

UG

UNSERE GENERATION

ÖSTERREICHS GRÖSSTES SENIORENMAGAZIN

Österreich-Tipps à la „Schotti“

Unterwegs mit Michael Schottenberg.

Seine Bücher und TV-Sendungen machen Lust auf die Welt. Der bekennende Globetrotter hat auf seinen vielen Reisen aber auch die Schönheit der eigenen Heimat wiederentdeckt.



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

Die PVÖ-Vorteilswelt

Als PVÖ-Mitglied haben Sie es gut!

Bei unseren Partnern können Sie richtig Geld sparen: vom Mode-Shopping bis zum Lebensmitteleinkauf, vom Kulturgenuß bis zum Hotelaufenthalt. Nutzen Sie attraktive Ermäßigungen und Rabatte – gültig in ganz Österreich!



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

Gegen Vorweis des Mitgliedsausweises. Ausgenommen:

1. Preis-Artikel, Bestseller, E-Bikes, Serviceleistungen, Gutscheine.
- 80 x in Österreich.

www.hervis.at



10 % RABATT FÜR PVÖ-MITGLIEDER*

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

ADLER
ALLES PASST

www.adlermode.at



Wein, Kultur, Uhren & Schmuck

10 % RABATT AUF ALLES im Gutsladen & Burgshop!**

Im größten Weingut Kärtents reifen auf sonnigen Südhängen, Trauben, die zu exzellenten Weinen verarbeitet werden. Die wiedererrichtete Burg Taggenbrunn verführt zu Kulturgenuß: mit der von André Heller kuratierten multimedialen Ausstellung „Zeiträume“, Kleinfunden und Exponaten der Region und den renommierten Taggenbrunner Festspielen. Sowohl im Gutsladen des Weinguts Taggenbrunn als auch im Burgshop sind Uhren und Schmuck aus dem Hause Jacques Lemans erhältlich.

www.taggenbrunn.at

Weingut und Burg Taggenbrunn
Taggenbrunn 9, 9300 St. Veit an der Glan


TAGGENBRUNN
WEINGUT

KOLPING WIEN-ZENTRAL



€ 44,50 p.P. im DZ/NF

- Ihr Haus für Ihren Aufenthalt in Wien**
- gegen Vorlage des PVÖ-Mitgliedsausweises, gültig von 1.4.-31.12.2022
 - 90 Doppelzimmer Tief- und Fahrradgarage, 100% barrierefrei, reichhaltiges Frühstücksbuffet

Kolpinghaus Wien-Zentral • Gumpendorfer Straße 39 • 1060 Wien
• 01/587 56 31-0 • office@kolping-wien-zentral.at

www.kolping-wien-zentral.at



Tageskarten für PVÖ-Mitglieder*

Was eigentlich nur Firmen können, ist 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 PVÖ-Mitgliedsausweises und eines Lichtbildausweises.

12 x in Österreich.

METRO

www.metro.at

RONACHER

CATS

now on

25 %

ERMÄSSIGUNG FÜR PVÖ-MITGLIEDER***

auf Eintrittskarten für „Cats“ oder „Miss Saigon“



DIE BEWEGENDSTE LIEBESGESCHICHTE UNSERER ZEIT

MISS SAIGON

RAIMUND THEATER

Buchung:
Online über pvoe.musicalvienna.at mit dem Code PVOE

Telefonisch bei Wien-Ticket 01/588 80 111 (Kw. „PVÖ“)

An allen VBW-Kassen mit Kw. „PVÖ“ bzw. PVÖ-Mitgliedsausweis

www.musicalvienna.at



NEUROTH
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN



€ 110,- Rabatt
FÜR PVÖ-MITGLIEDER****

bei Hörgeräte-Neukauf auf die Zuzahlung

Erleben Sie die Vorteile der neuesten Hörgeräte von Neuroth: besseres Sprachverständigen, neuste Technik, kleinste Bauweise und hoher Tragekomfort! Für PVÖ-Mitglieder gibt es jetzt 110 Euro Rabatt beim Kauf eines neuen Hörgeräts auf die Zuzahlung (pro Person). PVÖ-Mitgliedsausweis vorweisen! Erhältlich in ganz Österreich in allen Neuroth-Standorten.

www.neuroth.com

YOUR LIFE. YOUR DECISION.

spermidineLIFE[®]
Memory+

Vergesslich?

JETZT
-20%
SPAREN

01.05.-30.06.2022



Mit **spermidineLIFE® Memory+**
nichts mehr vergessen.*

Erneuert die Gehirnzellen und
bewahrt die **Gedächtnisleistung**.¹



1 Zink und Eisen tragen zu einer normalen kognitiven Funktion bei und haben eine Funktion bei der Zellteilung. Zink trägt zu einer normalen DNA- und Eiweißsynthese bei. Eisen trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Erschöpfung bei. Thiamin trägt zu einer normalen psychischen Funktion und der normalen Funktion des Nervensystems bei.
* Jetzt in Ihrer Apotheke gratis Haftnotizblock holen.

In Kooperation mit
der Universität Graz



zur sache

VON PVÖ-PRÄSIDENT DR. PETER KOSTELKA



FOTO: BUBU DJUMIC

An die Regierung: Tut endlich was!

Die Teuerung liegt mit aktuell 8 Prozent auf höchstem Wert seit fast 50 Jahren! Strom kostet 50 Prozent mehr, der Preis für Heizöl hat sich sogar verdoppelt, Gas wurde um 70 Prozent teurer. Brot und Milch 10 Prozent, Butter 26 Prozent, Obst und Gemüse 10 bis 20 Prozent teurer. Es kann nicht sein, dass sich die Pensionisten Essen, Heizen und Wohnen nicht mehr leisten können!

PENSIONSERHÖHUNG VORZIEHEN

Daher fordert der Pensionistenverband ein Vorziehen der Pensionsanpassung. Konkret: dass die nächste Pensionserhöhung nicht erst im Jänner 2023 kommt, sondern bereits ab dem heurigen Sommer. Das würde einer Bezieherin oder einem Bezieher einer 1.300-Euro-Pension 50 Euro netto im Monat zusätzlich bringen.

WIE ES GEHEN KÖNNTE

Dass so etwas möglich ist, zeigt ein Blick in die Archive des Pensionistenverbandes: Auf dem Höhepunkt der Ölkrise in den 1970er Jahren (1974 und 1975) erfolgten inflationsgemäße Pensionserhöhungen von rund 10 Prozent. Darüber hinaus gab es in diesen Jahren auch zusätzlich zur Jahresmitte Erhöhungen von 3 Prozent. 1976 betrug die Pensionserhöhung gar 11,5 Prozent. Darauf sieht man, wie es gehen könnte. Schwierige Zeiten erfordern eben besondere Maßnahmen! Regieren heißt nicht nur herrschen. Regieren (von lateinisch regere) heißt auch lenken, also aktiv sein. Darum die wiederholte Aufforderung an die Regierung: Tut endlich was!

DAS IST KEINE PFLEGEREFORM

Bei der Pflege gab es einen – nennen wir es – „Start“ von neuen Pflegemaßnahmen. Mehr nicht, keine Reform, die langfristig ausgerichtet ist. Die vorgestellten Maßnahmen sind auf zwei Jahre befristet. Und dann? Die Vorschläge und Forderungen des Pensionistenverbandes blieben vielfach unberücksichtigt, obwohl wir doppelt betroffen sind: als pflegende Angehörige und als Pflegebedürftige. Wir lassen auch hier nicht locker, so lange, bis wir etwas zum Wohle unserer Mitglieder und der älteren Generation erreicht haben.

MITGLIEDER WERBEN

Das Klubleben im Pensionistenverband ist wieder in vollem Gange. Auch das Reisen. Unser Frühjahrstreffen 2022 in Kreta und an der spanischen Costa de la Luz, organisiert vom PVÖ-Reiseveranstalter Senioren-Reisen, war ein voller Erfolg. Nützen wir gemeinsam diesen Schwung zur Mitgliederwerbung. Denn wir brauchen jetzt viele neue Mitglieder, um weiter richtig, wichtig und stark sein zu können!

Ihr

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Peter Kostelka".

*Dr. Peter Kostelka, Präsident
des Pensionistenverbandes Österreichs*

Liebe Leserinnen und Leser! Diese Ausgabe ging ab 8.6.2022 in den Versand. Die Post ist verpflichtet, Monatszeitschriften innerhalb von 5 Werktagen zuzustellen! Bei Zustellungsproblemen wenden Sie sich bitte an Ihren Briefträger oder Ihr PVÖ-Landessekretariat. Jede Ausgabe von UG – *Unsere Generation* ist bereits einige Tage vor dem postalischen Erscheinen online auf der Homepage pvoe.at abrufbar. **Die nächste Ausgabe erscheint Mitte Juli 2022.**

MITEINANDER NEUE HORIZONTE ENTDECKEN. GEHT SICHER!

#GemeinsamGeimpft



IN FAHRT
BLEIBEN:
JETZT
AUFFRISCHUNGS-
IMPFUNG
HOLEN!

 Bundesregierung

Jetzt sicher auf Reisen gehen – die Impfung macht es möglich!
Wichtig: Für alle Menschen ab 80 Jahre sowie für Vorerkrankte wird ab sofort eine COVID-19 Auffrischungsimpfung (4. Dosis) empfohlen. Gehen Sie auf Nummer sicher und sprechen Sie jetzt mit Ihrer Ärztin bzw. Ihrem Arzt darüber, ob Sie alle empfohlenen Impfungen haben. Sie schützen damit sich und Ihr Umfeld vor einer schweren Erkrankung sowie vor Langzeitfolgen durch Long-COVID.
Alles rund ums Impfen finden Sie auf gemeinsamgeimpft.at





Ungewöhnlichste WG der Welt

Agnes & Amir. Die 101-jährige Berlinerin Agnes muss nicht ins Altersheim – und ist glücklich. Zu verdanken hat sie das einem Mann, der aus seiner Heimat, dem Iran, fliehen musste: dem 27-jährigen Pflege-Ausbildenden Amir. Eine Stellenanzeige im Internet durch Agnes' Bekannten („Wir bieten kostenloses Wohnen gegen Gesellschaft.“) führte das WG-Paar zusammen. Amir: „Ich habe hier ein Zuhause. Im Gegenzug spende ich gerne meine Fürsorge und meine Zeit.“



Eine Junggebliebene: „Mariandl“ ist 95

Waltraut Haas. Bis heute bezaubert die große Schauspielerin mit ihrem Charme und ihrer Vitalität das Publikum. Ihre sagenhafte Karriere, die sie bis nach Hollywood führte, begann in der Wachau, wo sie als blutjunge Schauspielerin in die Rolle des „Mariandl“ schlüpfte. Teile des Kultfilms wurden in Emmersdorf gedreht. Eine Zeit, an die sich Haas noch heute gerne zurückinnert. Am 9. Juni war „Hasis“ 95er. Unglaublich!

unsere Welt

NEUIGKEITEN UND MENSCHEN IM MITTELPUNKT



„Ich werde 80, fühle mich jedoch wie 25!“

Sir Paul McCartney. Die Beatles ohne ihn? Unvorstellbar. Mit seiner Band „Wings“ ließ er dann auch in den 1970ern die kritischen Stimmen verstummen, die McCarneys Soloambitionen eher als schwach bezeichneten. Musiklegende Paul McCartney feiert am 18. Juni seinen 80. Geburtstag. In einem Interview mit einem amerikanischen Radiosender sagte der Brite kürzlich zu seinem fortgeschrittenen Alter scherzend: „Hallo, ich kann nicht einmal glauben, dass ich Großvater bin! Ich fühle mich wie 25, ich schaue nur älter aus – ich glaube, mein Geburtszertifikat wurde gefälscht.“ Auf die Frage, was seinem Leben Bedeutung gebe, meinte der „When I'm 64“-Songwriter: „Familie. Ich habe acht Enkelkinder, eine fantastische Frau, tolle Kinder – das alles steht definitiv im Fokus meines Lebens.“ Musik macht er, „wenn ich in Stimmung bin oder ein bisschen Zeit habe“. Dafür hat Sir Paul „fast immer ein Instrument bei mir, gleichgültig, wohin ich gehe. Für den Fall, dass ich schreiben möchte.“

Fit im Alter: Pilates 75+

Großbritanniens älteste Pilatesgruppe bringt zusammen über 1.500 Jahre Lebensalter auf das Papier. Die meisten Mitglieder sind über 75, drei in ihren 90ern. Jeden Dienstag treffen sie sich



zum Training, wichtig dabei ist auch der Spaß. Die 81-jährige Francis, eine ehemalige Stand-up-Comedian, weiß auch gleich das Rezept für ein langes, glückliches Leben: „Wir sind eine lustige Truppe und gesünder und fitter denn je. Das Geheimnis ist Training, Lachen, gute Ernährung. Und natürlich jede Menge Sex, wenn man ihn bekommen kann!“

Österreich-Tipps à la „Schotti“

Unterwegs mit Michael Schottenberg.

Seine Bücher und TV-Sendungen machen Lust auf die Welt. Der bekennende Globetrotter hat auf seinen vielen Reisen aber auch die Schönheit der eigenen Heimat wiederentdeckt.



Vorarlberg Im Käseparadies



Am „Ende der Welt“, wie es Michael Schottenberg selbst sagt, fand er auf einer prachtvollen Alm oberhalb von Schruns einen Käsemacher, der den berühmten „Sura Kees“ (Sauerkäse) per Hand schöpft. „Natürlich ein Bär von einem Mann, der diese fast archaische Herstellung von Käse perfektioniert hat“, so Schottenberg. Einen Ausflug für Leckermäuler und Naturliebhaber.



Tirol Kunstvolles Handwerk

Im Alpbachtal wird noch das uralte Handwerk der Federkielstickerei gepflegt. Die Letzten ihres Handwerks zu besuchen, ist für Michael Schottenberg einen Ausflug wert: „In Stumm habe ich einen dieser Könner getroffen. Den ganzen Tag lang sitzt er auf seinem ‚Pferd‘ und stickt die kunstvollsten Muster mit Fasern aus Pfauenfedern.“

Vom „Theater im Kopf“ im Zelt auf dem Platz vor der Votivkirche in Wien, über Regie im TV und Film bis hin zur Leitung des Wiener Volkstheaters mit vielen Erfolgsproduktionen und Auszeichnungen: Die Bühne und das Schauspiel waren für lange Zeit die große Leidenschaft von Michael Schottenberg. Doch seit 2015 hat er die Theaterluft gegen den Wind um die Ohren getauscht: bei seinen Reisen durch die Welt und in den letzten Jahren auch durch Österreich. Seine Bücher (siehe Seite 11) und seine Sendung „Schotti unterwegs“ (Dienstag, 17.30 Uhr, ORF II) begeistern das Publikum. Wir haben Michael Schottenberg im Vorfeld seines 70. Geburtstags am 10. Juli getroffen, um uns von seiner Reiselust anstecken zu lassen.

UG: Was hat Sie eigentlich von der Welt des Theaters in die Welt des Reisens getrieben?

Michael Schottenberg: Einfach weg von zu Hause – das war immer schon meine Sache. Die Welt bereist habe ich immer schon gerne, und jedes Jahr ging es auch nach

Griechenland. Es waren jedoch immer Genussreisen – Urlaub, Ferien.

Einen Tag, nachdem mein Engagement am Volkstheater geendet hatte, stieg ich in den Flieger nach Vietnam, Ziel Hanoi. Ein Kapitel meines Lebens war abgeschlossen, jetzt wollte ich ein neues aufschlagen. Und anders reisen als bisher: alleine, mit Rucksack, wenig Geld und leichtem Gepäck. Zwei Jeans, drei Unterhosen, drei Leiberl – was braucht man mehr? Ich habe mich wahnsinnig auf dieses neue Abenteuer gefreut.

“

Auf Reisen suche ich Geschichten. Ein Land durch die Menschen zu entdecken und ihre Geschichten zu erfahren.“

MICHAEL SCHOTTERBERG

Salzburg In der ganzen Welt

„Es ist vielleicht ein Klischee, aber ich habe mich auf die Spuren des Liedes ‚Stille Nacht, heilige Nacht‘ gemacht – Salzburg ist voll mit Gedenkstätten dazu. In der Stille-Nacht-Kapelle in Oberndorf zu stehen, dem Ort, wo es tatsächlich erstmals gespielt wurde, war ergreifend und hinreißend. Wie auch der Gedanke, dass dieses simple Lied die ganze Welt jedes Jahr in Atem hält und berührt.“



Wie entstanden dann Ihre Bücher?

Diese unglaublich schöne Zeit des Reisens habe ich nur gut überstanden, da ich ein Tagebuch über meine Erlebnisse führte – eine Art Dialog mit mir selbst und meiner Frau. Als ein Verlag an mich herantrat und meinte, dass doch eine Biografie über mich fein wäre – ich finde, dafür ist noch nicht die Zeit – schlug ich ihnen meine Reise-Tagebücher vor. Nach anfänglichem Zweifel wurde dann daraus eine Serie an Reisebüchern.

Was fasziniert Sie am Reisen?

Auf Reisen suche ich Geschichten – wie auch in meinem bisherigen Leben, zum Beispiel am Theater. Ein Land durch die Menschen zu entdecken, ihre Geschichten zu erfahren, bringen mir eine Kultur am besten nahe. Ich bin ein sehr kommunikativer Mensch und habe Lust darauf, andere kennenzulernen, eine Zeit mit ihnen ein Stück des Wegs zu gehen. Wer ist der Bettler? Wer opfert dort gerade beim Tempel? Wie lebter?

Gab es Situationen, wo Sie dachten: Jetzt will ich nicht mehr weitermachen?

Nein, das Reisen ist für mich ein einziger Trip – je schwieriger, je komplizierter, umso

Kärnten

Burgbau wie damals

„Bei diesem Projekt in Friesach wird eine Burg mit Werkstoffen wie im Mittelalter errichtet. Jedes Seil muss selbst gedreht, jedes Werkzeug selbst hergestellt sein. Auf diesem Bauplatz ist moderne Erkenntnis außer Kraft gesetzt – das ist faszinierend. Hier arbeiten auch arbeitslose Menschen mit. Und die Uni Klagenfurt erforscht, wie mit diesem alten Wissen derartige Leistungen möglich waren.“



4

Oberösterreich

Zirkus-Fische

Mit seiner Faszination für Kurioses und Witziges führt uns Michael Schottenberg zum Forellenzirkus der Familie Sageder-Luger ins schöne St. Aegidi. Die intelligenten Fische bringen Besucher und auch „Schotti“ nur so zum Staunen: „Sie springen durch Reifen und köpfeln sogar Tore – das ist unglaublich lustig anzusehen.“

6



7



Steiermark

Im Garten Eden

Der Garten der Kräuterexpertin Andrea Bregar in Gossendorf in der Steiermark ist ein Paradies – eine Führung ein Erlebnis. Schottenberg: „Hier wird nicht gegossen oder von Menschenhand eingegriffen, die Natur zeichnet einfach ihre Spuren. Das ist einer der schönsten Anblicke, die ich je gesehen habe.“

herrlicher ist es für mich. Busse, Züge in der „Holzklasse“ – das kann gar nicht unangenehm genug sein (*lacht*).

Kann man die Welt nicht auch mit einem großen Theater vergleichen?

Absolut, doch das Leben auf der ganzen Welt ist hundertmal spannender als das Theater. Da wird nichts gespielt! Verglichen kann man mit dem Theater, das man ohne Sicherheitsnetz unterwegs ist. Das ist ähnlich, wenn man sich bei einer Aufführung fragt: Wird die Premiere halten?

Auch Österreich hat für Abenteuerlustige und Neugierige einiges zu bieten. Das zeigt auch ihre letzte Buchreihe: Österreich für Entdecker, Wien, Burgenland und im Herbst auch Niederösterreich für Entdecker. Wann haben Sie die Faszination an der eigenen Heimat wiederentdeckt?

2019 wurde ich von Studio 2 (ORF II) gefragt, eine eigene Reisekolumne zu machen. Nur einige Monate später hatte sich die Welt verändert und wir alle waren im Griff der Corona-Pandemie. Reisen war durch die Lockdowns nicht möglich und man trug den Wunsch an mich heran, eine

Serie zu Österreich zu machen.

Ich zögerte zuerst, habe mich dann aber auf das Projekt eingelassen und war neugierig. Diese Reisen durch Österreich waren mit wunderbaren Erlebnissen verbunden: die Schönheit der Süd- und Weststeiermark, auf der vereisten Hängebrücke am Dachstein, zum Bergsteigerfriedhof in strömenden Regen, Sura Kees in Vorarlberg essen, den Arbeiterdichter Felder für mich entdecken u. v. m.

Was dieses Land an tollen Menschen und Kuriositäten hervorbringt, ist einzigartig. So entstand eine Sucht auf meine Heimat, die ich zuvor nie gekannt hatte. Vor der Haustür finden sich die besten Geschichten, die man mit einem anderen Blick neu für sich entdecken kann.

In Wien sind Sie aufgewachsen. Wie war es, die Stadt mit anderen Augen zu sehen?

Es fiel mir gar nicht so leicht, da ich durch meine Erinnerungen nicht unbelastet war. Ein Schlüsselerlebnis hatte ich im Stephansdom: In den Katakomben fand ich eine Namenstafel mit Dr. Franz Jachim. Bis mir einfiel, dass ich von ihm gefirmt worden



5



Burgenland**Literaturweg Csaterberg**

8



9

**Niederösterreich
Raimunds
Lieblingsplatz**

Schottenberg: „An der Wallfahrtskirche am Mariahilfberg in Gutenstein führt links vorbei ein Kalvarienbergweg. Hier ging gerne Ferdinand Raimund spazieren, eine Bank ist ihm gewidmet. Der Ausblick auf den Schneeberg hat ihn wohl zum Alpenkönig inspiriert.“

war. Und er mir eine Watschen gegeben hat, weil ich einen Streit mit meinem Religionslehrer hatte, da ich die Totenmesse seiner Mutter verhaut hatte. So entstand ein kurioser, neuer Zugang.

Jahrzehnte hatte ich verdrängt, weggeschaut, der Begriff Heimat war fast belastend für mich. Jetzt wollte ich meine Stadt anhand von Geschichten, eine versunkene Welt, neu entdecken: das alte Repassiergeschäft, das meine Mutter in der Anschützgasse hatte. Oder im Gespräch mit jenem Mann, der alles reparieren kann, wodurch Strom fließt. Ein richtiger Philosoph, ihm stellte ich die Frage: Lebt unsere Wegwerfgesellschaft nicht nur auf Pump und bekommen wir bald die Rechnung dafür präsentiert? Ruhig meinte er: Nein, man muss nur ein bissl umdenken.

Ist für Sie das langsame, bewusste Reisen auch ein Beitrag zum Klimaschutz? Und hat Corona hier etwas im Zugang verändert?

In jeder Beziehung – energiepolitisch, gesundheitlich, philosophisch. Dieses Hetzen von A nach B, dieses schneller, höher und weiter, das tut uns nicht gut. Corona hat uns

„Hier kann man Literatur, Genuss und Natur perfekt verbinden. Entlang des Literaturwegs am Csaterberg genießt man nicht nur die schöne Landschaft, sondern entdeckt auch zeitgenössische burgenländische Literatur. Zum Abschluss lässt man sich im Gasthaus noch ein gutes Glas Wein schmecken.“

Wien**Verwunschener Friedhof**

„Der St. Marxer Friedhof oder Fliederfriedhof ist ein faszinierend-schöner Ort. Die verwitterten Grabsteine erzählen spannende Geschichten, und die Gräber sind teilweise von der Natur in Besitz genommen worden“, so Schottenberg zu einem seiner Lieblingsorte in Wien.

**Michael Schottenberg
Schotti To Go**

Mit seinen „Entdecker“-Büchern macht uns Michael Schottenberg Lust auf die eigene Heimat. Neben einem Österreich-Buch sind einzelne Bundesländer mit Tipps erschienen. Weitere werden folgen (alle Amalthea Verlag, € 25,-).

**Österreich für Entdecker**

Österreich bietet Erstaunliches wie Kurioses: von der Hochzeitsbäckerin im Süd-Burgenland bis zum „Schiachen“ Schnitzer oberhalb von Brixlegg.

**Burgenland für Entdecker**

Eine Region mit ethnischer Vielfalt, einzigartigen Menschen: vom „Gschalerma(n)-dibauer“ in Heiligenbrunn, bis zu dem, der mit den Düften tanzt, in Frauenkirchen.

**Wien für Entdecker**

„Wien ist Orient und Okzident, Gemütlichkeit und Perfidie, eine Melange aus himmelhoch jauchzend und zu Tode betrübt.“ Wiener Grant trifft auf Heurigenglück.

**Niederösterreich für Entdecker**

Ein humorvolles Buch voller Abenteuer, Entdeckungen und Begegnungen, eine Liebeserklärung an Schottis neue Heimat (erscheint am 24.10.2022).



Mehr Vitalität und Schutz:
Die gesundheitsfördernde
Wirkung der Chlorella-Alge
ist im Tonikum Algaevit
gebündelt.



“

Die Chlorella-Alge ist als
Nahrungsergänzung von
Interesse, weil sie einen
einzigartigen Wirkstoff-
Komplex aufweist.

UNIV.-PROF. DR. KURT WIDHALM,
LEITUNG AKAD. INSTITUT FÜR
ERNÄHRUNGSMEDIZIN

Kleine Pflanze, große Wirkung: die Kraft der Chlorella-Alge

Ein Multitalent für die Gesundheit. In flüssiger Form stärkt die mikroskopisch kleine Alge das Immunsystem, wirkt antioxidativ und entgiftend, beeinflusst Fett- und Leberwerte positiv und erhöht die körperliche Vitalität und Energie.

In Asien weiß man schon seit Jahrtausenden um die gesundheitsfördernde Wirkung von Algen. Ein besonderes „Superfood“ ist die Chlorella-Alge. Ihre tiefgrüne Farbe hat die Mikroalge ihrem besonders hohen Chlorophyllgehalt zu verdanken. Chlorophyll ist von seiner chemischen Struktur fast identisch mit dem menschlichen Blutfarbstoff Hämoglobin, dem Sauerstoff-Transporter im Körper.

ENTGIFTET UND SCHÜTZT

Chlorella fördert nicht nur einen gesunden Fett-, Leber- und Kohlenhydratstoffwechsel, sondern – wie verifizierte Studien zeigen – verbessert ihn auch, wenn er bereits gestört ist (z. B. bei erhöhten Cholesterinwerten, nichtalkoholischer Fettleber oder bei Diabetes mellitus). Außerdem nimmt die Alge während der Verdauung Schadstoffe aus der Darmflüssigkeit auf, regt die Darmtätigkeit an und führt somit für den Körper schädliche Gifte ab.

„SUPERFOOD“ FÜR DAS IMMUNSYSTEM

Die Chlorella-Alge ist sehr reich an Vitaminen und Mineralstoffen. Die Kombination mit den zugesetzten Mikronährstoffen B1-B12, C, D, E und Eisen, Zink, Mangan, Magnesium und Selen garantiert eine sehr gute Bioverfügbarkeit und schafft ein Komplett-Nahrungsergänzungsmittel gemäß Ernährungsmedizin.

Stoffe, die nicht nur zur Stärkung des Energiestoffwechsels und Nervensystems wichtig sind, sondern die auch eine hohe antioxidative Wirkung auszeichnen. Dabei wird das Immunsystem unterstützt, sich gegen unwillkommene „Eindringlinge“ (wie Viren) besser zu verteidigen und schädliche Entzündungsprozesse zu bekämpfen.

ALGENTONIKUM AUS ÖSTERREICH

Verflüssigt kann die Chlorella-Alge ihre Wirkung besonders gut entfalten. In Österreich ist es mit dem Tonikum Algaevit erstmals gelungen, die Alge mikroskopisch klein zu zermahlen und ihre wertvollen Inhaltsstoffe zugänglich zu machen. Von Algen, die umweltschonend in Form von „hängenden Gärten“ in Bruck an der Leitha gezüchtet werden.

Der flüssige Gesundheitsbooster wurde mit Vitaminen, Mineralstoffen und Spurelementen angereichert, um die positive Wirkung von Algaevit noch zu verstärken. ☺



Algaevit: Für Ihre Gesundheit

Noch nie war es so leicht, Gutes für die eigene Gesundheit zu tun. Lassen auch Sie sich von den wissenschaftlich bewiesenen Effekten von Algaevit überraschen.

Erhältlich bei BIPA, in allen Apotheken sowie online: algaevit.com/shop

Nur für PVÖ-Mitglieder:
Bestellen Sie im Onlineshop **2 Flaschen**
Algaevit mit dem **Code „UG“** und
erhalten Sie **15 % Rabatt**
(versandkostenfrei)!
Angebot gültig bis 10.7.2022.

Algaevit



PVÖ-Landespräsident und
Landesseniorenbundsvorsitzender
Karl Bodner.



Unser Kärnten

DAS WICHTIGSTE AUS UNSEREM BUNDESLAND
UNTER KÄRNTEN

Redaktion: lukan.ivan@gmail.com

Pflege-Milliarden: Der PVÖ Kärnten ruft zur raschen Umsetzung auf!

Prettner: Kärntner Maßnahmenpaket startet schon im September

Der jahrelange Druck hat sich ausgezahlt. Die Bundesregierung hat am „Tag der Pflege“ endlich erste konkrete Schritte der lange geforderten Pflegereform präsentiert und eine Pflege-Milliarden angekündigt. „Wir begrüßen diese ersten Schritte zur dringend notwendigen Pflegereform, doch wir geben uns nicht mit Ankündigungen zufrieden“, betonte in einer ersten Reaktion PVÖ-Landespräsident Karl Bodner, der die Bundesregierung gleichzeitig zur raschen Umsetzung der angekündigten Pflege-Milliarden aufrief!

Auch Kärntner Gesundheitsreferentin LH-Stv. Dr. Beate Prettner reagierte auf die Ankündigung des Gesundheitsministers positiv. „Die Eckpunkte sind vielversprechend. Vor allem, weil sie auf vielen Ebenen ansetzen: Ob Pflegegehälter, Ausbildung, Pflegebetreuung, Pflegegeld – es geht tatsächlich darum, viele unterschiedliche Maßnahmen auf den Weg zu bringen.“ Es sind jedoch noch zahlreiche Fragen zu klären. Das Land Kärnten hält daher an der Kärntner Pflegeausbildungsoffensive fest und hat in der Regierungssitzung Mitte Mai die Ausbildungsprämie und die Übernahme des Schulgeldes durch das

Land beschlossen“, informierte die Gesundheitsreferentin. 5,3 Millionen Euro nimmt Kärnten dafür pro Jahr zusätzlich in die Hand.

Wie bereits angekündigt, wird es in der Ausbildung zur Pflegefachassistenz ab September die Möglichkeit einer Anstellung ab dem ersten Schultag geben (anstelle der Ausbildungsprämie). „Auch an diesem Modell wollen wir in Kärnten festhalten, solange nicht feststeht, wie und ab wann die angekündigten Maßnahmen des Bundes umgesetzt werden. Wir wollen keine Zeit mehr verlieren“, betont die Gesundheitsreferentin.

Zur Pflegereform, die die Bundesregierung am 12. Mai präsentiert hat, würden noch sämtliche Details fehlen. „Vor allem ist völlig unklar, was nach den zwei Jahren, für die die Pflege-Milliarden ausgerichtet ist, passiert. Was geschieht, wenn die Mittel nicht mehr vom Bund zur Verfügung gestellt werden?“, fragt Prettner. Sie hofft und drängt auf „rasche Klärung. Der Präsentation müssen umgehend konkrete und verlässliche Taten folgen“, appelliert Prettner an die Regierung in Wien.

Generationen-Wallfahrt des PVÖ am 11. August '22 zur Schwarzen Madonna in St. Andrä im Lavanttal!

Nach mehrjähriger Pause wird heuer wieder die überaus beliebte Generationen-Wallfahrt des PVÖ Kärnten veranstaltet. Die Wallfahrt findet am Donnerstag, dem 11. August 2022, statt. Ziel ist die Basilika zur Schwarzen Madonna in St. Andrä im Lavanttal (und nicht wie in einer der letzten Ausgaben berichtet der Dom zu Maria Saal). Den Auftakt bildet um 10 Uhr eine feierliche Messe, danach erwartet die vielen Teilnehmer*innen ein buntes Rahmenprogramm bis in den späten Nachmittag und viele weitere Höhepunkte.



Die Wallfahrtskirche Maria Loreto (Foto oben) ist seit 21. Juli 2014 neben Maria Luggau im Lesachtal die zweite „Basilica minor“ in Kärnten. Wegen ihrer Schönheit, ihrem Reichtum an Kunstschatzen und ihrem besonderen Flair haben bereits Tausende von Wallfahrer*innen die nunmehrige Basilika besucht. Viele haben bei der Schwarzen Madonna Zuflucht gefunden, andere wiederum haben das Aufeinandertreffen der Kunstile bewundert.

Über das genaue Programm der Wallfahrt und auch die wechselvolle Geschichte des mächtigen Barockbaus bzw. der 1647 geweihten „Schwarzen Madonna“ (die beiden Zwiebeltürme kamen erst 1730 hinzu) wird die UG in den nächsten Ausgaben noch ausführlich berichten.

Landeshauptmann Dr. Peter Kaiser, Gesundheitsreferentin Dr. Beate Prettner und Abteilungsleiter MMag. Günther Wurzer (von links) bei der Präsentation des Pflegeausbildungspaketes für Kärnten. Foto: LPD



Geriatrische Medizin: Kärnten geht voran!

Bei einer Enquete mit namhaften Expert*innen unter dem Titel „Geriatrische Medizin – Strategien zur zukünftigen Versorgung in Kärnten“ machte Gesundheitsreferentin LH-Stv.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Beate Prettner auf die herausfordernde Bedeutung der demografischen Entwicklung in Kärnten bzw. in Österreich aufmerksam. „Die demografische Entwicklung, die uns seit rund fünf Jahrzehnten begleitet, heißt zum einen ‚Geburtenrückgang‘ und zum anderen und vor allem ‚älter werdende Gesellschaft‘. Das gesundheitspolitische Ziel für eine älter werdende Gesellschaft könnte daher nur heißen: Alle Rahmenbedingungen zu schaffen, die mithelfen, die ‚dritte Lebensphase‘ zu einem möglichst vielfältigen, aktiven, wertvollen, gesunden und würdigen Lebensabschnitt zu machen, betonte Prettner. Kärnten nehme sich seit Jahren dieser Thematik an und konnte – gemeinsam mit Expert*innen der Altenmedizin – schon viele und österreichweit einzigartige Maßnahmen umsetzen. Tatsächlich sei Kärnten das einzige Bundesland, das flächendeckend in den öffentlichen Krankenanstalten Betten für Akutgeriatrie und Remobilisation vorgesehen habe. Der Anteil der Geriatriebetten betrage in Kärnten mit 11,2 Prozent mehr als doppelt so viel wie im nächstfolgenden Bundesland, konkretisierte die Gesundheitsreferentin des Landes.

Bereits im Jänner 2018 habe Kärnten begonnen, das damalige Pilotprojekt „Ambulante geriatrische Remobilisation“ auf das gesamte Bundesland Kärnten auszurollen. Parallel dazu wurde der sogenannte geriatrische Konsiliardienst GEKO in den Kärntner Pflegeheimen umgesetzt. „Damit stellen wir sicher, dass ältere und schwer transportfähige Menschen nur, wenn unbedingt notwendig, zur Behandlung in ein Krankenhaus gebracht werden; GEKO macht eine Behandlung vor Ort, also in den Pflegeheimen, möglich.“ (LPD)

KLAGENFURT

30 Jahre Mitglied!

In der PVÖ-Ortsgruppe St. Jakob an der Straße wurden die Familien Lackner (Foto) und Miklauz für ihre 30-jährige Mitgliedschaft beim PVÖ geehrt. Für die Jubilar*innen gab es die Treueurkunden vom Ortsgruppenvorsitzenden Mag. Golob.



MARIA RAIN

Erlebnis Burgbau in Friesach

Der diesjährige Muttertagsausflug der PVÖ-Ortsgruppe Maria Rain war ein echtes Erlebnis. Er führte zurück ins Mittelalter – zum Burgbau in Friesach. Hier wird seit dem Jahr 2008 im Rahmen eines Generationenübergreifenden Projektes (Bauzeit zirka 40 Jahre!) auf einem Berghügel südlich der mittelalterlichen Stadt eine Höhenburg mit dem damaligen Wissen und den damaligen Möglichkeiten gebaut. Nur durch tradiertes, handwerkliches Können der Beteiligten, unterstützt von kräftigen Noriker-Pferden, entsteht hier eine Burganlage mit zwei Türmen, Palas, Ringmauern

und Kapelle. Die Baustelle ist ein „Geschichtelabor“, in dem die Besucher*innen den Handwerker*innen bei ihren mühsamen Tätigkeiten zusehen, verloren geglaubtes Wissen wiederentdecken und so aus der Vergangenheit lernen. Nach dem Ausflug ins Mittelalter (Gruppenfoto oben) ging es anschließend zur „Zechnerwirtin“ in Pustl zum Essen und auch noch in die Buschenschänke „Radltreff“ in St. Veit/Glan. Barbara Penz und dem Obmann Stefan Eberdorfer gilt ein großes Dankeschön für die Organisation dieses erlebnisreichen Muttertagsausfluges.

Klagenfurt: 98 % für SPÖ-Bezirkschef Kucher



Nach den Gemeinderatswahlen 2021 startete die SPÖ Klagenfurt einen Erneuerungsprozess mit dem neuen Bezirksobmann NRAbg. Philip Kucher (Foto links) an der Spitze. Nunmehr wurde Kucher im Rahmen eines ordentlichen Bezirksparteitages der SPÖ Klagenfurt mit 98,87 Prozent in seiner Funktion bestätigt. Die CineCity in Klagenfurt war der außergewöhnliche Rahmen der Veranstaltung, die unter dem Motto „Freundschaft schafft alles!“ stand. SPÖ-Landeschef LH Dr. Peter Kaiser, LH-Stv.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Gaby Schaunig und zahlreiche weitere Ehrengäste gratulierten Philip Kucher zur Bestätigung als Klagenfurter SPÖ-Bezirksparteiobmann, vor allem aber für den erfolgreich eingeleiteten Reformprozess in der SPÖ Klagenfurt. „Gute Arbeit, beste Bildung, leistbares Wohnen, eine gesicherte Gesundheitsversorgung und -vorsorge in einem solidarischen, modernen Sozialstaat und einem enkeltauglichen Lebensumfeld – das ist unser erfolgreicher Kärntner Weg, den auch die SPÖ Klagenfurt beschreitet“, so Kaiser.

Mit „Kärnten-Bonus“ gegen die Teuerung

Die Kosten des täglichen Lebens sind in den vergangenen Wochen und Monaten massiv gestiegen. Unter anderem sind Lebensmittel, Wohnkosten und Spritpreise für viele Kärntner*innen empfindlich teuer geworden. Mit dem „Kärnten-Bonus“ haben nun Landeshauptmann Dr. Peter Kaiser und Sozialreferentin LH-Stv.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Beate Prettner federführend rasch und unbürokratisch eine Lösung gefunden, jene Menschen, die mit ihrem Einkommen an die Grenze ihres Auskommens gestoßen sind, finanziell zu unterstützen. Mit dem „Kärnten-Bonus“ können rund 125.000 Menschen in Kärnten finanziell entlastet werden, heißt es dazu in der

Presseaussendung der SPÖ Kärnten. „Es ist die ureigenste Gesinnung der SPÖ, Menschen nicht im Stich zu lassen und ihnen bei ihren täglichen Sorgen und Ängsten zur Seite zu stehen. Der ‚Kärnten-Bonus‘ ist ein sichtbares Zeichen der verantwortungsvollen SPÖ-Politik im Land – weil uns Kärnten am Herzen liegt“, so SPÖ-Landesgeschäftsführer Andreas Sucher, der anmerkt, dass es auch eine kräftige Entlastung durch den Bund brauche. „Bei prognostizierten 7,5 bis 11,5 Milliarden Euro Steuermehreinnahmen müsse das Geld insbesondere an jene, die es zum täglichen Überleben benötigen, ausgeschüttet werden“, so Sucher.

BEZIRK KLAGENFURT-STADT

Die geehrten Mitglieder der Ortsgruppe Innere Stadt mit dem neuen Obmann Josef Goritschnig und BV GR Dr. Manfred Mertel.



INNERE STADT

Josef Goritschnig ist neuer Vorsitzender

Die PVÖ-Ortsgruppe Klagenfurt-Innere Stadt hat ihre Jahreshauptversammlung mit Neuwahl des Vorstandes und Ehrungen treuer Mitglieder durchgeführt. Dabei gab es auch einen Wechsel an der Spitze der PVÖ-Ortsgruppe. Josef Goritschnig wurde zum neuen Vorsitzenden gewählt, nachdem Obmann Anton Rudolf Mitterer aus gesundheitlichen Gründen sein Amt niedergelegt hat. Die gut besuchte Versammlung wurde durch die Anwesenheit des Bezirksvorsitzenden GR Dr. Manfred Mertel aufgewertet.

Bei der Neuwahl wurden weiters in den Vorstand gewählt: Elfriede Goritschnig als Obmannstellvertreterin, Monika Jaklitsch als Schriftführerin, Rosalinde Bleier als Kassiererin (Stv. Monika Jaklitsch), Siegfried Neudt als Kassaprüfer (Stv. Hermine Köffel). Obmann Josef Goritschnig ist weiterhin auch Reiseleiter und Pressreferent

(Stv. Elfriede Goritschnig). Weitere Vorstandsmitglieder sind Anton Rudolf Mitterer (Technik) sowie die Betreuer*innen Rosalinde Bleier, Elfriede Goritschnig, Monika Jaklitsch, Maria Luchini, Siegfried Neudt und Ernst Pohovnikar. Weiters Helmut Mayer als Ehrenvorsitzender sowie Anni Huber, Jeanette Wedenig und Luise Pemberger als Ehrenmitglieder. Die Wahl des gesamten Vorstandes erfolgte einstimmig.

Nach den Berichten des Obmannes, des Kassiers, des Reiseleiters und den Neuwahlen wurden durch BV GR Dr. Manfred Mertel und den neuen Obmann Josef Goritschnig langjährige Mitglieder für ihre Treue zum PVÖ geehrt. Auch das Programm der Ortsgruppe für das Jahr 2022 wurde vorgestellt. Nach dem Schlusswort des Bezirksvorsitzenden Dr. Mertel folgte noch der gemütliche Teil der Veranstaltung.



INNERE STADT

101 Jahre!

Maria Kaufmann hat ihren 101. Geburtstag gefeiert. Die rüstige und immer gut aufgelegte Jubilarin ist seit 47 Jahren Mitglied der Ortsgruppe Klagenfurt-Innere Stadt des PVÖ. Ihr Betreuer Ernst Pohovnikar besuchte Kaufmann und überbrachte ihr neben den besten Glückwünschen der Ortsgruppe auch ein kleines Geschenk. Auch die UG wünscht Maria Kaufmann noch viele gesunde Jahre im Kreis ihrer Familie.

ST. RUPRECHT



WAIDMANNSDORF

Treue PVÖ-Mitglieder!

Die Jahreshauptversammlung der PVÖ-Ortsgruppe

Klagenfurt-Waidmannsdorf stand ganz im Zeichen von Ehrungen langjähriger Mitglieder. Der Obfrau Traude Marhl ist es dabei gelungen, alle zu Ehrenden einzuladen und zu würdigen. Unter den Geehrten waren sogar Mitglieder, die aus Tirol angereist sind! Geehrt wurden: Koloman Krenn, Helmut Weber, Sieglinde Stangl, LAbg. Stefan Sandriesser (alle 15 Jahre); Annemarie Gaberle (20 Jahre) Dr. Mag. Andreas Roth, Bibiane Mlekusch (beide 25 Jahre); Hofrat Prof. Dr. Ernst Weihs, Gabriele Podliessnig, Waltraud Müller, Helmut Müller (alle 30 Jahre). Auf dem Foto (oben) die geehrten Mitglieder mit Obfrau Traude Marhl und BV GR Dr. Manfred Mertel.



ST. RUPRECHT

Treue Mitglieder

Im Rahmen der Jahreshauptversammlung der von Obfrau Margot Klemenjak geführten PVÖ-Ortsgruppe Klagenfurt-St. Ruprecht wurden 18 Mitglieder für langjährige Treue zum Pensionistenverband geehrt. Dem Festakt wohnten neben den zahlreich erschienenen Mitgliedern auch PVÖ-Bezirksvorsitzender GR Dr. Manfred Mertel, Kommerzialrat Raimund Layoutz und weitere Ehrengäste bei. Eine schöne Veranstaltung, die den Geehrten lange in Erinnerung bleiben wird.

Turnen hält fit!

Das ist das Motto dieser Klagenfurter Gymnastikgruppe (Foto), die schon seit vielen Jahren Woche für Woche aktiv ist. Die speziell auf Senior*innen abgestimmten Gymnastikübungen werden jeden Montag von 10.15 Uhr bis 11.15 Uhr bei der ASKÖ Kärnten in Klagenfurt, Rosenegger Straße 19, angeboten. Die Gymnastikstunde ist auch für bewegungseingeschränkte Personen bestens geeignet, da hauptsächlich auf dem Sessel bzw. mithilfe eines Sessels geturnt wird. Nähere Informationen im Sportreferat des PVÖ Kärnten bei Maria Lerchster oder bei der ASKÖ Kärnten.



KLAGENFURT



KLAGENFURT-KALVARIENBERG

Füreinander da!

Hannelore Kordasch, seit 15 Jahren Mitglied des PVÖ, sowie Johann Krassnig, der seinen 85. Geburtstag feierte, standen im Mittelpunkt einer netten Ehrung durch die Ortsgruppe Klagenfurt-Kalvarienberg des PVÖ. Den beiden Jubilar*innen gratulierten die Vorsitzende Brigitte Wieser und ihre Stellvertreterin Karin Slamanig und überreichten beiden auch nette Jubiläumsgeschenke.

PVÖ Kärnten auch im Internet unter www.pvkttn.at



WELZENEGG

Auf Roseggers Spuren! Die Mitglieder der PVÖ-Ortsgruppe Klagenfurt-Welzenegg (Foto) haben im Rahmen ihres ersten Ausfluges im Jahr 2022 Peter Roseggers Waldheimat bei Krieglach in der Steiermark besucht. Im Museum konnten die Ausflugsteilnehmer*innen viele interessante Details aus dem Leben des Heimatdichters anhand persönlicher Alltagsgegenstände, Dokumente usw. erfahren. Danach ging es weiter nach Wenigzell, wo im bekannten Gasthaus „Buchtelbar“ schon das Mittagessen wartete. Zufrieden trat man am Nachmittag wieder die Heimreise nach Kärnten an und freut sich schon auf den nächsten Ausflug.



VIKTRING

Viktring: Reiselustige PVÖ-Pensionist*innen



VIKTRING

Die reisefreudigen Viktringer PVÖ-Pensionist*innen waren wieder unterwegs. Man besuchte die Therme in Köflach, der Rest fuhr alternativ zu einer Lebzelterei (Foto oben) und zu einer Straußfarm mit einer interessanten Führung. Auch das malerische Küstenstädtchen Piran in Slowenien wurde besucht und bei prachtvollem Wetter ein herrlicher Tag am Meer verbracht (Foto links). Einige spazierten die Küste entlang, andere wiederum erkundeten die Stadt bis zur alten Stadtmauer, um den herrlichen Ausblick zu genießen.

Mitgliederehrung beim PVÖ Magdalensberg

Die Ortsgruppe Magdalensberg des Pensionistenverbandes hat ihre Jahreshauptversammlung abgehalten. Dabei wurde die Vorsitzende Waltraud Jordan mit ihrem tollen Team von den anwesenden Mitgliedern eindrucksvoll in ihrer Funktion bestätigt. Zuvor hatte es eine

Gedenkminute für die im abgelaufenen Vereinsjahr verstorbenen Mitglieder und den Bericht der Obfrau über die Aktivitäten der Ortsgruppe gegeben. Auch Kassierer Hubert Brunner legte einen detaillierten und von der Kontrolle geprüften Kassenbericht vor, worauf ihm und dem gesamten Vorstand einstimmig die Entlastung erteilt wurde.

Im Rahmen der Hauptversammlung wurden auch zahlreiche langjährige Mitglieder für ihre Treue zum Pensionistenverband Österreichs



MAGDALENSBERG

Obfrau Jordan und BV Hans Steiner mit geehrten PVÖ-Mitgliedern.

(PVÖ) bzw. zur Ortsgruppe Magdalensberg geehrt. Für 30 Jahre Mitgliedschaft Marianne Suppan, für 25 Jahre Anna Aichwalder, Ulrike Sommer, Ingeborg Tischler, für 20 Jahre Stefanie Gregoritsch. Allen Jubilar*innen wurden Urkunden und kleine Präsente als Dankeschön für die Treue überreicht. Zum Abschluss bedankte sich die Vorsitzende Jordan recht herzlich bei allen Mitgliedern für die Treue zur PVÖ-Ortsgruppe und bei ihrem Team und allen Helfer*innen für die engagierte Mitarbeit.



MAGDALENSBERG

Obfrau Waltraud Jordan (rechts) mit den geehrten Mitgliedern Ulrike Sommer und Ingeborg Tischler (vorne).



MOOSBURG

Preisschnapsen beim PVÖ Moosburg

Nach der zweijährigen Corona-Pause hat die PVÖ-Ortsgruppe Moosburg heuer wieder ein Osterpreisschnapsturnier im Klubraum Moosburg veranstaltet. Der Zuspruch war groß und das Turnier verlief spannend und fair.

Der erste Platz ging an Hans Klugler. Dem Gewinner gratulierten Obmann R. Leininger und dessen Stellvertreter R. Staudacher. Neben dem Sieger freuten sich auch die anderen Teilnehmer*innen über ihre Plätze und Preise. Auch Gemeindevorstand Stefan Staudacher, der für das Schnapsturnier auch einen Preis sponserte, gratulierte allen Gewinner*innen recht herzlich.

Kegeln: Bereit für das Landesfinale 2022

Im Leistungszentrum Hörtendorf fanden die Kegelmeisterschaften der PVÖ-Bezirksorganisation Klagenfurt-Stadt mit der Qualifikation für das große Landesfinale am 9. und 10. Juli 2022 statt. Am Landesfinale sind die jeweils sieben besten Damen und Herren aus den neun Kärntner Bezirken startberechtigt.

Aus dem Bezirk Klagenfurt-Stadt schafften die Qualifikation für das Landesfinale bei den Damen Sonja Krainer, Anneliese Vogel, Helgit Grottenegg, Waltraud Müller, Helga Frank, Maria Paier (alle OG Waidmannsdorf) sowie Gertrude Pichler (OG Wölfnitz) bzw. bei den Herren Horst Regatschnig, Hugo Sussitz, Bernhard Kapelari, Hans Nimpfer, Helmut Müller, Gerhard Nilic (alle OG Waidmannsdorf) und Reinhold Bogatay

(OG Innere Stadt). Zur Siegerehrung konnte auch Landessportreferent Landeshauptmann Dr. Peter Kaiser sowie der Klagenfurter Sportstadtrat Mag. Franz Petritz begrüßt werden. Kaiser betonte, dass sportliche Betätigung, gegenseitige Unterstützung und gemeinsame Lebensfreude die wichtigsten Eckpfeiler unserer Gesellschaft sind. Lob gab es von Kaiser für die Waidmannsdorfer Kegelgruppe des PVÖ, die als Veranstalter Großartiges geleistet hat. Sportstadtrat Petritz versicherte, dass er diese Veranstaltung auch weiterhin gerne unterstützen werde. Zur Realisierung der Meisterschaften haben auch PVÖ-Bezirksvorsitzender GR Dr. Manfred Mertel und PVÖ-Bezirkssportreferentin Mandl Sigrid wesentlich beigetragen.



BO KLAGENFURT-STADT

Die Teilnehmer*innen der Bezirkskegelmasterschaften Klagenfurt-Stadt mit Landessportreferent LH Dr. Kaiser (Bildmitte) und den anderen Ehrengästen.

Herzlichen Glückwunsch

„Unsere Generation“ gratuliert zum Jubiläum!



KÖTTMANNSDORF

80. Geburtstag!

Das treue PVÖ-Mitglied Max Tschemernjak (Mitte) feierte seinen 80. Geburtstag. Für die PVÖ-Ortsgruppe gratulierte Obmann Mag. Krassnig mit einem Präsent.



KLAGENFURT

Ein Hoch! Georg Hudelist (Mitte) feierte einen „Runden“. Dem Jubilar gratulierten im Namen der PVÖ-Ortsgruppe St. Peter die Funktionäre Willi Gruden und Kaspar Ott mit einem Präsent.



MARIA SAAL

Alles Gute! Das treue Mitglied Maria Rauter feierte einen runden Geburtstag. Obmann Anton Bauer und sein Stellvertreter Peter Kohlweg gratulierten der Jubilarin mit einem Präsent.

85 Jahre!

Das treue Mitglied Irmgard Pullnig feierte den 85. Geburtstag. Die PVÖ-Ortsgruppe gratulierte der sportlichen Jubilarin (ausgezeichnete Tennisspielerin!) mit einem netten Präsent.



VIKTRING



ZELL-GURNITZ

Ein Hoch! Ihren 75. Geburtstag hat das langjährige Mitglied Gisela Hartmann gefeiert. Im Namen der PVÖ-Ortsgruppe gratulierten Schriftführerin Gerlinde Kienzl und Evelin Schneeweiss.



EBENTHAL

Ein Hoch! Das treue PVÖ-Mitglied Roswitha Malatschnig hat den 75. Geburtstag gefeiert. Der Vorstand der PVÖ-Ortsgruppe mit Obmann Josef Dobernigg gratulierte herzlich.

80 Jahre!

Das treue Mitglied Heidemarie Haubmann feierte den 80. Geburtstag. Im Namen der PVÖ-Ortsgruppe gratulierten Obmann Franz Hörlner und Schriftführerin Gerlinde Kienzl.



ZELL-GURNITZ



KLAGENFURT

85. Geburtstag! In der PVÖ-Ortsgruppe St. Ruprecht feierte Roswitha Horn ihren 85. Geburtstag. Obfrau Margot Klemenjak, Frau Kassmannhuber und BV Dr. Manfred Mertel gratulierten.



KÖTTMANNSDORF

Alles Gute!

Das treue Mitglied Maria Bunt hat den 75. Geburtstag gefeiert. Im Namen der PVÖ-Ortsgruppe gratulierte Ehrenobmann Anton Waldhauser mit einem Präsent.

PVÖ-Muttertagsfeier

Zur traditionellen Muttertagsfeier der PVÖ-Ortsgruppe Ebenthal konnte Obmann Josef Dobernigg mit seinem Team heuer zahlreiche Mütter und Väter begrüßen (Foto rechts).

Zur Einleitung der gelungenen Veranstaltung gab es ein buntes Programm mit Liedern, Gedichten und Harmonikastücken, gestaltet von jungen Akteuren aus der Gemeinde. Den Abschluss bildete eine Einladung zum Mittagessen und danach gab es Kaffee mit Mehlspeisen.



EBENTHAL

BEZIRK KLAGENFURT-STADT & -LAND



KLAGENFURT-WELZENEGG

Ausflug zu den „Stoakoglern“!

Zu Ehren aller Mütter und Väter unternahm die PVÖ-Ortsgruppe Klagenfurt-Welzenegg einen Ausflug nach Gasen in die Heimat der „Stoakoglern“. In der dortigen Kirche gab es extra für die Kärntner PVÖ-Gruppe eine Messe, die von Obfrau Marlene Wegscheider und Gisi mitgestaltet wurde. Danach ging es ins „Stoanihaus“, wo die Kärntner Gäste nach einem schmackhaften Mittagessen von den „Stoanis“ persönlich mit flotter Musik begrüßt wurden. Eine echte Muttertagsüberraschung zur Freude aller Teilnehmer*innen!

Mutter- und Vatertagsfeier in Ferlach

Traditionsgemäß feierte die PVÖ-Ortsgruppe Ferlach nach der Corona-Pandemie den Mutter- und Vatertag wieder im Rathaus in Ferlach. Zur Veranstaltung konnte Obmann Sepp Gamsler die zahlreich erschienenen Mütter und Väter sowie auch Bürgermeister BR Ingo Appé und den 1. Vizebürgermeister Christian Gamsler als Ehrengäste begrüßen. Als Willkommensgruß wurden den Teilnehmer*innen Blumen überreicht. Danach hatten die Besucher*innen große Freude an den wunderbaren Darbietungen des Vokalensembles „Hamatgfühl“ (Leitung Martin Supanz) sowie an den rührend und leidenschaftlich vorgetragenen Gedichten von Kindern des Kindergartens „Kunterbunt“ (Leitung Stefanie Lausegger). Musikalisch umrahmt wurde die Veranstaltung von jungen Musiktalenten aus dem Rosental unter der Leitung von Hans Ogris. Mit einer kräftigen Jause ging die wunderschöne Feier zu Ende.



FERLACH



FERLACH

Ein Hoch zum 94. Geburtstag!

Maria Erjavc, langjähriges PVÖ-Mitglied (39 Jahre) und Funktionärin (36 Jahre!) der PVÖ-Ortsgruppe, feierte im Kreis der Familie und Pensionist*innen ihren 94. Geburtstag. Der stets gut gelaunten und humorvollen Jubilarin gratulierten Vorsitzender Sepp Gamsler und Subkassiererin Heide Orasch mit einem Präsent und Blumen. Der Ortsgruppenausschuss, die Kartentrunde und der Stadtchor Ferlach haben die Feier würdig umrahmt. Auf dem Foto die Jubilarin, Subkassiererin Heide Orasch und Obmann Sepp Gamsler.

KEUTSCHACH/SEE

Der PVÖ gratuliert!

In der Ortsgruppe Keutschach feierten folgende Mitglieder runde und halbrunde Geburtstage. Horst Lüdecke (85 Jahre), Ute Koschmieder und Waltraud Supanz (beide 75 Jahre) sowie Margarethe Wurmitzer (70 Jahre). Alle Jubilar*innen wurden von der Obfrau Maria Struger persönlich besucht, welche die besten Glückwünsche der PVÖ-Ortsgruppe und ein kleines Präsent überbrachte. Auch die UG gratulierte!



FERLACH

Ausflugsfahrt nach Piran!

Die erste Tagesfahrt der PVÖ-Ortsgruppe Ferlach im Jahr 2022 führte mit zwei Bussen und 66 Teilnehmer*innen unter Reiseleiter Walter Ogriz in die nette Küstenstadt Piran an der slowenischen Adria-Küste. Trotz nicht optimalen Wetters wurde die Altstadt mit ihrem wunderschönen Tartini-Platz erkundet sowie Spaziergänge an der Uferpromenade unternommen. Auch die Kulinarik kam nicht zu kurz. Auf dem Foto ein Teil der Reisegruppe auf der Küstenpromenade.

MOOSBURG

Trauer um Margaretha Toniutti †

Die Ortsgruppe Moosburg des Pensionistenverbandes Österreichs (PVÖ) trauert um ihr langjähriges Mitglied Margaretha Toniutti (Foto). Toniutti ist im 91. Lebensjahr verstorben und war 28 Jahre lang treues Mitglied der PVÖ-Ortsgruppe. Der Vorstand und die Mitglieder der PVÖ-Ortsgruppe Moosburg werden Margaretha Toniutti stets ein ehrendes Andenken bewahren!





KNAPPENBERG

Gelungene Feierstunde in der PVÖ-Ortsgruppe Knappenberg

Feiern ist (endlich) wieder möglich! Auch in der PVÖ-Ortsgruppe Knappenberg, wo im örtlichen Musikzentrum eine gelungene Feierstunde stattfand. Die Obfrau Heidi Hofgärtner und ihre Stellvertreterin Ulli Bacher, welche die Feier vorbereitet hatten, konnten dazu 31 Mitglieder sowie als musikalischen Begleiter Wolfgang Lederhoser mit großer Freude begrüßen. Als Ehrengäste waren Bürgermeister Josef Ofner und Karin Schibich von der PVÖ-Bezirksorganisation St. Veit gekommen, die schöne Grußworte an die Anwesenden richteten.

Einige Mitglieder der Ortsgruppe trugen mit Gedichten und Geschichten, andere wiederum mit Mehlspeisen zum Gelingen der Feier bei. Zum Abschluss waren alle Besucher zu einem Backhendl mit Erdäpfelsalat, geliefert vom Landgasthof Neugebauer, eingeladen. Die Stimmung war großartig, haben doch die Mitglieder wegen der Corona-Pandemie die Zusammenkünfte sehr vermisst. Weiters wurden sechs Personen für langjährige Mitgliedschaft beim Pensionistenverband Österreichs (PVÖ) geehrt. Die Obfrau Heidi Hofgärtner bedankte sich bei den Mitwirkenden und bei den Ehrengästen für die gelungene Gestaltung der Feier bzw. die Teilnahme.

Blumen für Jutta Zois

Die Ortsgruppe Gutta-ring des PVÖ hat mit Jutta Zois eine neue Obfrau. Bezirksobmann Christian Scherwitzl gratulierte mit einem Blumenstrauß.



GUTTARING



KLEIN ST. PAUL



ZWEINITZ

Jahrestagung mit Ehrungen

Bei der Jahreshauptversammlung der Ortsgruppe Zweinitz des Pensionistenverbandes konnte Obfrau Anneliese Sturm zahlreiche Mitglieder begrüßen. Als Ehrengäste anwesend waren auch PVÖ-Bezirksobmann Christian Scherwitzl und PVÖ-Bezirkssekretärin Karin Schibich. Einen Höhepunkt bildeten die Ehrungen langjähriger Mitglieder (Foto): Dora Aicher (35 Jahre), Hedwig und Fritz Guggenbichler (20 Jahre) und Elfriede Steiner (15 Jahre). Die gelungene Veranstaltung klang mit einem Sau-schädelschmaus und einem gemütlichen Beisammensein aus.



KLEIN ST. PAUL

Aktive Ortsgruppe!

Auch in der PVÖ-Ortsgruppe Klein St. Paul hat sich nach Aufhebung fast sämtlicher Corona-Schutzbestimmungen das Vereinsleben wieder normalisiert. Den Auftakt der Aktivitäten bildete ein gelungener, gut besuchter Osterbasar (Foto links). Auch die stimmungsvolle Muttertagsfeier (Foto oben) war ein voller Erfolg. Die Mitglieder haben die Zusammenkünfte jedenfalls sehr genossen!

Ein Festtag für Mütter und Väter!

Nach zweijähriger Corona-Pause veranstaltete die PVÖ-Ortsgruppe Friesach wieder ihren traditionellen Festtag für Mütter und Väter – diesmal mit einem Ausflug in die Steiermark. Ziel war der Gasthof „Hirschenwirt“ in Mühlendorf, wo die Wirtsleute sehr gute Menüs und erfrischende Getränke für ihre zahlreichen Gäste aus Kärnten (Foto) vorbereitet hatten. Der Ausflug bzw. die schönen gemeinsamen Stunden werden den Teilnehmer*innen in schöner Erinnerung bleiben.



FRIESACH



ST. VEIT/TAGGENBRUNN

Festspiele Taggenbrunn 2022 eröffnet Gesamtkunstwerk strahlt in den Alpen-Adria-Raum aus

Mit „Verdi ist der Mozart Wagners“, einem „Opernführer für Versierte und Versehrte“ mit Werken von Richard Wagner und Giuseppe Verdi sowie Texten von Eckard Henscheid und F. W. Bernstein wurde Anfang Mai der Festspielreigen auf der Burg Taggenbrunn bei St. Veit eröffnet.

Vom Auftakt zum Frühjahrsprogramm zeigten sich die vielen Besucher*innen, darunter auch Landeshauptmann und Kulturreferent Dr. Peter Kaiser, begeistert. Kaiser dankte in seiner Eröffnungsrede insbesondere dem Unternehmerehepaar Alfred und Andrea Riedl. „Die Burg Taggenbrunn ist dank euch beiden zu einem Gesamtkunstwerk geworden, wo Kunst und Kultur in einzigartigem Rahmen präsentiert werden und damit ein Abgleiten aus dem Alltag erlauben. Was hier passiert, strahlt in den gesamten Alpen-Adria-Raum“, so Landeshauptmann Kaiser.

Wie bekannt, wurde nach jahrelangen Sanierungsarbeiten ein außerordentliches Projekt verwirklicht, das die Unternehmerfamilie Riedl im November 2019 erstmals der Öffentlichkeit präsentierte: das historische Juwel Burg Taggenbrunn. Ihr imposantes Herzstück ist der neu errichtete Konzertsaal im überdachten Innenhof mit einem Fassungsvermögen von über 600 Personen. Fernab von obligaten Spielstätten bietet die Burg, deren Gemäuer aus dem zwölften Jahrhundert stammt, eine beeindruckende Kulisse für Opernstars, virtuose Ensembles und musikalische Lesungen.

Vor der bis Mitte August dauernden Sommerpause steht am 11. Juni 2022 noch die Oper Hymns of Love (Klavierbegleitung: Matthias Samuil, Künstler: Dmytro Popov, Matthias Samuil) mit Arien von Giacomo Puccini, Charles Gounod, George Bizet, Giuseppe Verdi, Antonin Dvorak u. a. auf dem Programm.

Wir gratulieren den Vorsitzenden zum Geburtstag im Monat Juni 2022

Reinhild Seeburger (81) PVÖ-Landesgruppe Kultur, Altbgm. Josef Pfeifer (80) Mittlern, Sieglinde Wegscheider (79) Eisentratten, Max Koschu (75) St. Michael/Lav., Franz Tomazic (74) Grafenstein, Franz Sturm (74) Kreuth, Peter Stückler (73) Döllach/Mölltal, Monika Daberer (73) Heiligenblut, Ecatarina Esterl (73) Villach-Auen I, Maria Guetz (72) Windisch Bleiberg-Podental/Slovenji Plajberk-Poden, Hubert Hinteregger (71) Mallnitz, Jutta Zois (70) Guttaring, Anna Primus (70) Maria Rojach, Erich Olipitz (69) St. Jakob im Rosental/Sentjakob v Rožu, Franz Hörlner (68) Gurnitz, Werner Trampitsch (68) St. Veit/Glan, Johann Rassinger (65) Latschach/Loče, Heidelinde Hochsteiner (64) Glödnitz, Sonja Ruppitsch (64) Villach-Vassach, Christine Wolf (63) Lambichl, Monika Podlesnik (60) Kühnsdorf, Lydia Mosser (57) Granitztal.

SICHERHEIT IM ALTER (4)

Eine Serie von Isidor Scherian
*Konsumentenschutz-Beauftragter des PVÖ Kärnten**

Sicherheit innerhalb wie auch außerhalb der eigenen vier Wände ist immer aktuell und gewinnt – insbesondere im Alter – mit jedem Lebensjahr an Bedeutung. Das haben Untersuchungen der Lebenssituation von Menschen, die der älteren Generation angehören, ergeben.



Isidor Scherian (Foto), Konsumentenschutz-Beauftragter der PVÖ-Landesorganisation Kärnten, hat sich gerne bereit erklärt, den Leserinnen und Lesern der UG mit informativen Tipps mehr Sicherheit im Alltag und damit auch mehr Lebensqualität im Alter zu vermitteln. Die Statistik zeigt nämlich, dass sich jedes Jahr rund 100.000 Österreicher*innen über 60 Jahren verletzen, wodurch das gewohnte Leben jäh unterbrochen wird bzw. oftmals nur noch mithilfe anderer bewältigt werden kann.

Sicherheit in Wohnung/Haus

Nachdem in den bisherigen Ausgaben der UG im Jahr 2022 bereits viele wertvolle Tipps für mehr Sicherheit im Wohnbereich, Gängen und Treppen, in der Küche sowie im Badezimmer vermittelt wurden, ist die Sicherheit im Freien an der Reihe.

Sicherheit auf allen Wegen

Auch beim Einkaufen oder Spazierengehen können Sie sich durch richtiges Verhalten vor Unfällen schützen!

Unsere Tipps:

- Schuhe mit rutschfesten Sohlen und niedrigen Absätzen sind ein guter Schutz gegen Stürze. Auch ein Stock – im Winter mit Eisdorn – ist eine hilfreiche Stütze;
- Vermeiden Sie an Tagen mit extremen Witterungsbedingungen – etwa bei Starkregen, Sturm oder Glatteis – Einkäufe oder Arbeiten im Freien;
- Wer Lebensmittel, Heizmaterial und wichtige Medikamente vorrätig hat, kann Schlechtwetter bequem zu Hause abwarten;
- Gehen Sie nicht zu den Stoßzeiten einkaufen, sondern in den frühen Nachmittagsstunden;
- Erleichtern Sie sich das Einkaufen durch einen praktischen Einkaufswagen. Auch Hauszustellung ist eine Alternative;
- Tragen Sie bei Dunkelheit helle Kleidung bzw. machen Sie sich durch Leuchtstreifen, Armbinden oder Aufkleber für Auto-, Motorrad- und Radfahrer sichtbar.

So viel für dieses Mal. In der nächsten UG-Ausgabe schließen wir unsere Serie zum Thema „Sicherheit im Alter“ mit dem Thema „Ernährung und Bewegung“ ab.

*Isidor Scherian ist seit 20 Jahren Kärntner Mitglied des Bundesgremiums des PVÖ für Konsumentenschutz und war 20 Jahre Stadtteilungsobmann des Pensionistenverbandes in Villach. Scherian war auch viele Jahre in der Kommunalpolitik (Mitglied des Villacher Gemeinderates bis 2021) tätig und hat zahlreiche, wertvolle Verbesserungen für die ältere Generation angestoßen.

Herzlichen Glückwunsch

„Unsere Generation“ gratuliert zum Jubiläum!



KRAPPFELD

85. Geburtstag! Sophie Stroitz hat ihren 85. Geburtstag gefeiert. Für die PVÖ-Ortsgruppe gratulierten die Vorsitzende Justina Meiser und die Subkassierin Alois Hatzenbichler und Josefine Schöffmann.



KRAPPFELD

92 Jahre!

Maria Gingl hat ihr 90. Lebensjahr vollendet. Dem langjährigen Mitglied gratulierte im Namen der PVÖ-Ortsgruppe die Vorsitzende Justina Meiser mit einem kleinen Präsent.



LAUNSDORF

85. Geburtstag! Margarethe Kuntsche feierte ihren 85. Geburtstag! Obfrau Elfriede Weissensteiner überbrachte die besten Wünsche der PVÖ-Ortsgruppe und einen prall gefüllten Geschenkkorb.



LAUNSDORF

90. Geburtstag! Gertrude Selecov hat ihren 90. Geburtstag gefeiert. Der Jubilarin, welche bei den Veranstaltungen immer dabei ist, gratulierte die PVÖ-Ortsgruppe mit einem gut sortierten Geschenkkorb.



KRAPPFELD

80. Geburtstag! Das treue Mitglied Renate Auer hat den 80. Geburtstag gefeiert. Die Obfrau Justina Meiser und Subkassiererin Josefine Schöffmann gratulierten im Namen der PVÖ-Ortsgruppe.



GURK

80 Jahre! Das langjährige Mitglied Erich Isopp hat sein 80. Lebensjahr vollendet. Die Ortsgruppe des PVÖ wünscht dem Jubilar alles Gute und überbrachte ein nettes Geburtstagsgeschenk.



FRIESACH

80. Geburtstag! Hermine Winkler ist 80. Für die PVÖ-Ortsgruppe gratulierten Obmann Alexander Wurz, Stellvertreterin Hermi Kraßnitzer und Subkassierer Siegfried Schurz mit einem Gutschein.



LÖLLING

Ein Hoch!

PVÖ-Mitglied Richard Markitz hat seinen 75. Geburtstag gefeiert. Dem Jubilar wurde im Namen der PVÖ-Ortsgruppe von Obmann Hansi Wulz mit einem netten Präsent gratuiert.



GURK

92. Geburtstag! Das treue Mitglied Wilhelmine Spendier hat ihren 92. Geburtstag gefeiert. Der Jubilarin wurde von der Ortsgruppe des Pensionistenverbandes mit einem netten Präsent gratuiert.



FRIESACH

80 Jahre! Adolfine Grün hat ihr 80. Lebensjahr vollendet. Subkassiererin Heidi Schwarz und Obmannstellvertreterin Hermi Kraßnitzer gratulierten mit einem Geschenkkorb des PVÖ.



KRAPPFELD

80. Geburtstag!

Das treue Mitglied Heidi Robitsch hat den 80. Geburtstag gefeiert. Vorsitzende Justina Meiser und Subkassierer Alois Hatzenbichler gratulierten im Namen der PVÖ-Ortsgruppe.



KRAPPFELD

Ein Hoch! Ihren 86. Geburtstag hat Sophie Sunitsch (links) gefeiert. Der Jubilarin gratulierte im Namen der Ortsgruppe des PVÖ die Vorsitzende Justina Meiser mit einem netten Präsent.



LIEBENFELS

Obmann BV Christian Scherwitzl und Bgm. NRAbg. Klaus Köchl mit den geehrten Mitgliedern.

Mitgliederehrungen beim PVÖ Liebenfels

Die PVÖ-Ortsgruppe Liebenfels hielt ihre diesjährige, gut besuchte Jahreshauptversammlung beim Esskulturwirt „Zur Zechnerin“ ab. Ortsgruppenvorsitzender Christian Scherwitzl konnte dazu neben den zahlreich erschienenen Mitgliedern auch Bürgermeister NRAbg. Klaus Köchl willkommen heißen.

Im Rahmen der Mitgliederversammlung wurden auch Ehrungen langjähriger Mitglieder durchgeführt. Den Geehrten wurde mit Urkunden, Ehrennadeln und kleinen Präsenten für die Treue zum PVÖ bzw. zur Ortsgruppe Liebenfels gedankt.

Die Mitglieder wurden auch über die bevorstehenden Reisen (Urlaub in Umag, Tagesausflug auf's Klipitzthörl, Fahrt zur Passion in den Steinbruch St. Margarethen/Bgl.) informiert.

Nachdem die Tagesordnungspunkte zügig abgehandelt waren, konnte bald zum gemütlichen Teil übergegangen werden. Es gab einen schmackhaften Imbiss, Getränke und viele herzliche Gespräche, sodass der Nachmittag erst in den Abendstunden ausklang. Die Freude aller war sehr groß, endlich wieder einmal in fröhlicher Runde zusammensitzen zu können.



GLÖDΝITZ

PVÖ-Osterbasar in Glödnitz

Ein herzliches „Willkommen zu unserem Osterbasar“ gab es für all jene, die sich am Nachmittag des Gründonnerstages im Gasthaus Hochsteiner zu einem gemütlichen Beisammensein eingefunden hatten. Den Basar organisierte die Ortsgruppe Glödnitz/Altenmarkt/Flattnitz des PVÖ, wobei es auch noch einen österreichischen Glückshafen mit allerlei kreativen und geschmackvollen Preisen zu gewinnen gab. Ob Osterjause oder Dekoratives: Es wurde fleißig verlost und getauscht. Der Hauptpreis, ein handgefertigtes Vogelhaus, ging nach Altenmarkt. Die Organisator*innen bedanken sich bei allen Sponsor*innen, Hobbybäcker*innen und freiwilligen Helfer*innen! Auf dem Foto links Obfrau Heidi Hochsteiner und Gudrun Krassnitzer, auf dem Foto rechts der Gewinner des Hauptpreises Werner Salmina mit Obfrau Hochsteiner und ihrer Stellvertreterin Hertha Salmina (links).



LAUNSDORF

Großes Saubermachen in St. Georgen/Längsee

Die Mitglieder der Pensionisten-Ortsgruppe Launsdorf sind immer dabei, wenn es darum geht, das Gemeindegebiet von St. Georgen am schönen Längsee sauber zu halten. So war es auch bei der jährlichen Flurreinigung, an der sich auch Gisela Karl und Aquilina Höberl aktiv beteiligten. Viel Weggeworfenes am Wegesrand wurde emsig gesammelt und in Müllsäcker verstaut, denn eine saubere Umwelt erfreut nicht zuletzt auch ältere Menschen auf ihren täglichen Spazierwegen!



Vorsitzende Justina Meiser mit PVÖ-Landespräsident Bodner, SPÖ-Obmann Bgm. a. D. Klausner und PVÖ-Bezirksobmann Scherwitzl.
Foto: Gabriele Klausner

Krappfeld: Obfrau Justina Meiser bestätigt

Sehr emotional verlief die diesjährige Jahreshauptversammlung der PVÖ-Ortsgruppe Krappfeld. Viele Mitglieder kamen nach Silberegg zum „Schlosswirt“, wo es nach vielen, von der Covid-19-Pandemie geprägten Monaten wieder ein Wiedersehen der besonderen Art gab, bei der sich die Mitglieder weitgehend frei bewegen konnten.

Nach den Begrüßungsworten der Ortsgruppen-Vorsitzenden Justina Meiser und den Grußworten des PVÖ-Landespräsidenten Karl Bodner, des SPÖ-Ortsparteiobmanns Josef Klausner und des PVÖ-Bezirksvorsitzenden Christian Scherwitzl

wurde dem bisherigen Vorstand die Entlastung erteilt und die Wahl des neuen Vorstandes und der Kontrolle durchgeführt. Dabei wurde die Obfrau Justina Meiser eindrucksvoll in ihrer Funktion bestätigt. Auch die übrigen Vorstandsmitglieder wurden einstimmig gewählt.

Landespräsident Bodner, SPÖ-Obmann Klausner und BV Scherwitzl gratulierten dem neu gewählten Vorstand mit Justina Meiser an der Spitze und wünschten dem Team viel Kraft für die kommenden drei Jahre. Die Mitgliederversammlung klang mit Ehrungen von langjährigen Mitgliedern und Funktionär*innen harmonisch aus.



Blumige Geburtstagsfeier in Völkermarkt.
Foto: Richard Laure

Bunte Blumen für Geburtstagsjubilar*innen

Es vergeht fast kein Fest, an dem Blumen nicht den Ton angeben. Auch in der PVÖ-Ortsgruppe Völkermarkt ist dies nicht anders. Hier kommt die bunte Pracht sogar aus den Gärten der Vorstandsmitglieder auf die Tische in den Seniorenräumen und verschönert so die festlichen Zusammenkünfte wie etwa die Mai-Geburtstagsfeier für Mitglieder, die diesmal von der Obmannstellvertreterin Herta Polainer gekonnt moderiert wurde. Zum Geburtstag gratulierte diesmal dem langjährigen Vorstandsmitglied Irmgard Hrust. Sie ist bei den Ausflügen und Veranstaltungen der PVÖ-Ortsgruppe stets dabei. Weiters Wilhelm Jessernig (81), seit 23 Jahren treues Mitglied der Ortsgruppe. Herzlichst gratulierte auch Karl-Heinz Hirm, dem Alleskönnner unter den Mitgliedern der PVÖ-Gemeinschaft, der stets mit Zurückhaltung und Bescheidenheit beeindruckt.

Neben stimmungsvollen Liedern des Damenchoirs trug auch Brigitte Hirm, die aus dem Buch „Die schlauen Viecher vom Plentnbauer“ von Wilhelm Rudnigge vorlas, zum Gelingen der Feier bei. Das Geburtstagsfest, drei Tage vor Muttertag, war auch Anlass an den Muttertag zu denken. Vzbgm. Aron Radaelli stellte sich bei allen Müttern und auch den Vätern mit einem Blumenpräsent ein. Die Freude darüber war riesengroß. Dafür ein herzliches Dankeschön!



Geselliger Ausflug nach Grado

Die Ortsgruppe Klein St. Paul des Pensionistenverbandes Österreichs (PVÖ) hat nach der langen Corona-Pause wieder einen Ausflug unternommen. Ziel war das Städtchen Grado an der italienischen Adria. Den Höhepunkt bildete ein Ausflug mit dem Schiff zur Insel Barbana in der Lagune von Grado. Nach einem guten Essen ging es wieder zurück ans Festland, wo auf der Heimfahrt noch eine italienische Jause mit Weinverkostung auf dem Programm stand. Es war ein wunderschöner Ausflug, welchen die 44 Mitreisenden sehr genossen haben. Dabei wurde der Wunsch geäußert, künftig jeweils im Frühjahr eine Reise in den Süden zu unternehmen.



Neuwahlen und Ehrungen! Nach zweijähriger Corona-Pause hielt die PVÖ-Ortsgruppe Obermühlbach wieder eine Jahreshauptversammlung ab. Dazu konnte Obmann Rudi Schönfelder viele Mitglieder sowie als Ehrengast PVÖ-Bezirksobmann Christian Scherwitzl begrüßen. Auf dem Programm der Hauptversammlung standen die Wahl der Vorstandsmitglieder sowie auch die Ehrungen von einigen Mitgliedern für ihre langjährige Treue zum PVÖ bzw. zur Ortsgruppe. Die Geehrten erhielten schöne Treueurkunden. Obmann Schönfelder und BV Scherwitzl dankten allen geehrten Mitgliedern für die Treue, insbesondere Christine Millatsch für 35 Jahre PVÖ-Mitgliedschaft und Charlotte Bodner für 30 Jahre Treue zum Pensionistenverband.



Endlich wieder feiern!

Nach zwei Jahren Pandemie konnte in der PVÖ-Ortsgruppe St. Salvator endlich wieder eine Muttertagsfeier veranstaltet werden. Gefeiert wurde im Gasthaus Speckladl in Friesach, wo Obfrau Margit Hillberger zahlreiche Mitglieder begrüßen konnte. Willkommen geheißen wurde auch Bürgermeister Josef „Pepe“ Kronlechner, der ein paar Grußworte an die Anwesenden richtete und über das Gemeindegeschehen informierte. Bei sehr gutem Essen und einem Kaffee mit Kuchen ließen die Mitglieder den tollen Tag gemeinschaftlich ausklingen (Foto rechts).

BEZIRK VÖLKERMARKT



VÖLKERMARKT

Ausflug nach Ljubljana!

59 Mitglieder der PVÖ-Ortsgruppe Völkermarkt haben am Tagesausflug in die Hauptstadt Sloweniens, Ljubljana (Laibach), teilgenommen. Der Besuch bescherte den Teilnehmer*innen einen sehr schönen und netten Tag mit vielen Erlebnissen. Neben einem Spaziergang über den regen Marktplatz, einer Bootsfahrt auf der Ljubljanica und der Einkehr in nette Kaffeelokale und Gasthäuser (auf dem Gruppenfoto vor der „Sestica“) mit slowenischer Kulinarik stand auch der Besuch der Burg auf dem Programm. Von hier bietet sich den Besucher*innen ein erstaunliches Panorama auf die 300.000-Einwohner-Stadt bis hin zu den Steiner Alpen, dem Skigebiet Krvavec und der Velika Planina am Horizont. Die Heimfahrt führte über den Seebergsattel nach Eisenkappel/Zelezna Kapla und in den Remscheniggraben zum Gasthof Kupitz, wo die Gastfreundlichkeit der Familie Lipusch und Einlagen des Musikantenstammtischs Jauntal (Obmann Albert Schorli) genossen wurden. (K. H.)



HAIMBURG

Muttertagsfeier der PVÖ-Pensionist*innen

Nachdem es in Haimburg wieder ein Speiselokal gibt, beschloss die PVÖ-Ortsgruppe zum Muttertag eine Feier und keine Ausflugsfahrt zu veranstalten. Das Echo war überaus positiv, folgten doch 44 Mitglieder der Einladung.

Die Eröffnung der Feierstunde besorgte das Quartett „Scholle“, welches auch die Andacht, zelebriert von Diakon Pepo Wetternig, gesanglich umrahmt hatte. Nach dem Essen gab es ein unterhaltsames Schätzspiel und auch köstliche Mehlspeisen „versüßten“ den zahlreichen Teilnehmer*innen den gelungenen Nachmittag. Zum Abschluss bedankte sich die Obfrau Hermine Sereinig bei allen, die zum Gelingen der Feierstunde beigetragen haben. Bei den Torten- und Kuchenbäckerinnen, dem „Scholle“-Quartett, bei Diakon Wetternig, dem Team des Gasthofes Kilian mit Toni Pirker sowie dem Vorstand. Gemeinsam wurde so eine wirklich schöne Muttertagsfeier veranstaltet!



BAD EISENKAPPEL

Wanderung die Vitushöhe!

Bei herrlichem Wetter unternahm die Ortsgruppe Bad Eisenkappel des PVÖ unter der Führung des neuen Obmannes Josef Pasterk gemeinsam mit den Naturfreunden Völkermarkt eine Wanderung auf die Vitushöhe bei Stein im Jauntal/Šentvid v Podjuni. Unter Wanderführer Viktor Huss führte die Wanderung entlang des vom inzwischen verstorbenen Gottfried Polluk in Eigenregie errichteten wunderschönen Pilgerweges auf die Vitushöhe. Nach einer Stärkung ging es noch weiter auf den Koschitzberg und dann retour zur Kirche St. Veit im Jauntal. Zum Ausklang wurde im Gasthof Eckwirt in St. Primus/Šentprimož ein ausgezeichnetes Mittagessen eingenommen.



BLEIBURG/PLIBERK

Treue PVÖ-Mitglieder

Einen Höhepunkt der diesjährigen Jahresversammlung der PVÖ-Ortsgruppe Bleiburg bildete die Ehrung zahlreicher langjähriger Mitglieder. Zur Versammlung konnten neben vielen Mitgliedern auch Bürgermeister Stefan Visotschnig und der stellvertretende PVÖ-Bezirksvorsitzenden VS-Dir. i. R. Alois Lach begrüßt werden. Beide nahmen gemeinsam mit dem neuen Obmann Anton Brezovnik die Ehrungen vor und dankten den Mitgliedern für die Treue zum Pensionistenverband.

Herzlichen Glückwunsch

„Unsere Generation“ gratuliert zum Jubiläum!

90 Jahre!

Josef Jerlich feierte gesund und bei guter Laune sein 90. Wiegendfest. Obmann-Stv. Franziska Pototschnig gratulierte im Namen der PVÖ-Ortsgruppe mit einem Präsent.



BAD EISENKAPPEL



HAIMBURG

Ein Hoch!

Waltraud Seiler feierte ihren 75. Geburtstag. Im Namen der PVÖ-Ortsgruppe gratulierten die Obfrau Hermine Sereinig und Kassiererin Maria Osche mit einem Präsent.



BLEIBURG

90. Geburtstag!

PVÖ-Mitglied Juliana Kac feierte bei bester Gesundheit den 90. Geburtstag. Obmann Anton Brezovnik und Vorstandsmitglied Josef Leitner gratulierten mit einem Geschenk.



FRANTSCHACH-ST.GERTAUD

Zweimal Hoch! Im Rahmen der monatlichen Mitgliedergeburtstagehrungen wurden unter anderen Anton Knes (85 Jahre, links) und Hermann Hofbauer (80 Jahre, 2. von rechts) geehrt. Zur Gratulantschar zählte auch Vorsitzende Melitta Müller (PVÖ, Mitte).



EBERNDORF

90 Jahre!

Albine Rauscher hat ihren 90. Geburtstag gefeiert! Der Jubilarin gratulierten Obfrau Resi Schumach (PVÖ) sowie Bürgermeister Wolfgang Stefitz und Sozialreferent Kurt Lengauer für die Marktgemeinde.



MARIA ROJACH

85. Geburtstag! Das treue PVÖ-Mitglied Helene Streussnig hat den 85. Geburtstag gefeiert. Der Jubilarin gratulierten die Vorsitzende Anna Primus sowie Bürgermeisterin Maria Knauder.



FEISTRITZ/BLEIBURG

80. Geburtstag! Das treue Mitglied Hermine Figoutz hat den 80. Geburtstag gefeiert. Der Jubilarin gratulierten Obmann Sebastian Smriecnik und Schriftführerin Monika Smriecnik.



MARIA ROJACH

80. Geburtstag! Das treue Mitglied Rudolf Plankl hat den 80. Geburtstag gefeiert. Vorsitzende Anna Primus gratulierte für den PVÖ, Bürgermeisterin Maria Knauder für die Stadtgemeinde.

90 Jahre!

Gisela Probst feierte ihren 90. Geburtstag. Für die PVÖ-Ortsgruppe gratulierte Obmann Hans Posch dem langjährigen treuen Mitglied mit einem netten Präsent.



BAD ST. LEONHARD



ST. MAREIN

85! Johanna Grilz ist 85! Obfrau Sandra Schrammel und Betreuer Hatz gratulierten.



MARIA ROJACH

80 Jahre!

Anna Jessernig hat ihren 80. und Peter Steiner seinen 89. Geburtstag gefeiert. Die PVÖ-Ortsgruppe mit Obfrau Anna Primus wünscht beiden Mitgliedern alles Gute und noch viele Jahre.



Die geehrten Mitglieder mit Obmann Hubertus Vallant sowie Bürgermeister Dieter Dohr, LAbg. Armin Geißler und PVÖ-Bezirksobmann Dieter Hacker.

SCHIEFLING/LAVANTAL

MARIA ROJACH

Mutter- und Vatertagsfeier

Die Mitglieder der PVÖ-Ortsgruppe Maria Rojach waren heuer in den Kulturstadl zu einer besinnlichen Mutter- und Vatertagsfeier eingeladen. Die Vorsitzende Anna Primus konnte dazu auch Vizebgm. Andreas Fleck, PVÖ-Bezirkskassierer Ernst Landgraf, Landtagsabg. Armin Geißler sowie Pfarrer Mag. Helmut Mosser willkommen heißen. Den Höhepunkt der gelungenen und bestens besuchten Feier bildeten Gedichtvorträge der Kinder Laura Marjanovic und Felix Klary, die musikalische Einlage von Laura Rampitsch auf der Steirischen Harmonika sowie der Auftritt des Quartetts des MGV St. Stefan/Lavanttal.

Aktive PVÖ-Ortsgruppe Schiefling/Lavanttal

Zur Jahreshauptversammlung der Ortsgruppe des Pensionistenvereines Schiefling/Lavanttal im Gasthaus „Simerlwirt“ konnte Obmann Hubertus Vallant zahlreiche Mitglieder sowie Bürgermeister Dieter Dohr, den LAbg. Armin Geißler und den Bezirksobmann der PVÖ, Dieter Hacker, begrüßen. Nach einer Gedenkminute für die im abgelaufenen Vereinsjahr verstorbenen Mitglieder informierte der Obmann über die vielen Aktivitäten der PVÖ-Ortsgruppe im Vereinsjahr. Es gab zahlreiche Klubnachmittage sowie schöne Ausflüge. Den Kassabericht erstattete Anna Maria Vallant, welcher auf Antrag der Kontrolle sowie dem gesamten Vorstand einstimmig die Entlastung erteilt wurde.

Bei der anschließenden Neuwahl des Vorstandes der Ortsgruppe wurde Obmann Hubertus Vallant erneut das Vertrauen ausgesprochen. Ebenso seinem Stellvertreter Gerhard Berger und den weiteren Mitgliedern des Vorstandes. Für ihre langjährige Mitgliedschaft wurden Johann Baumgartner und Hermine Streicher geehrt.

Obmann Vallant bedankte sich zum Abschluss recht herzlich bei den Mitgliedern für ihre Treue und bei seinem Team für die engagierte Mitarbeit. Mit einem schmackhaften Mittagessen wurde die Jahreshauptversammlung beendet.



REICHENFELS

PVÖ-Preisschnapsen in Reichenfels

Das heurige Schnapsen der PVÖ-Ortsgruppe Reichenfels war wieder ein voller Erfolg. Das Turnier wurde – wie üblich – in einer Männer- und in einer Frauenrunde abgewickelt und war an Spannung kaum zu überbieten. In der Frauengruppe belegten Lotte Kopp, Wilma Vlcek, Pauline Koitz und Elfriede Mitterbacher bei den Adenauern die ersten vier Plätze. Hart ging es bei den Schnapsern zu, wo Männer und Frauen um die Bummerln kämpften. Norbert Stanni ermittelte am Laptop schließlich die Besten. Bei den Männern siegte Johann Asprian vor Siegfried Pletz, Alfred Seidlinger, Johann Hochegger und Werner Bistricky. Bei den Frauen sicherte sich Michaela Priessner den ersten Platz vor Heidi Bojer, Christine Hochegger, Hildegund Leitner und Elisabeth Pletz. Für die Organisation und das Füllen der Siegerkörbe sorgten Vroni Asprian, Christine Hochegger, Maria Stanni und Obmann Herbert Hochegger, der auch gemeinsam mit Stellvertreterin Vroni Asprian die Siegerehrung vornahm. Auf dem Foto: Obmann Herbert Hochegger mit seinem Team und den Gewinner*innen, die sich über die reichlich gefüllten Obstkörbe freuten.



MARIA ROJACH

Ein schöner Ausflug in die Steiermark

Der erste Ausflug nach der Corona-Pandemie führte zahlreiche Mitglieder der PVÖ-Ortsgruppe Maria Rojach bei strahlendem Sonnenschein zur Ottersbachmühle in Wittmannsdorf (Steiermark). Nach dem Besuch der Osterausstellung und einem wohlschmeckenden Mittagessen ging es entlang der Weinstraße über Gamlitz und Eibiswald zum Weingut Feller in der Nähe von Fraudental, wo man den Nachmittag gemütlich ausklingen ließ.



ST. MICHAEL/LAVANTTAL

Mitgliederehrung in St. Michael im Lavanttal

In der PVÖ-Ortsgruppe St. Michael/Lavanttal wurden zahlreiche Mitglieder für ihre langjährige Treue zum Pensionistenverband Österreichs geehrt. Für 15 Jahre Treue zum PVÖ wurden Elisabeth Scharf, Hilde Raich, Annemarie Dacar und Friedrich Zarfl geehrt. Christian Offner kann auf 20 Jahre PVÖ-Mitgliedschaft verweisen und für 25 Jahre Mitgliedschaft beim PVÖ wurden Willibald Leopold und Erika Sulzbacher geehrt. Dorothea Leopold, Priska Leitner, Elena Wutscher-Grünwald, Dir. Valentin Leitner und David Leopold können auf 30 Jahre PVÖ-Mitgliedschaft verweisen. Mathilde Scharf sogar auf 35 Jahre und Angela Moll auf stolze 40 Jahre. Gratuliert wurde auch den April-Geburtstagskindern. Angela Moll feierte ihren 94. Geburtstag und Elisabeth Wadler wurde 80. Weitere Geburtstagskinder waren Hilde Raich, Elfriede Poms und Werner Tatschl. Den Jubilar*innen gratulierten die Vizebürgermeister Alexander Radl und Dr. Michaela Lentscher, Susanne Krampf in Vertretung des BO Dieter Hacker sowie Obmann Max Koschü (Foto oben).

Osterschinken-Schnapsen des PVÖ Frantschach-St. Gertraud

Die rührige PVÖ-Ortsgruppe Frantschach-St. Gertraud veranstaltete auch heuer das traditionelle Osterschinken-Schnapsen. Die Teilnahme am diesjährigen Turnier war überaus zahlreich und auch die Sachpreise für Sieger und Platzierte konnten sich sehen lassen.

Nach vielen spannenden Schnapserpartien siegte Ernst Streit (1. und 4. Platz) vor Erich Tatschl (2. und 3. Platz), Otmar Betschoga (5.), Klaus Sila (6.), Helga Hofbauer (7.) und Robert Storfer (8. Platz). Bei der Verlosung der drei prall gefüllten Osterkörbe waren Franz Gutschi, Hermann Hofbauer und Justine Walzl die glücklichen Gewinner*innen.

Der Vorsitzenden Melitta Müller und ihrem tollen Team (auf dem Foto rechts oben mit den Ehrengästen) gilt ein großes Dankeschön für die ausgezeichnete Organisation!

Die glücklichen Gewinner*innen des Osterschinken-Schnapsens mit Obfrau Melitta Müller, dem Vorstand und den Ehrengästen.



FRANTSCHACH-ST. GERTRAUD



ST. MICHAEL/LAVANTTAL

Schöne Preise beim Osterschnapsen in St. Michael im Lavanttal

Schon zur Tradition zählt das Osterpreisschnapsen der Pensionisten-Ortsgruppe St. Michael im Lavanttal. Unter der Turnierleitung von Obmann Max Koschü und Helmut Buchbauer nahmen heuer 21 Schnapserinnen und Schnapser am Turnier teil.

Nach überaus spannenden Bummerln holte sich Hermann Zarfl nach einem bis zum Schluss dramatischen Duell gegen Paul Jantschgi den begehrten Turniersieg. Platz 3 errang Obmann Max Koschü (Sieger gegen Helmut Buchbauer), Platz 5 ging an Otmar Schönherr. Beste Dame war heuer Manuela Brandner auf Platz 7. Auf dem Foto (oben) Obmann Max Koschü und PVÖ-Bezirksvorsitzender Dieter Hacker mit den siegreichen Schnapserinnen und Schnapsern.



FRANTSCHACH-ST. GERTRAUD



Ehrung für die 150. Blutspende

Über 70 Liter Blut hat PVÖ-Mitglied Gerald Netzl aus Wien (Bildmitte) seit seinem 18. Lebensjahr bereits gespendet und damit unglaubliche 150 Mal sein Bestes gegeben. Dafür wurde er von Gerry Foitik vom Roten Kreuz (l.) mit der goldenen Verdienstmedaille mit goldenem Lorbeerkrantz ausgezeichnet. Schauspieler und Freund des PVÖ, Harald Krassnitzer (r.), gratulierte höchst persönlich und ging auch gleich selbst das erste Mal zur Blutspende. Denn aktuell ist der Blutlagerstand niedrig und jede Spende zählt.



Geschichte der Volkshilfe

Anlässlich ihres 75-jährigen Jubiläums hat die Volkshilfe ihre Vorgeschichte erforscht und das Buch „Aus Widerstand und Solidarität“ herausgebracht. Der Schriftsteller und Kulturwissenschaftler Alexander Emanuely hat sein umfangreiches Wissen über die Volkshilfe eingebracht und zusätzlich in Archiven und Quellen recherchiert. Ein detailliertes und spannendes Buch über diese wichtige Organisation. echomedia buchverlag, € 24,90, ISBN 978-3-903989-33-7. Wir verlosen 3 x 1 Buch, Teilnahme siehe Vorteilsklub S. 43 (Kw. „Volkshilfe“).

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

PVÖ-Digital: Immer topaktuell informiert!



Die ältere Generation, die sogenannten „Silver Surfer“, entdeckt und erobert die digitale Welt für sich. Dem trägt der Pensionistenverband Rechnung, indem wir unser Online-Angebot stetig erweitern und ausbauen. Wir informieren aber natürlich auch in gewohnter Weise regelmäßig über unsere „traditionellen“ Medien wie unsere Mitgliederzeitschrift, Flugblätter, Briefe, Plakate und Aushänge in den Schaukästen. Damit ist garantiert, dass sich alle Mitglieder des Pensionistenverbandes immer aktuell informieren können – online und offline!

Newsletter: Registrieren Sie sich auf unserer Webseite unter pvoe.at/newsletter und erhalten Sie regelmäßig die wichtigsten Informationen direkt per E-Mail.

Mitgliederbereich: Wer sich auf unserer Webseite unter pvoe.at/mitglied-werden mit seiner Mitgliedsnummer registriert, erhält Zugang zu unseren exklusiven Seiten für Mitglieder. Dort gibt es u. a. Informationen über spezielle Angebote, Veranstaltungen und nützliche Unterlagen sowie Formulare zum Herunterladen.

Facebook: Auf unserer Facebook-Seite facebook.com/Pensionistenverband gibt es die neuesten Meldungen des PVÖ, aktuelle Betrugswarnungen, Fotos und Videos von Veranstaltungen, wichtige Nachrichten aus aller Welt und vieles mehr – fast in Echtzeit!

„Das kleine Ich bin Ich“ hilft!

Der beliebte Kinderbuchklassiker „Das kleine Ich bin Ich“ wurde von den Österreichischen Kinderfreunden in Zusammenarbeit mit dem Verlag Jungbrunnen als zweisprachige Ausgabe in Deutsch/Ukrainisch neu aufgelegt. Der Pensionistenverband Österreichs hat sich an diesem Projekt beteiligt, um Kindern aus der Ukraine ein Buch und hoffentlich auch ein Lächeln schenken zu können. Wenn Sie in Ihrer Nachbarschaft/Ihrem Bekanntenkreis ukrainische Kinder kennen, die sich über ein Buchgeschenk freuen würden, bitte melden Sie sich beim Pensionistenverband unter Tel.: 01/313 72-90.



Die Kinder freuen sich sichtlich über die ersten Exemplare von „Das kleine Ich bin Ich“, die ihnen von Wiens Bürgermeister Ludwig (2. v. r.), Jungbrunnen-Verlag Gf. Stacher-Gfall (r.) und Stadtrat Czernohorszky (l.) überreicht wurden.

Jede Familie wird in
Zukunft von Pflege
und Betreuung
betroffen sein

PFLEGEREFORM

Später Start, **frühes Ende**



Licht & Schatten. Zufall? Just am „Tag der Pflege“ verkündet die Regierung ein Pflege-Maßnahmenpaket. Endlich! Doch was steckt wirklich dahinter? Der Pensionistenverband hat analysiert und sieht bestenfalls einen „Start“.

Erinnern wir uns: Es gab einmal einen Bundeskanzler Kurz. Dieser rief im Jahr 2019 (2018 angekündigt) das „Jahr der Pflege“ aus. Und hielt wie üblich eine große Pressekonferenz ab. Und dann? Geschah jahrelang nichts! Mittlerweile haben wir das Jahr 2022 und nun, nach vier Jahren des Nichtstuns, des Verstreichens wertvoller Zeit und nach vier Sozialministern (inklusive Kurzzeitminister), gibt es einen – sagen wir – „Start mit Pflegemaßnahmen“. Denn von einer langfristigen Reform sind wir nach wie vor weit entfernt.

Das entscheidendste Manko bei den nun von der Regierung vorgestellten Maßnahmen ist die Befristung auf zwei bis drei Jahre. Viele vom Pensionistenverband Österreichs in einem umfassenden Pflegekonzept vorgebrachte (und mehrfach in UG/Unsere Generation präsentierte) langfristige und strukturelle Maßnahmen fehlen.

ALLE BETROFFEN

In Zukunft wird jede Familie von Pflege und Betreuung betroffen sein – ob man selbst welche braucht oder ob man welche für ein Familienmitglied organisieren muss. Daran erkennt man die großen

ENDLICH – nach
vier Jahren Stillstand und
vier Ressortministern
gibt es erste Maßnahmen
in Sachen Pflege.

DR. PETER KOSTELKA,
PVÖ-PRÄSIDENT

Herausforderungen und vor allem den Handlungsbedarf.

- Wer pflegt? Der Personalmangel ist jetzt schon eklatant. Es fehlen zehntausende Pflege- und Betreuungskräfte.
- Wer zahlt? Pflege und Betreuung kosten Geld. Die Finanzierung muss langfristig sichergestellt sein.

Wie schnell das Pflegesystem an seine Grenzen kommt, hat auch die Corona-Pandemie eindrücklich gezeigt.

MIT PFLEGE KEINEN PROFIT MACHEN

Und ein weiterer Fall beweist, dass eine echte Reform kommen muss, um Pflege- und Betreuung sicherzustellen: Ein privates Seniorenheim hat seine Bewohner*innen aus „Effizienzgründen“ einfach vor die Tür gesetzt. „Das ist ein unmenschlicher Skandal“, zeigt sich Dr. Peter Kostelka, Präsident des ▶





Pflege: Was kommen soll. Was fehlt.

Die Regierung hat ein Pflege-Maßnahmenpaket vorgestellt. Kommen soll das alles ab 2023. Derzeit läuft die Gesetzesbegutachtung. Dabei wird der Pensionistenverband seine Verbesserungsvorschläge einbringen.

Befristet

Die Maßnahmen wirken nicht langfristig, sondern gelten zunächst nur für zwei bis drei Jahre. Der Pensionistenverband fordert eine langfristige und nachhaltige Pflegereform. Und: Das Thema ist so komplex und wichtig, dass ein Pflege-Staatssekretariat dafür zuständig sein muss.

Personal

Positiv: Ein Gehaltsbonus für Pflegepersonal und ein Ausbildungszuschuss für Berufsumsteiger/-einstieger. Aber: Maßnahme ist befristet.

Demenz/24-h-Betreuung

Positiv: Finanzierung von 20 Stunden zusätzlich pro Monat für Pflege und Betreuung bei schweren psychischen Behinderungen oder Demenz.
Aber: Förderung für 24-Stunden-Betreuung wird nicht erhöht.

Angehörigenbonus

Pflegende Angehörige sollen ab dem Jahr 2023 einen „Angehörigenbonus“ in Höhe von 1.500 Euro erhalten. Voraussetzung ist, dass die zu pflegende Person in Pflegestufe 4 oder höher eingestuft ist.

PVÖ-Kritik: Pflegende Angehörige, die bereits in Pension sind, sollen laut Regierung diesen Bonus nicht erhalten. Ungerecht! Das muss geändert werden!

► Pensionistenverbandes Österreichs empört. „Damit wurden schwer pflegebedürftige, teils demente Menschen, die sich – übrigens mit viel Geld – auf einen ruhigen, gesicherten Lebensabend eingestellt hatten, dazu gezwungen, ein neues Dach über dem Kopf zu finden. Das ist eiskaltes Profitstreben auf Kosten der Schwächsten!,“ kritisiert Kostelka.

SICHER, LEISTBAR, WÜRDEVOLL

Derartige Geschehnisse entlarven auch die Unmenschlichkeit dieser ausschließlich an Gewinnmaximierung orientierten Unternehmen. Hier zählt ausschließlich das Geld und nicht der Mensch! Wenn der geforderte Gewinn nicht mehr erwirtschaftet wird, werden mit Minimalfristen Verträge gekündigt, wird zugesperrt oder verkauft.

Kommt es dann hart auf hart, müssen wieder Angehörige oder die öffentliche Hand – wie im aktuellen Fall der Fonds Soziales Wien – einspringen. „Privat statt Staat ist keine Lösung – Pflege und Betreuung müssen sicher, leistbar und würdevoll gestaltet sein!“, stellt PVÖ-Präsident Kostelka klar.

KEIN ANGEHÖRIGENBONUS?

In dem von der Regierung vorgestellten Pflegemaßnahmen-Paket gibt es nach einer Analyse des Pensionistenverbandes auch einige „Pferdefüße“.

Beispielsweise beim Angehörigenbonus. Dieser soll zur Unterstützung für pflegende Angehörige in Höhe von 1.500 Euro pro Jahr Personen gewährt werden, die jemanden pflegen, der in der Pflegestufe 4, 5, 6 oder 7 ist. „Wie sich nun herausstellt, gilt dieser Angehörigenbonus aber nicht für Pensionisten. Das ist mehr als unverständlich, zumal von bereits in Pension befindlichen Frauen und Männern aufopfernde Pflegeleistung für den/die jeweils angehörigen PartnerIn oder nahe Verwandte erbracht wird. Dieser Ausschluss ist nicht nachvollziehbar! Ohne diesen Einsatz von rund 55.000 Pensionist*innen würde das Pflegesystem in Österreich vollends kollabieren“, so Pensionistenverbands-Präsident Dr. Peter Kostelka.

Der Pensionistenverband fordert, dass auch Pensionist*innen den Angehörigenbonus erhalten. Und dass es eine Pflegereform gibt, die diesen Namen verdient! ☺

ONLINE UND OFFLINE

Mit und ohne Computer

Corona hat unser tägliches Leben verändert. Vieles wurde digitalisiert, sprich: ist nur mehr mit Computer oder Smartphone abzuwickeln. Gerade für ältere Menschen muss es aber immer auch eine Lösung „ohne“ geben.

Die Impfanmeldung online durchführen, den Grünen Pass online abrufen – das sind nur zwei wesentliche Abläufe, die in Pandemiezeiten vielen Menschen die Möglichkeit gaben, Termine oder Dokumente online – also per Computer oder Smartphone („Wischhandy“) – zu bekommen. Gut so, der Pensionistenverband unterstützt den digitalen Fortschritt.

Aber wir haben sofort bei der Regierung interveniert

und konnten erreichen, dass die Impfanmeldung auch persönlich über Gemeinden oder Hausärzte sowie der Grüne Impfpass auch bei Apotheken erhältlich ist.

DIGITALISIERUNG IST WICHTIG

Die Digitalisierung von immer mehr Lebensbereichen ist nicht aufzuhalten und hat auch viele Vorteile. Aber es muss sichergestellt werden, dass es immer eine analoge Alternative

gibt. Dass man etwas persönlich, telefonisch oder auf Papier/per Post bewerkstelligen kann – vor allem im öffentlichen Bereich. Leider sind die öffentlichen Stellen hier nicht sehr vorbildhaft. Derviel beworbene „Reparatur-Bonus“, mit dem man einen finanziellen Zuschuss bekommt, wenn man etwas nicht gleich wegschmeißt, sondern reparieren lässt – er ist leider nur online einreichbar. Vielfach springt der Pensionistenverband ein und

hilft seinen Mitgliedern bei der Einreichung.

AB 2024 ALLES ONLINE

Die Regierung will alle Behördenangelegenheiten bis 2024 online anbieten. Okay. Aber bitte nicht NUR online. Wir fordern ein Recht darauf, dass man auch offline ein vollwertiges Mitglied unserer Gesellschaft ist.

Euer
Andreas Wohlmuth

FOTO: PVÖ / LUDWIG SCHIDL

BEZAHLTE ANZEIGE



The advertisement features a photograph of a woman relaxing in a thermal pool, with decorative white scrollwork lines overlaid on the bottom. To the right, there is a dark blue rectangular overlay containing text and a QR code.

HEILHERME
QUELLENHOTEL
BAD WALTERSDORF

kostbare
AUSZEIT

3 Tage/2 Nächte p. P.
ab € 312,-

Gültig bis 31.8.2022
Tel: 03333 500-0
www.heiltherme.at/auszeit



PVÖ-WERBEAKTION SCHLÄGT EIN:

Jetzt GRATIS-Schnitzel holen!

Heiß begehrt und viel gepriesen. Das ist nicht nur die Mitgliedschaft im Pensionistenverband, sondern auch die Werbeprämie für Werber*innen und Neumitglieder.

Der Trend zum XXXLutz Riesen-Schnitzel hält an. Und – was für den PVÖ noch erfreulicher ist: Der Trend, dass der Pensionistenverband wöchentlich neue Mitglieder gewinnen kann, ist ebenfalls ungebrochen. Die aktuelle Werbeaktion des PVÖ verbindet beides und ist deswegen überaus beliebt – natürlich, nicht jede oder jeder ist von Schnitzeln begeistert. Das wissen und respektieren wir im PVÖ und deshalb wird es bald eine Aktion mit einer Prämie für Werber*in

und Geworbene/n geben. Doch jetzt steht noch der gemeinsame Genuss im Vordergrund.

Auch Sie können in diesen Genuss kommen. Alles, was Sie dafür tun müssen, ist: eine/n neue/n Freund/in für den PVÖ gewinnen.

VORTEILE ÜBER VORTEILE

Wie neue Freunde gewinnen? Ganzeinfach: Erzählen Sie Freunden und/oder Bekannten von den vielen Vorteilen, die eine Mitgliedschaft im Pensionistenverband bietet.

Um bei der Vielzahl an Vorteilen und Angeboten nicht etwas auszulassen, hilftes, UG – *Unsere Generation* mitzunehmen und gemeinsam darin zu blättern: Einkaufsvorteile gleich auf den Seiten 2 und 3, Sportangebote auf Seite 28, Reisen auf den Seiten 34 und 35, Kultur und Unterhaltung auf den Seiten 41, 42 und 43 und schließlich noch die PVÖ-Wanderkollektion auf der hinteren Umschlagseite.

Allesamt Angebote, die es in dieser Form NUR für PVÖ-Mitglieder gibt.

AUFBLÜHENDES KLUBLEBEN

Viele weitere Vorteile sind in den letzten Wochen – nach langem „Corona-Winter“ – wieder zu voller Blüte gekommen: das abwechslungsreiche Klubleben in den Ortsgruppen und auch die Angebote der Bezirks- und Landesorganisationen. Beispiele dazu gibt es auf den jeweiligen Landesseiten im Mittelteil dieser Ausgabe.

Und nicht zuletzt profitiert jede Pensionistin und jeder Pensionist von der Arbeit des PVÖ für die ältere Generation.



So sieht er aus, der PVÖ-Gutschein für ein Riesen-Schnitzel in allen XXXLutz Restaurants

Jetzt Mitglieder werben!



XXXL-Restaurants

Schnitzel für Neumitglieder und Werber

Das Mitgliederwerben für den Pensionistenverband ist jetzt besonders g'schmackig! Denn sowohl für alle Neumitglieder als auch für die Werber gibt es einen Gutschein für ein XXXL-Schnitzel, einzulösen in einem der nahezu in jedem Bezirk Österreichs zu findenden XXXLutz-Möbelhäuser.

Die Restaurants unseres Kooperationspartners sind bei „unserer Generation“ besonders beliebt. In einem geschmackvollen Ambiente gibt's in den XXXL-Restaurants immer besondere Geschmackserlebnisse. Und: XXXLutz setzt auf Qualität, Regionalität und Nachhaltigkeit zu günstigen Preisen.

Also, machen Sie es den beiden Damen links gleich: Neue Mitglieder für den Pensionistenverband werben und mit dem Gutschein (wird an die Neumitglieder und Werber zugesandt) gemeinsam ein XXXL-Schnitzel genießen!

P.S.: Aktion solange der Vorrat reicht!



Der PVÖ is(s)t fein



PENSIONISTEN
VERBAND
ÖSTERREICH

Richtig.
Wichtig.
Stark.

Machen Sie mit! Gleich mit dem Beitrittsformular unten:
Ausfüllen, absenden und bald kommen die Gutscheine zu
Ihnen. **Infos zur Aktion auch auf:** pvoe.at/mitglied-werben

Mitglieds-Anmeldung zum Pensionistenverband

Mitglieds-Anmeldung bitte vollständig ausfüllen, unterschreiben und im Kuvert per Post einsenden an: Pensionistenverband Österreichs, Gentzgasse 129, 1180 Wien. Oder einfach in Ihrer PVÖ-Ortsgruppe, PVÖ-Bezirksorganisation bzw. im PVÖ-Landessekretariat abgeben oder per Mail an: service@pvoe.at

Von Werber/
Werbeinlaus-
zufüllen

Ich, _____ VORNAME _____ FAMILIENNAME _____

TAG	MONAT	JAHR
-----	-------	------

GEBURTSDATUM

habe unten stehendes neues Mitglied geworben.

Vom Neumitglied auszufüllen

AKADEMISCHERGRAD VORNAME (LAUT REISEPASS) FAMILIENNAME (LAUTREISEPASS, BITTE IN BLOCKBUCHSTABEN) GESCHLECHT

M W

POSTLEITZAHL WOHNORT

TAG	MONAT	JAHR
-----	-------	------

GEBURTSDATUM

J N

A

ÖSTERREICH ANDERE
STAATSBÜRGERSCHAFT

STRASSE, HAUSNUMMER, STIEGE, TÜRNUMMER TELEFONNUMMER

E-MAIL

BEITRITTSERKLÄRUNG – INFORMATION DES BETROFFENEN GEMÄSS DER DATENSCHUTZ-GRUNDVERORDNUNG (ART. 13 DSGVO)

Ihre Daten werden für die Zwecke der Mitgliederverwaltung, -betreuung und -Information von uns verarbeitet. Ohne Bereitstellung der notwendigen Daten ist eine Nutzung der Leistungen aus der Mitgliedschaft nicht möglich. Mit Ihrem Beitritt steht ein Vertragsverhältnis zum Pensionistenverband Österreichs, das auch Rechtsgrundlage der Datenverarbeitung ist. Datenübertragungen finden nur innerhalb unserer Organisation sowie zu Auftragsverarbeitern (wie z.B. Rechenzentrum, Druckereien oder Versandagenturen) statt. Es werden keine Daten an ein Drittland oder eine internationale Organisation übermittelt. Ihre Daten werden verarbeitet, solange Ihre Mitgliedschaft besteht bzw. solang noch Ansprüche aus der Mitgliedschaft bestehen können und sofern nicht gesetzlich längere Aufbewahrungsfristen vorgeschrieben sind. Es findet keine automatisierte Entscheidungsfindung, kein Scoring, Profiling oder Vergleichbares statt. Sie haben das Recht auf Auskunft, auf Berichtigung oder Löschung sowie ein Recht auf Einschränkung der Verarbeitung, auf Widerspruch und auf Datenübertragbarkeit. Sie haben das Recht, sich bei Unzulänglichkeiten bei der österreichischen Datenschutzbehörde (www.dsb.gv.at) zu beschweren. Eine transparente Datenverarbeitung ist wesentliches Anliegen des PVÖ. Verantwortlicher der Datenverarbeitung ist der Pensionistenverband Österreichs, Gentzgasse 129, 1180 Wien, E-Mail: office@pvoe.at; Kontaktadresse unseres Datenschutzbeauftragten ist: datenschutzbeauftragter@pvoe.at

Ich willigte ein, dass der Pensionistenverband, SeniorenReisen und Kooperationspartner des Pensionistenverbandes mich per (auch elektronischer) Post kontaktieren darf, um über Serviceleistungen, Aktionen, Veranstaltungen, vergünstigte Angebote u. dgl. zu informieren und sonstige Informationen zu übermitteln. Die Einwilligung kann jederzeit widerrufen werden!

Die Datenschutzinformationen habe ich gelesen.

DATUM

PERSÖNLICHE UNTERSCHRIFT

Vom PVÖ
auszufüllen

MONAT	JAHR
-------	------

BEITRITTSDATUM

BEZIRKSORGANISATION

ORTSGRUPPE

--	--	--	--

ZAHLORGANISATION



Wer derzeit eine Solar- oder Photovoltaikanlage installieren lassen möchte, muss mit längeren Wartezeiten rechnen. Aber danach bieten sie ein Stück Unabhängigkeit durch selbst erzeugten Strom und Wärme.

RAUS AUS ÖL UND GAS – TEIL 3

Mit der Kraft der Sonne

Photovoltaik- und Solaranlagen erleben einen wahren Boom. Unsere Immobilien-Profis informieren über Vor- und Nachteile.

Strom und Wärme durch Sonnenlicht! Photovoltaik- und Solarsysteme sind derzeit gefragt wie nie. Wichtig: Wer jetzt umrüsten möchte, muss etwas Geduld mitbringen. Für das Jahr 2022 gibt es in allen Bundesländern

nur noch vereinzelt Beratungs- und Installationstermine. Aber wer jetzt mit der Planung beginnt, kann Strom und Wärme spätestens im nächsten Jahr – zumindest zum Teil – „aus Eigenproduktion“ beziehen. Unsere Profis geben in der Tabelle

einen kurzen Überblick über die Vor- und Nachteile. Welche Variante am besten für Ihr Haus geeignet ist, erfahren Sie durch eine Expert*innenberatung direkt vor Ort. Erkundigen Sie sich auch wegen Förderungen in Ihrem Bundesland.

Vorteile	Nachteile
Photovoltaik <ul style="list-style-type: none"> • Zukunftorientiert, effizient und klimafreundlich • Förderungen möglich • Strom kann im Haushalt vielseitig eingesetzt werden • Überschussoptimierung durch Kombination mit Wärmepumpe möglich • Flexibel einsetzbar 	<ul style="list-style-type: none"> • Hohe Anschaffungskosten • Abhängigkeit von Sonne und Licht • Platz und die Möglichkeit, Paneele anzubringen • Eventuell die Optik
Solarwärme <ul style="list-style-type: none"> • Zukunftorientiert • CO₂-neutral • Förderungen möglich • Wenig Strombedarf • Sehr gut geeignet in Kombination mit einem anderen Heizsystem 	<ul style="list-style-type: none"> • Hohe Anschaffungskosten • Abhängigkeit von der Sonne • Alleine nicht ausreichend für Warmwasser und Heizung – alternatives Heizsystem notwendig
Hybridheizung <ul style="list-style-type: none"> • Hohe Versorgungssicherheit durch Kombination mit Brennwerttechnik • Reduzierter Einsatz fossiler Ressourcen • Niedrige Heizkosten durch Nutzung kostenfreier Umweltenergie 	<ul style="list-style-type: none"> • Höhere Anschaffungskosten durch komplexere Technik • Eventuell Abhängigkeit von fossilen Brennstoffen, außer beim Einsatz von Biogas



Unsere Immobilien-Profis informieren und beraten:

Dr. Wolfgang Schöberl

Doktor der Rechtswissenschaften, führt seit 2013 die Rechtsanwaltskanzlei www.wslaw.at in 1010 Wien.

Eva Kalenczuk

Selbstständige Immobilienmaklerin, EVA Immobilien – Eva KALENCZUK e. U. www.eva-immo.at



VON PVÖ-
KONSUMENTEN-
SCHÜTZER
Dr. Harald Glatz
www.glatzonline.at

99

ENERGIEKOSTEN-GUTSCHEIN: WICHTIGE INFOS

150 Euro – wer sie bekommt und wie!

In den letzten Wochen wurden von der Bundesregierung **150-Euro-Energiekosten-Gutscheine** an Österreichs Haushalte per Post verschickt. Wir geben einen Überblick darüber, wer Anspruch hat und wie Sie zu dieser Gutschrift kommen.

• **Wer darf den Gutschein einlösen?** Einpersonenhaushalte dürfen maximal 5.670 Euro brutto im Monat verdienen, bei Mehrpersonenhaushalten liegt die Grenze bei 11.340 Euro. Sie müssen einen Vertrag auf Ihren Namen bei einem Stromlieferanten haben – der Gutschein gilt nur für Strom, nicht für Gas oder Fernwärme. Weiters gilt der Gutschein nur für jene Adresse, an der Sie von 15. März 2022 bis 30. Juni 2022 als Hauptwohnsitz gemeldet sind.

• **Wie komme ich zu meinem Geld/Bonus?** Der Gutschein kann online (über den QR-Code auf dem zugesandten Gutschein) oder per Post (mit dem beigelegten Kuvert) eingereicht werden. Dafür haben Sie bis 31. Oktober 2022 Zeit. Der Stromanbieter wird automatisch darüber informiert, die 150 Euro werden dann aber erst bei der nächsten Jahres- oder Schlussabrechnung von der Rechnung abgezogen.

• **Sie haben noch keinen Gutschein erhalten, finden ihn nicht mehr oder haben Fragen?** Die Energiekosten-Ausgleich-Hotline ist unter 050/233 798 für Auskünfte erreichbar.

REPARATUR-BONUS UND ID AUSTRIA

Schluss mit digitaler Diskriminierung!

Der Reparatur-Bonus kann nur online über das Internet beantragt werden. Die neue ID Austria soll künftig die Handysignatur ablösen – und setzt ein Smartphone voraus.

Der Pensionistenverband fordert: Es muss eine „Offline“-Alternative geben! Der digitale Fortschritt darf nicht zu digitaler Diskriminierung führen. Der PVÖ hat bereits gegenüber den zuständigen Regierungsmitgliedern klargestellt, dass rasch eine Alternative für Personen ohne Internet geschaffen werden muss. Der Reparatur-Bonus muss auch via Brief, z. B. über die Bürgerservice-Stellen von Gemeinden, beantragt werden können. Und die ID Austria (oder eine andere, ebenfalls gültige Form der Handysignatur) muss auch ohne Smartphone funktionieren. ☺



Die ältere Generation wird in Sachen Internet und Co immer fitter. Aber es muss auch immer eine Alternative für jene geben, die noch „offline“ sind!



Geldbehebung im Ausland

Grundsätzlich gilt: Bei Geldbehebungen innerhalb der EU reicht die Bankomat-Karte. Bei Reisen in weiter entfernte Destinationen ist die Kreditkarte die bessere Wahl – die gängigsten Anbieter werden weltweit akzeptiert. Allerdings fallen bei der Bargeldbehebung mit Kreditkarten fast immer Gebühren an. Klären Sie am besten vor Reiseantritt auch das Tages-/Wochen-/Monatslimit Ihrer Karte und lassen Sie es gegebenenfalls anpassen. Im Urlaub wie zu Hause gilt: Bewahren Sie Zugangscodes und PINs keinesfalls mit der Karte auf, geben Sie die Karte nicht aus der Hand und achten Sie bei Zahlungen/Geldbehebungen darauf, dass Ihnen niemand über die Schulter schaut. Bei Verlust/Diebstahl: Kontaktieren Sie SOFORT Ihren Anbieter (die Sperr-Hotlines sind rund um die Uhr besetzt) und lassen Sie die Karte sperren.

Morgensport mit Philipp.

Selbst der größte Sportmuffel findet plötzlich Gefallen an der Bewegung, wenn Fitness-Star Philipp Jelinek ins Spiel kommt. Der „Vorturner der Nation“, der sich gerne auch als „Ilse Buck 2.0“ bezeichnet, sorgt täglich von Montag bis Freitag auf ORF 2 um 9.10 Uhr dafür, dass niemand von uns „einrostet“. Gute Laune inklusive!

www.fit-mit-philipp.at



Auf und ab: Für Beine und Venen Gutes tun

Zehenspitzen-Stand. Bei dieser Übung mit Fitness-Star Philipp kräftigen Sie die Beinmuskulatur. Gleichzeitig werden die Beine besser durchblutet: Die Muskelpumpe wird aktiviert, die dafür sorgt, dass unser Venensystem optimal funktioniert.



1 Stellen Sie sich aufrecht hin, die Füße parallel

Tipp für Geübtere: die Fußwippe (abwechselnd auf Zehenspitze und Ferse stellen).

Donauinselfest 2022: Da kommen Sie in Schwung!

Vom 24. bis 26. Juni 2022 verwandelt sich die Donauinsel in Wien wieder zur größten Open-Air-Arena.

Bunter, vielfältiger, interaktiver: Rechtzeitig zum Sommerbeginn wird die Donauinsel an drei Tagen zum spannenden Schauplatz für Musik, Kultur, Sport und Genuss. Internationale und nationale Acts machen das 39. Donauinselfest für alle Generationen bei freiem Eintritt zum Erlebnis! Und dieses Mal soll auch ein besonderer Rekord aufgestellt werden: Gemeinsam mit Fitness-Star Philipp Jelinek wird zur größten Live-Bewegungseinheit Österreichs aufgerufen! Kommen Sie mit Kindern, Enkeln, Freunden – und machen Sie sich „Fit mit Philipp“ für das Donauinselfest 2022!

donaufest.at

**Live dabei sein:
Bewegung
mit Philipp!**

„Einmal mit 50.000 Menschen in einem vollen Stadion turnen“ – das ist Philipp's Traum. Beim Donauinselfest 2022 kann dieser Traum Wirklichkeit werden:

Größte Live-Bewegungseinheit Österreichs mit Philipp

**25. Juni 2022, 11-12 Uhr
Hauptbühne Donauinselfest**

2

Heben Sie beide Fersen langsam vom Boden ab. Achten Sie auf eine gleichmäßige Spannung in den Beinen und im Po.

3

Stellen Sie sich auf die Zehenspitzen. Halten Sie diese Position für einen kurzen Moment und senken Sie die Fersen dann wieder ab.

4

Machen Sie eine kurze Pause. Führen Sie insgesamt 3 Sets mit 10-15 Übungswiederholungen durch. Wir wünschen viel Spaß!

unser leben

GESUND & AKTIV DURCH DEN SOMMER



Ist Parkinson früh erkennbar?

Dieser Frage geht derzeit die Innsbrucker Universitätsklinik für Neurologie im Rahmen der österreichweit ersten Parkinson-Risiko-Studie nach. Finanziert wird die Studie vor allem von der Michael J. Fox-Stiftung. Nur bei voller Ausprägung der Symptome kann derzeit zu 90 Prozent eine Parkinson-Erkrankung sicher erkannt werden. Es gibt allerdings Hinweise, dass völlig andere Symptome erste Anzeichen für eine spätere Erkrankung sein können. Das Forschungsteam bittet nun möglichst viele Menschen, die über 50 sind und NICHT an Parkinson oder Demenz leiden, an der Studie teilzunehmen. Mehr Information erhält man online unter: www.gesundaltern.at



GEWINN:
3x1
BUCH

Freche Früchtchen: Mehr als Marmelade

Süß, prall und saftig lachen uns Beeren und Früchte an. Doch sind sie nicht nur zum Naschen da, sondern mit ihren kosmetischen Wirkstoffen auch ein wahrer Leckerbissen für unsere Haut. Zudem sorgen sie auf vielfältige Art und Weise für aromatischen Genuss: als Apfelbutter, als Walderbeer-Gummibärchen, als Marillensenf, Hagebuttenlikör oder Traubeneis. In fantasievollen Rezepten zeigt Doris Kern (Verlag Anton Pustet, € 22,-) wie die sommerliche Ernte kreativ verarbeitet werden kann. **3x1 Buch gewinnen (Kw. „Früchte“)!**

Mit Obst und Nüssen lässt sich aus Hirse oder Hafer ein köstliches „Kraft“-Müsli zubereiten



KRAFT UND ENERGIE

Guter Start in den Tag

Was Senioren brauchen ist Kraft, Schwung und Energie. Mit gesunder Ernährung kann man eine Menge erreichen. **Hirse**, mit Käse, Eiern oder Gemüse kombiniert ist ein guter Eiweißlieferant; er ist reich an Vitaminen zur Nervenstärkung und an Eisen, Magnesium und Zink. Schon im Mittelalter nannte man die Hirse das „fröhliche Getreide“, weil man nach dem Essen sehr oft viel bessere Laune hat. Ideal zu genießen als Auflauf, Brei oder „Hirsepisi“ (wie Risipisi). Das zweite gute Getreide im Bunde ist der **Hafer**. Er liefert nicht nur viel pflanzliches Eiweiß, sondern ist besonders in Kombination mit Milch und Milchprodukten energiereich. Viel gesundes Pflanzenfett und besonders leicht verdauliche Kohlenhydrate machen den Hafer zu einem Muss auf dem Speiseplan. Ideal am Morgen als Power-Frühstück oder als Haferflocken-Suppe mit Kräutern.

FRISCH IN DEN SOMMER

Saubere Matratze – **guter Schlaf**

Rund 10 % der Bevölkerung leiden beim zu Bett gehen: Die Augen röten sich, die Nase geht zu, der Hals kratzt – eine Reaktion auf den Kot der Hausstaubmilbe. Dieser kann schwere allergische Reaktionen verursachen. In der warmen Jahreszeit entsteht rund alle 3 Wochen eine neue „Hausstaubmilben-Generation“. Auch für kranke oder pflegebedürftige Personen, die viel liegen müssen und bei denen Hygiene enormen Stellenwert hat, ist eine saubere Matratze und damit ein erholsamer Schlaf sehr wichtig. Eine umweltfreundliche Matratzen-Vollwaschung bietet Matwash an: **matwash.at, Tel.: 01/226 33 33**

 matwash



Eine frisch gewaschene Matratze kann guten Schlaf unterstützen.



Training fürs Köpfchen

100 Milliarden Nervenzellen (Neuronen) sorgen im Gehirn für unser tägliches Denken, Handeln und Steuern aller Körperfunktionen. Auch unsere Gefühle und Erinnerungen sind hier zu Hause. **Was unserem Gehirn gut tut.**

Wir alle möchten mit dem Alter körperlich und insbesondere geistig fit bleiben. Doch aktiv dazu beitragen, dass unsere Gehirnzellen optimal unterstützt werden, tun wir leider viel zu selten. Dabei gibt es verschiedene Wege, unsere Gehirnzellen, unser emotionales Befinden und unsere mentale Leistungsfähigkeit auf eine natürliche Art und Weise in unserem Alltag zu unterstützen.

WIE SICH UNSER GEHIRN VERÄNDERT

Erst vor wenigen Jahren fanden Wissenschaftler*innen heraus, dass auch nach der Geburt im menschlichen Gehirn neue Nervenzellen entstehen: rund 1.400 Zellen pro Tag im Hippocampus, der im Inneren des Gehirns liegt und Erinnerungen sowie Lernfähigkeit koordiniert.

Rund ein Drittel aller Gehirnzellen wird im Laufe eines Lebens ausgetauscht. Im Alter sterben jedoch mehr Zellen im Gehirn ab, als sich neue bilden, die Hirnmasse verringert sich. Auch bilden sich durch den hochlaufenden Stoffwechsel im Gehirn viele Abfallprodukte, die eine Gefahr für die Funktion des Gehirns darstellen können. Das führt oft zu demenziellen Erkrankungen des Denkapparats. Nach Angaben

der Weltgesundheitsorganisation (WHO) sind weltweit rund 50 Millionen Menschen an Demenz erkrankt.

BEWEGUNG FÜR'S GEHIRN

Wie unser Körper braucht auch unser Gehirn ständiges Training und Impulse, um gesund und fit zu bleiben. Ein wichtiges Element ist dabei Sport – vor allem aerobes Training wie z. B. Radfahren reduziert die Gefahr des Schrumpfens des Hippocampus und somit des Abbaus kognitiver Fähigkeiten. Wer 4- bis 5-mal die Woche eine halbe Stunde trainiert, unterstützt die Gesundheit der Gehirnzellen. Und damit es mehr Spaß macht: Suchen Sie sich Gleichgesinnte, um ihr „bewegtes Hobby“ zu teilen – zum Beispiel in den vielen Sportgruppen im Pensionistenverband Österreichs!

AUCH DIE ERNÄHRUNG SPIELT MIT

Machen Sie es den Italienern nach: Stellen Sie Ihre Ernährung auf Mittelmeer-Produkte um. Damit verbessern Sie nicht nur Ihre kognitiven Fähigkeiten, sondern lindern auch andere Leiden wie z. B. Bluthochdruck. Das sollte auf Ihrem Speiseplan stehen: Vollkorngetreide wie Quinoa, Hafer und Gerste, Blattgemüse und buntes

Gemüse, Nüsse, Erdbeeren und Heidelbeeren, Bohnen, Linsen und Sojabohnen, Geflügel, fetthaltiger Fisch und Olivenöl.

Bestimmte Naturheilmittel, aber auch Gewürze, regen die Gehirntätigkeit an und unterstützen die Gedächtnisleistung. Wer über die tägliche Ernährung nicht genug Nährstoffe zuführen kann, kann in Absprache mit dem Hausarzt auch auf ein Nahrungsergänzungsmittel zurückgreifen.

DAS GEHIRN LIEBT GESELLSCHAFT

Ein gesundes Gehirn braucht ein gesundes Sozialleben. Bei der Interaktion mit anderen Menschen werden wichtige Bereiche des Gehirns angeregt: durch Zuhören, Informationsaufnahme und -analyse und Impulskontrolle. Der zwischenmenschliche Austausch hilft außerdem, das Stressniveau zu senken und beruhigt das Gehirn, sodass es effizienter arbeiten kann.

Ein Musikinstrument oder eine Sprache erlernen, Tanzen, Malen – all diese Hobbys sind ein gutes Training fürs Gehirn. Und wer sie mit anderen teilt – wie bei den Freizeitangeboten in den Ortsgruppen und Bezirksorganisationen des PVÖ –, profitiert gleich doppelt davon: für die Gesundheit der Seele und der kleinen grauen Zellen. ☺

Die 6 Säulen gesunder Gehirnzellen

Wir zeigen Ihnen, wie Sie die Gehirnzellen auf gesunde Art und Weise auf Trab halten können.



Bewegung

Regelmäßige Bewegung fördert die Durchblutung des Gehirns, die Sauerstoffzufuhr erhöht sich um 30 Prozent. Wenn mehr Sauerstoff in die grauen Zellen kommt, bekommen sie auch mehr Nährstoffe. Fettablagerungen zwischen Zellen werden abgebaut, die Nervenimpulse können ohne Hindernis fließen.

Schlaf

Erholssamer Schlaf ist für unsere Leistungsfähigkeit wichtig. Dabei speichert das Gehirn alle Erinnerungen aus unserem Kurzzeitspeicher in den Langzeitspeicher ab. Außerdem beseitigt es überflüssige Verbindungen zwischen den Nervenzellen, um Platz für neue Erinnerungen und neues Wissen zu schaffen.

Geistige Aktivität

Training für unser Gehirn ist ganz einfach in den Alltag einzubinden. Jeden Tag ein Sudoku oder ein Logikrätsel lösen oder ab und zu mit den Enkerln Memory spielen. Wissenschaftliche Studien besagen, dass ein Gehirn, das regelmäßig trainiert wird, weniger anfällig für eine Alzheimer-Demenz ist.

Entspannung

Eine Pause tut auch unseren Gehirnzellen gut: Meditation, ein spannendes Buch oder etwas tun, was uns einfach Spaß macht. Dabei werden positive Gedanken und Emotionen in den Gehirnzellen erzeugt, die das Erinnern verstärken.

Soziale Einbindung

Soziale Kontakte wirken sich direkt auf unsere Gehirnstruktur aus. Studien belegen, dass die Hirnsubstanz in manchen Regionen bei Menschen, die eine große soziale Einbindung haben, besser erhalten sind. Soziale Einbindung hält uns geistig fit.

Stressreduktion

Kurzlebige Stressepisoden können geistig anregend sein, doch chronischer Stress kann die Regionen unseres Gehirns schrumpfen lassen, die für unsere Gedächtnisleistung zuständig sind. Auch die Konzentrationsfähigkeit leidet darunter. Chronische Stressfaktoren erkennen – und vermeiden!

Vergesslichkeit: „Was ich immer gesucht habe“

„Seit Jahren stellte ich eine schlechende Vergesslichkeit bei mir fest. Mir entfielen Namen und es fiel mir immer schwerer, mich zu konzentrieren.“

Albert M. (66)*



Hin und wieder einmal etwas zu vergessen, ist völlig normal. Tritt Vergesslichkeit häufiger auf, kann es sich um natürliche Alterungsprozesse handeln. Die gute Nachricht: Man kann etwas dagegen tun.

Albert M. ist Pensionist und hatte während seines Arbeitslebens nie Probleme mit der Konzentration oder Vergesslichkeit. Seit einiger Zeit hat er aber das Gefühl, geistig nicht mehr so fit zu sein, wie früher.

Formel enthält Pantothensäure für geistige Fitness, den Gehirnbaustein Lecithin und den patentierten Curcuma-Extrakt Longvida®.

ERSTAUNLICHE ERGEBNISSE

Auch Albert M. versucht es damit: „Seit einiger Zeit probiere ich, mit Dr. Böhm® Gedächtnis aktiv gegenzusteuern. Ich bin der Meinung, dass sich mein Gedächtnis wirklich verbessert hat. Natürlich muss man auch durch seine Hobbys dazu beitragen – ich lerne jetzt in der Pension auch Englisch.“ Was er an sich selbst beobachtet, zeigen auch Studien: Der in Dr. Böhm® Gedächtnis aktiv enthaltene Curcuma-Extrakt verbessert nachweislich die Denkleistung und sorgt schon innerhalb von vier Wochen für mehr geistige Leistungsfähigkeit und Aufmerksamkeit.¹ „Genau das, was ich immer gesucht habe“, bringt Albert M. es auf den Punkt.

*Name von der Redaktion geändert
¹Cox KH et al. J Psychopharmacol. 2015 May;29(5):642-51.



JETZT NEU:
2-Monats-Packung

Für Ihren Apotheker PZN 5564948

Dr. Böhm® Gedächtnis aktiv

Die Innovation bei Vergesslichkeit.



Nicht nur Schach,
praktisch das ganze
Leben ist in erster Linie
eine Gedächtnisleistung

Spermidin: das Lebenselixier

Nahrung fürs Gehirn. Zugegeben, Sie können Klugheit nicht essen oder in Kapselform schlucken. Aber Sie können mit bestimmten Stoffen Ihre Gehirnleistung verbessern.

Den Alterungsprozess aufhalten oder wenigstens verlangsamen, das wünschen sich viele. Nicht nur aus optischen Gründen. Auch die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit nimmt im Laufe der Jahre spürbar ab. Klar, dass daher auch die Wissenschaft in dieser Richtung sehr aktiv ist und nach dem Lebenselixier schlechthin sucht. Ein vielversprechender Kandidat dafür ist das Spermidin. Diese natürliche Substanz des Aminosäurestoffwechsels wird von körpereigenen Zellen und durch Mikroorganismen im Darm gebildet, kann aber auch mit der Nahrung zugeführt werden.

VIELFACHE POSITIVE WIRKUNGEN

In zahlreichen Studien konnten chancenreiche gesundheitsfördernde Eigenschaften von Spermidin nachgewiesen werden: Es zeigte sich eine positive Wirkung auf den Alterungsprozess, Übergewicht und Diabetes sowie auf das Immunsystem. Weiters geht eine erhöhte Spermidinaufnahme über die Nahrung direkt mit einem geringeren Risiko für Herzinsuffizienz und weniger Herz-Kreislauf-Erkrankungen einher.

Eine Studie der Medizinischen Uni Innsbruck führte zudem zum Schluss, dass es eine Verbindung zwischen der Quantität der Spermidinaufnahme und der Gedächtnisfunktion gibt. Probanden mit höherer Spermidinkonzentration im Blut waren im Schnitt geistig leistungsfähiger. Fragt sich nur, wie kann man der altersbedingt nachlassenden Spermidinproduktion im Körper gegensteuern? Durch vermehrte Aufnahme.

KAPSELN MIT MEHRFACHWIRKUNG

Zu den Nahrungsmitteln mit hohem Spermidingehalt zählen Weizenkeime, bestimmte Käsesorten, Sojaprodukte und Hülsenfrüchte. Einen ausgetüftelten Speiseplan mit hohem Spermidingehalt zusammenzustellen ist aber sicher nicht jedermanns Sache. Zum Glück geht es auch einfacher: mit Nahrungsergänzungsmitteln, die das natürliche Polyamin Spermidin in konzentrierter Form enthalten – und noch mehr Zusatzstoffe, wie z. B. Safran, Brahmi und Eisen, unterstützen auch die emotionale Balance und Entspannung und können helfen, Müdigkeit und Erschöpfung zu verringern. ☺



Brahmi kommt ursprünglich aus dem südasiatischen Raum und wird auch als Gedächtnispflanze bezeichnet.



Safran hat eine ausgleichende Wirkung auf Nerven und Gemütslage und hilft, eine gute Stimmung zu behalten.



Spermidine fördert die Zellerneuerung, hat viele gesundheitsfördernde Eigenschaften und verbessert die Gehirnleistung.



Im Einklang mit der Natur.

Reduktion auf das Wesentliche, Natur, Licht und Ruhe – das sind die Bausteine, die das architektonische Konzept von Marienkron prägen.



Entspannte Tage im Seewinkel

Kurhaus Marienkron. Wer Körper und Seele Gutes tun will, wird im burgenländischen Seewinkel fündig. Im Kurhaus Marienkron finden Sie wieder Ihre gesunde Mitte.

Unweit von Wien liegt ein Ort, an dem Gesundheit ganzheitlich begriffen wird. Tief verwurzelt in der Region Seewinkel und spirituell geprägt vom angrenzenden Kloster ist das Kurhaus Marienkron ein Pionier auf traditionsreichem Fundament. Seit 50 Jahren gilt das „Zentrum für Darm und Gesundheit“ als erste Adresse für Gäste jeden Alters, die eine Auszeit vom Alltag nehmen, gesundheitlich vorsorgen wollen oder einfach nur einen Impuls für eine gesündere Lebensführung suchen.

BALANCE, ENTSCHEUNIGUNG UND ACHTSAMKEIT

Die ganzheitlichen Therapieangebote wirken wie eine Frischzellenkur für Körper und Geist. Gäste lernen, Momente wieder bewusster wahrzunehmen, die eigene Genussfähigkeit kehrt zurück und der Körper findet seine natürliche Balance. Bei den Kurpaketen hat man die Wahl von einer kleinen Auszeit (siehe Kasten), um Anstöße für einen gesünderen Lebensstil zu bekommen, bis hin zu einer 3-wöchigen Kur, die ganz individuell auf jeden Gast abgestimmt wird.

ERNÄHRUNG ALS TEIL DER THERAPIE

Gesundheit beginnt in Marienkron im Darm. Für ein gutes Bauchgefühl werden Besucher im Kurhaus mit vegetarischen Köstlichkeiten verwöhnt, ergänzt um einen Fleisch- oder Fischtag, um für eine gesunde und ausgewogene Ernährung zu sorgen. Auch das Fasten unter ärztlicher und diätologischer Anleitung unterstützt die optimale Regeneration des Darmbioms.

VERWÖHNEN SIE SICH – IHRER GESUNDHEIT ZULIEBE

Ein weitläufiger Regenerationsbereich mit Pool, Liegeterrasse und Blick in den Park sowie Sauna und Dampfbad laden zum Entspannen ein. Massagen, Wickel und Beautyanwendungen können zusätzlich genutzt werden, um sich selbst etwas Gutes zu tun. Und auch die Umgebung bietet Gästen viele Möglichkeiten, die Seele baumeln zu lassen: Spaziergänge rund um den Neusiedler See oder durch die Weinberge und Erkundungstouren per Rad. ☀

10 %
Rabatt für PVÖ-Mitglieder!
Gültig von Juni bis August 2022

Kurze Auszeit
3–4 Nächte inkl. Genuss-Vollverpflegung
1 entspannender Wickel & 1 Schnupper-Kneippguss & Regenerationsbereich mit Pool & Sauna
ab € 485,- im klimatisierten Komforteinzelzimmer
www.marienkron.at/kurze-auszeit

Auszeit im Seewinkel
7 Tage inkl. Genuss-Halbpension & Leihfahrrad & Regenerationsbereich mit Pool & Sauna
ab € 810,- im klimatisierten Komforteinzelzimmer
www.marienkron.at/auszeit-im-seewinkel


MARIENKRON
Kurhaus Marienkron GMBH
Birkenallee 2 · 7123 Mönchhof
www.marienkron.at



“
VON PVÖ-
BUNDESSPORT-
REFERENTIN
Uschi Mortinger

Raus in die Natur!

Eigentlich sollte doch der Sommer einziehen. Beim Schreiben dieser Zeilen hat es in den Bergen geschneit – es war Ende Mai ... Aber das ist keine Seltenheit, nur jedes Jahr ist man erneut überrascht.

Im Bundessportzentrum Obertraun wurde man vor vielen Jahren jeden Tag über einen Lautsprecher in den Zimmern geweckt. Ich war einmal zu Pfingsten – es war Juni – dort und es ertönte: „Ob es regnet oder schneit, das Frühstück steht für Sie bereit.“ Ein Blick aus dem Fenster bestätigte das – es war alles weiß.

Aber das Wetter sollte einen ja nicht von Bewegungsmöglichkeiten im Freien abhalten. Eine Weisheit sagt: Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Bekleidung. Und das ist auch richtig so.

Egal ob beim Wandern, Radfahren aber auch bei anderen Bewegungseinheiten im Freien rate ich immer, sich „zwiebelmäßig“ anzuziehen. Mehrere dünne Schichten übereinander, sodass man nötigenfalls eine ausziehen kann. Und diese Schichten sollten atmungsaktiv sein. Das schickste Wanderdress hilft nichts, wenn einem nach kurzer Zeit innen das Wasser runterläuft. Daher ist Funktionskleidung so enorm wichtig. Denn Wohlfühlen bedeutet auch Wohlbehagen.

„Raus, raus, raus“, heißt jetzt die Devise. Aber bitte trotzdem achtsam sein, Abstand halten und regelmäßig die Hände waschen ...



Volle Konzentration auf den Drive: Landet der im Gebüsch oder im Sandbunker, dann gute Nacht.

8. PVÖ-Golfturnier

Abschlag, Drive, Putt. Nach einem Jahr coronabedingter Pause freuen sich die PVÖ-GolferInnen schon darauf, sich endlich wieder im Wettkampf messen zu können – Spaß inklusive.

Wer Ende Juni bei den PVÖ-Golf- tagen nicht dabei ist oder keinen Platz mehr ergattern konnte, wird dies am 2. September 2022 möglicherweise doppelt bereuen. An diesem Tag findet das bereits traditionelle PVÖ-Golfturnier statt, noch dazu auf demselben Platz wie die Golf- tage. Somit haben die KursteilnehmerInnen quasi auch noch Heimvorteil. Aber bis dahin ist ja noch ausreichend Zeit, dieses Handi- cap mit viel Training im Sommer im eigenen Golfclub einigermaßen wettzumachen. Und wie wir aus dem Fußball wissen: Heimvorteil ist nicht alles ... ☺

PVÖ-Golfturnier, 2. September 2022

Golfclub GC Lungau/Katschberg
5582 St. Michael im Lungau

Turnierfee für Mitglieder: € 89,- inklusive Turnier- teller, Startgeschenk und Halfway-Verpflegung
Turnierfee für Nicht-Mitglieder: € 94,-
Greenfee für Proberunde: € 35,- ist selbst vor Ort zu buchen und zu bezahlen.

Zimmer sind bitte selbst zu buchen und auch vor Ort zu bezahlen.

Informationen & Anmeldung: PVÖ-Zentrale, Christina Ecker, Tel.: 01/313 72-44, E-Mail: christina.ecker@pvoe.at und auf: pvoe.at

E-Biken mit dem PVÖ

Dank der E-Bikes eröffnen sich unserer Generation ganz neue Möglichkeiten des Radfahrens. Das nutzen auch immer mehr Landesverbände für Radwochen, wie zuletzt der oberösterreichische Landesverband mit einer Radwoche auf der Insel Rab (Bild rechts).



PVÖ-RAD- UND -WANDERTAGE IN ST. MICHAEL IM LUNGAU

Achtung: Für Schnellentschlossene gibt es noch einige wenige Restplätze für die geführten Rad- und Wandertage im Biosphärenpark Lungau. Infos und Anmeldung bei Christina Ecker, Tel.: 01/313 72-44, E-Mail: christina.ecker@pvoe.at

Auch die Füße wollen trainiert werden, um gesund zu bleiben. Einfache Übungen können Sie auch beim Zahneputzen durchführen

BEZAHLTE ANZEIGE



Auf Schritt und Tritt

Gesunde Füße sind für das Wohlbefinden des gesamten Körpers wichtig. Training, passende Schuhe und die richtige Pflege sind wichtig.

Spreiz-, Senk-, Platt-, Knickfüße, Ballenzehen oder „Frostballen“: Fehlstellungen der Füße und Zehen können zu schmerzhaften Veränderungen im ganzen Gelenk- und Wirbelsäulenbereich führen. Eine genaue Gang- und Fußanalyse bei einem Orthopäden hilft hier weiter; Fehlstellungen können mit Einlagen und Physiotherapie ausgeglichen werden.

SCHUHE, DIE PASSEN

„Drückt der Schuh“, bilden sich schmerzhafte Hornhautstellen, „Hühneraugen“ und Nagelverletzungen (Einwachsen, Verhorngungen durch Druck ...). Achten Sie daher beim Schuhkauf immer auf eine passende Weite und Größe, eine rutschfeste Sohle und ein bequemes Fußbett, das den Fuß stützt, führt und hält. Der Fuß sollte natürlich abrollen.

PFLEGE, DIE GESUND HÄLT

Regelmäßige Pflege der Füße ist wichtig, um die Haut geschmeidig zu halten. Sind bereits Nagel- oder Hornhautprobleme vorhanden, gehen Sie besser zu einer podologischen Fußpflege, die auch medizinische Aspekte (wie bei einem „diabetischen Fuß“) bei der Behandlung miteinbezieht.

FÜSSE TRAINIEREN

- **Barfußgehen** stärkt Fuß- und Wadenmuskeln, beugt Thrombosen und Krampfadern vor.
- **Zehenkrallen:** Zehen zusammenziehen, ausstrecken, mehrmals wiederholen.
- **Fersenheber:** Fersen anheben, auf die Zehen hinaufdrücken, Füße langsam wieder absenken, wiederholen.
- **Zehenspreizen:** Fuß an Innen- und Außenkante in die Hände nehmen; Zehen wie Fächer auseinanderspreizen. ☺

Mit Hilfsmitteln wie genoppten Stressbällen oder einer kleinen Faszienrolle können Sie den Fuß ausrollen – entspannt den Muskeltonus bis hoch zur Hüfte!

FOTOS: ISTOCK BY GETTY IMAGES (2)



Anwender sind begeistert:

DIE Creme bei Hornhaut

Raue, trockene Fußsohlen und Hornhaut sind nicht nur unangenehm, sondern machen auch kein besonders schönes Bild. Wer nicht ständig den Bimsstein herausholen möchte, steuert am besten laufend gegen – etwa mit einer Spezialcreme.

Unsere Füße leisten täglich Schwerstarbeit. Nicht umsonst ist die Haut an den Fußsohlen dicker als an anderen Körperfalten. Da sie dort aber auch über weniger Talgdrüsen verfügt, trocknet sie leichter aus. Kommen dann noch Druck und Reibung durch enge Schuhe dazu, können Sohlen und Fersen mit der Zeit rau und rissig werden, Hornhaut kann sich bilden.

HORNHAUT EINFACH WEGCREMEN

Zu Hause kann Hornhaut etwa mit einem Bimsstein oder einer Hornhautfeile entfernt werden. Langfristig reduzieren und sogar vorbeugen lässt sich Hornhaut mit Spezialcremen, in denen der Wirkstoff Urea enthalten ist. Dieser löst sanft Verhorngungen und macht die Haut wieder geschmeidig.

Als Favorit zahlreicher Anwender hat sich die Fußcreme der österreichischen Hautpflegemarken Lasepton® bewährt. Ihre Pflegeformel enthält mit 12 % einen besonders hohen Urea-Anteil. Sie reduziert sanft die Hornhaut und spendet langanhaltende Feuchtigkeit.



tigkeit. Pflanzliche Öle aus Avocado, Olive und Nachtkerze sorgen bei trockenen und rauen Füßen ebenfalls für Linderung. Die Creme gehört nicht umsonst zu den meistverkauften Fußcremes aus der Apotheke*. Schließlich findet man auch im Internet viele begeisterte Berichte von Anwendern:

Das sagen begeisterte Anwenderinnen:

„Seit ich diese Creme verwende, habe ich keine Probleme mehr mit Hornhaut oder Schrunden. Ich empfehle Lasepton auf jeden Fall weiter.“ **MONIKA K.***



„Tolle Wirkung! Lässt sich gut auftragen, zieht schnell ein und macht weiche, geschmeidige Füße. Auch mein Mann verwendet sie gerne.“ **SONJA S.***



*Namen von der Redaktion geändert



Für Ihren Apotheker: PZN 4036822



VON LEBENS- UND
SOZIALBERATERIN

Mag. Gabriela Fischer
www.gabifischer.com

“

*Ziel des Lebens ist
Selbstverwirklichung.
Das eigene Wesen
völlig zur Entfaltung
zu bringen, das ist
unsere Bestimmung.*

OSCAR WILDE

Selbstverwirklichung

Selbstverwirklichung – von den einen belächelt, von anderen ersehnt, von manchen erreicht.

Sich selbst zu verwirklichen bedeutet unter anderem, seine Fähigkeiten und Potenziale auszuschöpfen. Ebenso wie das Verfolgen persönlicher Ziele sowie Befriedigen eigener Bedürfnisse, ergo: ein selbstbestimmtes Leben zu führen. Dies wiederum macht zufrieden, erfüllt und glücklich.

So unterschiedlich Menschen sind, so different ihre Möglichkeiten, so individuell ist deren Selbstverwirklichung.

Der amerikanische Psychologe Abraham Maslow zeigt mit seinem Modell der Bedürfnispyramide, dass Selbstverwirklichung erst dann erreicht werden kann, wenn zuerst:

- die physiologischen Bedürfnisse – Grundbedürfnisse (Hunger, Durst, Schlaf, Wärme ...)

- dann die Sicherheitsbedürfnisse (Gesundheit, Arbeit, Schutz, Vorsorge ...),
- danach die sozialen Bedürfnisse (Kontakt, Zugehörigkeit, Freundschaft, Liebe ...)
- und die Individualbedürfnisse (Anerkennung, Wichtigkeit, Status ...) erfüllt wurden.

Erst dann kann die Entfaltung der Persönlichkeit mit all ihrer Kreativität gelebt werden.

Wie heißt es so schön im Volksmund: „Einen Schritt nach dem anderen.“

Etwas ganz Neues auszuprobieren, den Horizont zu erweitern, persönlichen Wünschen, Träumen und Zielen nachzugehen – sich selbst zu verwirklichen hat in jeder Lebensphase Platz und sollte auch stattfinden.

Viele Menschen sehen den Ruhestand und die damit verbundene Freizeit als Chance zur Selbstverwirklichung, denn Alter soll nicht nur hingenommen, sondern auch gestaltet werden. ☺

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.

BEZAHLTE ANZEIGE

Aktiv bleiben mit **DicloAkut®**

Über Wirkung und
mögliche unerwünschte
Wirkungen informieren
Gebrauchsinformation,
Arzt oder Apotheker.

DicloAkut® Schmerzgel 1 % Gel
bei **Zerrungen, Verstauchungen und Prellungen.**

Kühlend: Angenehmer „Cooling Effect“

Praktisch: Ideal für unterwegs

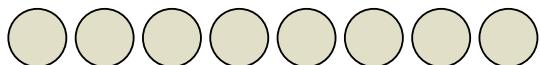
Rezeptfrei: In Ihrer Apotheke

Auch bei
Hexen-
schuss!



ugs. Kw. für einen Verkehrs- teilnehmer		Kf.: Intern. Automobil- Aus- stellung	Kf.: Europ.- Währungs- union		Nähr- mutter		Kurzform: Tanklager Hartglanz
►		V	Schutz- mauer plötzlicher Stoß	>	V		V
Monats- name deshalb	V		V			rech- schaffen	
🚩				Teil schott. Namen Eile	>	V	
Farbe		Prüfung weibl. Vorname		V			
🚩	V			ebenfalls, des- gleichen		Camping- behausung	
Heide- kraut	knapp, schmal		Wortgefüge römischer Sonnen- gott	>	V		V
🚩	V		V				
spezielle Gaststätte				Abk.: Kalorie	>		
Kf.: Nord- nordost	>						
wissen- schaftlich gebildet							

Die diesmal zu findende Lösung
nennt eine Unterlage fürs Freibad.



Die 8 Buchstaben der farbigen Kästchen – in richtiger Reihenfolge
eingetragen – ergeben die Lösung.

LÖSUNGEN SIEHE SEITE 42

SUDOKU

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

SILBENRÄTSEL

au – dan – dir – dra – erup – exakt – fre –
gat – ge – gie – gla – halt – in – len –
ma – ma – mai – mie – mis – na – nach – nau –
no – on – ra – ri – rueck – rus – schickt – sou –
ta – te – ti – tiert – to – tung – tur – um

Aus obigen Silben sind 14 Wörter der nachstehenden
Bedeutungen zu bilden. Bei richtiger Lösung
ergeben die ersten, dritten und letzten Buchstaben,
von oben nach unten gelesen, ein Zitat von
Johann Wolfgang von Goethe † 1832.

1. Schauspiellehre, 2. vulkan. Ausbruch,
3. Unterstützung, 4. Geisteskrankheit, 5. Insel im Bodensee, 6. gewandt, 7. Selbstständigkeit,
8. Fußpunkt, Gegenpunkt zum Zenit,
9. Schweizer Kanton, 10. US-Bundesstaat,
11. ungenau, 12. begabt, 13. Geleitschiff,
14. Fastenmonat der Moslems



Höhepunkte
des Festi-
vals: das
Ballett
„Carmen“
(o.) und
Natalia
Ushakovas
Auftritt (r.)



20 % ERMÄSSIGUNG FÜR PVÖ-MITGLIEDER

OPEN AIR THEATER IN ST. PÖLTEN

Sommer Theater Park

Tanz & Musik. Das junge Festival „Sommer Theater Park“ unter der künstlerischen Leitung von **Anastasia Irmyaeva** im Park des Kulturhauses St. Pölten-Wagram bietet seinem Publikum hinreißende Abende. In der Produktion „**Carmen**“ erzählen die **Tänzer*innen des Europaballetts** in ausdrucksstarken Szenen die bekannte Geschichte von Carmen und Don José nach der Oper Bizets. In der Sommer-Open-Air-Gala lädt Ausnahmekünstlerin **Natalia Ushakova** leidenschaftlich zu einer musikalischen Reise durch die Welt der Oper und Operette ein. **Alexander Goebel** begibt sich auf die Spuren der Schlagermusik und beim **internationalen Ballettmeeting** feiern junge Talente und internationale Künstler*innen den Tanz.

1.–16. Juli 2022, Sommer Theater Park, Oringasse 4, 3100 St. Pölten; Karten: € 50,–/€ 40,–/€ 30,–/€ 20,– (Kat. I–IV), E-Mail: karten@sommertheaterpark.at, Tel.: 02742/230 000; Information & Programm: www.sommertheaterpark.at

20 % Sonderermäßigung für PVÖ-Mitglieder auf alle Karten!



SENIORENREISEN:

Neustart mit Sonne und Wolken

Die Frühjahrstreffen waren ein schöner Erfolg.

Die Zufriedenheit der SeniorenReisen-Gäste war diesmal überwältigend. Das ist es, was für SeniorenReisen immer an erster Stelle steht. Aber es ist nicht alles.

Positive Rückmeldungen, so weit das Auge reicht. Liest man in den Ortsgruppenberichten der verschiedenen Regionalteile im Mittelteil dieser Ausgabe, so kann man nur zu einem Schluss kommen: Die Frühjahrstreffen an der Costa de la Luz und in Kreta, die nach zweijähriger Corona-Zwangspause endlich wieder stattfinden konnten, waren ein toller Erfolg. An- und Abreise, Hotels, Verpflegung, Ausflüge – alles hat gepasst. An dieser Stelle ein Tipp: Wer in Ortsgruppenberichten lesen will, die nicht aus seiner Heimatregion sind, kann das auf unserer PVÖ-Homepage pvoe.at tun. Hier stehen alle 18 (!) Regionalteile zum Lesen bereit. Da hat man lange etwas zu tun!

Große Erleichterung über den Neustart der

Frühjahrstreffen auch bei SeniorenReisen. Und trotz des Erfolges bei den Reisegästen fällt das Resümee der Geschäftsführerin Mag. Gerlinde Zehetner nicht ganz ungetrübt aus.

UG: Wie haben Sie den Neustart der großen SeniorenReisen-Aktivitäten empfunden?

Mag. Gerlinde Zehetner: Befreend. Endlich konnte man die Früchte von monatelanger – in diesem speziellen Fall sogar jahrelanger – Arbeit wieder sehen: glückliche Gäste in guter Urlaubsstimmung.

Sie waren dort?

Natürlich. In Spanien und in Griechenland. Mehrmals, weil ich war dazwischen leider auch immer wieder in Wien, um Termine wahrzunehmen, die auch

mit diesen laufenden Frühjahrstreffen zu tun hatten, aber weniger erfreulich waren.

Was ist geschehen?

Schon beim Start der Treffen hat sich abgezeichnet, dass neben all dem Sonnenschein der wieder möglichen Reiseaktivitäten leider auch einige dunkle Wolken am Horizont aufzogen. Wolken finanzieller Natur: Denn dass der Krieg in der Ukraine sich auch auf die Reisebranche massiv auswirken wird, war klar abzusehen. Ganz konkret: Wie bei Heizöl, Benzin und Diesel ist auch der Preis für das Kerosin, das die Flugzeuge antreibt, extrem in die Höhe geschnellt.

Wie hat sich das auf die Frühjahrstreffen ausgewirkt?

Für unsere Gäste überhaupt nicht. Die haben davon nichts bemerkt. Für SeniorenReisen allerdings schon: mit einer Nach-

Sonne & Wolken
am Tourismus-Himmel:
einerseits die Freude am
beinahe wieder uneingeschränkten Reisen, andererseits enorm gestiegene
Energiekosten.

Im Zeitraum von Dezember 2021 bis April 2022 – beim Start der Frühjahrstreffen – stieg der Preis für Kerosin um fast 80 Prozent!





Stimmung, Service und Sicherheit für die Gäste standen auch beim vergangenen Frühjahrstreffen an erster Stelle.



Bei uns gilt:

Wir werden immer eine Lösung finden, die unserem Ruf als extrem kunden- und seniorenfreundliches Unternehmen auf jeden Fall gerecht wird.

grund stehen, ist bei SeniorenReisen eine Selbstverständlichkeit.

Und wie wird das dann bei den nächsten Frühjahrstreffen sein?

Das lässt sich aktuell noch überhaupt nicht voraussagen und führt daher auch zu langwierigen Verhandlungen, die bis dato nicht abgeschlossen sind. Das ist auch der Grund, warum wir die Destinationen für die kommenden beiden Jahre noch nicht preisgeben können. Aber auch hier gilt: Wir werden eine Lösung finden, die unserem Ruf als extrem kunden- und seniorenfreundliches Unternehmen gerecht werden wird. Allerdings bitte ich unsere Gäste um Verständnis, dass wir auf die neuen Situationen entsprechend reagieren müssen und in Zukunft vorab sicherstellen, dass sich für SeniorenReisen kein wirtschaftlicher Nachteil im Nachhinein ergeben kann.

zahlung im schmerzhaften Bereich. Das konnten und wollten wir natürlich nicht nachträglich an unsere Reisenden weitergeben.

Was bedeutet das für die kommenden Aktivitäten von SeniorenReisen?

Auch das Herbsttreffen in Istrien wurde mit unseren Partnern zu einer Zeit verhandelt und vertraglich gesichert, als die Preisexplosion am Energiesektor nicht abzusehen war. Das Herbsttreffen ist zwar keine Flugreise, wo es um Kerosin-Zuschläge in schwindelnder Höhe geht; aber auch der Preis für Diesel, mit dem die Reisebusse unterwegs sind, hat sich seit Vertragsabschluss nahezu verdoppelt. Wir werden die Entwicklung bis zum Start des Herbsttreffens – bis dahin sind es ja noch drei Monate – genau beobachten und bei Bedarf flexibel reagieren. Dass dabei auch die Interessen der Kunden im Vorder-



“

Wir haben Unsummen bezahlt an Kosten für Teilnehmer*innen, die dann einfach nicht gekommen sind.

MAG. GERLINDE ZEHETNER,
GESCHÄFTSFÜHRERIN VON PVÖ
UND SENIORENREISEN

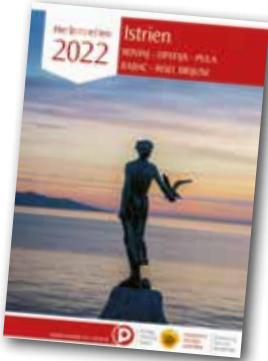
Was können die Gäste der großen Treffen dazu beitragen?

Die vergangenen Treffen haben gezeigt, dass unsere einzigartigen Stornobedingungen, die sehr weit über die gesetzlichen Bestimmungen hinausgehen, unter diesen Voraussetzungen nicht haltbar sein werden. Wir haben Unsummen an Kosten bezahlt für Teilnehmer*innen, die dann einfach nicht gekommen sind. Weil wir vertraglich dazu verpflichtet waren. Das volle Risiko lag also bei uns. Da bitte ich in Zukunft um mehr Verlässlichkeit und Fairness. Wir bieten unseren Reisegästen sehr gerne Stimmung, Service und Sicherheit. Aber auch SeniorenReisen braucht etwas Sicherheit. ☺



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**

Stimmung.
Service.
Sicherheit.



Istrien

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 | 18.09.–25.09.2022 |
| 2. Turnus | 25.09.–02.10.2022 |
| 3. Turnus | 02.10.–09.10.2022 |
| 4. Turnus | 09.10.–16.10.2022 |



Inkludierte Ausflüge

1x ganztags Rovinj & Limfjord

Stadtrundgang in den malerischen Gassen und Schiffs fahrt 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



Rovinj

Es sind nicht die ganz großen Sehenswürdigkeiten, die den Reiz dieser Stadt ausmachen. Es ist der Mix aus Zeiten und Kulturen.



Ein Cocktail der Kulturen

Kaum jemand aus unserer Generation war noch nicht dort. Aber alle, die schon dort waren, **wollen gerne immer wieder dorthin**. Rovinj ist keine Sehenswürdigkeit, die man nach einem Besuch abhakt. Rovinj ist ein Erlebnis.

Durch kleine Gäßchen schlendern, die mit winzigen Lokalen zum Verkosten regionaler Spezialitäten einladen, auf schönen Plätzen einen Kaffee genießen – in Rovinj kann man perfekt die Seele baumeln lassen und Urlaubsgefühl in vollen Zügen genießen. Und doch lohnt es, sich etwas eingehender mit diesem Städtchen auf dem Felsen auseinanderzusetzen. Denn es ist der Lauf der Geschichte, der Rovinj so charmant macht.

und damit zwei Jahrhunderte früher als weiter im Süden Dubrovnik – eine befestigte Anlage namens Castrum Rubini. Und wie das damalige Ragusa (heutige Dubrovnik) war auch Castrum Rubini eine Insel.

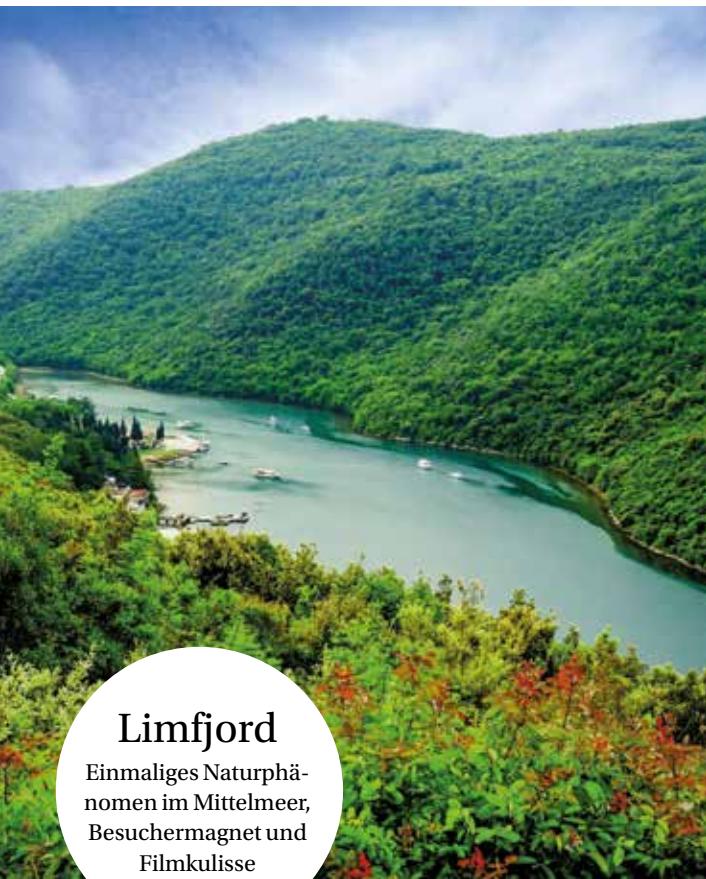
Mit dem Festland verbunden wurde Rovinj unter der seit dem 12. Jahrhundert andauernden venezianischen Herrschaft erst im 18. Jahrhundert. Das war auch eine der letzten Taten der Venezianer, denn 1797 kam die Gegend unter die Herrschaft Österreichs. Vorerst allerdings nur für wenige Jahre – denn schon bald danach trat Napoleon seinen Siegeszug durch den ganzen Kontinent an.

DIE MISCHUNG MACHT'S AUS

Begonnen hat alles, wie so oft, mit den Römern: Sie gründeten im 5. Jahrhundert –



Stimmung.
Service.
Sicherheit.



Limfjord

Einmaliges Naturphänomen im Mittelmeer, Besuchermagnet und Filmkulisse

Ab 1813 war Rovinj bis zum Ende des Ersten Weltkrieges Teil des Habsburgerreiches, danach Teil Italiens und ab 1947 Jugoslawiens. Seit der Unabhängigkeit 1991 gehört Rovinj zu Kroatien.

ZWEI AMTSSPRACHEN, EIN ALLTAGSSPRACHEN-GEWIRR

Eine bewegte Geschichte, die sich bis heute im täglichen Leben niederschlägt: Offiziell gibt es in diesem Teil Kroatiens zwei Amtssprachen, Kroatisch und Italienisch. Im Alltagsgebrauch kommt es – vor allem bei den einheimischen Vertreter*innen unserer Generation – durchaus vor, dass ein Satz halb kroatisch und halb italienisch gesprochen wird. Und ab und an mischt sich auch noch ein deutsches Wort darunter. Chaos? – Nein. Gelebte Vielfalt. An dieser Stelle ein Tipp: Wer des Kroatischen nicht mächtig ist, kommt mit Italienisch beim kommenden Herbsttreffen bestens voran.

Aber auch das ist nicht notwendig. Denn die örtlichen Reiseleiter*innen werden Ihnen beim inkludierten Ausflug nach Rovinj alle Besonderheiten dieser Stadt in perfektem Deutsch näherbringen.

VORMITTAGS STADT, NACHMITTAGS NATUR

Abgerundet wird Ihr Tagesausflug beim Herbsttreffen durch ein echtes Kontrastprogramm am Nachmittag: Natur pur erwartet Sie im Limfjord, der eigentlich kein Fjord, sondern ein ehemaliges Flusstal ist. Auf dem Schiff werden Sie diese in Südeuropa einzigartige Landschaft erleben: Sattgrüne Hänge reichen direkt bis ans tiefblaue Meer heran. ☺



5 Thailand: Kultur und Traumstrände

Fernreisen 2022/23

Entdecken Sie mit SeniorenenReisen die große, weite Welt. Alle angebotenen Reisen werden von einem Arzt und einem Reiseleiter von SeniorenenReisen begleitet!

1 20.09.–04.10.2022 Chile & Argentinien

2 13.10.–26.10.2022 Japan

3 18.10.–06.11.2022 Neuseeland

4 20.11.–01.12.2022 Ägypten total

5 22.01.–07.02.2023 Thailand

IN PLANUNG:

Peru & Bolivien



1 Chile & Argentinien: von den Anden zu den Iguazu-Fällen



2 Japan: Moderne trifft Tradition



3 Neuseeland: Reise ans „andere Ende der Welt“



4 Ägypten: von Alexandria bis Abu Simbel

FOTOS: 1 STOCKBY GETTYIMAGES, PIXABAY.COM (4)

Infos und Buchungen: SeniorenenReisen Wien, Gentzgasse 129, 1180 Wien

Öffnungszeiten: Es wird um Terminvereinbarung ersucht.

Tel.: 01/313 72/Dw. 60 oder 61 bzw. E-Mail: seniorenreisen@pvoe.at

www.seniorenreisen.cc und www.facebook.com/SeniorenReisenAustria

Kleid sam

Maria (66) sitzt gerne „im Sattel“ – ganz sportlich auf dem Pferd oder in Leder auf dem Motorrad. Hier präsentiert sie sich in den Mode-Lieblingen des Sommers: in luftig-leichten Kleidern.

Fotos: Buba Dujmic.

Styling und Make-up: Martina Gaa.

Bezugsquellen:

Hämmerle – das Modehaus,
www.haemmerle-mode.at
Humanic, www.humanic.net

1

Mit Schwung! Lange Ärmel und Maxilänge sind diesen Sommer bei Kleidern angesagt. Maria liebt Dynamik: beim Reiten, Skifahren, Radfahren und auf ihrem „Bike“. Schwungvoll darf da auch die Mode sein: Baumwoll-Maxikleid in A-Linie mit marineblauem Blättermuster, Schnürung und Rüschen (Modell „Milly“/0039 Italy, Hämmerle); Sandalen mit Ringelement und Keilabsatz (Rieker), Backpack-Tasche in Blau (Tommy Hilfiger, beides Humanic).



Im Zickzack. Als Mitglied der „Red Biker“ macht Maria auch große Touren auf dem Motorrad. Eine Freiheit, die sie besonders genießt. Hier präsentiert sie sich in einem aparten Hemdblusenkleid mit Zickzack-Muster, 3/4-Ärmeln und Taillengürtel zum Binden (Windsor, Hämmerle) sowie Glattleder-Keilsandalen in Gold (Poé, Humanic). Tasche: privat.



2



Flower-Power. Auch das Fallschirmspringen (Tandemsprünge) zählt zu den Hobbys unseres abenteuerlustigen Models. Maria in einem langen Boho-Stufen-Kleid aus Viskose mit sommerlichem Ibiza Allover-Print, 3/4-Ärmeln und Stufenvolants (Emily van den Bergh, Hämmerle) und angesagten Metallic-Pantoffeln („Arizona“ von Birkenstock, Humanic).

3



Exotik pur. Wenn die Hitze das Land zum Flimmern bringt, ist man in diesem luftigen Hemdblusenkleid mit tropisch-karibischem Muster „gut gekühlt“ (Rossana Diva, Hämmerle). Perfekt abgestimmt dazu: die Glattleder-Plateau-Sandalen in pulsierendem Orange (Pat Calvin) und die Bast-Clutch mit entzückender Muschel-Verzierung (Bali Bali, beides Humanic).



Sommertraum. Zum Abschied eines wunderbaren Tages gibt es von Maria noch ein fröhliches Lächeln in einer Kombination in Pink-Himmelblau, die Sommerfreude versprüht: lässiges, gerades Stehkragen-Kleid aus Baumwolle mit Blütenmuster (Backstage, Hämmerle), Mini-Tasche (Tommy Hilfiger) und vegane Sneaker (Flamingos' Life, beide Humanic).



Schlaf dich glücklich!



1 + 5 Hell und luftig! Das Schlafzimmer ist unser persönlicher Rückzugsort, eine kleine Welt, um die Batterien wieder aufzuladen. Helle Farben und Accessoires und eine stimmungsvolle Beleuchtung machen den Raum zu unserer persönlichen Wohlfühlzone (im Bild: Boxspringbett „Dubai“ und Teppich „Boho“ von Gallery M).

2 + 3 Smart versteckt. Technik im Schlafzimmer muss intelligent eingesetzt werden, damit der erholsame Schlaf nicht gestört wird. Sanfte, indirekte Beleuchtung hinter dem Kopfteil oder im Unterflur eines Bettes, eingebaute Leselampen sowie USB-Steckdosen machen moderne Liegestätten zu Komfortzonen (Im Bild: Details Modell „Dubai“ von Gallery M).

4 Glückliche Träume! Die App und das Buch „Calm – Die Magie des Schlafs“ von Michael Acton Smith (im Google Play-Store kostenlos oder als kostenpflichtige Premium-Version, Buch: Irisiana Verlag, € 18,90) sind weltweit Bestseller. Entspannungsübungen, beruhigende Geschichten und Klänge helfen, den Schlafrhythmus zu verbessern.

6 Sanfte Kräuter. Tees zum Einschlafen sind eine natürliche Methode, um nach einem stressigen oder aufregenden Tag auszuspannen. Kräuter wie Hopfen, Zitronenmelisse, Kamille, Lavendel, Lindenblüte, Baldrian, Hanf oder Passionsblume unterstützen dabei (Im Bild: „Night Time“ von Pukka und „Durchschlafen“ von Sonnentor, bei Bipa und in Biomärkten).

7 Entspannende Düfte. Mit einem Diffusor (im Bild: „LA 40“ von Beurer) verteilen Sie besänftigende Düfte im Raum, z.B. in Form von Duftölen (auf Qualität achten!). Ein absoluter Alleskönnner ist Lavendel: Er wirkt beruhigend, ausgleichend und auch stimmungsaufhellend. Weitere Tipps: Kamille, Rose, Sandelholz, Jasmin, Eukalyptus oder Bergamotte.

1 Eine gute Nacht! Besser ein- und durchschlafen können Sie mit unseren Tipps für einen erholsamen und glücklichen Schlaf. Oft helfen schon kleine Veränderungen – einfach ausprobieren!



RAIMUND THEATER

REBECCA

EIN MUSICAL VON
MICHAEL KUNZE & SYLVESTER LEVAY
REGIE: FRANCESCA ZAMBELLO

Ab September 2022

RONACHER

Disney DER GÖLZKNER VON NOTRE DAME

DAS MUSICAL

NACH DEM ROMAN VON VICTOR HUGO UND DEM BERÜHMTEN DISNEY FILM



AB OKTOBER 2022



EXKLUSIVER PREVIEW
UND KINO-GUTSCHEINE!

Monsieur Claude ist zurück!

Im dritten Teil der französischen Erfolgskomödie von Philippe de Chauveron zerrt nicht nur die liebe Familie an Monsieur Claudes Nerven. Es steht ihm auch noch eine XXL-Familienfeier bevor! **Ab 21. Juli in Österreichs Kinos.**

In „Monsieur Claude und sein großes Fest“ brilliert Christian Clavier als Vater am Rande des Nervenzusammenbruchs und Meister der formvollendeten Zerknirschung in der Königsklasse der Diplomatie: einem Großfamilienfest.

Monsieur Claudes Toleranzreserven sind langsam aufge-

braucht. Nicht nur sind seine ungeliebten Schwiegersöhne jetzt auch seine Nachbarn, sondern es steht auch noch der 40. Hochzeitstag vor der Tür, den er lieber still und heimlich mit seiner Frau verbringen möchte.

Doch da hat der geplagte Familienvater die Rechnung ohne seine Töchter gemacht. Diese

planen nämlich eine inklusionssensible XXL-Feier mit den Schwiegereltern aus aller Welt!

Mitreißend, sympathisch und extrem witzig manövriert Regisseur de Chauveron die Verneuils und ihren verwandtschaftlichen Anhang in ein Armageddon an interkulturellen Familienbanden hinein. Top-Unterhaltung! ⚡

Für Monsieur Claude steht ein neuer „Krisenfall“ vor der Tür: eine inklusionssensible Familienfeier zum 40. Hochzeitstag!

Mit dem PVÖ ins Kino!

PVÖ-Mitglieder in der **Steiermark**, **Tirol** und **Wien** haben jetzt die einmalige Chance, bei einem **Preview** von „Monsieur Claude 3“ am **14. Juli 2022** dabei zu sein! Voranmeldung erforderlich (solange Platz vorhanden) unter: steiermark@pvoe.at, tirol@pvoe.at, wien@pvoe.at oder telefonisch in Ihrer jeweiligen Landesorganisation!

Kino-Gutscheine zu gewinnen!

Auch PVÖ-Mitglieder aus den übrigen Bundesländern können sich über ein Wiedersehen mit Monsieur Claude und seiner Familie freuen! Wir verlosen jeweils **50x2 Kino-Gutscheine pro Bundesland** für den **Filmstart am 21.7.2022!** Teilnahme siehe Vorteilsklub (Kw. „Monsieur Claude 3“).

In der nächsten Ausgabe mehr zu Film, Gewinnspiel und zur Aktion!



GEWINNEN SIE
2x2 KINO-
GUTSCHEINE!

Der beste Film aller Zeiten

Ein milliardenschwerer Unternehmer beschließt, einen unvergesslichen Film zu drehen. Filmemacherin Lola Cuevas (Penélope Cruz) führt Regie, Hollywood-Frauenschwarm Félix Rivero (Antonio Banderas) und Theaterwelt-EnfantTerrible Iván Torres (Oscar Martínez) sind die Hauptdarsteller. Beide Legenden – und einander nicht gut gesonnen. Sie müssen sich ihrer Eitelkeit und ihrem Vermächtnis stellen.

Ab 1.7.2022 im Kino!

Kw. „Beste Film“, Teilnahme siehe Vorteilsklub.



GEWINNEN SIE
2x2 KINO-
GUTSCHEINE!

Massive Talent

Nicolas Cages Talent und Karriere sind legendär – gescheitert. Seine Tochter will nichts mehr von ihm wissen und er steht vor dem finanziellen Ruin. Milliardär Javier Gutierrez (Pedro Pascal) macht ihm ein verlockendes Angebot: Für 1 Million Dollar soll Cage als Star bei seiner Geburtstagsparty auftreten. Doch Gutierrez ist ein gefürchteter Verbrecher – und so muss Cage die Rolle seines Lebens spielen – wenn er auffliegt, ist nicht nur er in Gefahr ... **Ab 16. Juni im Kino!**

Kw. „Cage“, Teilnahme siehe Vorteilsklub.



Alles für Uma

Prinzessin Uma (Laura Bilgeri) bekommt kurz vor ihrer Hochzeit mit einem angesehenen Prinzen (Michael Glantschnig) kalte Füße und läuft davon. Auf einem italienischen Weingut bringt sie wieder Leben in den liebenswertschägigen Männerhaushalt und schenkt ihnen Selbstvertrauen und Lebensfreude. Doch in Österreich hat sie Chaos hinterlassen – wird sich Uma besinnen?

Derzeit im Kino.

GEWINNEN SIE
5X2 EINTRITTSKARTEN!

BAROCKJUWEL DES WALDVIERTELS Benediktinerstift Altenburg bei Horn

Kunstschatze. Die Welt des Barock und die herrlichen Fresken von **Paul Troger** können Interessierte in der prachtvollen **Stiftskirche**, der 50 Meter langen **Stiftsbibliothek** und der grotesken **Krypta** erkunden. Außerdem locken das architektonisch einzigartige „**Kloster unter dem Kloster**“, das Einblick in die ursprüngliche, mittelalterliche Klosteranlage gewährt, und die weitläufigen **Gartenanlagen**.

Werke aus der einzigartigen „**Sammlung Arnold**“ werden in der Galerie als Dauerausstellung gezeigt. Darunter auch von Martin Johann Schmidt, genannt Kremser Schmidt, dem der aktuelle Schwerpunkt im erst vor kurzem neu eröffneten „**Schwarzen Kabinett**“ gewidmet ist – ein exklusiver Ausstellungsraum in elegantem Schwarz.

Geöffnet bis Ende Oktober 2022, Do.–So., 10–17 Uhr.
www.stift-altenburg.at



5x2 Eintrittskarten zu gewinnen
(Kw. „Altenburg“)!

FOTO: STIFT ALtenburg/SCHWEIG FOTODESIGN

GEWINNEN SIE
10X2 KINOGUTSCHEINE!

AB 10. JUNI IM KINO!

Mit Herz und Hund

Als sich **Dave** (Dave Johns) und **Fern** (Alison Steadman) bei einem Spaziergang im Londoner Park das erste Mal begegnen, gibt es zunächst Krach. Der pensionierte Krankenpfleger hat seine Schäferhündin nicht angeleint, wovon weder die resolute Fern noch ihr Yorkshire-Terrier Henry begeistert sind. Beide verbindet jedoch eine **große Liebe zu ihren Vierbeinern**, die sie regelmäßig an die frische Luft treibt. Nicht nur ihre Hunde freunden sich dabei an, auch zwischen ihren Besitzern **entwickelt sich eine zarte Romanze**. Doch sowohl Dave als auch Fern haben **Geheimnisse**, die ihr zerbrechliches Glück bedrohen. In seiner berührenden Tragikomödie erzählt Regisseur und Drehbuchautor Paul Morrison authentisch und humorvoll von der **Liebe im Alter und dem Mut zum Neuanfang**.

10x2 Kinogutscheine zu gewinnen (Kw. „Mit Herz und Hund“)!

FOTOS: FILMLÄDEN FILMVERLEIH, NICK WALL

LÖSUNGEN

■	R	■	E	■	T	■
M	A	I	■	W	A	L
■	D	A	R	U	M	■
B	L	A	U	■	M	A
■	E	■	C	H	E	C
E	R	I	K	A	H	■
■	■	R	■	S	A	T
T	E	E	S	T	U	B
■	N	N	O	■	C	A
■	G	E	L	E	H	R

Die Lösung lautet: BADETUCH

Sudoku:

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

Silbenrätsel:

1. Dramaturgie, 2. Eruption, 3. Rueckhalt, 4. Umnachtung, 5. Mainau, 6. geschickt, 7. Autonomie, 8. Nadir, 9. Glarus, 10. Missouri, 11. inexakt, 12. talentiert, 13. Fregatte, 14. Ramadan

Schlusslösung:

Der Umgang mit Frauen ist das Element guter Sitten.

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, Internet: pvoe.at. **Chefredaktion:** Andreas Wohlmuth, Heinz Haubenwallner. **Chefs vom Dienst:** Michaela Görlich/Claus Funovits. **Redaktionelle Mitarbeit:** Mag. a Susanne Ellmer-Vockenhuber, Dr. Harald Glatz, Mag. a 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, 3. Stock, Tel.: 01/535 05 25, E-Mail: unseregeneration@echo.at, 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 Mitte Juli 2022.**

Kunst & Kultur

ANGEBOTE EXKLUSIV FÜR UNSERE MITGLIEDER



In Rossinis „La Cenerentola“ wird die Aschenputtel-Thematik aufgegriffen und in Kirchstetten in märchenhafter Leichtigkeit auf die Bühne transportiert

**ERMÄSSIGUNG
FÜR PVÖ-MITGLIEDER**

**GEWINNEN SIE
2x2 FREIKARTEN!**



**GEWINN:
3x1
BUCH**

Am Anfang war das Ei

Kochbuch I. Das Ei ist seit jeher ein Allrounder in der Küche. Neben dem

wichtigsten Küchenwissen zum Thema „Ei“ vermittelt das Buch von „Eggsperte“ Taliman Sluga (Verlag Anton Pustet, € 22,-) im kulinarischen Abschnitt eine erlesene Auswahl von österreichischen und auch internationalen Gerichten – vom Ei als Hauptzutat bis zum Einsatz bei kombinierten Speisen: Der Einsatzvielfalt sind keine Grenzen gesetzt!

3x1 Buch gewinnen (Kw. „Ei“)!

Qualitäts-Fisch aus der Kult-Dose

Kochbuch II. Vor der Küste Portos am Morgen gefangen, werden die Sardinen für die Nuri-Dosen tagesfrisch in aufwendigen Arbeitsschritten komplett

per Hand verarbeitet. Nicht nur pur ein Genuss, sind die Omega-3-reichen kleinen Fische auch gut darin, sich auf Flammkuchen oder zwischen Lasagneblättern zu betten. Firmeninhaber Jakob Glatz verrät in seinem Buch köstliche Rezepte (Brandstätter Verlag, € 35,-)!

3x1 Buch gewinnen (Kw. „Nuri“)!

KLASSIKFESTIVAL SCHLOSS KIRCHSTETTEN

Ein Sommer wie damals

OPER & OPEN-AIR. Am 1. August eröffnet Gioachino Rossinis berühmteste Oper „La Cenerentola“ im Maulpersch-Saal die diesjährige Programmreihe „Sommerklänge“. Intendant Stephan Gartner verrät: „Szenisch wie musikalisch wird unsere La Cenerentola-Produktion das Publikum in eine zauberhafte Märchenwelt entführen.“ Der zweite Programmteil der „Sommerklänge“ hält gleich **drei außergewöhnliche Open-Air Konzerte** bereit. „**Klassik unter Sternen**“ (17. August) geht neue musikalische Wege und widmet sich berühmten Ballett-melodien wie z. B. aus Schwanensee oder Nussknacker. „**Symphonic Rock**“ (20. August) mit dem Lower Austrian Symphonic Rock-Orchestra und Werner Auer verbindet die klassische Klangwelt mit Rockmusik. Neu ist das Open-Air-Spektakel „**Nacht der Filmmusik**“ (18. August) mit der Jungen Bläserphilharmonie NÖ – ein cineastischer Abend voller Kopf-Kino! Von 22.9.–2.10.2022 wartet in Kirchstetten mit den **Schlosskonzerten** ein vielfältiges Herbst-Konzertprogramm auf Musikfreunde. Information: www.schloss-kirchstetten.at

10 % Ermäßigung für PVÖ-Mitglieder, Buchung mit Kw. „PVÖ“ unter Tel.: 02523/83 14 15, E-Mail: info@schloss-kirchstetten.at, und **2x2 Karten für „Klassik unter den Sternen“** (17.8.2022) **zu gewinnen** (Kw. „Klassik“)!

OPER BURG GARS 2022

Leidenschaft pur: Carmen

OPER. In keiner anderen Oper wird die Unvereinbarkeit von Liebe und Freiheit so eindrucksvoll und leidenschaftlich gezeichnet wie in Georges Bizets Opernmeisterwerk „Carmen“. Davon sind Intendant Johannes Wildner und sein Team überzeugt und präsentieren von **14. Juli bis 6. August 2022** die fesselnde Geschichte der selbstbestimmten Schmugglerin Carmen und des für die Geliebte seine Soldatenpflicht verletzenden Don José in der atemberaubenden Naturkulisse der Burg Gars. Oper in ihrer mitreißendsten Form – im „**Opernhaus des Waldviertels**“! Alle Infos: www.operburggars.at

10 % Ermäßigung für PVÖ-Mitglieder im Vorverkauf (Kw. „PVÖ“) unter Tel.: 02985/330 00, E-Mail: office@operburggars.at; **3x2 Karten** für die Vorstellung am **19.7.2022 zu gewinnen** (Kw. „Carmen“)!



**ERMÄSSIGUNG
FÜR PVÖ-MITGLIEDER**

**GEWINNEN SIE
3x2 FREIKARTEN!**

