

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

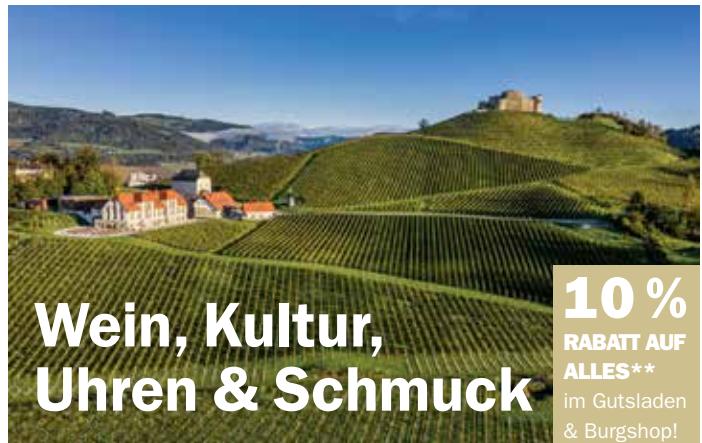


10 % RABATT FÜR PVÖ-MITGLIEDER*

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




€ 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



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.“

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



LANDESPRÄSIDENT

Konsulent Heinz Hillinger

LANDESSEKRETÄRIN

Mag.^a Jutta Kepplinger



Gemeinsam machen wir uns das Leben schön!

Der Sommer steht vor der Tür und mit ihm ein weitreichendes Angebot an Freizeitaktivitäten des PVOÖ. Tagesausflüge, Wanderungen und Radausfahrten mit den Ortsgruppen, Sporttage auf Landesebene, Sommerkulturprogramme in OÖ, Burgenland und Vorarlberg. Wichtig dabei ist: Gemeinsam machen wir uns das Leben schön! Schon seit seiner Gründung steht der PVÖ dafür ein, dass geteilte Freude doppelte Freude ist. Auch Corona hat daran nichts geändert. Daher, liebe Leserinnen und Leser, schauen Sie sich um in ihrer Nachbarschaft, in ihrem Bekanntenkreis. Wenn es dort Menschen gibt, die sich nach diesen zwei herausfordernden Jahren zurückgezogen haben, nicht mehr unter die Leute gehen wollen, oder einsam sind, sprechen Sie sie an, nehmen Sie sie zu unseren Veranstaltungen mit. Seien wir füreinander da!

Apropos „füreinander da“, dafür steht der PVÖ seit Anbeginn. Wir sind an der Seite unserer Mitglieder, auch, oder gerade wenn es ihnen nicht so gut geht. Auf politischer Ebene kämpft unser Präsident Dr. Peter Kostelka mit den Landesorganisationen Seite an Seite für eine gerechte Pensionserhöhung, um die massive Teuerung abzufedern. Und unsere BeraterInnen vom Sozialservice helfen Ihnen bei Ansuchen um finanzielle Unterstützungen weiter. Und keine falsche Scham, nützen Sie dieses Angebot, denn Sie wissen, wir handeln nach dem Motto: WIR für SIE und SIE mit UNS. ☺

In diesem Sinne wünschen wir einen schönen Sommer!

Heinz Hillinger und Jutta Kepplinger



Petitionsübergabe
Anlässlich eines Gedankenaustausches zwischen der Bezirksorganisation Kirchdorf und Landespräsidenten Heinz Hillinger und Landessekretärin Mag.a Jutta Kepplinger überreichten der Mollner OG-Vorsitzende Wolfgang Boschitzko und Bezirksvorsitzende Erika Diensthuber eine Petition gegen die aktuelle Teuerung mit 700 Unterschriften, die die Ortsgruppe Molln gesammelt hatte.



SOMMERZEIT – FESTSPIELZEIT

PVÖ-SONDERVORSTELLUNG im Musiktheater



Piaf

Musical von Pam Gems
Neufassung für das Donmar Warehouse, London, 2008 |
Deutsch von Roman Hinze
So., 2. Oktober 2022, 15 Uhr

Édith Piaf war auf der Bühne und im Leben eine Naturgewalt. Ein Lied davon konnten ihre zahlreichen Liebhaber singen. Auf der Bühne besang die Piaf Männer, die sie quälten, verließen, demütigten. In der Wirklichkeit war es meistens umgekehrt: Jeder Liebhaber fiel früher oder später in Ungnade und wurde binnen kurzem durch einen Nachfolger ersetzt. Sie war frei und gefährlich, hatte alles gesehen und getan, und das sah und hörte man. In prallen Szenen beleuchtet das Musical schlaglichtartig Stationen aus Édith Piafs faszinierendem Leben, von der rotzfrechen jungen Straßensängerin über die bewunderte Ikone bis zur von Alkoholismus und Medikamentenabhängigkeit gezeichneten Todkranken.

Das Stück ist gespickt mit Édith Piafs großen Chansons wie „Padam“, „L'accordéoniste“, „La vie en rose“, „Mon dieu“ und natürlich „Milord“ und „Non, je ne regrette rien“. Eine Paraderolle für das Gründungsmitglied des Musicalensembles, Publikumsliebling Daniela Dett.

**Kartenbestellung: Andrea Kalod, Tel. 0732/66 32 41-12,
E-Mail: andrea.kalod@pvooe.at**

Musiktage Mondsee



Schloss Mondsee

Di., 30. August 2022, 19.30 Uhr

Im Zentrum des Festivals steht der Komponist Felix Mendelssohn Bartholdy

An diesem Abend hören Sie Werke von Mendelssohn sowie seiner ebenso begabten Schwester Fanny. Neben phantastischen MusikerInnen liest die grandiose Schauspielerin Mijou Kovacs aus dem Briefwechsel zwischen Fanny und Felix.

Schumann Quartett, Matthias Lingenfelder (Violine), Niklas Schmidt (Violoncello), Herbert Schuch (Klavier), Lesung: Mijou Kovacs

Karten: Tel. 06232/22 70
PVOÖ-Mitglieder erhalten für dieses Konzert einen Rabatt von 25 Prozent.
www.musiktage-mondsee.at

Pramtaler Sommeroperette



Schloss Zell an der Pram

So., 19. Juni 2022, 18 Uhr

„Zwei Herzen im Dreivierteltakt“ (Der verlorene Walzer), Operette nach

dem gleichnamigen Film von Walter Reisch und Franz Schulz. Musik von Robert Stolz.
Die 1933 am Stadttheater Zürich (heute Opernhaus) uraufgeführte Operette schwelgt nicht nur in dreivierteltaktiger Walzerseligkeit, sondern bietet auch musikalische Höhepunkte mit Foxtrott-, Blues- und Slowfox-Rhythmus.

Karten: 0664/593 18 07

Für den Termin 19. Juni erhalten Sie auf bis zu zehn Karten 10 Prozent und ab der elften Karte 20 Prozent Ermäßigung.
www.sommeroperette.at

Operetten- und Musicalfestspiele Bad Hall



Stadttheater Bad Hall

2. Juli–6. August 2022

„Die Lustige Witwe“, Operette von Franz Lehár

Beste Unterhaltung erwartet das Publikum bei den beliebten Operettenfestspielen in Bad Hall.

8. Oktober–5. November 2022

„Annie“, Musical von Charles Strouse

1977 in New York uraufgeführt, gilt „Annie“ als eines der erfolgreichsten Familienmusicals aller Zeiten.

Karten: Kartenbüro Stadtgemeinde Bad Hall,

Tel. 07258/77 55 00

Ab 20 Karten erhalten Sie eine Ermäßigung von 10 Prozent.

www.stadttheater-badhall.com

Radreise Kroatien Insel Rab

Eine Seniorenreise der etwas anderen Art erlebten 42 TeilnehmerInnen im Alter zwischen 51 und 83 Jahren, als sie Mitte Mai komfortabel und sorgenfrei mit dem Reisebus zu einer erlebnisreichen E-Bike-Radreise auf die Insel Rab anreisten. Die Unterbringung erfolgte im luxuriösen 4-Sterne-Hotel direkt am Strand von Rab mit traumhafter Aussicht auf Meer und Altstadt.

Vier Tage lang wurde dann die gesamte Insel und ihre schönsten Plätze, Strände und Buchten per E-Bike erkundet. Das Wochenprogramm wurde durch ein Fahrsicherheitstraining am E-Bike abgerundet. Zusätzlich organisierte

Reiseleiter und Guide Roland Adami spontan auch einen Radausflug per Schiff auf die Insel Pag. Nach der Tour gab es frisch gebackenen Meeresfisch an Bord und einen Bade-

aufenthalt in einer der zahlreichen wunderschönen Buchten der Insel Rab.

Die Zeit verging wie im Fluge und so musste die Gruppe nach sechs bewegungs- und

erlebnisreichen Tagen mit herrlichem Wetter und toller Stimmung etwas wehmütig wieder die Heimreise antreten.

Aber bei einem waren sich alle einig: „Schön war's!“ ☺



Landes-Nordic-Walking-Tag

Trotz schlechten Wetters folgten rund 600 TeilnehmerInnen und Teilnehmer unserem Aufruf zum Landes-Nordic-Walking-Tag in Micheldorf. Zwei Streckenlängen mit 8 bzw. 12,5 km und einer Labestelle standen am Programm. Der Wendepunkt erfolgte beim romantisch idyllischen Kremsursprung. Von dort ging es zurück in die Veranstaltungshalle des Sportparks Micheldorf, wo sich die Wanderer bestens versorgten und in der die Ehrungen der größten Gruppe aus Linz-Froschberg mit 46 TeilnehmerInnen und der am weitesten angereisten Gruppe (115 km) aus Ulrichsberg-Klaffer-Schwarzenberg stattfanden.

Alois Edlauer aus Aschach an der Steyr und Elfriede Hüthmair aus Laakirchen, beide 90 Jahre jung, erhielten

als älteste Teilnehmerin bzw. ältester Teilnehmer von Landespräsident Konsulent Heinz Hillinger und Landessport-

referent Konsulent Johannes Nistelberger einen Sonderpreis – ein sogenanntes Bschoad Binkerl. ☺



STUDENTAG

„Gsund bleiben statt kranksparen“

**Mittwoch, 14. September 2022, 9.30–14 Uhr,
Volkshaus Dornach-Auhof
Niedermayrweg 7, 4040 Linz**

Als Pensionistenverband Oberösterreich wollen wir, dass es eine hochwertige und leistbare Gesundheitsversorgung für alle gibt. Immer öfter nehmen Versicherte die Leistungen von Wahlärzten in Anspruch, weil sie das Gefühl haben, dort besser versorgt zu werden oder bei Wartezeiten und Operationsterminen bessere Karten zu haben. Der Pensionistenverband will mit dem Projekt „Gsund bleiben statt kranksparen“ und einem eigenen Studentag Probleme ansprechen, Forderungen formulieren und neue Wege zu einem gut funktionierenden Gesundheitssystem aufzeigen.

Am Programm stehen die Vorstellung des Projektteams „Gesundheitspolitik im PVOÖ“, eine Gesprächsrunde mit den Referentinnen und Referenten zu den Herausforderungen im Gesundheitssystem und Vorträge zu den Themen „Gesunde Entscheidungen treffen – aber wie?“ und „Möglichkeiten und Grenzen der Hospiz- und Palliativversorgung in Oberösterreich“. Die Gesprächsrunde des Bezirk Urfahr-Umgebung wird unter der Leitung von Erwin Kaiser die Erfahrungen Älterer im Gesundheitssystem präsentieren. Moderation: Elisabeth Neulinger, für Diskussion, Pausen und Verpflegung ist gesorgt. ☺

Referentinnen und Referenten:



**Landesrätin
Birgit Gerstorfer**



Dr. Michael Schodermayr
Praktischer Arzt, Sozialstadtrat in Steyr, Vorsitzender der Volkshilfe OÖ



Mag. Helmut Freudenthaler
Betriebsratsvorsitzender
Med Campus, Linz



Dr. Josef Probst
Ehemals Dachverband der österr.
Sozialversicherungsträger, Wien



MMag.^a Bettina Klausberger
MPH ÖGK-Referat Public Health
und Wissenschaftskooperation,
Prävention, Gesundheitsförderung



DDr. Hans Popper
Ehemaliger Direktor der OÖGKK,
ehrenamtlicher Hospizbegleiter,
Mitglied des Vorstandes des Landes-
verbandes Hospiz OÖ

ANMELDUNG

bis 5. September

im Landessekretariat bei Andrea Kalod,
Tel. 0732/66 32 41-12,
E-Mail: andrea.kalod@pvoee.at

WUND THERAPIE Zentren

Ordinationen und Hausbesuche in Wien, Niederösterreich,
Oberösterreich und Burgenland

Chronische Wunden brauchen spezielles Wissen

Genau das bieten Ihnen unsere WUNDTHERAPIE Zentren:

- Professionelle Wundbehandlung
- Ärztliche und pflegerische Begutachtung
- Modernes Wundmanagement durch hochqualifizierte Pflegekräfte



"Bei uns sind
Sie in sicheren
Händen"

Peter Kurz
Wundexperte



Wund Therapie Zentren der WPM

0800 40 40 14

www.w-p-m.at

BEZAHLTE ANZEIGE, FOTO: WPM WUNDPFLEGE ZENTREN



Schlecht heilende Wunden? Wundexperte Peter Kurz und sein Team helfen. Die Ursachen von Wundheilstörungen sind sehr vielfältig und komplex.

Sie können Folgen von Diabetes oder schlechter Durchblutung, aber auch Wundliegen sein. Eine nicht heilende Wunde ist Symptom für ein Problem. Wenn die Ursache gefunden wird, kann die Wunde viel schneller heilen. Ich habe mich vor 20 Jahren darauf spezialisiert und führe mit meinem

Team Diagnostik, Analyse und Behandlung dazu durch. WPM ist die Anlaufstelle in Wien, NÖ, OÖ und dem Burgenland. In drei Praxen und bei Hausbesuchen geben wir Menschen Beratung, Einschulung und helfen, komplexe Wundprobleme zu lösen. WPM-Wund-Telefon: 0800/40 40 14 www.w-p-m.at

VITERMA ZAUBERT IHRE WOHLFÜHLDUSCHE!

Elektro- und Instandhaltungsarbeiten werden gemeinsam mit betruagten Partnerfirmen für Sie umgesetzt.

Wir kommen mit unserer
Badausstellung zu Ihnen!



- Neue Wohlfühldusche oder Komplettbadrenovierung in maximal 5 Tagen
- Breite Auswahl an Designs, Farben und Markenherstellern
- Individuelle Maßanfertigung für bodenebene Duschen
- Schimmelfreie, langlebige, pflegeleichte Materialien

Ihr Fachbetrieb in OÖ
Infos & Beratungstermin:
Tel. 0676 977 22 03
www.viterma.com

Jetzt Termin vereinbaren!

BEZAHLTE ANZEIGE



Dank der St. Anna Kinderkrebsforschung dürfen Kinder wie Lara hoffen.



Tapfere, kleine Helden Emma: Ihre Haut ist so empfindlich wie die Flügel eines Schmetterlings.



Drei Fragen an

**DR. CHRISTOPH MONDEL, MBL,
NOTAR IN KLOSTERNEUBURG**

Was kann ich in einem Testament regeln?

Wenn jemand verstirbt und kein Testament gemacht hat, gelangen der gesetzlichen Erbfolge zufolge die nächsten Angehörigen zur Erbschaft. Möchte ich das nicht, muss ich ein Testament errichten. Darin kann ich festlegen, wer meinen Nachlass – ob prozentuell oder in Teilen – erhält. Ich kann aber auch einzelne Vermögenswerte, wie etwa eine Liegenschaft oder ein Sparbuch, vermachen.

Wo sind die Grenzen meiner Regelungsfreiheit?

Bestimmten nächsten Angehörigen, und zwar Ehegatten, eingetragenen Partnern und Kindern, steht ein gewisses Minimum an der Verlassenschaft, der sogenannte Pflichtteil, zu. Dieser beträgt die Hälfte des gesetzlichen Erbteils.

Wie kann ich eine gemeinnützige Organisation bedenken?

Nur in Form eines Testaments. Darin kann ich die gemeinnützige Organisation als Erbin oder eine von mehreren Erben einsetzen oder ihr auch im Rahmen eines Vermächtnisses einzelne Sachwerte zukommen lassen.

Haare kämmen, Hände abtrocknen: Vieles, was für gesunde Menschen alltäglich ist, kann für die kleine Emma gefährlich sein. Denn schon bei geringstem Druck entstehen schmerzhafte Wunden und Blasen auf ihrer Haut. Emma ist ein „Schmetterlingskind“. Rund 500 Betroffene leben in Österreich mit Epidermolysis bullosa (EB), wie die Erbkrankheit im Fachjargon heißt.

und Forschungsmethoden. Durch intensive Forschungsarbeit konnte die St. Anna Kinderkrebsforschung große Fortschritte in der Diagnostik und Prognose von Krebs-erkrankungen im Kindes- und Jugendalter erzielen und somit wesentlich zu verbesserten Therapien bei krebskranken Kindern beitragen.

Wirkungsvolle Vermächtnisse

Um ihre wichtige Arbeit voranzutreiben hoffen DEBRA Austria und die St. Anna Kinderkrebsforschung auf Spenden. Auch Testamentsspenden sind ein wichtiger Baustein auf dem Weg zur völligen Heilung von Krebs und EB. Mehr Infos: www.kinderkrebsforschung.at, www.debra-austria.org

Seit 1995 ist DEBRA Austria für sie da. Dank dem unermüdlichen Engagement von Mitgründer Dr. Rainer Riedl und vielen Unterstützern gibt es seit 2005 mit dem EB-Haus Austria am Salzburger Universitätsklinikum eine zentrale Anlaufstelle. Die Familien erhalten medizinische, psychologische und soziale Hilfe, auch ein Forschungszentrum ist hier untergebracht. Das Ziel, dem die Forscher Tag für Tag ein Stück näherkommen: EB eines Tages zu heilen.

Kampf dem Kinderkrebs

Schwerstkranke Kinder zu heilen – das ist auch das Ziel der St. Anna Kinderkrebsforschung. Dass heute vier von fünf kleinen Patienten mit Leukämie geheilt werden können, ist nicht zuletzt dieser seit bald 35 Jahren bestehenden Einrichtung zu verdanken: In den 1970er Jahren überlebte nur eines von fünf betroffenen Kindern.

Kinder brauchen gezielte Behandlungs-

Über das eigene Leben hinaus

Die Initiative Vergissmeinnicht vereint derzeit 100 Organisationen aus allen Bereichen der Gemeinnützigkeit und möchte gemeinsam mit der Österreichischen Notariatskammer darüber informieren, wie man mit seinem Testament gemeinnützige und Kulturorganisationen unterstützen und damit über das eigene Leben wirken kann. Informieren Sie sich auch mit unserem Testamentsrechner über gesetzliche Erbfolge und Pflichtteil oder hören Sie unsere Podcasts zum Erbrecht.

Mehr Informationen unter:
www.vergissmeinnicht.at/testament



Sie möchten Infos zum Erbrecht & Testament und zur Initiative Vergissmeinnicht? GRATISratgeber bestellen unter
Gratishotline: 0800/700 111,
info@vergissmeinnicht.at

Download:
www.vergissmeinnicht.at

Berichte aus den Ortsgruppen

Linz-Stadt · Linz-Land

Linz-Stadt

LINZER QUETSCHNSPÜLA

Bei der Muttertagsfeier der Ortsgruppe Harbach übernahmen wir den musikalischen Teil und verbrachten einen wunderbaren Nachmittag mit vielen gut gelaunten Mitgliedern. Wir musizieren wieder fleißig – die nächsten Termine sind am 24. Juni vormittags am Linzer Südbahnhof beim Gänselfiesbrunnen und am 25. Juni ab 14 Uhr der Musikanstammtisch im Volkshaus Ebelsberg. Wir freuen uns auf zahlreichen Besuch. Im Juli machen wir Sommerpause. Die Termine ab August werden in der nächsten UG bekanntgegeben. Weitere Informationen findet ihr auf unserer Website: www.linzer-quetschnspuela.at

AUWIESEN

Am 24. März konnte Sigi ihre erste Wanderung durchführen. 15 Per-

sonen wanderten bei Schönwetter Richtung Pichling, bei den neuen Wohnanlagen vorbei und zur gemütlichen Einkehr in einem Gastgarten am Pichlinger See.

Bei unserem Ausflug am 5. April, der uns nach Haslach führte, besichtigten wir die Klangfabrik mit Führung. Anschließend kehrten wir zu Mittag ein, wo wir mit sehr guten Ripperln verköstigt wurden.

Bei unserer monatlichen Zusammenkunft am 8. April führten wir die Jahreshauptversammlung mit Neuwahl durch. Die im Wahlvorschlag genannten KandidatInnen wurden einstimmig gewählt. Leider mussten wir uns von Gerda Schuller verabschieden, die über viele Jahre als Schriftführerin tätig war. Geleitet wurde die Wahl von Kurt Innendorfer. Vors. Elfi Schmitzberger begrüßte den Vorsitzenden der SPÖ-Sektion Auwiesen, Günther Hagenauer, der auch langjähriges Mitglied ist. Sie

führte die zahlreichen Ehrungen durch. Mit Getränken, Würsteln, Kaffee und Kuchen und dem obligatorischen Osterei wurden wir verwöhnt. Liebe Mitglieder, schaut euch bitte unser Ausflugsprogramm genau an, es ist sicher für jeden etwas dabei.
Wir gratulieren: allen Mitgliedern, die im Juni geboren sind.

BINDERMICHL

Am 11. April Veranstalteten wir unsere monatliche Versammlung. Diesmal mit einer Gesundheitsstraße, die von unseren Sponsoren durchgeführt wurde und bei den Mitgliedern großen Anklang fand. Den April-Geburtstagkindern wurde ein Ständchen gespielt. Reiseleiterin und Wanderreferent berichteten über die kommenden Aktivitäten. Bez-Vors. NR Dietmar Keck spendete Ostereier. Der Nachmittag klang mit Musik und Tanz aus.
Unser Tagesausflug am 14. April



AUWIESEN: Gerda Schuller und Gerhard Hagenauer, 35 Jahre Mitglied



AUWIESEN: Herta Schmitzberger, 90. Geburtstag, 20 Jahre Mitglied



QUETSCHNSPÜLA: Die Geburtstagsrunde beim Stammtisch



BINDERMICHL: Beim Klubnachmittag



BINDERMICHL: Besuch der Senferei Annamax in Bad Goisern



BINDERMICHL: Gesundheitsstraße bei der Versammlung



CHEMIE: Besuch der Fa. Schneiderbauer Gewürze



CHEMIE: Besuch im Zoo Schmiding

ging nach Bad Goisern, wo wir die Senferei Annamax besuchten. Ein interessanter Vortrag mit Einkaufsmöglichkeit und Verkostung stand auf dem Programm. Nach dem Mittagessen genossen wir in Traunkirchen einen wunderschönen Frühlingstag im Gastgarten. Mit Bedauern müssen wir bekanntgeben, dass unsere langjährige Mitarbeiterin und Freundin Hermi Schrögendorfer am 18. April verstorben ist. Hermi, wir werden dich immer in Erinnerung behalten. Am 21. April fuhren wir mit dem Zug nach Ernsthofen, wo unsere Wanderung bei herrlichem Wetter begann. Wir wanderten einen Rundweg von ca. elf Kilometern bis zum Kirchenwirt, wo ein gutes Essen auf uns wartete.

Termine: Fr., 17.6., Kegeln Ersatztermin, VH Kleinmünchen. Do., 23.6., Wanderung in Kirchschlag (Breitensteinrunde), Anfahrt mit Bus.

So., 26.6. bis Fr., 1.7., Bäderfahrt nach Ptuj in Slowenien. Mi., 15.6., Do., 1.9., Mo., 10.10., Mo. 14.11., Mo., 5.12., Monatsversammlungen im VH Keferfeld.

Wir gratulieren: Martha Schwarz zum 95., Antonia Pazderka 90., Elfrieda Reiter 90., Philipp Kurtz 89., Hilde Pöll 89., Margit Koller 88., Inge Rothböck 88., Anna Scheiblberger 87., Christa Umenberger 85., Helga Schlagintweit 84., Heinrich Weinbub 84., Ingeborg Schickinger 83., Inge Hinterleitner 81., Helga Jud 81., Walter Rauber 81., Maria Roth 80. Geburtstag.

CHEMIE

Am 16. Februar besuchten wir die Fa. Grüne Erde in Scharnstein. Nach Besichtigung der Schauräume und Teile der Produktionsstätten fuhren wir nach Kremsmünster. Bei der interessanten Stiftsführung wurde uns auch der Tassilo-Kelch gezeigt.

Die Tagesfahrt am 16. März führte uns ins Innviertel nach Lambrechten zur Fa. Schneiderbauer Gewürze. Der Firmenchef informierte uns über die Geschichte des Unternehmens. Wir erhielten Einblick in die Produktion und die Verarbeitung von Gewürzen. Nach dem Mittagessen im Loryhof in Wippenham besuchten wir das Weingut Költringer in Weilbach. Auf 3,5 ha wird seit 2003 ausgezeichneter „Innviadla“ Wein produziert. Am 24. März wanderten wir von Kronstorf entlang der Enns bis Thaling und nach dem gemeinsamen Mittagessen wieder zurück. Am 20. April führte uns eine Tagesfahrt nach Edt bei Lambach zur Firma Megaflex und nach Krenglbach zum Zoo Schmiding.

Termine: Mi., 15.6., Tagesfahrt Steirischer Bodensee, Mittagessen im Forellenhof, Schnaps-Idee in Windischgarsten (Rückfahrt), Abf.: 8.10 Uhr Rennerhof, 8.20 Uhr Hbf-ABC

(Vorsicht: Im Jahresprogramm steht irrtümlich 16.6.). Do., 23.6., Wanderung durch die Stillensteinklamm bei Grein. Treppunkt: 8 Uhr Hbf., bei der Info, Abfahrt 8.38 Uhr. So., 10.7., Theaterfahrt nach Bad Hall, „Die lustige Witwe“ von Franz Lehár. Mittagessen Gasthaus Alpenblick in Sierning. Abf.: 11.50 Uhr Rennerhof, 12 Uhr Hbf-ABC. Beginn der Vorstellung 17 Uhr.

Wir gratulieren: Eva Strasser zum 98., Alfred Habringer 96., Margaretha Zsak 93., Walter Ecker 91., Ernst Eder 90., Dietmar Stummer 83., Hedda Kainz 80., Raimund Duregger 76., Anton Specht 76., Luise Sturm 74., Ronald Eder 73., Roswitha Specht 68. Geburtstag.

EBELSBERG-PICHLING

Unsere Wanderungen im April standen unter dem Motto „Es gibt nur schlechte Kleidung“. Von der Schobermühle in Scharnstein stapf-



CHEMIE: Führung im Stift Kremsmünster



EBELSBERG-PICHLING: Abschluss der TurnerInnen



EBELSBERG-PICHLING: Wanderung auf den Hacklberg



FRANCKVIERTEL: Community Nurses aus dem Stadtteil Franckviertel



FRANCKVIERTEL: Wanderung entlang der Traunauen

ten wir im Regen, zeitweise sogar im Schnee, auf den Hacklberg. Die acht Wetterfesten hatten sich das Mittagessen redlich verdient. Die zweite Wanderung starteten wir mit elf Teilnehmern in Bad Leonfelden. Vorbei am Schloss Brunnwald und durch das herrliche Wald- und Moorgebiet des Brunnwaldes. Die 9,5 Kilometer schafften wir in gut zwei Stunden. Bis zur Retourfahrt mit dem Bus gab es eine gemütliche Mittagsrast.

Die Mittwoch-TurnerInnen feierten ihren Saisonabschluss bei einer gemütlichen Wanderung von Ebelsberg über den Schiltenberg nach Pichling. **Termine:** Fr., 8.7., Tagesfahrt nach Hallstatt (Anmeldeschluss 22.6.). Di., 28.6., Wanderung Ruine Prandegg. **Wir gratulieren:** Karl Denk zum 98., Heinrich Kapfer 88., Erna Siebenhandl 86., Marialuise Mayrhofer 85., Ernestine Gruber 84., Wilhelm Lehner 84., Inge Glück

83., Adeltraud Klaushofer 83., Erwin Panwinkler 83., Gertraud Stöger 83., Josef Wakolbinger 83., Ernst Zauner 83., Erika Arzt 82., Helmut Brunner 82., Elfriede Anzinger 81., Heinrich Fenzl 81., Ernestine Haarer 81., Gottfried Mühlehner 81., Karl Niedermayr 81., Eva Pauco 80., Marlies Schierl 80., Johann Eckerstorfer 75., Karoline Kaltenbrunner 75., Peter Prinz 75., Charlotte Rienesl 75., Mag. Josef Rohrweck 70., Henriette Scherzinger 70. Geburtstag.

FRANCKVIERTEL

Bei strahlendem Wetter machte sich unsere Wandergruppe auf den Weg von Kleinmünchen entlang der Traunauen nach St Martin. Dort ließen wir den Tag mit einem guten Mittagessen ausklingen.

Bei der Monatsversammlung im April stand Ostern im Mittelpunkt. Mit den PVÖ-Eiern und bunten Frühlingsblu-

men wurden die Tische dekoriert. Als Gäste konnten wir die „Community Nurses“ begrüßen. Ein Projekt der Stadt Linz für die vorwiegend ältere Bevölkerung. Zu den Aufgaben der beiden Mitarbeiterinnen gehören Beratungsgespräche, Informationen die Pflege betreffend und Veranstaltungen und Vorträge organisieren. Nach der Vorstellung des Projekts wurden anregende Gespräche geführt.

Termin: Di., 14.6., Tagesfahrt ins Salzkammergut zu den Stammbaummalern.

Wir gratulieren: Aloisia Brellinger zum 93., Ida Leitner 93., Johanna Edlbauer 91., Ada-Maria Hamedinger 89., Rosemarie Mayr 83., Hedwig Nutz 83., Elsa Hamböck 81., Monika Gratt 75., Maria Lichtenberger 74., Lucia Anna Sittenthaler 73., Manfred Hofer 59. Geburtstag.

FROSCHBERG

Nach längerer Zeit gab es im März

wieder eine Tagesfahrt – eine sogenannte Genussreise – die uns ins Innviertel führte. Bei einem Besuch des Genussbauernhof Jenichl konnten wir selbst Hand anlegen und Knödel formen. Interessant war auch die Besichtigung des Schweinebetriebes mit artgerechter Haltung. Für den bekannten Surspeck müssen die Schweine bis zu einem Lebendgewicht von 380 kg haben. Regionale Produkte konnte man im Hofladen kaufen. Weiterfahrt zum Schaumrollenkönig Guschlbauer. Selbstgefüllte Schaumrollen zum Verkosten und ein Kuchenbuffet mit Kaffee rundeten den Tag ab. EV Franz Pozar wurde am 6. April im Rahmen einer Feierstunde von Landespräsident Konsulent Heinz Hillinger und Landessekretärin Jutta Kepplinger mit dem Titel Sozialrat ausgezeichnet. Vors. Ingrid Blöchl und Stellvertreterin Hilde Summerrauer gratulierten ihm bei der



FROSCHBERG: Gratulation zum Titel Sozialrat



FROSCHBERG: Herstellung der Innviertler Knödel



FROSCHBERG: Interessante Betriebsbesichtigung



HARBACH: Geburtstage im April



HARBACH: Wanderung Pfenningberg



KEFERFELD: Interessante Führung am Flughafen Schwechat

Monatsversammlung am 8. April. Solltest ihr Fragen bezüglich unserer sportlichen Aktivitäten haben, geben euch die Sparteverantwortlichen gerne Auskunft. Informationen findet ihr auch auf unserer Homepage: www.pvlinz.at/ortsgruppe-froschberg

Termine: Mi., 22.6., Tagesfahrt zu Adler Moden und Steyrtalbahn. Fr., 8.7., 14 Uhr, VH Froschberg, Monatsversammlung mit Infos.

Wir gratulieren: allen Mitgliedern, die diesen Monat Geburtstag haben.

HARBACH

98 Mitglieder besuchten die Monatsversammlung im April. Vors. Elfriede Pfund gratulierte den Geburtstagskindern. Es folgte der Rückblick auf die heurigen Aktionen und eine Terminvorschau.

Am 13. April wanderten 25 TeilnehmerInnen die Pfenningbergrunde. Ich hoffe, ihr habt euch in unserer Gemeinschaft in den letzten

Jahren wohlgefühlt. Unser Vorstand hat diese ehrenamtliche Tätigkeit mit viel Freude und Engagement ausgeübt. Langsam neigt sich aber unsere Funktionsperiode dem Ende zu. Wir möchten nicht gehen, ohne unsere Nachfolge geregelt zu haben. Vielleicht kann sich der eine oder die andere vorstellen, eine Funktion in unserem tollen Verein zu übernehmen. Das Ehrenamt hat einen hohen Stellenwert in unserer Gesellschaft und ist auch eine große Notwendigkeit. Deshalb sind wir sehr zuversichtlich, dass sich unter unseren Mitgliedern einige finden werden, die ihren Beitrag in diesem Sinne leisten können und wollen. Wir stehen euch natürlich noch eine Weile mit Rat und Tat zur Seite. Vors. Elfriede Pfund

Termine: 15.6., Wanderung Laudachseerunde. 24.6., Monatsfahrt Linzerhaus - Gleinkersee.
Wir gratulieren: Anna Kirchschläger zum 91., Helga Binder 86., Manfred

Luger 85., Anna Schmid 84., Helga Knögl 83., Ernest Pfund 80., Augusta Schwarz 75., Berta Lang 85., Margarete Traunsteiner 95., Ingeborg Schopper 94., Josef Winkelmayr 87., Josef Deak 85., Hildegard Kelb 84. Geburtstag.

KEFERFELD

Die Tagesfahrt am 24. März startete mit einem gut gefüllten Bus. Ziel der Fahrt war Rabenstein an der Pielach. Mit einem Vortrag über die Dirndlfrucht und einem Spaziergang zu blühenden Dirndlsträuchern begann der Vormittag. Nach dem Mittagessen und einem Zwischenstopp bei Kaffee und Kuchen fuhren wir wieder heimwärts.

Unsere Versammlung am 8. April besuchten 65 Mitglieder. Ein gemütlicher Nachmittag bei Kaffee und Kuchen. Das Bingo-Spiel am Nachmittag war ein großer Erfolg, gab es doch einige attraktive Preise zu

gewinnen. Die Lostrommel bediente Kassier Helmut Werner, die notarische Aufsicht übernahm Ewald Wolfsgruber. Einige Mitglieder wanderten am 14. April rund um Traun. Dank an Wanderbegleiter Peter Wagner für die schöne Wanderung.

Der Tagesausflug am 21. April führte uns zum Wiener Flughafen Schwechat. Vor der Ankunft gab es ein gemeinsames Mittagessen. Unter schwersten Sicherheits- und Zutrittskontrollen gab es die Möglichkeit einer Führung auf dem Gelände des Flughafens, die sogenannte Visitair-Tour inklusive Besuch der Besucherterrasse.

Termine: Mi., 15.6. Wandern, Näheres wird bei der Versammlung bekanntgegeben. Do., 23.6., Fahrt nach Felling/Heidenreichstein, Abf. 7 Uhr VH Keferfeld. Do., 28.7., St. Margarethen „Nabucco“, Abf. 13 Uhr VH Keferfeld. 19.8., 14 Uhr, Grillfest mit Musik, Kinderfreunde-



HARBACH: Tagesausflug Gläsernes Tal



KEFERFELD: Flughafen Schwechat, auf der Besucherterrasse



LINZ AG: Die Kreta-Reisegruppe



LINZ AG: Volle Einkaufstaschen nach dem Besuch der Gewürzwelt

heim (Hebenstreitstraße 4), Eintritt frei. Turnen/Gymnastik: Wir turnen jeden Mittwoch von 16 bis 17 Uhr im VH Keferfeld, Stockschützen: jeden Dienstag von 18.30 bis 20.30 Uhr in der Stocksport halle Keferfeld (Wieningerstr. 7, 4020 Linz). Kegeln: im Juni bereits Sommerpause bis September.

Wir gratulieren: Ulrike Steiner zum 66., Martha Unger 75., Robert Retschitzegger 84., Aloisia Pirngruber 86., Charlotte Mittendorfer 87., Franz Hummelbrunner 87., Maria Anzinger 90., Siegfriede Daiser 95. Geburtstag.

KLEINMÜNCHEN

Wir gratulieren: Maria Haunschild 86., Grete Meischberger 86., Josef Reindl 85., Robert Grün 83., Johann Schattauer 81., Erika Reitmayer 80., Elisabeth Geier 75., Johann Gerhart 75., Margarete Getzinger 75., Christine Miesbauer 75. Geburtstag.

LINZ AG

Bei Sonnenschein ging es am 23. März mit dem Postbus nach Bad Leonfelden. Es folgte eine Genusswanderung zur Jausenstation in Rading mit Mittagessen. Die TeilnehmerInnen der kurzen Runde sind auf demselben Weg wieder zurück nach Bad Leonfelden – nicht ohne die Lebzelterei Kastner um etliche Süßigkeiten erleichtert zu haben. Die Wanderfreudigen marschierten über die Fischteiche die große Runde. Nach Kaffee und Eis in Bad Leonfelden fuhren wir wieder nach Linz. Am 6. April fand nach zweijähriger Unterbrechung unsere Jahreshauptversammlung statt. Generaldirektor Erich Haider berichtete Aktuelles von der Linz AG. Es folgten die Mitgliederherrungen der Jahre 2020 und 2021. Die Neuwahl des Vorstandes erfolgte einstimmig. Änderungen gab es nur im Sportbereich, wo ein neues Team – mit Sabine Englich,

Erwin Aussenwöger und Johannes Metzger – die Aktivitäten hochfahren und auch erweitern wird. Am 13. April besuchten wir die Gewürzwelt Schneiderbauer. Vom Duft der Gewürze empfangen, ließen wir zuerst den interessanten Film der Familie Schneiderbauer auf uns wirken. Anschließend führte uns Herr Schneiderbauer durch das Gewürzlager und der Einkauf im Hofladen durfte auch nicht zu kurz kommen. Nach einem vorzüglichen Mittagessen Weiterfahrt nach Aschach, wo wir bei Kaffee an der Promenade in der Sonne verweilten. Ein wunderschöner Tag endete um 17 Uhr in Linz. Am 20. April fuhren wir bei Sonnenschein und frühlingshaften Temperaturen mit dem Postbus von Linz nach Enns. Auf der NÖ-Seite ging es entlang der Ennsauen nach Thaling, dort querten wir die Enns und nach der Mittagsstärkung ging es auf der OÖ-Seite zurück nach Enns. Zum

Abschluss genossen wir auf dem Hauptplatz Kaffee und Eis und fuhren mit dem Postbus individuell wieder zurück nach Linz. Vom 17. bis 24. April nahmen 34 Reisefreudige am Frühjahrstreffen von SeniorenenReisen nach Kreta teil. Ein Programm, das die Vielfalt der Insel von der Küste bis nahe der schneebedeckten Berge präsentierte und mit einem Einblick in die wechselhafte Geschichte aufwartete. Das schöne Wetter, die guten Unterkünfte und die Kulinarik waren die Draufgabe für eine wunderschöne Urlaubswöche auf der Mittelmeerinse. Kein Wunder, dass viele schon neugierig sind, wo es nächstes Jahr hingehen soll.

Termine: Siehe unser aktuelles Programm auf www.pvlinz.at/ortsgruppe-linz-ag

MULDENSTRASSE

Am 6. April veranstalteten wir unsere Jahreshauptversammlung. Als Ehrengäste begrüßten wir Pensionistensprecherin GRⁱⁿ Erika Wundsam, Roland Klaushofer und als Hauptreferenten Bez.-Vors. NR Dietmar Keck. In seinem Referat hob er die Wichtigkeit des Pensionistenverbandes hervor. Die zahlreichen Aktivitäten und vor allem die politische Interessenvertretung der PensionistInnen. Das wiedergewählte Vorstandsteam freut sich auf weitere Zusammenkünfte und gemeinsame Aktivitäten und bedankt sich bei



LINZ AG: Wanderung nach Thaling



MULDENSTRASSE: NR Dietmar Keck bei der Jahreshauptversammlung



NEUE HEIMAT: Tagesfahrt zum Kernhof



NEUE HEIMAT: Wanderung Markt Ottensheim, Wilhering



NEUSTADT: Geburtstage im April

seinen Mitgliedern für die Treue zur Ortsgruppe. Zahlreiche Mitglieder wurden für ihre langjährige Mitgliedschaft geehrt.

Termine: (wenn möglich) 14.9., 14 Uhr, Infonachmittag im VH Keferfeld.

Wir gratulieren: Charlotte Simader zum 98., Maria Nodes 92., Ingrid Würcher 84., Herta Reitstätter 81., Elisabeth Kneidinger 76., Irmgard Humer 74. Geburtstag.

NEUE HEIMAT

Im April durften wir unsere Monatsversammlung wieder im Volkshaus Neue Heimat abhalten, bei der 90 Mitglieder anwesend waren. Auch unsere zukünftigen Versammlungen werden wie gewohnt im Volkshaus Neue Heimat stattfinden.

Die Tagesfahrt brachte uns nach Annaberg zum Kernhof, ins Kameltheater und zu den weißen Tigern. Eine herrliche Erlebniswelt inmitten eines felsigen Berghangs. Der

Juniorchef empfing uns und erzählte uns Interessantes über den Zoo. Der „Weiße Zoo“ – weltweit ein Unikat – beherbergt nicht nur die einzigen weißen Tiger in Österreich, sondern auch die vom Aussterben bedrohten Schneeleoparden, sibirische Schneeeulen, Albino-Kängurus und viele weitere Tierarten. Die Vorführung mit den weißen Tigern begeisterte alle. Nachmittags besuchten wir das Kameltheater, in dem Kamele die Hauptrolle der Aufführung „Ich bin ein Star“ übernehmen. Ein einzigartiges Erlebnis, ein wunderbarer Ausflug. Anfang April wanderten wir in Thaling. Vorbei am Schloss Schieferegg erreichten wir die Kronstorfer Hochebene. Dort erwartete uns eine schöne Aussicht ins Alpenvorland und auf den Ort Hargelsberg. Nach der Zehetner Kapelle ging es hinunter zur Enns. Bei diesem romantischen Weg entlang der Enns erwärmte uns die Sonne und nach einer kurzen Rast

bei der Pfadfinderhütte ging es zum Ausgangspunkt zurück.

Termine: Mi., 15.6., Tagesfahrt Wildschönau, Reisebegleiter Rudi Lasser. 18.6., Kaffeenachmittag (VH Neue Heimat, kleiner Saal).

Wir gratulieren: allen im Juni geborenen Mitgliedern.

NEUSTADT

Der zweite Wandertag führte uns von der solarCity zum Weikerlsee und zur Donau. Weiter auf dem Treppelweg, vorbei beim interessanten Fischaufstieg zum Kraftwerk Abwinden-Asten, wo wir die Donau querten. Nach dem Mittagessen in Abwinden wanderten wir nach St. Georgen, von wo wir mit der Bahn die Heimreise antraten.

Der Tagesausflug zur Fa. Adler und am Nachmittag der Besuch der Fa. Wenschitz, wo wir uns durch die Schokoladensorten kosten konnten, ist sehr gut angekommen.

Termine: 15.6., Tagesfahrt – mit dem Wikingerschiff auf der Donau. Buffet und Wikinger-Turnier inklusive. 8.7., Versammlung. 13.7., Christalm in St. Koloman, der Nachmittag ist für Aktivitäten frei. An Dienstagen ist Gymnastik und an Donnerstagen Nordic Walking bzw. Wandertag, lt. Programm.

Wir gratulieren: Hanns Bauer zum 84., Josef Lengauer 83., Aloisia Rührnößl 83., Hannelore Schreder 82., Margarete Springer 82. Geburtstag und allen im Juni geborenen Mitgliedern.

PVA

Nachdem Anfang 2018 der gesamte Vorstand zurückgetreten war, übernahm ein neues Team die Geschicke der Ortsgruppe PVA. Dieses Team hat sich anlässlich der am 5. April stattgefundenen Jahreshauptversammlung der Wiederwahl gestellt und wurde einstimmig bestätigt.



NEUSTADT: Gruppenfoto beim Wandertag



NEUSTADT: Tagesausflug zur Fa. Wenschitz



PVA: Aussichtswarte auf dem Gusterberg



PVA: Nach dem Wandern ist gut speisen



SPALLERHOF: Ausflug nach Retz



SCHIFFSWERFT: Entspannen auf der Grünbergalm

Nach den zahlreichen Mitglieder-ehrungen lud die Ortsgruppe zum Essen ein. Zum Schluss gab es eine kleine österreichische Überraschung. Am 13. April traf sich eine kleine Gruppe von Wanderern in Kremsmünster, um bei Sonnenschein durch das Teufelsbachtal zur Aussichtswarte auf dem Gusterberg zu wandern. Von dort bot sich ein herrlicher Rundblick über weite Teile von Oberösterreich und auf die Alpenkette. Nach der wohlverdienten Einkehr ging es mit dem Zug wieder nach Hause.

Termin: Di., 5. 7., 15 Uhr, Mitgliederversammlung im Gasthaus „Zum Schiefen Apfelbaum“.

Wir gratulieren: allen im Juni geborenen Mitgliedern.

SCHIFFSWERFT

Schokolade macht glücklich, Sonne macht glücklich – Schokolade und Sonne gemeinsam – das kann nur ein wunderschöner Tag werden. So

fuhren wir gut gelaunt nach Allhaming zur Pralinenwelt der Fa. Wenschitz und nach Gmunden auf den Grünberg. In Allhaming erwarteten uns eine Welt des Genusses und Geschmacks und der höchste Schokoladenbrunnen der Welt. Bei einer Führung erfuhren wir, warum Schokolade so schmeckt, wie sie schmeckt, und kosteten und naschten nach Herzenslust. Nach dem Mittagessen Weiterfahrt nach Gmunden. Mit der Seilbahn erreichten wir den Grünberggipfel, wo uns ein fantastisches Panorama und ein schönes Wandergebiet erwarteten. Die beste Gelegenheit, die vielen Schokoladenkalorien wieder loszuwerden, etwa bei einer kleinen Wanderung zum Laudachsee oder entlang des Baumwipfelpfades zum 39 m hohen Aussichtsturm. Wer es gemütlicher wollte, setzte sich auf die Terrasse des GH Grünbergalm und entspannte sich in der Sonne bei Kaffee und Kuchen.

Termin: Mi., 13. 7., Tagesausflug auf den Spuren der Rosenheim Cops.

Wir gratulieren: Johann Lang zum 77., Anita Sesser 72., Karl Scharringer 78., Margarete Freund 80., Anton Kutscherauer 73., Johann Pointner 68., Renate Hauer 63., Christine Fratzl 60. Geburtstag.

SPALLERHOF

Über 70 Mitglieder waren zu unserer Jahreshauptversammlung am 1. April gekommen. Alle Mitarbeiter, die sich bereit erklärt hatten, in der kommenden Periode wieder mitzuarbeiten, wurden einstimmig gewählt. Vors. Roland Klaushofer brachte einen Bericht über die letzten zwei Jahre. Wir hoffen, dass wir in Zukunft unsere geplanten Veranstaltungen wieder durchführen können. Ein Dankeschön an Fred und Greti Lepschy, die uns in den letzten zwölf Jahren immer unterstützt haben. Es ist uns gelungen, wieder neue Mitarbeiter für unsere

Ortsguppe zu gewinnen. 42 Mitglieder wurden für ihre langjährige Mitgliedschaft (10 bis 50 Jahre) geehrt. Beim Tagesausflug nach Retz im Weinviertel am 13. April beteiligten sich leider nur 30 TeilnehmerInnen. Schönes Wetter, eine interessante Führung durch den Retzer Erlebniskeller, ein gutes Mittagessen und am Nachmittag ein netter Heurigenbesuch in der Wachau erwarteten die Mitreisenden.

Termine: Di., 14. 6., Wandern rund um den Offensee, Besichtigung der Gmundner Geschirrmanufaktur. 18.-25.6., Wanderwoche im Lungau. Fr., 1. 7., 13 Uhr, Seniorencafé im Club Aktiv. Mo., 25. 7., Mörbisch, Musical „Der König und ich“.

Wir gratulieren: Theresia Aichrieder zum 80., Mag. a Brigitte Delavos 80., Roland Klaushofer 80., Peter Ecker 81., Günther Lala 82., Anna Groiss 85., Margarete Windischbauer 85., Josef Kirchmayr 86.,



SCHIFFSWERFT: Mein Schokotraum



SCHIFFSWERFT: Der beeindruckende Schokobrunnen



SPALLERHOF: Jahreshauptversammlung am 1. April



SPALLERHOF: Vors. Roland Klaushofer bei seiner Rede



STEG-DORNACH-AUHOF: Die Sponsoren zeigten ihre Produkte



STEG-DORNACH-AUHOF: Heurigenbesuch in Schwallenbach



STEG-DORNACH-AUHOF: Tagesfahrt nach Krems

Erika Kamplmüller 90., Aloisia Stadler 99. Geburtstag.

STEG-DORNACH-AUHOF

Die Versammlung im März stand ganz im Zeichen unserer Sponsoren des Jahreshefts 2022. So präsentierte ein namhaftes Sanitätshaus die neuesten Errungenschaften in puncto Mobilität und Gesundheitsprävention. Ein Bankinstitut erklärte neue Anlageformen für Pensionisten. Für Rat in Sachen Gesundheit stand uns ein Vertreter des medizinischen Zentrums „Schmerzlos“ Rede und Antwort. Einige Sponsoren mussten personalbedingt leider absagen. Die zahlreichen Mitglieder nahmen die Beratungen und Anregungen gerne an und ließen sich die ausgeteilten Ostereier schmecken.

Die Tagesfahrt nach Krems war schon wetterbedingt ein voller Erfolg. Die Blütenpracht der Wachau und die Besichtigung des Karikatur-

museums taten ein Übriges, um den Tag unvergessen zu machen. Den krönenden Abschluss bildete der Heurigenbesuch in Schwallenbach. Vors. Manfred Comoli verschaffte uns die Gelegenheit einer Dombesichtigung mit dem Bischofsvikar. Dieser führte uns persönlich durch den Linzer Mariendom, das größte sakrale Bauwerk in Österreich.

Terminänderung: Unser Sommerfest findet organisationsbedingt nicht am 1.7., sondern am 8.7. im Volkshaus Ferdinand-Markl-Straße statt.

URFAHR OST

„Den Traunfall kenne ich nur aus dem Fernsehen“, das war die Aussage vieler Teilnehmer unserer Ausflugsfahrt. Deshalb war es höchste Zeit, diese Sehenswürdigkeit zu besuchen. Bei dem gemütlichen Rundgang hörten wir schon von weitem das Tosen des Wasserfalls und der Anblick der stürzenden

Wassermassen war überwältigend. Anschließend gab es im nahe gelegenen Gasthaus ein vorzügliches Mittagessen. Am Nachmittag wurden wir in Lambach mit Torte und Kaffee verwöhnt und hatten auch die Gelegenheit, uns mit bequemen Schuhen einzudecken.

Die naturkundliche Wanderung mit Herbert Rubenser, einem profunden Kenner der Vogelwelt, ging vom Badezentrum Traun, Oedter See durch die Traunauen bis zum Kraftwerk Pucking, weiter entlang der gestauten Traun und in einem weiten Bogen zurück zum Badezentrum. Es ist bemerkenswert, wie viele verschiedene Vogelarten es im Augebiet noch gibt. Die vier meistgehörten Sätze von Herbert Rubenser waren: „Hörts, das ist er, dort sitzt er, da fliegt er, so schaut er aus“. Dazu gab es interessante Erklärungen zu Nestbau, Brutverhalten, Futtersuche, aber auch kritische Worte zum Klimawan-

del und Aussterben vieler Vogelarten. Übrigens, es waren 12.309 Schritte.

Termin: 15.6., 8 Uhr, Fahrt in das Lachtal zur Klosterneuburgerhütte/ Steiermark.

Wir gratulieren: Christa-Charlotte Slapack zum 92., Rosa Suchy 92., Gerda Kerschbaumer 90., Margarete Hulan 89., Hildegard Springmann 87., Alois Gugg 85., Franziska Pedri 85., Anna Sachsenhofer 85., Adolf Frühwirth 84., Herta Reinthaler 82. Geburtstag.

WIR TRAUERN IM BEZIRK

Binder michl: Otto Schuhmann 93, Grete Lehner 96, Hermine Schrögendorfer 92.

Chemie: Gerhart Mistelberger 83. **Ebelsberg-Pichling:** Erich Felicetti 82, Karl-Heinz Stary 82.

Linz AG: Josef Gura 81, Brigitte Koller 86.

Neue Heimat: Lieselotte Pix 80, Anna Duriener 90.



STEG-DORNACH-AUHOF: Versammlung im März



URFAHR-OST: Beim Traunfall



URFAHR-OST: Wanderstart beim Oedter See



ALKOVEN: Karl Stadler,
80. Geburtstag



ANSFELDEN: Erika und Gerhard Fink,
Diamantene Hochzeit



ANSFELDEN: Hildegard und Hans
Zierfuss, Goldene Hochzeit



ANSFELDEN: Inge und Franz
Retschitzegger, Goldene Hochzeit

Linz-Land

ALKOVEN

Nach zweijähriger Pause konnten wir unsere Jahreshauptversammlung durchführen. Nach der Begrüßung der Ehrengäste folgte die Wiederwahl des Vorstandes. Vors. Josef Baumgartner, Vors.-Stv. Rupert Gasselseder und Kassier Friedrich Kain wurden bestätigt. Schriftführerin Helga Gasselseder wurde für ihre 22-jährige Tätigkeit mit dem Goldenen Ehrenzeichen geehrt und mit großem Applaus verabschiedet. Schön, dass sie uns als Mitglied erhalten bleibt. Die Kassenprüfer Gottfried Unter, Karl-Heinz Ellerböck und Horst Kraupatz wurden mit Dank verabschiedet. Die neuen Kassenprüfer sind Manfred Fadl und Günther Moser.

Termin: Do., 16.6., 17 Uhr, Kegeln im Gasthaus David.

Wir gratulieren: Alfred Starka zum

88., Johanna Penz 83., Gertrud Reiter 81., Edeltraud Burgstaller 75., Werner Zehetner 75., Harald Gerstorfer 60. Geburtstag.

ANSFELDEN

Von Grünburg entlang der Steyr wanderten wir nach Frauenstein mit Pfarrkirchen-Besichtigung und weiter zum Steyr-Durchbruch. Zum Ausklang gab es ein gemütliches Mittagessen in der „Taverne In der Schön“.

Ein Spaziergang entlang der Donau von Urfahr zum Pleschinger See mit Seerundgang endete beim Gasthaus Lehner.

Am 6. April, beim Landes-Mixed-Turnier in der Stocksporthalle des SK Voest in Linz, erreichte unsere Mannschaft mit Reinhard Bergmann, Alois Draxler, Erna Kurasch und Elisabeth Winter den dritten Platz. Am 9. April veranstalteten die Stockschützen ein Stockschützenturnier.

Sieger wurden Herwig, Hermann und Wolfgang.

Termine: Do., 23.6., Tagesausflug am Krippenstein, Bratlessen mit Panoramablick. Sa., 2.7., 12 Uhr, Sommerfest (65 Jahre OG Ansfelden) im Innenhof des WVB Ansfelden. Mo., 25.7., Kulturausflug Mörbisch, bei Interesse bitte bei Josef Kastner melden, Tel. 0664/780 16 12.

Wir gratulieren: Anna Lindbichler zum 65., Alfred Kaiserseder 70., Günther Linninger 70., Edeltraud Panhuber 70., Maria Schmidinger 70., Christine Pilz 75., Gertrud Höller 80., Gerhard Fink 81., Marie-Luise Kovats 81., Klothilde Lechner 81., Ilse Riedler 81., Marianne Samhaber 81., Anna Stec 81., Maria Haider-Noitz 82., Aloisia Krump 82., Georg Lindmayer 82., Johann

Weidmann 84., Leopoldine Reindl 85., Josef Wohlschlager 86., Otto Hofbauer 87., Rosa Hagmayr 88. Geburtstag.

ASTEN

Nach einer langen Pause darf nun endlich wieder getanzt werden, so starteten wir am 1. April mit dem Tanz in den Frühling.

Nach der Winterpause machten unsere Radler die erste Fahrt nach Ebelsberg. Ein wunderschöner Ausflug nach Wilhering zum Alpakahof der Familie Roitner. Nach interessanten Informationen über die Alpkas konnte im Hofladen eingekauft werden. Weiterfahrt über Scharften nach Eferding zum Mittagessen in der Kepler-Stuben. Bei einem Rundgang

Kostenlose Beratung im Bezirk

Asten	Mi., 15.6.2022	15.15 Uhr	Seniorenklub
Asten	Mi., 20.7.2022	15.15 Uhr	Seniorenklub



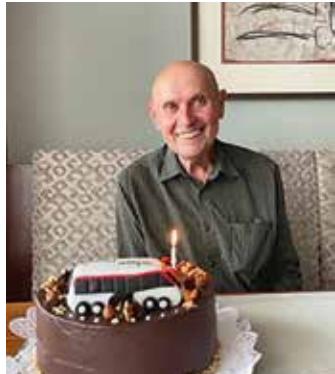
ANSFELDEN: Zätilia und Peter Burglechner, Goldene Hochzeit



ASTEN: Bei den Alpkas in Wilhering



ASTEN: Erste Radausfahrt nach der Winterpause



ASTEN: Josef Gruber, 80. Geburtstag



DOPPL-HART: Hermine Mitter,
45 Jahre Mitglied



DOPPL-HART: Horst Pumberger,
80. Geburtstag



ENNS: Gertrude und Robert
Podpeskar, Diamantene Hochzeit

durch die Stadt erfuhren wir Interessantes über die Geschichte von Eferding, humorvoll erzählt von Herrn Krexhamer.

Termine: Mi., 15.6./20.7., 15.15 Uhr, Sozialsprechtag, Referent Franz Dastl, Seniorenklub (Eigenheimstr. 4), telefonische Anmeldung unter 0676/319 65 96.

Wir gratulieren: Johann Lehner zum 90., Maria Friedmann 88., Margarete Gattringer 87., Alois Schmid 87., Franz Dastl 85., Ottile Schwaiger 85., Eva Ehrmann 83., Fritz Jurasic 81., Dietfried Schwaiger 81., Vbgm. in a.D. SR Maria Steininger 81., Hermine Hartl 80., Herbert Linnerger 80., Sonja Berger 75., Robert Berger 75., Leo Prinz 75., Rosa Glasner 70., Robert Olbrich 70. Geburtstag.

DOPPL-HART

Nach der fast zweijährigen Pause sind das Interesse und die Reiselust wieder erwacht. Die April-Busreise

führte uns nach Freistadt. Nach einer interessanten Stadtführung aßen wir im Gasthaus Bockauwirt zu Mittag. Weiterfahrt zur Whiskybrennerei Affenzeller. Die hochglanzpolierten Brennkessel beeindruckten uns genauso wie die Ausführungen über den Ablauf des Brennvorgangs. Bei der anschließenden Verkostung kamen auch die Damen bei Whiskylikören und Schokolade auf ihre Kosten. Zum Abschluss gab es Kaffee und Kuchen.

Als Ostergruß verteilten wir Oster-eier-Sackerln an unsere Mitglieder, die sich über diese kleine Aufmerksamkeit sichtlich freuten und so mit mit den Betreuern in ein Gespräch kamen.

Hermine Mitter ist bereits 45 Jahre Mitglied im PVÖ, Gratulation.

Termine: Fr., 24.6., Besichtigung Kraftwerk Ybbs-Persenbeug und Fahrt zur Mohnblüte in Armschlag. 17.7., Besuch des Lehár-Theaters in

Bad Ischl – Johann-Strauss-Operette „Wiener Blut“, Karten der 1. Kategorie sind noch erhältlich.

Wir gratulieren: Franz Woiset-schläger zum 90., Michael Kust 84., Margarethe Drumm 86., Elisabeth Josing 75., Paul Medisch 83., Veronika Renke 70., Erwin Köck 75., Katharina Lak zum 75. Geburtstag.

EGGENDORF

In der Karwoche veranstalteten wir in der Taverne von Eggendorf unseren Mitgliedernachmittag. Als Überraschung gab es Ostereier. Die sportlichen Unternehmungen an einem Montag sind schon eine Selbstverständlichkeit und immer gut besucht.

Wir gratulieren: Sonja Derndorfer zum 66. Geburtstag.

ENNS

Aus den Ortsgruppen Enns und St. Florian waren Mitglieder mit

Roswitha beim Frühjahrstreffen auf Kreta. Bestens untergebracht im Grand Hotel Holiday Resort in Her-sonisos konnten wir uns täglich für die bestens organisierten Ausflüge stärken. Die fakultativen Ausflüge wurden sehr gut angenommen und so verging die Woche viel zu schnell. Elias, ein Archäologe und unser Reiseleiter, erklärte nicht nur die Sehenswürdigkeiten, sondern erzählte auch spannende Mythen um Kreta, ein kleiner Griechischkurs inklusive.

Termine: Mo., 13.6., Radausflug (gemütliche Runde). Do., 9.6., Radausflug mit E-Bike. 22.–24.6., Steiermark, Graz, Apfelstraße. Jeden Freitag, 15 Uhr Nordic Walking, Treffpunkt ASKÖ-Parkplatz.

Wir gratulieren: Edeltraud Schörk-huber zum 92., Josef Schimana 87, Peter Weissengruber 85., Maria Penz 84., Ernestine Mader 84., Elfriede Rockenschaub 83., Karl Hacker 83., Anna Gründling 83.,



DOPPL-HART: In der Whiskybrennerei Affenzeller



ENNS: Urlaub unter griechischer Sonne



HAID BEI ANSFELDEN: Bei der Würstelausgabe



HAID BEI ANSFELDEN: Die Ausschank macht Spaß



HOFKIRCHEN IM TRAUNKREIS: Helga Derntl, 80. Geburtstag



HÖRSCHING: Anna Breiteneder, 85. Geburtstag



HÖRSCHING: Gertrude Schaffhauser, 95. Geburtstag

Gerhard Harrer 82., Gertrud Gruber 82., Gerhart Lischka 82., Horst Buchberger 82., Edith Koppler 81., Erika Witzmann 81., Anni Kumar 81., Josefine Geiblinger 80., Adolf Lindenbauer 80., Veronika Szep 70., Elisabeth Hofer 70., Helga Fürholzer 65., Georg Peter Böberl 65., Adolf Ebensteiner 60. Geburtstag und Gertrude und Robert Podpeskar zur Diamantenen Hochzeit.

HAID BEI ANSFELDEN

„Frühlingserwachen“, hieß das Motto der Veranstaltung am 26. April in der Tagesheimstätte Haid. Die gute Stimmung zeigte, wie sehr sich die Menschen wieder über das Feiern in der Gemeinschaft freuten. Tanzmusik von Horst Weber und die gute Verpflegung lockten auch Gäste anderer Ortsgruppen an. Danke an Max Puttinger und Sozialreferentin Konsulentin Eva Breitenfellner für den Besuch.

Wir gratulieren: Rosmarie Atzmüller zum 80., Hermann Gatterbauer 75., Franz Jirik 82., Christine Malonga 75., Mathilde Neuböck 65. Geburtstag.

HOFKIRCHEN IM TRAUNKREIS

Tagesausflug zur Firma austrosleep nach Salzburg. Nach der Begrüßung mit anschließendem Frühstück und einem interessanten Vortrag über „Gesunden Schlaf“ fuhren wir auf den Gaisberg. Bei Kaiserwetter genossen wir das imposante Gebirgspanorama. Eine Wanderung von Hofkirchen nach Hargelsberg fand am 12. April statt. Viele sonnenhungrige, wanderfreudige Mitglieder nahmen daran teil und stärkten sich mit einer deftigen Portion Ripperln für den Rückweg. In der Karwoche besuchten die Gebietsbetreuer mit bunt gefärbten Eiern und einem liebevoll gestalte-

ten Billet unsere Mitglieder, um ein frohes Osterfest zu wünschen. Die Spielenachmittage im Gemeindezentrum waren eine beliebte Abwechslung. Am 25. Mai starteten wir mit den Spielen im Freien auf dem Sportplatz und freuen uns auf rege Teilnahme.

Termine: Mo., 13.6., 16 Uhr, Klubnachmittag im Gasthaus Pickl. 26.6., 14 Uhr, Sportplatz, Spiele-nachmittag. Mi., 29.6., 7 Uhr, Gemeindezentrum, 3-Tage-Ausflug Weinviertel/Südmähren. Mo., 4.7., 16 Uhr, Klubnachmittag im Gasthaus Pickl.

Wir gratulieren: Gisela Ganglbauer-Buchner zum 60., Helga Derntl 80., Wilhelm Stöttner 80., Siegfried Wagner 87., Rosa Kellerer 88. Geburtstag.

HÖRSCHING

Ende April ließen wir uns vom Charme des Örtchens Hallstatt

verzaubern. Die Stadtführerin führte uns durch die geschichtsträchtigen Gassen mit den einzigartigen Häusern und Kirchen und zu den schönsten Aussichtspunkten. Hier konnten wir die Schönheit dieses Fleckchens genießen, auch wenn das Wetter teilweise verrückt spielte. Eine Schiffsahrt auf dem Hallstätter See rundete den schönen Ausflug ab. Im Opaloma-Treff trafen wir uns des Öfteren zu einem bunten Nachmittag und vor Ostern wurde schon einmal das Eierpecken geprobt. Dazu gab es Musik, Brötchen, Erdäpfelkäs und für die Naschkatzen Kuchen und Apfelstrudel. Unser Geburtstagskind Anneliese Brunmayr haben wir hochleben lassen. Ein toller Nachmittag mit lieben Menschen und lustigen Geschichten von Martha Fröschl.

Wir gratulieren: Martha Fröschl zum 94., Ferdinand Würmer 90., Eva Tessling 90., Albert Schulz 89., Ernst Weitmann 89., Margarete Anderlik



HOFKIRCHEN IM TRAUNKREIS: Am Gaisberg



HOFKIRCHEN IM TRAUNKREIS: Wanderung nach Hargelsberg



HÖRSCHING: Bunter Nachmittag im Opaloma



KEMATEN-PIBERBACH: Radausflug im April



KEMATEN-PIBERBACH: Ein wunderschöner Wandertag



KRONSTORF-HARGELSBERG: Frühjahrstreffen auf der Insel Kreta

88., Elfriede Kirchmair 85., Susanne Lafleur 85., Hermine Sommerhuber 84., Maria Angerer 84., Ida Ableidinger 83., Elfriede Grabner 82., Josef Galos 81., Rosa Forinek 81., Sieglinde Brameshuber 80., Rudolf Kirchmair 80., Helmut Marschallinger 75., Josef Hinterhölzl 75., Brigitta Gugler 75., Roman Schütz 70., Rudolf Pfann 70., Mathilde Neuböck 65., Wolfgang Pichler 65., Karin Unterholzner 60., Bettina Hämerle 55., Christian Findenig 50., Sascha Moser 50., Ulrike Brückl 45., Chao Yue Chi 30. Geburtstag.

KEMATEN-PIBERBACH

Ein wunderschöner Wandertag mit der Route Hörtenthaler - Kematen - Gerersdorf - Golfplatz fand seinen Abschluss beim Wirt im Gwölb. Tagesausflug nach Salzburg zur Firma Wenatex. Vortrag zum Thema „Gesundes Schlafen“, Betriebsbesichtigung und Einkaufsmöglich-

keit. Weiterfahrt nach Bayern zum Gasthaus Rupertihof in Ainring. Nach einem Bratl in der Rein und einem unterhaltsamen Nachmittag mit dem singenden Wirt Hansi Berger ging es wieder heimwärts. Die SPV-Einzahlungen mit gemütlichem Nachmittag waren gut besucht. Am 6. April waren die Radler unterwegs. Von Kematen - Lohnwinkel - Schacherteiche - Neuhofen - Einkehr im Gasthaus Gundendorfer. Beim Wandervormittag fuhren wir mit dem Zug nach Rohr und wanderten nach Ahrmühl - Grillenberger - Neu-kematen - Kematen. Mittagessen gab es beim Gust im In-Biss. **Termine:** Fr., 24.6., 12.30 Uhr, Grillfest mit Live-Musik, Sportanlage Kematen. Sa., 25.6. Grillfest in Molln, Abf. 9.30 Uhr Parkpl. Kematen. Di., 28.6., 14-17 Uhr, SPV-Einzahlung und Kaffeetreff im ASKÖ-Stockheim. Mi., 29.6.,

Wandernachmittag (Ersatz Do., 30.6.), Abmarsch 13 Uhr Hörtenthaler - Friedhofsberg - Fischen - Neuhofen, Einkehr im Gasthaus Gundendorfer. Fr., 1.7., Grillparty am Sportplatz in Sipbachzell, Abf. Parkpl. Kematen (mit Rad 10.15 Uhr, mit Pkw 10.45 Uhr). Mo., 11.7., 14-17 Uhr, SPV-Einzahlung mit gemütlichem Nachmittag im Gasthaus Kirchenwirt. Mi., 13.7., Radvormittag (Ersatz Do., 14.7.), Abf. 10 Uhr Parkpl. Kematen: Rohr - Bad Hall - Richtung Kremsmünster - Einkehr Schupfn - Kematen.

Wir gratulieren: Franz Weingartsberger zum 88., Anna Burgstaller 88., Johann Schneebauer 87., Reinhard Hatzmann 70. Geburtstag.

KRONSTORF-HARGELSBERG

Im April besuchten wir den Mostbaron Distelberger in Amstetten. Nach dem Mittagessen besichtigten

wir das Bauernmuseum, untergebracht in 15 Räumen.

Mit Reiseleiterin Ute Reinhardt haben wir bei wunderschönem Wetter die Sehenswürdigkeiten der Insel Kreta besichtigt: die Lasithi-Hochebene, den Süden (Matala) und Westen Kretas, das Wunder von Knossos und die Insel Spinalonga. Alle waren von der bezaubernden Insel begeistert. Auch das gemütliche Beisammensein kam nicht zu kurz. Christine Weise organisierte im April die Frühlingswanderung in ihrer Heimatgemeinde Aschbach-Markt mit Besuch des Hofladens Halbmayr, den Obstplantagen der Familie Sturl und mit einer Einkehr im Gasthaus Lettner.

Unser Ripperlessen fand im Gasthaus Thalinger Hof statt.

Das Radfahren mit Manfred Steinbacher hat im April begonnen. Nordic Walking, Kegeln und die gemütlichen Nachmittage sind weitere Aktivitäten.



KRONSTORF-HARGELSBERG:
Max Hofmann, 80. Geburtstag



KRONSTORF-HARGELSBERG: Wanderung Aschbach



LANGHOLZFELD-WAGRAM: Friedrich Lamb, 80. Geburtstag



LANGHOLZFELD-WAGRAM: Blumen bei der Muttertagsfeier



LANGHOLZFELD-WAGRAM: Christine und Richard Wieshofer, „Goldene“



LANGHOLZFELD-WAGRAM: Frühjahrstreffen Insel Kreta

Termine: Sa., 25. 6., Hauptversammlung in der Josef-Heiml-Halle. Mi., 22. 6., Grillfest.

Wir gratulieren: Ida Schmidbauer zum 93., Elfriede Pöchlauer 90., Alois Huber 86., Wilhelm Freynhofer 87., Margarete Schneider 84., Barbara Jockl 83., Maria Rupaner 82., Adolf Enser 81., Heidemarie Schrenk 80., Karl Panhuber 75., Erika Zimmerhansl 75., Renate Dieser 70., Heinz Noel 70., Theresia Weber 70., Alois Weise 70., Josef Angerer 65., Rosa Dangl 60. Geburtstag sowie Gertrude und Josef Hermann zur Goldenen Hochzeit.

LANGHOLZFELD-WAGRAM

Mitte April ging die Fahrt quer durchs Land der Mostbirnbäume in die Wachau zum Stift Melk mit Führung. Am Nachmittag besichtigten wir die Destillerie Bailoni mit Verkostung. „Jasas und Kalimera“ auf Kreta – eine erlebnisreiche, mit vielen

Eindrücken und heiteren Augenblicken gefüllte Woche erlebte unsere Reisegruppe beim Frühjahrstreffen von SeniorenenReisen.

Das Duo „miasanmia“ hat uns mit einem stimmigen Programm durch die Muttertagsfeier geführt. Wir wünschen unseren Mitgliedern und Freunden eine vergnügliche und erholsame Sommerzeit.

Termine: 24. 7. Thurytal und Brauerei Freistadt. Geher- und Nordic-Walking-Gruppe: Do., 9–10 Uhr, Treffpunkt VS Langholzfeld.

Wir gratulieren: Elfriede Wagner zum 86., Gertraud Sponner 81., Georg Ettl 80., Christine Wieshofer 70., Edith Pühretmair 70., Ingrid Gindlhummer 65. Geburtstag.

LEONDING

Eine tolle Wanderung starteten wir in Linz, Rudolfstraße und wanderten bis St. Magdalena, wo wir beim Heurigen einkehrten. Mit der Stra-

ßenbahn ging es wieder zurück. Alle waren sich einig, so eine Wanderung sollte man öfter machen.

Termine: 15. 6., Kaprun. 14. 7., Kutschenmuseum und Schiederweiher.

Wir gratulieren: Irmgard Füreder zum 83., Elisabeth Pichler 84., Walter Gladitsch 81., Elfriede Klimesch 85., Kurt Wegscheider 82., Helga Stipanitz 83., Elfriede Schlederer 89., Elfriede Schwarz 88., Leopold Daniel 83., Hedwig Görlich 82. Geburtstag.

NETTINGSDORF

Am Gründonnerstag wanderten wir durch das Gemeindegebiet Ansfelden. Ausgangspunkt war die Tagesheimstätte in Nettingsdorf, wo wir uns nach der Wanderung mit Würsteln und einem erfrischenden Getränk stärkten. Termine und Ausflüge werden von Vors. Erika Krist rechtzeitig bekanntgegeben.

Wir gratulieren: Anna Poscher zum 82., Brigitte Hudsky 75., Elfriede Steininger 81., Rosa Kirschner 89., Siegfried Heidlmeir 80., Willibald Schatzdorfer 80. Geburtstag.

NEUHOFEN-ALLHAMING

Der April war für unsere sportlichen Mitglieder wetterbedingt sehr schön, denn bei herrlichem Sonnenschein zu wandern und zu radeln ist einfach Motivation pur. Die Wanderer absolvierten den Herndleck-Rundweg in Ternberg. Auf 1.080 Metern Höhe durfte der wohlverdiente Gipfelschluck nicht fehlen, dann ging es wieder talwärts zum Ausgangspunkt. Der Abschluss war beim Sternwirt. Die Radfahrer radelten von Neuhofen über St. Florian, Bad Hall und zurück nach Neuhofen. Nach ca. 60 Kilometern hatten sie sich eine zünftige Mahlzeit verdient. Die Turner und Turnerinnen mit Vorturnerin Roswitha trainieren und



LEONDING: Irene Solimann, 80. Geburtstag



LEONDING: Unsere Reisegruppe auf Kreta



LEONDING: Waltraud und Adolf Preining, Diamantene Hochzeit



NEUHOFEN-ALLHAMING Wanderung Herndleck



NEUHOFEN-ALLHAMING: Die Turngruppe mit Roswitha



OEDT: Erika Geisberger,
60. Geburtstag

üben jede Woche für ihre gute Haltung, damit unsere Generation immer mit guter Haltung unterwegs ist. Unsere Monatstreffen jeden zweiten Mittwoch im Monat werden gut angenommen.

Wir gratulieren: Christine Umgeher zum 81., Leopoldine Riedl 82., Leopold Hackl 83., Wilhelm Koppenberger 84., Franz Josef Sturmberger 87., Hildegard Thaller 87., Karl Sixt 75., Elfriede Pühringer 80., Christine Pruckner 80., Otto Laskowski 82., Anna Prohaska 87., Josefine Leopoldseder 90. Geburtstag.

NIEDERNEUKIRCHEN

Ein großer Erfolg war die Reise nach Kreta für die Ortsgruppen Niederneukirchen, St. Marien und Hofkirchen im Traunkreis mit Reisebetreuerin Roswitha Haslehner. Vom Flughafen Hörsching erreichten wir in gut zwei Stunden Heraklion und anschließend unser Top-Hotel

Cactus Royal. Die Woche war gefüllt mit Sehenswürdigkeiten. Das Wunder von Knossos – die großartigen Ausgrabungen, der Süden Kretas mit dem Kloster Kaliaviani, die prachtvolle Pflanzenwelt, Matala mit den prähistorischen Höhlen, die in den Sechzigern und Siebzigern unzählige Hippies anlockten, Weinbau und Töpferkunst in der Region um Heraklion, die Insel Spinalonga, auf die bis 1953 Leprakranke gebracht wurden, und die Hochebene der Windmühlen mit dem Blick auf verschneite Bergspitzen. Kreta ist immer eine Reise wert, vor allem mit SeniorenenReisen. Deutschsprachige Reiseführer, Betreuung durch medizinisches Personal und die perfekte Organisation machten die Reise zu einem unvergesslichen Erlebnis.

Termine: 15. 6., 29. 6., Wanderungen.
Wir gratulieren: Edeltrud Schwarzmaier zum 83., Franz Haider 83., Maria Ott 82., Josef Schindler 80.,

Johann Hager 80., Johann Kapl 60., Kurt Ebner 60., Ing. Johann Perner zum 60. Geburtstag.

OEDT

Die Reise nach Portorož in Slowenien wurde in Kooperation mit Tom Reisen durchgeführt. Das Bordservice und der Willkommenstrunk kamen bei den Mitreisenden gut an. Wir hatten freien Eintritt ins Kasino, genossen das Meerwasser und die schöne Umgebung. Auch die Toskanareise war ein wunderbares Erlebnis. Wir besichtigten Florenz, La Spezia und Volterra, wo wir eine Alabasterfabrik besuchten. Wir kamen auch in den Genuss einer Schokoladenverkostung. Das Wetter war angenehm, die Städte beeindruckend und die Landschaft bezaubernd.

Am 7. April feierten wir (Ausschuss und Chor) bei vollem Haus im Seniorentreff Oedt den 60. Geburtstag

von Vors. Erika Geisberger. Bei guter Stimmung genossen wir Gulaschsuppe und Kuchen, selbst gebacken von Erika.

Termine: 18.-20.6., Fahrt ins Zillertal. Besichtigung der Krimmler Wasserfälle. Die Fahrt ist bereits ausgebucht. So., 7.8., Sommerfest auf dem Freigelände des Pfarrsaals Oedt, bei Schlechtwetter im Saal.

Wir gratulieren: Erika Adelsmayr zum 70., Monika Duffek 65., Stefan Edermayr 81., Marianne Gondosch 83., Rosemarie Igmann 86., Eleonora Kapeller 91., Katharina Kirchner 83., Hermine Klemp 83., Franz Missbauer 83., Theresia Paschinger 83., Fritz Piringer 81., Waltraud Puck 70., Werner Sauer 82., Magdalena Wolf 81. Geburtstag.

OFTERING

Mitte April fand die traditionelle Frühlingswanderung statt. Wir rechneten nicht damit, dass im



NIEDERNEUKIRCHEN: TeilnehmerInnen beim Frühjahrstreffen auf Kreta



OEDT: Gisela und Peter Eichinger,
Diamantene Hochzeit



OFTERING: Frühlingswanderung



OFTERING: Stadtrundgang Bad Leonfelden

PUCKING: Ostereierpecken beim Klubnachmittag

ST. FLORIAN: Kegelmeisterschaft

Mühlviertel um diese Jahreszeit die Wege noch teilweise mit Schnee bedeckt sind, sodass wir die Wanderung von Zwettl an der Rodl nach Bad Leonfelden von den geplanten Wanderwegen auf relativ unbefahrene Straßen verlegen mussten. Jene Mitglieder, die nicht mehr so gut gehen können, besichtigten mit einem Guide die Stadt Bad Leonfelden. Nach dem Mittagessen stand eine Betriebsbesichtigung der Bergkräutergartenossenschaft in Hirschbach auf dem Programm.

Termin: 15.6., Fahrt ins Blaue.

Wir gratulieren: Margareta Ehmeir zum 88., Karoline Zobel 87., Alfred Gass 87., Monika Lindenbauer 82., Alfred Schmidt 82. Geburtstag.

PASCHING

Wir haben heuer wieder bunte Eier mit Osterwünschen verpackt und an die Mitglieder verteilt. Wir hoffen, damit eine Freude bereitet zu haben

und wünschen allen Gesundheit in dieser nicht leichten Zeit.

Termin: Mi., 21.9., Fahrt zur Fa. Megaflex mit anschließender Fahrt zum Schiederweiher.

Wir gratulieren: Margarethe Walter 94., Maria Stiermayr 94., Erwin Brunhuber 92., Rudolfine Koll 91., Maria Kern 91., Friederika Wimmer 86., Horst Schachinger 83., Lotte Kaar 82., Franz Baumgarthuber 80., Waltraud Zahn 70., Walter Lehner 65. Geburtstag.

PUCKING

Anlässlich des Klubnachmittags am 7. April fand in geselliger Runde das Ostereierpecken statt. Im Gasthaus Mayr wurde beim „Tanz in den Frühling“ fröhlich gefeiert und getanzt.

Termin: Mi., 8.6., Tagesausflug Garten der Geheimnisse + Rosarium + Mostheuriger

Wir gratulieren: Hermann Pichler zum 81., Elisabeth Reischl 75.,

Brigitte Dautovic 65., Marie Luise Hütteneder 70., Aloisia Krump 82., Maria Pichler 95., Franz Koller 75., Edmund Neumüller 80., Katharina Barth 81., Hedwig Loy 82. Geburtstag.

ST. FLORIAN

Ausflug nach Salzburg zur Firma austrosleep: Nach einem äußerst interessanten Vortrag über gesundes Schlafen genossen wir bei herrlichem Wetter das beeindruckende Panorama auf der Gaisbergspitze. Bei der Jahreshauptversammlung dachten wir an unseren lieben Sepp. Langjährige Verbandsmitglieder wurden geehrt und wichtige Hinweise für Prävention im Alltag, bezüglich betrügerischer Anrufe und E-Mails, schilderte Ing. Anton Wachsenegger. Landespräsident Konsulent Heinz Hillinger betonte die Wichtigkeit des PVÖ als Vertreter für die Anliegen der älteren Generation.

Eine Gruppe war beim Frühjahrstreffen in Kreta mit dabei. Endlich wieder gemeinsam reisen, Kultur, Sonne, Strand und Meer genießen.

Wir gratulieren: Renate Mitterlehner zum 65., Anna Hahn 80., Gerlinde Krentl-Mitterbauer 80., Helga Lehner 80., Aloisia Seiberl 80., Josef Feichtl 82., Maria Brunnbauer 83., Rosa Hofstätter 96., Maria Waldboth 88., Charlotte Schmidinger 91., Johann Pröll 82., Helmut Lehner 82. Geburtstag.

ST. MARIEN

Einige Mitglieder haben beim Frühjahrstreffen auf Kreta teilgenommen. Tolle Ausflüge standen auf dem Programm: Knossos – zu den Ausgrabungsstätten, der Strand von Matala, mit den in weichen Sandstein gegrabenen Wohnhöhlen, bekannt durch die Hippies in den 1960er Jahren. Unser Hotel Cactus Royal kann man nur



PUCKING: Maria Karst 90., Johann Karst 91. Geburtstag



ST. FLORIAN: Ausflug zur Firma austrosleep



ST. MARIEN: Frühjahrstreffen auf Kreta



ST. MARIEN: Stadtbesichtigung Schärding

weiterempfehlen, das Essen und die Unterbringung waren fantastisch. Die Ausflüge waren perfekt organisiert und Roswitha Haslehner von der OG Niederneukirchen war eine sehr umsichtige, fürsorgliche Reiseleiterin.

Unser Tagesausflug führte uns ins Innviertel. In der schönen, alten Barockstadt Schärding machten wir einen geführten, interessan-

ten Rundgang. Zum Mittagessen fuhren wir nach Brunnenthal zum bekannten Stelzenwirt. Anschließend hatten wir noch Zeit, die wunderschöne Wallfahrtskirche in Brunnenthal zu besichtigen.

Wir gratulieren: Adolf Knoll zum 84., Maria Mayr 82., Siegmund Ackerl 81., Werner Goll 70., Erich Minichberger 70., Alois Gruber 65. Geburtstag.

WIR TRAUERN IM BEZIRK

Alkoven: Karoline Saler 84, Auguste Tischberger 81.

Asten: Herbert Pichler 90, Margarethe Raml 83, Franz Stöckl 86, Anna Stöger 92.

Doppl-Hart: Rudolf Schuhmayer 87.

Enns: Roswitha Achleitner 63.

Kematen-Piberbach: Günther Grabinger 67.

Langholzfeld-Wagram: Vinka Maslac 77, Agathe Lafleur 83.

Oedt: Michael Sinn 84.

Pasching: Josef Hajny 98, Herta Schwarzbauer 87, Franz Gomboc 77.

Pucking: Christine Mager 91.

St. Florian: Barbara Gaisböck 80.

St. Martin bei Traun: Herbert Damair 81, Alois Reichhard 86, Karl Kroiss 81.



ST. MARTIN BEI TRAUN: Beim Heurigen

ST. MARTIN BEI TRAUN

Heuer verbrachten wir unsere Gesundheitstage zum ersten Mal im Quellenhotel in Bad Waltersdorf. Wir genossen das warme Wasser in der öffentlichen Therme oder in der Quellenoase des Hotels. Einige machten bei der Wassergymnastik mit oder ließen sich im Wassersprudelbecken massieren. Auch die Saunafans kamen nicht zu kurz. Das Ambiente des Hotels ist sehr schön. Eine Gruppe nahm bei einer Weinverkostung teil, andere wanderten zum Lavendelgut, um dort fleißig einzukaufen. Am Heimreisetag verwöhnten wir uns mit einem

steirischen Backhendl bei einem Heurigen. Leider vergingen die Tage viel zu schnell, wir freuen uns schon auf nächstes Jahr.

Termin: Mi., 13. 7., Abf. 8 Uhr, Steinplatte-Waidring.

Wir gratulieren: Beatrix Soder zum 60., Horst Rieger 65., Siegfried Heidlmeir 80., Günter Steindl 80., Rosa Forinek 81., Gertrude Rigler 81., Rupert Lengauer 84., Ernestine Pollak 84., Ernst Sigmund 84., Eva Sutter 84., Inge Seifried 86., Friedrich Jahn 90. Geburtstag sowie Mathilde und Johann Weinberger und Renate und Helmut Weixlbauer zur Diamantenen Hochzeit.

DEM GLÜCK
EINE CHANCE
GEBEN

 österreichische LOTTERIEN DER PARTNER DER SENIORENHILFE

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



ST. MARTIN BEI TRAUN: Gesundheitstage in Bad Waltersdorf



BUCHTIPP

Fräulein Vilma und ihr Josef

Lebenswelten aus zwei Jahrhunderten –

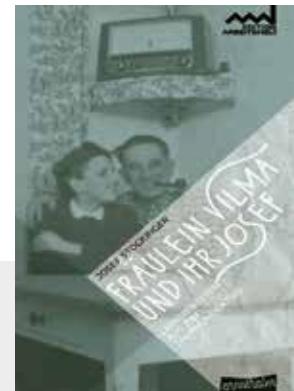
Josef Stockinger verknüpft in diesem Buch die Geschichte seiner Eltern mit den Geschicken Steyrs.

Achtzehn Briefe von den Fronten des Zweiten Weltkriegs sowie ein Briefwechsel zwischen Vilma und Josef aus der unmittelbaren Nachkriegszeit werden zum Ausgangspunkt für persönliche Lebensgeschichten, eingebettet in sozialgeschichtliche Darstellungen und Interpretationen. Themen der „Ahnenforschung und biografischen Herkunft“, eine „Minatur von Steyr“ in der Zwischenkriegszeit und die Schilderung des „Kosmos von Groß-Wien“

in der Zeit der NS-Diktatur verbinden sich mit Berichten zur materiellen Not des Alltags, der Darstellung einer Nachkriegsromanze, damaliger Literatur- und Musikwelten, Fragen zu Weltanschauung und der Charaktereinschätzung des Vaters. „Das Besondere an Josef Stockingers Werken ist nicht nur, dass er tief in den Fluss der Geschichte eintaucht, sondern dass er uns dabei mitnimmt und wir somit Teil seiner Forschungsrei- se werden dürfen.“

AUTOR

Josef Stockinger, 1961 in Steyr geboren, promovierter Historiker und Politologe. Seit 1988 ist er in der Aus- und Weiterbildung sowie in der beruflichen Rehabilitation von Menschen mit Behinderung tätig. Sein Sammelband „Zeit die prägt“ zählt zu einem der wichtigsten sozialwissenschaftlichen und zeitgeschichtlichen Sammlungen über die Entwicklung Steyrs und der Region. Gründungsmitglied des Mauthausen Komitees Steyr. Jüngster Sohn von Vilma und Josef.



FRÄULEIN VILMA UND IHR JOSEF, 224 Seiten, 28 Euro
Verlag Ennsthaler, ISBN 978-3-7095-0152-8. Mit persönlicher Widmung auch beim Autor erhältlich: josef.stockinger@liwest.at

115

Jahre Neuroth
Jahre Vorteile

**Wir feiern unseren 115.
Geburtstag – und Sie
bekommen die Geschenke!**

Sichern Sie sich Ihren Jubiläums-
rabatt auf alle Hörgeräte und
sparen Sie so bis zu 230 Euro.



QR-Code
scannen und
Termin online
buchern

**Jetzt Termin
vereinbaren unter
Service-Hotline:
00800 8001 8001**

Neuroth:
22 x in Oberösterreich
Vertragspartner aller
Krankenkassen

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

neuroth.com

NEUROTH
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN



Jetzt
buchen!
bei SeniorenReisen
Tel. 0732/66 79 51



Herbsttreffen Istrien

Rovinj, Opatija, Pula, Rabac, Insel Brijuni

Istrien, die größte und bekannteste Halbinsel der Adria, liegt südlich der Alpen, zwischen dem Golf von Triest und der Kvarner-Bucht umgeben von tiefblauem Meer. Kleine Inseln, fruchtbare, bis ans Meer reichende Felder und wunderschöne Sonnenuntergänge begeistern im Westen, während im östlichen Teil eine steile, oft sogar unzugängliche Felsküste fasziniert. Olivenöl, Trüffel und guter Wein sowie Fleisch und Fischgerichte gehören zu den Klassikern dieser fruchtbaren Ecke.

Ihr Urlaubsort Rabac liegt in der malerischen Bucht an der Ostküste Istriens und besticht mit seiner landschaftlichen Schönheit und dem herrlichen Blick auf die Kvarner-Inseln. Besonders einladend sind die langen, von duftender mediterraner Vegetation umgebenen Spazierwege und die attraktiven Strände mit dem weißen Naturkies und dem kristallklaren Meer. Von hier aus bieten sich viele interessante Ausflüge an. Erleben Sie Land und Leute aus einem anderen Blickwinkel, entdecken Sie die malerischen mittelalterlichen Städte und Dörfer, werden Sie Zeuge der prachtvollen Baudenkmäler, kommen Sie zum Hochgenuss der istrische Küche. Sie werden begeistert sein, welche Höhepunkte in dieser Woche auf Sie warten.

Geplante Zusatzausflüge

Pula, Motovun, Fasana & Brijuni, Groznjan

Die Beschreibungen und Preise erhalten Sie ca. vier Wochen vor Ihrer Abreise.

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
- An- und Abreisetag: Sonntag

Inkludierte Leistungen

- * An- und Abreise mit modernen Reisebussen
- * 7 Nächtigungen in gehobenen 4*-Hotels im Raum Rabac
- * alle Zimmer mit Bad/WC, Sat-TV, Telefon, Klimaanlage, Kühlschrank
- * Inklusive Kurtaxe und lokale Abgaben
- * Vollpension (Abendessen am Anreisetag und Frühstück am Abreisetag)
- * 1 Ganztagesausflug: Rovinj & Schifffahrt Ljimford (ohne Mittagessen)
- * 1 Ganztagesausflug: Opatija
- * Deutschsprachige ReiseführerInnen während der Ausflüge
- * Betreuung im Hotel
- * Alle Eintritte während der Ausflüge
- * Medizinische Betreuung durch ein deutschsprachiges Ärzteteam
- * Umfassendes Versicherungspaket von SeniorenReisen

Nicht inkludiert sind:

- * Trinkgelder und persönliche Ausgaben
- * Mittagessen beim Ausflugstag „Rovinj & Schifffahrt Ljimford“
- * Fakultative Ausflüge

Preise

Pauschalpreis p. P. im Doppelzimmer: € 839,-

Einzelzimmerzuschlag

(Doppelzimmer zur Alleinbenützung): € 189,-

Nichtmitgliederzuschlag:

€ 50,-





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



PVÖ-GENERALSEKRETÄR

Andreas Wohlmuth

GESAGT – GETAN

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 tritt 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



150 Euro Energiekosten-Ausgleich für Österreichs Haushalte: Aber wer hat überhaupt Anspruch? Und wie kommen Sie an Ihre Gutschrift?



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.“



„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

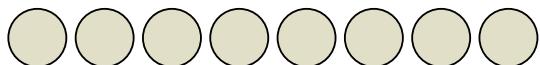
Rezeptfrei: In Ihrer Apotheke

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 monate-langer – 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

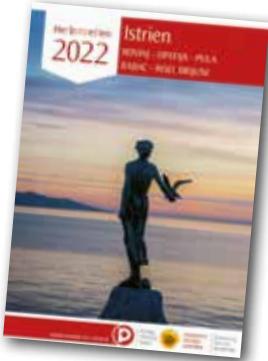
Was können die Gäste der großen Treffen dazu beitragen?

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.

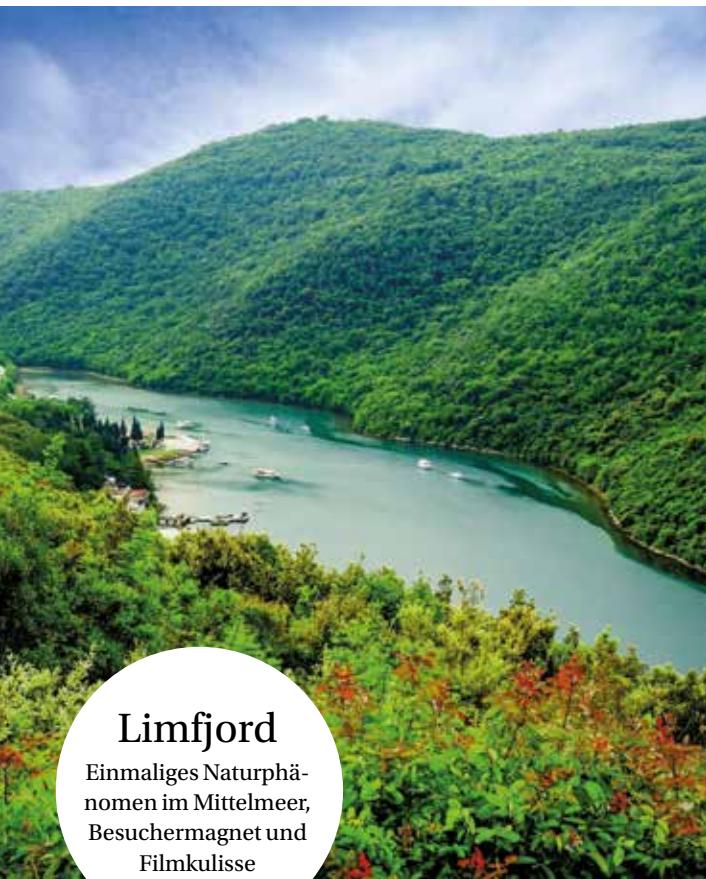
Mit dem Festland verbunden wurde Rovinj unter der seit dem 12. Jahrhundert andauernden venezianischen Herrschaft erst im 18. Jahrhundert. Das war auch eine der letzten Taten der Venezianer, denn 1797 kam die Gegend unter die Herrschaft Österreichs. Vorerst allerdings nur für wenige Jahre – denn schon 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“)!



**ERMÄSSIGUNG
FÜR PVÖ-MITGLIEDER**

**GEWINNEN SIE
3x2 FREIKARTEN!**

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“)!

Die PVÖ-Wanderwelt

Premium-Wanderjacke

Sportliche Softshell-Funktionsjacke, winddicht, wasserabweisend und atmungsaktiv. Verstellbare Ärmelbündchen, Reflektorpaspeln an Ärmeln und Rücken und eine abnehmbare Kapuze.

Kragen mit Fleecefutter.
Größen: S–XXXL

€ 99,-



Baumwoll-Polo

Kurzarm, in Piqué-Qualität, einlaufvorbehandelt. Kragen und Ärmelabschluss aus 1-x-1-Ripp-Strick.

€ 17,-



Premium Rucksack

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

€ 46,-



Premium-Funktionsshirt, unisex

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

€ 26,-

Jetzt rasch bestellen!

**Bestellungen ganz einfach mit diesem Kupon an:
Pensionistenverband Österreichs, 1180 Wien, Gentzgasse 129
Oder per Mail an: angela.dobritzhofer@pvoe.at**

Alle Preise zuzüglich Porto- und Versandkosten (variabel je nach Stückbestellung und Gewicht)

Ja, ich bestelle

Rucksack ____ Stück

Premium-Wanderjacke S:____, M:____, L:____, XL:____, XXL:____,
XXXL:____ Stk.

Baumwoll-Polo S:____, M:____, L:____, XL:____, 2XL:____, 3XL:____ Stück

Funktionsshirt S:____, M:____, L:____, XL:____, 2XL:____ Stück

Unterschrift: _____

Wenn unzustellbar, Retouren an Postfach 100, 1350 Wien



UG – Unsere Generation

Gentzgasse 129, 1180 Wien

E-Mail: redaktion@pvoe.at

Internet: pvoe.at

Österreichische Post AG

Zulassungsnummer: MZ 02Z032701M

DVR-Nr: 0047040

Ausgabe: Juni 2022