUM ADVENTESSEN

Neben Segeln zählt auch das Reisen zu den Hobbys unseres charmanten Models. Viele wunderschöne Orte hat Erika schon von der Welt gesehen! Zum Adventessen mit Freunden gibt es einen strahlenden Auftritt: in winterweißem Pullover, schimmernder Lederimitat-Jacke in Kurzform, exklusivem Rock aus Glanzplissee und mit Glittereffekt (alles Gerry Weber). Angesagt sind zu Röcken Turnschuhe – wie die flotten Sneaker im Bild (Guess, Humanic).



ADVENTGESCHICHTEN IN  
SANFTEM STRAHLEN

Auch als Lesepatin ist unser aktives Model in einer Mittelschule unterwegs! Geübt wird dann gleich in einem besonderen Outfit, das an warmen Kerzenschein erinnert: Pullover mit Glitzerakzenten, ärmelloser Kapuzen-Steppmantel in Kupfer, samtige Hose in Raupeloptik (alles Gerry Weber) und edle Sportschuhe mit Glitzerelementen (Michael Kors, Humanic).

5



4 SCHIMMERND  
WEIHNACHTEN

Unser Model beeindruckt in einem figurbetonten flaschengrünen Kleid mit eingearbeiteten Glanzfäden und raffinem Ärmel-Detail: Dieses wirkt in der Rückansicht wie eine Stola (Vera Mont, Hämmerle). Apart dazu: feine Strümpfe mit Glitzermuster (Palmers) und edle Riemchen-Stilettos in Raupeleder (Lazzarini, Humanic).



**TRAUMFÄNGER**

Traumfänger wurden bei den amerikanischen Ureinwohnern als Hüter vor schlechten Träumen genutzt. Bald wurde in Amerika daraus ein Glückssymbol – hübsch als Wohndekoration oder Kette.

**VOGEL DES GLÜCKS**

Das traditionelle Holzspielzeug aus Nordrussland bringt Glück ins Haus. Als Geschenk ist der kunstvoll gefertigte Vogel ein Glückswunsch für geliebte Menschen und soll sie vor Ärger beschützen.

**CORNICELLO (HÖRNCHEN)**

Das „Glückshörnchen“ entstand in Neapel, ist schon 3.500 Jahre alt (!) und ist in Italien ein Glücksbringer und Fruchtbarkeitssymbol (Form einer Chili, die aphrodisierend wirkt).



# Das bringt Glück!

Zur Jahreswende schenken wir uns kleine Symbole, die Fortunas Glückshorn über uns ausschütten sollen. Wir haben uns von Glücksbringern aus aller Welt inspirieren lassen!

**O-MAMORI**

In Japan gelten diese kunstvoll bestickten Stoffbeutel mit buddhistischem Knoten als Schutzzeichen und Talisman. In ihrem Inneren verbirgt sich ein Papier mit schützenden Schriftzeichen. Ein O-mamori darf nicht geöffnet und muss zu Neujahr verbrannt werden.

**GLÜCKSHOLZ**

Europa ist reich an Wäldern. Und Holz steht auch für Glück. Wer einen Glücksbringer abseits vom Üblichen sucht – schön und ungewöhnlich ist z.B. ein Handschmeicher (aus Apfelholz, Baumstark).

**SKARABÄUS**

Der Mistkäfer ist eigentlich ein Glücksbote. In Ägypten gilt er als Glücks- und Sonnensymbol und ist ein Zeichen für Wiedergeburt und Verwandlung.

**TONKABOHNE**

In Südamerika und Teilen Afrikas gilt die Tonkabohne als Glücksbringer. Im Geldbörse getragen soll die würzige „Wunschbohne“ Geldsegeln bringen (von Spürsinn24).



5 EURO ERMÄSSIGUNG  
FÜR PVÖ-MITGLIEDER

Weltstar Deborah Sasson als Christi-  
ne und Uwe Kröger, Deutschlands Musical-  
star Nummer 1 als Phantom, begeistern  
das Publikum in dem Musicalhit in Österreich

## Das Phantom der Oper

**STARBESETZUNG.** Seit 2010 fesselt „Das Phantom der Oper“ des Autoren-Teams Deborah Sasson und Jochen Sauter die Zuschauer auf über 500 Bühnen Europas. Damit ist die musikalische Neuinszenierung eines der erfolgreichsten Tournee-Musicals. Das spektakuläre Bühnenbild wurde noch einmal überarbeitet, einzelne Szenen werden dadurch noch plastischer dargestellt – wie der dramatische Sturz vom Luster. Ein absoluter Genuss für Augen und Ohren!

10.3.2022 · 20 Uhr · Linz · Brucknerhaus, Großer Saal  
11.3.2022 · 20 Uhr · Wien · Wiener Stadthalle, Halle F  
12.3.2022 · 20 Uhr · Graz · Helmut-List-Halle

**5 Euro Ermäßigung in allen Kartenkategorien für PVÖ-Mitglieder!** Kartenreservierungen (Kw. „PVÖ“) unter Tel.: 0732/22 15 23 oder per E-Mail an [chm@kdschroeder.at](mailto:chm@kdschroeder.at)



5 EURO ERMÄSSIGUNG  
FÜR PVÖ-MITGLIEDER

Botschaften mit  
Tieffang: Das  
Musical „Der  
kleine Prinz“ ist  
eine sensationelle  
Show für die  
ganze Familie!

## Der kleine Prinz

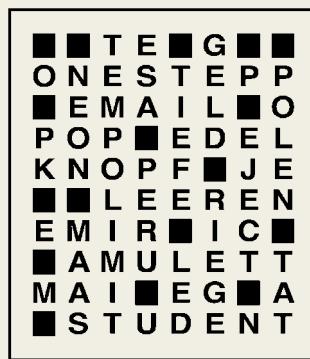
**GROSSE EMOTIONEN.** Das literarische Meisterwerk von Saint-Exupéry ist eines der meistgelesenen Bücher der Welt. Millionen von Kindern und Erwachsenen haben die Geschichten um den jungen Botschafter von einem fremden Stern regelrecht verschlungen. 2015 entstand ein farbenfrohes und spannendes Musical, das Zuschauer aller Generationen begeistert: mit großartigen Stimmen, herrlichen Melodien, rasanten Tanzszenen und spektakulärer Multimedia-Animation!

21.1.2022 · 20 Uhr · Linz · Brucknerhaus, Großer Saal  
22.1.2022 · 20 Uhr · Graz · Helmut-List-Halle  
23.1.2022 · 19.30 Uhr · Amstetten · Johann-Pölz-Halle

**5 Euro Ermäßigung in allen Kartenkategorien für PVÖ-Mitglieder!** Kartenreservierungen (Kw. „PVÖ“) unter Tel.: 0732/22 15 23 oder per E-Mail an [chm@kdschroeder.at](mailto:chm@kdschroeder.at)

FOTOS: FARIDEH DIEHL, MANFRED ESSER

## LÖSUNGEN



### Sudoku:

7	5	9	3	2	6	8	1	4
1	3	2	8	9	4	7	5	6
4	6	8	5	7	1	3	9	2
2	1	3	7	8	9	4	6	5
9	7	4	1	6	5	2	3	8
5	8	6	2	4	3	1	7	9
8	4	5	6	3	7	9	2	1
3	2	1	9	5	8	6	4	7
6	9	7	4	1	2	5	8	3

Die Lösung lautet: NUDELSUPPE

### Streich- und Vorsetzrätsel:

WINTER – OLIVER – RIEMEN – TAUSCH – EROIKA –  
STIEGE – ISIDOR – NAJADE – DATTEL – NEKTAR – OFFERT –  
CHEMIE – HERMES – KESSEL – EXPORT – INGWER – NICKEL –  
ETAMIN – TANTAL – ANTRAG – TELLER – ELTERN – NATHAN

**Schlusslösung:** WORTE SIND NOCH KEINE TATEN.

## Lust auf mehr Rätselvergnügen?

Österreichs beliebteste Rätselzeitung  
ist farbig, unterhaltsam und  
innovativ. Für Denksportler,  
Tüftler, Kinder  
oder Rätselprofis –  
die Rätsel-Krone macht  
einfach mehr Spaß!



Nur  
€ 2,80

Und das um nur  
€ 2,80 in Ihrer  
Trafik und im  
Zeitschriften-  
handel.

**IMPRESSUM:** UG – *Unsere Generation*, das Magazin des Pensionistenverbandes Österreichs (PVÖ), Datenschutz-Nr. 0047040. **Medieninhaber & Herausgeber:** Pensionistenverband Österreichs, 1180 Wien, Gentzgasse 129, Tel.: 01/313 72-0, E-Mail: [redaktion@pvoe.at](mailto:redaktion@pvoe.at), Internet: [pvoe.at](http://pvoe.at). **Chefredaktion:** Andreas Wohlmuth, Heinz Haubenwallner.

**Chefs vom Dienst:** Michaela Görlich/Claus Funovits. **Redaktionelle Mitarbeit:** Mag.<sup>a</sup> Susanne Ellmer-Vockenhuber, Dr. Harald Glatz, Mag.<sup>a</sup> Gabriela Fischer, Uschi Mortinger.

**Assistenz:** Alfred Papelicki. **Artdirektion:** Mag. art. Thomas Haring. **Grafik:** Karin Lifka. **Anzeigenkontakt & Produktion:** seniormedia – echo medienhaus ges.m.b.h., 1060 Wien, Windmühlgasse 26, Tel.: 01/535 05 25, E-Mail: [unseregeneration@echo.at](mailto:unseregeneration@echo.at), [www.echo.at](http://www.echo.at). **Geschäftsführung:** Christian Pöttler. **Geschäftsführung Key Account:**

Manuela Paganotta-Hofbauer. **Verlagsleitung:** Michaela Görlich. **Verlagsleitung Marketing & Sales:** Claudia Neumann. **Verlagsort:** Wien. **Druck:** Bauer Medien Produktions- & Handels-GmbH. **Preis:** Für Mitglieder des PVÖ € 0,90. Für Nichtmitglieder im Einzelverkauf € 1,80 zuzüglich Porto. Keine Haftung für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos. Mit „Werbung“, „Bezahlte Anzeige“ oder „Entgeltliche Einschaltung“ gekennzeichnete Beiträge sind bezahlte Einschaltungen. Die Bundesländerbeilagen erscheinen in redaktioneller Eigenverantwortung der einzelnen Landesorganisationen des PVÖ. **Das nächste Heft erscheint im Februar 2022.**

# Vorteilesklub

ANGEBOTE EXKLUSIV FÜR UNSERE MITGLIEDER



GEWINNEN SIE  
3X2 KARTEN!



## HOLIDAY ON ICE SUPERNOVA

### Reise zu den Sternen

**EISSHOW.** Holiday on Ice ist die einzige internationale Eisshow, die jedes Jahr eine komplett neue Welt auf dem Eis erschafft. Das Original aller Eiskunstlaufshows präsentiert **Eiskunstlauf auf höchstem Leistungsniveau** mit Elementen aus **Theater, Tanz, Oper, Pop, Magie, Musical und Akrobatik**. Die aktuelle Show **Holiday on Ice Supernova** beginnt mit einem farbenprächtigen Fest zu Ehren aller Sternenbilder in einer wunderbaren Winterlandschaft – mit bezauberndem Eistanz, anmutigen Choreografien und prachtvollen Kostümen. Inmitten des Farbenrausches: **Ein Liebespaar und der Traum vom gemeinsamen Glück**. Doch plötzlich beendet ein gigantischer Schneesturm die ausgelassene Feier und trägt das Paar aus der verschneiten Polarwelt hinaus in die **Unendlichkeit des Weltalls**. Es beginnt ein einzigartiges Abenteuer. Zurück auf der Erde feiern sie mit allen Freunden das große Finale in einem Meer von Nordlichtern.

**19.–30. Jänner 2022, Wiener Stadthalle, Halle D**

Karten unter der **Ticket-Hotline: 01/79 999 79** und auf [www.stadthalle.com](http://www.stadthalle.com)

**3x2 Karten** (Kw. „Holiday on Ice“) zu gewinnen!



GEWINN:  
3X1  
BUCH

## Weihnachtszeit wie damals

**Stimmungsvoll.** Das Lese- und Backbuch „Still, still, still ...“ von Ingrid Pernkopf und Johannes Sachslehner (Styria



Verlag: € 30,–) nimmt uns mit auf eine nostalgische Zeitreise zurück in die weihnachtliche Welt unserer Urgroß- und Großeltern. Mit Hinweisen aus Memoiren, Tagebüchern, Reiseberichten, Geschichten, Gedichten und köstlichen Keks- und Plätzchenrezepten.

**3x1 Buch gewinnen (Kw. „Rethel“)!**



GEWINN:  
3X1  
KALENDER

## Mit Haderer ins neue Jahr

**Humorvoll.** Mit spitzem Stift und scharf pointiert nimmt Gerhard Haderer in seinen Karikaturen die Schwächen der Gesellschaft aufs

Korn. Mit seinem neuen Jahreskalender (Scherz & Schund Fabrik, € 16,–) haben Sie 2022 garantiert jeden Monat etwas zum Lachen und Schmunzeln – und zum Nachdenken! **3x1 Kalender gewinnen (Kw. „Haderer“)!**

## CHINESISCHER NATIONALCIRCUS

### China Girl à la Bowie

**ACROBATIC.** Mit der neuen Theatershow „China Girl“ erobert eine weitere Produktion des Chinesischen Nationalcircus die Herzen des Publikums. West meets East, Zirkus trifft Musical, Magie lässt staunen, Artisten verzaubern und berührende Musik von David Bowie.

4.2.2022 · 19.30 Uhr · Weiz · Kunsthaus Weiz, 17.3.2022 · 20 Uhr · Salzburg · Congress, 18.3.2022 · 20 Uhr · Bad Ischl · Kongress- und Theater-Haus, 19.3.2022 · 20 Uhr · Klagenfurt · Messearena 5, 20.3.2022 · 19.30 Uhr · Linz · Brucknerhaus, 24.3.2022 · 20 Uhr · Wien · Stadthalle, Halle F, 25.3.2022 · 19.30 Uhr · Amstetten · Johann-Pölz-Halle

**5 Euro Ermäßigung in allen Kartenkategorien für PVÖ-Mitglieder!**

Reservierungen (Kw. „PVÖ“) unter **0732/22 15 23, chm@kdschroeder.at**

5 EURO ERMÄSSIGUNG  
FÜR PVÖ-MITGLIEDER



„China Girl“ bringt die faszinierende Körperkunst der Artisten des Chinesischen Nationalcircus auf die Bühne

# Die PVÖ-Winterwunderwelt

## Premium Winterjacke

Die wärmende Hülle für die ganz kalten Tage. Mit abnehmbarer Kapuze.

**€ 90,-**

## Premium Wanderjacke

Softshell – ideal für nicht ganz kalte Tage. Wind- und wasserabweisend.

**€ 99,-**



## Premium Rucksack

30 Liter, alle Gurte gepolstert und verstellbar. Ideal für den kurzen Spaziergang bis hin zur Tagestour.

**€ 46,-**



## PVÖ-Jahrbuch

Lesestoff für alle Interessen. Auch als Geschenk gut geeignet.

**€ 5,-**

## Premium Polo, unisex

Auch – aber nicht nur – für sportliche Aktivitäten. Piqué-Sport-Polo

**€ 25,-**



## Jetzt rasch bestellen!

Bestellungen ganz einfach mit diesem Kupon an:

**Pensionistenverband Österreichs, 1180 Wien, Gentzgasse 129**

Alle Preise zuzüglich Porto- und Versandkosten (je nach Stückbestellung und Gewicht, mind. EUR 2,75 beim Jahrbuch – alle anderen Produkte min. EUR 7,-)

*Ja, ich bestelle*

**Jahrbuch 2022**  Stück

**Rucksack**  Stück

**Wanderjacke** S: , M: , L: , XL: , XXL: , XXXL:  Stk.

**Winterjacke** S: , M: , L: , XL: , XXL: , XXXL:  Stk.

**Poloshirt** S: , M: , L: , XL: , XXL:  Stück

**Funktionsshirt** S: , M: , L: , XL: , XXL:  Stück

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Wenn unzustellbar, Retouren an Postfach 100, 1350 Wien



UG – Unsere Generation

Gentzgasse 129, 1180 Wien

E-Mail: [redaktion@pvoe.at](mailto:redaktion@pvoe.at)

Internet: [pvoe.at](http://pvoe.at)

Österreichische Post AG

Zulassungsnummer: MZ 02Z032701M

DVR-Nr: 0047040

Ausgabe: Dezember 2021/Jänner 2022