

# UG

## UNSERE GENERATION

ÖSTERREICH'S GRÖSSTES SENIOREN MAGAZIN



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

# Mehr vom Leben

**Schmerz lass nach!** Schmerzpatienten gewinnen mit der richtigen Therapie wieder mehr Lebensqualität. UG – *Unsere Generation* sprach mit Expert\*innen. PLUS: Tipps für Betroffene.

FOTO: ISTOCK BY GETTY IMAGES



# 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!



**Hervis**  
SPORTS

**€ 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](http://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](http://www.adlermode.at)



**Wein, Kultur, Uhren & Schmuck**

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

Im größten Weingut Kärntens 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](http://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](http://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](http://www.metro.at)

RONACHER



CATS

**25 %**

**ERMÄSSIGUNG FÜR  
PVÖ-MITGLIEDER\*\*\***

auf Eintrittskarten für  
„Cats“ oder „Miss Saigon“

**Buchung:**

Online über [pvoe.musicalvienna.at](http://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](http://www.musicalvienna.at)

DIE BEWEGENDSTE  
LIEBESGESCHICHTE UNSERER ZEIT



MISS  
Saigon

RAIMUND THEATER

**NEUROTH**  
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN



**€ 110,- Rabatt**  
**FÜR PVÖ-MITGLIEDER\*\*\*\***  
bei Hörgeräte-Neukauf auf die Zuzahlung

Erleben Sie die Vorzüge der neuesten Hörgeräte von Neuroth: besseres Sprachverstehen, neueste 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](http://www.neuroth.com)

\*\*\* Buchbar bis Ende Laufzeit im Juni. Gültig für alle buchbaren Vorstellungen. Max. 4 Karten/Person (Kategorie A-D).

\*\*\*\* Gültig bis 31.12.2022. Keine Barauszahlung, Rechtsweg ausgeschlossen. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar.

YOUR LIFE. YOUR DECISION.

spermidine<sup>LIFE</sup><sup>®</sup>  
Memory+

# Vergesslich?

JETZT  
-20%  
SPAREN

01.05.-30.06.2022



Herd  
abschalten!

Mit **spermidineLIFE<sup>®</sup> Memory+** nichts mehr vergessen.\*

Erneuert die Gehirnzellen und bewahrt die **Gedächtnisleistung**.<sup>1</sup>



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 DUJMIC

## Unsere Geduld hat Grenzen

**D**er verabscheuenswürdige Überfallskrieg Putins in der Ukraine hat die Welt – zusätzlich zur Corona-Pandemie – in Turbulenzen gebracht. Nahezu alle Preise sind stark gestiegen. Nicht nur für Energie, dort jedoch besonders dramatisch. Die Folge waren und sind Preissteigerungen auch in anderen Sparten, weil Herstellung, Transport, Verpackung etc. teurer gewordener Energie bedürfen und damit eine Preissteigerungsspirale in Gang gesetzt wurde. Dazu kommen nach wie vor global bestehende Lieferengpässe und ein zunehmend problematischer Facharbeitermangel.

### 50 EURO NETTO MEHR

Die Bekämpfung der Teuerung ist momentan vordringlich. Der Pensionistenverband hat der Regierung einen klaren Vorschlag gemacht: Die (ohnehin durchzuführende) Pensionsanpassung 2023 soll um ein halbes Jahr vorgezogen werden. Die Pensionen sollen so bereits ab 1. Juli 2022 angehoben werden. Zusätzliche 5 Prozent brächten bei einer 1.300-Euro-Pension 50 Euro netto mehr im Monat.

Aber: Die Regierung zaudert und zögert nur. Und: Der von der Regierung viel gepriesene 150-Euro-Energiebonus hat einen Haken: Er kann erst mit der nächsten Jahresabrechnung des jeweiligen Energieversorgungsunternehmens eingelöst werden. Wer also heuer seine Jahresabrechnung schon bekommen hat, muss aufs nächste Jahr warten. Rasche Hilfe schaut anders aus ...

### SPÜRBAR UND RASCH

Der Pensionistenverband lässt sich nicht weiter vertrösten. Auch unsere Geduld hat Grenzen. Wir brauchen spürbare

und rasche Maßnahmen, um die Teuerung, die die Pensionist\*innen Tag für Tag in ihren Geldbörsen spüren, einigermaßen zu lindern.

### ALTERSDISKRIMINIERUNG

Auch ist unsere Geduld mit den Banken am Ende. Unsere Kampagne gegen altersdiskriminierende Geschäftspraktiken hat gezeigt, dass Banken und Versicherungen in großem Stil ihre langjährigen Kunden ab 70 bzw. 75 Jahre schändlich schlecht behandeln: Da werden plötzlich keine Kredite mehr gewährt, Leistungen gekürzt, Prämien erhöht. Unser Protest zeigt Wirkung. Einige dieser Praktiken sollen auf Druck des Pensionistenverbandes bald nicht mehr möglich sein (Details dazu auf den Seiten 14 und 15).

### PVÖ ERBLÜHT

Positiv ist auch, dass unser Vereinsleben wieder beginnt, voll zu erblühen! Viele Veranstaltungen werden nachgeholt und die Wiedersehensfreude nach den langen Corona-Einschränkungen ist groß. Wir bleiben dennoch rücksichtsvoll, und das mit großem Erfolg, wie unsere Frühjahrstreffen-Reisen zeigen. Seien Sie wieder dabei bei den vielfältigen Aktivitäten „Ihres“ Pensionistenverbandes und nehmen Sie gleich auch Ihre Freunde mit!

Ihr

Dr. Peter Kostelka, Präsident  
des Pensionistenverbandes Österreichs

**Liebe Leserinnen und Leser!** Diese Ausgabe ging ab 4.5.2022 in den Versand. Die Post ist verpflichtet, Monatszeitschriften innerhalb von 5 Tagen (ausgenommen Sa. u. So.) 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](http://pvoe.at) abrufbar. **Die nächste Ausgabe erscheint Mitte Juni 2022.**

**Neu!**

Wien – München  
in nur 3:47 h,  
bis zu 4 Mal  
täglich.

# Aktiv durchs Leben, preiswert ans Ziel!

Unser WESTaktivpreis:

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

**WESTaktivpreis**

**Wien – München**

**€ 39,99\***

**Da steig ich ein.**

Gleich Tickets buchen auf [westbahn.at](https://westbahn.at)  
Der WESTaktivpreis ist online, in WESTshops  
und in teilnehmenden Trafiken erhältlich.

\*Das Ticket gilt nur am von Ihnen gewählten Tag. Falls sich Ihr Reiseplan ändert, können Sie das Ticket bis einen Tag vor dem Reisetag kostenfrei stornieren. Bitte zeigen Sie bei der Ticketkontrolle im Zug einen gültigen Lichtbildausweis vor. Datenstand April 2022. Alle Informationen unter [westbahn.at](https://westbahn.at). ©WESTbahn Management GmbH.







## Die ältesten Anfeurer der Welt

### Akrobatische Glücksbringer.

Die 89-jährige Fumie Takino hat vor 25 Jahren „Japan Pom Pom“ gegründet, eine Cheerleadergruppe, deren Mitglieder im Durchschnitt 72 Jahre alt sind. In einer der am schnellsten alternden Bevölkerungen der Welt brechen diese Japanerinnen mit falschen Erwartungen ans Älterwerden: mit Energie und viel Lebensfreude!

# welt

unsere

NEUKEITEN MENSCH MITTELPUNKT



Ron Wood, Mick Jagger und Keith Richards kommen am 15. Juli auf ihrer „Sixty-Tour“ auch nach Österreich!



## 60 Jahre als Götter des Rock

**The Rolling Stones.** Es ist die erste Tour ohne den leider im Vorjahr verstorbenen Schlagzeuger Charlie Watts, die die legendäre britische Rockband durch 14 Länder führt. Und gleichzeitig ein großes Jubiläum: Im Juli 1962 hatten die Stones ihren ersten Auftritt. Seitdem hat die Band die Musikwelt geprägt wie kaum eine andere – und sie rockt im besten Sinne immer noch die Bühnen der Welt. Auf ihrer „Sixty-Tour“ kommen die Rocklegenden auch nach Österreich: 15.7.2022, Wien, Ernst-Happel-Stadion, 18.30 Uhr, Karten unter Tel.: 0900/94 96 096 und auf [www.oeticket.com](http://www.oeticket.com). Einer, der sich schon auf die Tour der Stones freut, ist selbst ein Star und feiert am 10. Mai seinen 70er: Roland Kaiser. „Ich bin ja ein ewiger Stones-Fan. Mick Jagger ist so eine Naturgewalt. Wirklich irre der Typ!“



## Doppelgänger berühmter Gemälde

**Double-Spaß.** Für die Produktion eines Jahreskalenders stellten sich Bewohner\*innen eines Seniorenheims in Oxford zur Verfügung, um Figuren berühmter Gemälde nachzustellen. Das Ergebnis, das von einer Bewohnerin fotografiert und zusammengestellt wurde, ist verblüffend. Meisterwerke von Frida Kahlo, Modigliani oder Grant Wood „erwachten so zu neuem Leben“. Für die Teilnehmer\*innen ein unvergessliches Erlebnis.



## Handyfrei in der Vollpension

In den Vollpension-Generationencafés backen und servieren Omas und Opas die besten Mehlspeisen für Gäste aus aller Welt. Neu ist, dass man lautlos geschaltete Handys in einen speziellen Tresor am Tisch einsperren kann. So widmet man sich vollkommen ungestört seinem Gegenüber und genießt die Zeit in der Vollpension. Mit der ersten Online-Oma-Backschule der Welt (mit Lehrer\*innen aus aller Welt) und der Integration von älteren ukrainischen Flüchtlingen, die ihre Backkünste einbringen wollen, setzt das Wiener Sozialunternehmen weitere Schritte im Kampf gegen Altersarmut und Vereinsamung.

Ob akute Verletzung  
oder chronischer Dauer-  
zustand: Bei Schmerzen  
leiden Körper und Seele.

# Mehr vom Leben trotz Schmerzen

Schmerzpatienten gewinnen mit der richtigen Therapie wieder mehr Lebensqualität. UG – Unsere Generation sprach mit Expert\*innen über neueste Entwicklungen. PLUS: Tipps für Betroffene.

**S**ie machen für Betroffene oft einen normalen Ablauf im Lebensalltag unmöglich: Schmerzen. Gleichgültig, ob das „nur“ ein Akutmoment durch eine Verletzung ist, die man in einiger Zeit wieder in den Griff bekommt, oder ein fortwährender Zustand wie bei chronischen Schmerzen.

## IM ALTER SIND SCHMERZEN HÄUFIGER

Je älter wir werden, umso häufiger bestehen mehrere Erkrankungen. Schmerzen des Bewegungsapparats, z. B. Arthrose, nehmen zu, chronische Schmerzen werden häufiger. „Oft sprechen ältere Menschen ihre Schmerzen gar nicht an. Sie sind der

Ansicht, ihre gesundheitlichen Probleme seien im Alter unvermeidlich. Schmerzen sind aber kein unbehandelbares Schicksal, auch im hohen Alter nicht. Es gibt viele Möglichkeiten, um den Betroffenen zu helfen – selbst dann, wenn sie ihre Beschwerden nicht mehr selbst artikulieren können“, unterstreicht Prim. Univ.-Prof. Dr. Rudolf Likar, MSc, Generalsekretär der Österreichischen Schmerzgesellschaft (ÖSG).

Betroffene sollten daher behandelnde Ärzte über ihr Leiden genau informieren. Schmerzmedikamente müssen sorgfältig mit anderen Medikamenten abgestimmt werden. Auch auf die entsprechende Dosis ist zu achten, denn der veränderte

Stoffwechsel im Alter erhöht das Risiko von Nebenwirkungen wie Benommenheit oder Gleichgewichtsstörungen.

## DIE PSYCHE LEIDET MIT

Bei Akutschmerzen steht bei vielen die Angst im Vordergrund: Geht der Schmerz wieder weg und wie geht es dann weiter? Wer unter chronischen Schmerzen leidet, resigniert eher, zieht sich zurück und wird depressiv. Das ist nichts, wofür man sich schämen muss. Kurzfristig kann man hier mit sogenannten Co-Analgetika helfen, begleitenden Schmerzmitteln, zu denen auch bestimmte Antidepressiva zählen. Im Patientengespräch sollte klar aufgezeigt werden, dass chronischer Schmerz Veränderungen hervorrufen kann, z. B. im Rückenmark, im Gehirn oder in der Form der Schmerzverarbeitung.

Die Psyche bei Schmerzen unterstützen können auch Entspannungstechniken (progressive Muskelentspannung, Meditation, Mentaltraining) sowie Hilfen zur Schmerzbewältigung (Schmerztagebuch führen, Therapie ...). Die Aufmerksamkeit wird dabei gezielt vom Schmerz abgezogen und auf positive Erlebnisse gerichtet, um die Lebensqualität zu verbessern.



Nordic Walking trainiert 90 % der Muskulatur und entlastet den Bewegungsapparat um 30 %.



Radfahren kräftigt die Rückenmuskulatur, stabilisiert die Wirbelsäule und „schmiert“ die Gelenke.



## Online-Angebot: SCHMERZEN VERSTEHEN

„Schmerz ist ein wichtiges Signal, das vor körperlichen Schäden warnt. Wenn Schmerz allerdings weiterbesteht und chronisch wird, kann er das Leben negativ bestimmen und die Lebensqualität massiv

beeinträchtigen“, betont OA Dr. Wolfgang Jaksch. In der Online-Schulung „Schmerzen verstehen“ erfahren Sie, wie verschiedene Schmerzformen entstehen, wodurch sie verursacht werden, wie sich Betroffene auf den Arztbesuch vorbereiten können und Untersuchungen ablaufen. Schmerzexperte OA Dr. Jaksch gibt zudem Tipps für den Alltag, etwa wie Bewegung die körpereigene Schmerzhemmung anregt oder Atemübungen helfen, von chronischem Schmerz abzulenken.



Online unter: [selpers.com/kurs/schmerzen-verstehen](https://selpers.com/kurs/schmerzen-verstehen)



OA Dr. WOLFGANG JAKSCH  
Klinik Ottakring (Wien),  
ÖSG-Vorstandsmitglied

## UNVERZICHTBARES HEILMITTEL: BEWEGUNG

Vor allem Schmerzen im Bewegungsapparat machen uns mit zunehmendem Alter zu schaffen. An das Vermögen und Können angepasste Bewegung, in Abklärung mit Ihrem Arzt, ist ein wichtiges Mittel, um Bänder, Muskeln und Sehnen zu kräftigen und damit auch vorhandenen Schmerzen den Kampf anzusagen. Dabei steht nicht die Intensität im Vordergrund, sondern die Regelmäßigkeit der Bewegung. So zählen z. B. Radfahren, Schwimmen oder Nordic Walking zu den besonders gelenkschonenden Bewegungsformen.

Zusätzlich können hochdosierte Gelenknährstoffe dabei unterstützen, dass die Gelenke weniger Probleme machen. Kombinationen, die Glucosamin, Chondroitin, Hyaluronsäure, MSM (biologisch aktiver Schwefel), Kollagen, Vitamin D und Mangan enthalten, sind besonders für Knochen und Knorpel geeignet.

Starten Sie schon morgen mit sanfter Bewegung: Der Pensionistenverband Österreichs bietet seinen Mitgliedern ein vielfältiges Sportangebot, das auf die Bedürfnisse von älteren Menschen zugeschnitten ist. Erkundigen Sie sich in Ihrer Ortsgruppe oder Bezirksorganisation zu den Bewegungsangeboten.

## THERAPIE UND FORSCHUNG IM KAMPF GEGEN DEN SCHMERZ

Neben Osteopathie, Physio- und Ergotherapie, Massagen, Elektro- und Unterwassertherapie oder Akupunktur kann man auf weitere erfolgreiche Behandlungsmethoden zurückgreifen, die Schmerz verringern oder gar davon befreien. Dr. Wolfgang Stelzer, medizinischer Leiter der SchmerzLOS-Zentren (in Linz und Baden) mit Fokus auf Schmerzen des Bewegungsapparats: ►

Dr. Böhm®

# EXTRA STARK FÜR DIE GELENKE



Nahrungsergänzungsmittel

Innovation  
des Jahres

IQVIA™ AWARD 2021

Um bei Gelenkproblemen wieder Freude an der Bewegung zu haben, braucht es die richtigen Nährstoffe. Diese gibt es in hochdosierter Form zum Trinken: **Dr. Böhm® Gelenks complex intensiv**.

Erst 2021 wurde das Präparat von den österreichischen Apothekenangestellten zur Innovation des Jahres\* gewählt.

- ✓ Hochdosierte Gelenknährstoffe zum Trinken
- ✓ Rasche Aufnahme vom Körper
- ✓ Nur 1x täglich

Qualität aus  
Österreich.

Dr. Böhm® – Die Nr. 1 aus der Apotheke

\*„Innovation des Jahres“ bei den IQVIA® Quality Awards 2021

## Cannabis in der Schmerzmedizin

Cannabidiol (CBD) ist in der Schmerztherapie vielseitig einsetzbar, etwa bei Tumorschmerzen und neuropathischen Schmerzen. Es kann als ergänzende Therapie schmerzlindernd wirken, den Opioidbedarf reduzieren und die Lebensqualität verbessern. Der Gratis-Ratgeber der Österreichischen Schmerzgesellschaft klärt auf. [www.oesg.at/fuer-patienten/patienteninformation](http://www.oesg.at/fuer-patienten/patienteninformation)



Ein Schmerztagebuch zu führen unterstützt dabei, die individuelle Schmerztherapie zu verbessern.



Die Teufelskralle kann Arthroseschmerzen, rheumatischen Schmerzen und Neuralgien lindern.


► „Bei der interventionellen Schmerzbehandlung kommen röntgengezielte Maßnahmen zur Schmerzdurchbrechung wie Verödung oder Infiltration zum Einsatz. Vor allem im Hals-, Brust- und Lendenwirbelsäulenbereich wurden damit bisher sehr gute Erfolge erzielt, Operationen konnten so verhindert werden.“

Noch jung ist die Behandlung mit Eigenblut-Plasma, die wundheilend und abschwellend sein soll. Sowohl bei Akutschmerzen wie auch chronischen Schmerzen wurden hier erste Erfolge bei Patienten beobachtet. Eine fundierte Studie dazu steht allerdings noch aus.

An der TU Graz entwickelte und testete erfolgreich ein internationales Forschungsteam ein Konzept, bei dem Nerven mit Lichtpulsen stimuliert werden. Die Technologie ermöglicht vollkommen neue Arten von Implantaten in Form von Mini-Solarzellen, die zum Anregen von Nervenzellen ein-

gesetzt werden können. Dies eröffnet neue Anwendungsmöglichkeiten in der Medizin, so zum Beispiel auch in der Schmerztherapie.

### NATURHEILKUNDE KANN UNTERSTÜTZEN

Äußerlich angewandt lindern Chili und Cayenne-Pfeffer-Extrakt Schmerzen. Ihr Inhaltsstoff Capsaicin hilft besonders bei neuralgischen Schmerzen, wie sie z. B. bei diabetischer Neuropathie, Post-Zoster-Neuralgie, Lumbago (Hexenschuss) oder Tennisellenbogen auftreten. Rosmarinblätter eignen sich gut zur unterstützenden Behandlung von rheumatischen Erkrankungen und Schmerzen. Die Inhaltsstoffe der Teufelskralle wiederum besitzen eine schmerzlindernde Wirkung. Sie kann bei Rückenschmerzen durch Arthrose, Bandscheibenschaden, entzündlichen rheumatischen Erkrankungen, Kopfschmerzen und Neuralgien eingesetzt werden. 



## Martin von Wachter: CHRONISCHE SCHMERZEN

Ein Selbsthilfebuch für Menschen mit chronischen Schmerzen – und deren Angehörige. Mit Hilfe dieses Buchs werden Sie zum Experten Ihrer eigenen Krankheit. Sie erfahren alles Wissenswerte über die verschiedenen Erkrankungsbilder, Symptome, Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten. Und Sie lernen auf Ihre Beschwerden Einfluss zu nehmen und die Schmerzen zu lindern. Springer Verlag, 163 Seiten, € 20,55

## TIPPS

### Richtiger Umgang mit Schmerzen

Schmerztherapie ist Teamarbeit zwischen Ärzten, Therapeuten und Patient. Was Sie dabei selbst tun können.

- 1. Körperlich aktiv werden:** Bewegung tut Körper und Seele (vor allem bei chronischen Schmerzen) gut! Nicht die Intensität ist dabei wichtig, sondern die Regelmäßigkeit.
- 2. Setzen Sie sich Ziele:** Treffen Sie Freunde, treiben Sie Sport, gehen Sie ins Kino. Diese Selbstbestimmung hilft Ihnen im Umgang mit dem Schmerz.
- 3. Verantwortung übernehmen:** Nehmen Sie verordnete Medikamente regelmäßig ein, besprechen Sie eventuelle Sorgen und Ängste mit Ihrem behandelnden Arzt. Führen Sie ein Schmerztagebuch, in dem Sie den Schmerz visualisieren und beschreiben.
- 4. Ablenken:** Wenn Sie sich z. B. mit Hobbys beschäftigen, nehmen Sie den Schmerz nicht mehr so stark wahr.
- 5. Vor Rückschlägen wappnen:** Schmerzbehandlung ist individuell. Es kann dauern, bis das richtige Medikament oder die passende Dosierung gefunden ist. Bei Verschlechterung wird Ihr Arzt die Therapie entsprechend anpassen.
- 6. Balance finden:** Inneres Gleichgewicht kann Ihre Psyche – und damit auch Ihren Umgang mit den Schmerzen – positiv beeinflussen. Entspannungsübungen und Meditation helfen!
- 7. Freude macht stark:** Unternehmen Sie Dinge, die Ihnen Freude bereiten. Und belohnen Sie sich nach gemeisterten Herausforderungen. Freuen Sie sich über Fortschritte!



# Alles Gute zum *Muttertag!*



FOTO: SHUTTERSTOCK



**SENIOREN  
REISEN  
AUSTRIA**

Stimmung.  
Service.  
Sicherheit.



**PENSIONISTEN  
VERBAND  
ÖSTERREICHS**

Richtig.  
Wichtig.  
Stark.



Der Österreichische Herzfonds finanziert Forschungsprojekte und ist für die Familien herzkranker Kinder da.

Diagnose Krebs: Die Krebshilfe lässt Betroffene und ihre Angehörigen in dieser Situation nicht allein.

## Drei Fragen an

**MAG. ALICE MONDEL, MBL,  
NOTARSUBSTITUTIN IN  
KLOSTERNEUBURG**

### Wie funktioniert die gesetzliche Erbfolge?

Nach dem in Österreich gültigen „Parentelsystem“ erben zuerst die Kinder und Kindeskinde sowie die Ehegatten nach einem genau festgelegten Aufteilungsschlüssel. Wenn es keine Kinder gibt, geht es weiter zu den Eltern und Großeltern beziehungsweise deren Kindern.

### Was kostet ein Testament und wann ist es ratsam, eines zu machen?

Immer dann, wenn man die gesetzliche Erbfolge abändern oder beispielsweise gemeinnützigen Organisationen etwas vererben möchte. Die Kosten für die Testamentserstellung hängen nicht vom Vermögen, sondern vom Umfang des Testaments ab. Ich empfehle, für solche Informationen die kostenlose Erstberatung beim Notar in Anspruch zu nehmen.

### Was passiert, wenn man kein Testament und keine Erben hat?

Sollte es tatsächlich so sein, dass überhaupt kein Angehöriger gefunden werden kann, gilt das Vermögen als „erblo“. In diesem Fall geht das Vermögen an die Republik Österreich.



**Gemeinsam mit 99 Organisationen informiert Vergissmeinnicht zu Erbrecht & Testament**

**Gratis-Erbrechtsratgeber:**

Download: [vergissmeinnicht.at](http://vergissmeinnicht.at)

Anfordern:

[info@vergissmeinnicht.at](mailto:info@vergissmeinnicht.at) oder  
Gratis-Hotline: 0800 700 111

# Ein Herz für kranke Menschen

Organisationen wie der Österreichische Herzfonds und die Österreichische Krebshilfe stehen Personen mit Herz- bzw. Krebserkrankungen zur Seite. Spenden und Vermächtnisse finanzieren diese Hilfe.

Und plötzlich ist nichts mehr, wie es war: Mehr als 40.000 Menschen pro Jahr erkranken in Österreich an Krebs. „Die Diagnose löst bei vielen Menschen das Gefühl einer existenziellen Bedrohung aus. Krankheit und Tod werden plötzlich gegenwärtig. Selbst wenn nach einiger Zeit die Hoffnung wieder Raum gewinnt, bleibt doch bei vielen die Angst lange eine ständige Begleiterin“, weiß Monika Hartl, Gesundheitspsychologin und Sprecherin der Krebshilfe-Berater.

## Breite Hilfspalette

In ganz Österreich steht die Krebshilfe in mehr als 60 Beratungsstellen Betroffenen und ihren Angehörigen in dieser Ausnahmesituation kostenlos zur Seite. Die Hilfe reicht von der psychoonkologischen Betreuung ab der Diagnose, über die psychologische Unterstützung für Kinder eines krebserkrankten Elternteils bis hin zur ernährungswissenschaftlichen, arbeits- und sozialrechtlichen Beratung.

## „Schach dem Herztod“

Hilfe in einer Ausnahmesituation: Das leistet auch der Österreichische Herzfonds. Sein „Otmar Pachinger Kinder-Krisenfonds“ greift Familien, deren Kind mit einem Herzfehler geboren wurde, finanziell unter die Arme, um ihnen den schwierigen Alltag zu erleichtern. Zudem setzt sich die gemeinnützige Organisation unter dem Motto „Schach dem Herztod“ für die

Herzgesundheit der heimischen Bevölkerung ein, finanziert Forschungsprojekte und Gesundheitsinitiativen. Denn obwohl sich durch Information, Aufklärung und einen gesünderen Lebensstil in den letzten Jahren viel verändert hat, ist der Herztod immer noch Todesursache Nummer eins. Jährlich sterben etwa 33.000 Österreicher an den Folgen einer Herzerkrankung.

Für ihre wichtige Arbeit sind sowohl die Krebshilfe als auch der Herzfonds auf Spenden angewiesen. Immer mehr Menschen unterstützen den guten Zweck auch mit einem Vermächtnis. Und sorgen so dafür, dass die Hilfe auch in Zukunft weitergeht.

Kommen Sie zu unseren kostenlosen Veranstaltungen zu Erbrecht, Testament, Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht!

**Lienz, 10.5., Kolpinghaus,  
Adolf Purtscher Str. 6, 17:30 Uhr**

**Innsbruck, 11. 5., Villa Blanka,  
Weiherburgg. 8, 17:00 Uhr**

**Eisenstadt, 23.5., Haus d. Begegnung,  
Kalvarienbergpl. 11, 17:15 Uhr**

**Feldkirch, 12.5., Montforthaus,  
Montfortpl. 1, 17:00 Uhr**

**9, Wien, 24.5., A. Schweitzer Haus,  
17:15 Uhr, Schwarzspanier Str. 13**

**6, Wien, 1.6., Kolpinghaus,  
Gumpendorferstr. 39,  
16:30 Bestattungsvorsorge  
17:15 Testament und Vorsorgevollmacht**

**Bitte um Anmeldung:**  
[info@vergissmeinnicht.at](mailto:info@vergissmeinnicht.at), 0800 700 111  
[vergissmeinnicht.at/aktuelles](http://vergissmeinnicht.at/aktuelles)





# unsere interessen

WAS UNS BEWEGT UND WAS WIR WOLLEN

## Aus für Wegwerf-Akkus

Die Entwicklung geht ganz klar zu Elektro- statt fossiler Energie. Damit steigt auch der Bedarf an Akkus und Batterien. „Um damit nicht in das nächste Umweltproblem zu schlittern, muss Europa jetzt die Voraussetzungen von der Produktion bis zur Entsorgung regeln“, so Europaabgeordneter Hannes Heide. Der neue Gesetzesentwurf des Europäischen Parlaments sieht vor, dass Akkus ab 2024 nicht mehr fix verbaut werden dürfen. Das erleichtert den Tausch und erhöht die Lebensdauer der Geräte. Weiters wird eine Art Pfandsystem für Batterien diskutiert, damit die wertvollen Rohstoffe wiederverwendet werden können.



## Über € 140.000,- zurückgeholt

Die PVÖ-Negativsteuertage der Landesorganisation Vorarlberg waren auch im heurigen Jahr ein voller Erfolg. Über eine Woche lang standen die Expert\*innen in den Büros Bregenz, Dornbirn, Feldkirch und Bludenz der älteren Generation zur Verfügung. Insgesamt konnten so über 140.000 Euro vom Finanzministerium zurückgeholt werden. Ein toller Service, damit Vorarlbergs Pensionist\*innen rasch und unkompliziert an ihr Geld kommen.



Im Rahmen der 70-Jahre-Jubiläumsveranstaltung wurden langjährig verdiente Funktionär\*innen durch PVÖ-Präsident Dr. Peter Kostelka (1. v. l.) und PVÖ-NÖ-Landespräsident Prof. Dr. Hannes Bauer (4. v. r.) geehrt

## 70 Jahre Pensionistenverband Niederösterreich – eine Erfolgsgeschichte!

**Vor über 70 Jahren – im Jahr 1950 – wurde die Landesorganisation Niederösterreich gegründet! Dieses Jubiläum wurde nun – nach coronabedingten Verzögerungen – im Rahmen einer Festveranstaltung (nach-)gefeiert.**

Zahlreiche Funktionär\*innen und Ehrengäste kamen ins Haus der Geschichte in St. Pölten, um endlich gemeinsam den runden Geburtstag unserer Landesorganisation Niederösterreich zu feiern. In seiner Rede betonte Landespräsident Prof. Dr. Hannes Bauer die Wichtigkeit der rund 58.000 Mitglieder starken Organisation für das Land Niederösterreich: „Gerade in schwierigen Zeiten zeigt sich, wie wichtig und unverzichtbar eine starke Interessenvertretung ist. Ohne die Tätigkeit des Pensionistenverbandes würde in unserem Land viel an Lebensqualität und Sicherheit verloren gehen!“



Die Festschrift zum Jubiläum gibt's im Internet unter [pvoe.at/festschrift](http://pvoe.at/festschrift)

## PENSIONISTENVERBAND TIROL

### Gemeinsam aktiv in die Zukunft!

Unter diesem Motto fand kürzlich die Landeskongress des Pensionistenverbandes Tirol im FoRum in Rum statt. Im Mittelpunkt der Reden und Diskussionen standen die Forderungen nach Maßnahmen gegen die Teuerung. Denn – das stand für alle Teilnehmer\*innen der Konferenz fest: Die Teuerungswelle darf nicht zur Armutswelle führen. Weitere Forderungen: mehr Mitsprache für die ältere Generation auf allen Ebenen, Maßnahmen gegen den Pflegekräftemangel und die Sicherung der medizinischen Primäerversorgung am Land. Unter großem Applaus wurde Herbert Striegl einstimmig als Landespräsident wiedergewählt.



Zahlreiche Ehrengäste gratulierten Landespräsident Herbert Striegl (3. v. r.) zur Wiederwahl (v. r. n. l.): PVÖ-GS A. Wohlmuth, PVÖ-Präs. P. Kostelka, PVÖ Tirol-LS C. Steinlechner, PVÖ Sbg.-LP W. Höllbacher, PVÖ Stmk.-LP K. Stanzer, PVÖ Vbg.-LP M. Lackner, PVÖ Vbg.-LS H. Lötsch



Ältere Menschen dürfen, etwa bei Bankgeschäften, nicht mehr diskriminiert werden

## ALTERSDISKRIMINIERUNG

# Erster Erfolg

Der Pensionistenverband hat eine Kampagne gegen Altersdiskriminierung gestartet. Banken, Versicherungen, Unternehmen, die öffentliche Hand – sie alle tun es: ältere Menschen diskriminieren. Die PVÖ-Kampagne zeigt auch erste Erfolge.



Justizministerin Alma Zadić wurde vom Pensionistenverband gebeten, eine neue Verordnung zu erlassen, die Immobilienkredite für ältere Menschen ermöglicht. Sie hat sich dem PVÖ-Vorschlag angeschlossen und einen entsprechenden Entwurf vorgelegt.

**A**m Anfang standen die Banken. Bereits mit Pensionseintritt, also wenn das Gehaltskonto zum Pensionskonto wird, spüren viele Kunden, „dass sich etwas geändert hat“. „Obwohl ich jahrzehntelang bei meiner Bank Kundin war, war ich plötzlich Kundin zweiter Klasse“, berichtet eine betroffene Pensionistin. Ihre Kontokonditionen wurden geändert, einige Leistungen standen plötzlich nicht mehr zur Verfügung. Steigt das Alter, steigt auch die Altersdiskriminierung. Die Mittel für notwendige Sanierungen im Haus – Stichwort barrierefreies Bad oder Kamin schleifen – erfordern oft den Weg zur Bank.

Trotz ausreichend Sicherheiten (gesichertes Einkommen, Liegenschaft, Kreditversicherung) wird der Kredit nicht gewährt: zu alt. Diese „Kreditklemme“ zu lösen hat sich der Pensionistenverband zur Aufgabe gemacht. Denn sie betrifft auch nicht verlängerte Kreditkarten, nicht gewährte Überziehungsrahmen etc.

### ES GEHT AUCH ANDERS

Die Rechtslage in Österreich, betreffend Wohnimmobilienkredite für Verbraucher, ist einerseits durch die EU-Richtlinie 2014/17/EU grundsätzlich festgelegt und wurde in Österreich durch das Hypothekar- und Immo-






Nationalratsabgeordneter Christian Drobits (SPÖ) und Pensionistenverbands-Präsident Dr. Peter Kostelka prangerten in einer Pressekonferenz altersdiskriminierende Geschäftspraktiken von Banken und Versicherungen an

bilienkreditgesetz umgesetzt. In Österreich bedeutet dies, dass Kredite, die mit Wohnimmobilien gesichert sind, zu Lebzeiten der Kreditnehmer vollständig zurückgezahlt werden müssen. Wenn dies nicht möglich ist, werden keine Kredite vergeben.

In Deutschland hingegen wurde durch das Bundesministerium der Finanzen und das Bundesministerium der Justiz eine „Immobilien-Kreditwürdigkeitsprüfungsleitlinien-Verordnung“ erlassen, die sehr wohl eine Kreditvergabe auch an ältere Menschen ermöglicht. Mit dieser (deutschen) Verordnung ging Pensionistenverbands-Präsident Dr. Peter Kostelka zur zuständigen österreichischen Justizministerin Alma Zadić und konfrontierte sie mit der Schlechterstellung der österreichischen Senioren. Zadić sicherte eine Prüfung zu und nun gibt es einen Vorschlag, der der deutschen Rechtsnorm ähnelt: Ältere Menschen sollen unabhängig vom Alter einen Kredit bekommen, wenn wahrscheinlich ist, dass sie den Verpflichtungen vertragsgemäß nachkommen, und wenn dem Kredit entsprechende Sicherheiten gegenüberstehen. „Ein erster Erfolg unserer Kampagne gegen Altersdiskriminierung“, so PVÖ-Präsident Kostelka, der eine rasche Beschlussfassung der neuen Verordnung fordert.

### VIELSCHICHTIGES PROBLEM

Doch es gibt noch viel zu tun. Altersdiskriminierung ist vielschichtig und nahezu überall zu finden: neben Banken vor allem in der Versicherungsbranche, in der Wirtschaft, im öffentlichen Bereich, im Verkehr, in den Medien (siehe Kasten rechts). Deshalb hat der Nationalratsabgeordnete Christian Drobits (SPÖ) einen Antrag auf Verbot von Altersdiskriminierung, verankert in der österreichischen Bundesverfassung, gestellt. Wir sind gespannt, welche Parteien dieser Forderung folgen und welche nicht. Die Kampagne des Pensionistenverbandes gegen Altersdiskriminierung wird nicht ruhen. 

## Es gibt noch viel zu tun!

Die Kreditvergabe auch an Senior\*innen ist nur ein erster Schritt gegen Altersdiskriminierung. Es gibt noch viel zu tun. Hier einige Problemfelder:

### Versicherungen ...

... erhöhen Prämien oder kürzen Leistungen, wenn ein bestimmtes Alter der Kundin bzw. des Kunden erreicht wurde. So geschehen bei Unfallversicherungen (Leistungskürzung) und Kfz-Versicherung (Prämienerhöhung). Das sind klare Fälle von Altersdiskriminierung!



Das Bild von den „unsicheren Alten“ wird in den Medien oft gedankenlos geschürt: Im Fall des Rasers steht das Alter (22) erst im „Kleingedruckten“

### Die öffentliche Hand ...

... vergisst leider auch oft auf die ältere Generation. Wie sonst ist es zu erklären, dass z. B. der an und für sich vernünftige „Reparaturbonus“ aktuell nur zu erhalten ist, wenn man über Internet und PC oder zumindest Smartphone verfügt. Auch das ist eine Form von Altersdiskriminierung, weil viele Ältere dadurch von diesem Bonus ausgeschlossen werden.

### Banken ...

... ziehen die Digitalisierung bisweilen besonders schonungslos durch: Einer 71-jährigen langjährigen Kundin wird ohne Vorwarnung per Brief das Konto gekündigt, weil „die Kontopakete an das moderne Banking angepasst werden“. Sprich: weil die Dame nicht auf Onlinebanking umsteigen kann oder will. Eine Frechheit!



Versteht die Welt nicht mehr: Bankkundin, der gekündigt wird

### Die Wirtschaft ...

... vergrault eine gute Kundengruppe, die Senior\*innen, durch die radikale Digitalisierung ohne Alternativen: Boni, Aktionspreise, Gewinnspiele – alles bekommt man oft nur mehr online.

**Berichten Sie uns von Ihren Erfahrungen mit Altersdiskriminierung! Per Brief an: PVÖ-Konsumentenschutz, Gentzgasse 129, 1180 Wien, oder per Mail an: [office@pvoe.at](mailto:office@pvoe.at)**

TATEN? – BITTE WARTEN

# Wenn man nicht mehr weiterweiß ...

... gründet man einen Arbeitskreis. Die Teuerung steigt. Doch statt schnelle und spürbare Maßnahmen zu setzen, zaudert und zögert die Regierung. Der PVÖ macht weiter Druck.



Bundeskanzler Nehammer zeigte den Seniorenvertretern die kalte Schulter



Vizekanzler Kogler gab sich interessiert gegenüber den PVÖ-Forderungen; danach: Schweigen



Finanzminister Brunner schiebt die Teuerungsprobleme in Arbeitskreise



Sozialminister Rauch anerkannte die PVÖ-Argumente für rasche Maßnahmen; danach: passierte nichts

Der Pensionistenverband (PVÖ) war die erste und einzige Organisation, die auf die Straße ging, um gegen die enorme Teuerung zu protestieren. Das PVÖ-Motto: „Wir wollen keine Millionen, wir wollen essen, heizen, wohnen!“ Zusätzlich absolvierte PVÖ-Präsident Dr. Peter Kostelka Termine beim Bundeskanzler (endlich gab es eine Zusammenkunft, nachdem es mit den Vorgängern Kurz und Schallenberg zu keinen Gesprächen kam), dem neuen Sozialminister, dem Finanzminister und auch im Rahmen von Sozialpartner-Runden mit dem Vizekanzler. „Mehr oder weniger erkannten die Regierungsmitglieder die prekäre Lage der Pensionisten angesichts einer nicht enden wollenden Teuerungswelle“, so Kostelka.

## REKORD-TEUERUNG


Der PVÖ-Präsident bestand in seinen Gesprächen darauf, „dass es rasche und spürbare Maßnahmen geben muss. Die Pensionisten können die Preissteigerungen bei Strom, Gas, Öl, Lebensmitteln, Wohnen nicht mehr stemmen“, so Kostelka. Die Pensionsanpassung betrug 2022 nur 1,8 Prozent. Wobei Neu-Pensionisten – also alle,

die 2021 in Pension gingen, im ersten Pensionsjahr (2022) nicht einmal das bekommen, sondern nur einen Anteil, je nach Pensionsantrittsmonat. Für jene, die im November oder Dezember 2021 in Pension gingen, gibt's heuer (2022) überhaupt keine Anpassung. Die Teuerung lag zuletzt bei 6,8 Prozent (Märzwert, Anm.). Der Mini-Warenkorb (bildet einen Wochen-Einkauf ab) stieg sogar um 13,7 (!) Prozent. Da hilft auch nicht der von der Regierung gewährte 150-Euro-Energiebonus. Denn den kann man erst mit der nächsten Jahresabrechnung seines Energieversorgers einlösen.

Die Pensionistenverbandsforderung ist zielführender: ein Vorgriff auf die nächstjäh-

rige Pensionsanpassung. Heißt konkret: Statt am 1. 1. 2023 soll es bereits für das zweite Halbjahr des laufenden Jahres eine 5-prozentige Erhöhung geben.

## 50 EURO MEHR

Ein Beispiel: Wer 1.300 Euro Bruttopension bekommt, würde dadurch um 50 Euro netto mehr haben. Damit könnte der Teuerung einigermaßen begegnet werden. Denn die Preissteigerungen bleiben. Hingegen ist die Geduld der Pensionisten enden wollend. „Wir können nicht mehr länger warten. Es muss endlich etwas unternommen werden. Die Regierung kann nicht länger tatenlos zusehen“, so Pensionistenverbands-Präsident Dr. Peter Kostelka. 

Die Sozialmärkte werden mittlerweile gestürmt, weil sich viele das Leben nicht mehr leisten können



FOTO: PICTUREDESK (4), STEFAN JOHAM



ENDLICH WIEDER FRÜHLING

# Der PVÖ blüht auf

Leicht sind die Zeiten immer noch nicht. Aber das PVÖ-Vereinsleben blüht jetzt wieder voll auf. Viele Aktivitäten werden nachgeholt, viele neue Initiativen gesetzt und die Werbeaktion bringt viele neue Mitglieder.

Hunderte Hauptversammlungen mussten in den letzten beiden Jahren pandemiebedingt verschoben werden, ebenso zahlreiche Feiern, Ausflüge, Treffen, Vorträge, Reisen, sportliche und kulturelle Aktivitäten. Doch jetzt wird nahezu alles nachgeholt. Das freut unsere Mitglieder, endlich wieder etwas gemeinsam unternehmen und sich austauschen zu können. Der PVÖ blüht förmlich auf.

## VIELE HILFSAKTIONEN

Zahlreiche Organisationen haben ihre Aktivitäten auch der Hilfe für die vom Krieg erschütterte Ukraine gewidmet, Spenden und/oder notwendige Güter gesammelt.

## VIELE NEUE AKTIVITÄTEN

Vielfach waren auch neue Töne im PVÖ zu hören: So rockte die Band „Four and One“ beim Pensionistenverband im steirischen Weiz. In Vorarlberg

fahren die Mitglieder als „Pöffi-Gruppe“ mit dem Klimaticket in öffentlichen Verkehrsmitteln zu ihren Aktivitäten. Die Homepage des Pensionistenverbands unter pvoe.at wurde komplett neugestaltet – klicken Sie bitte gerne rein! Das sind nur drei von hunderten neuen und innovativen Aktivitäten, die im PVÖ jetzt aufblühen.

## VIELE NEUE MITGLIEDER

Auch die PVÖ-Mitglieder-

werbeaktion mit Gutscheinen als Belohnung für Werber:innen und Neumitglieder kommt sehr gut an. Gerade jetzt ist das Mitgliederwerben wichtiger denn je. Denn der PVÖ kämpft als (mitglieder-)starke Interessenvertretung für eine zusätzliche Abgeltung der Teuerung, hat die Steuernachzahlung (kommt im Mai!) erreicht und kämpft gegen Altersdiskriminierung.

Euer Andreas Wohlmuth

PVÖ-GENERALSEKRETÄR  
**Andreas Wohlmuth**

**GESAGT – GETAN**

FOTO: PVÖ / LUDWIG SCHEDL

## WESTbahn fährt jetzt bis nach München

**Ohne umsteigen, in knapp 4 Stunden ab Wien West.** Und: für „unsere Generation“ ab 39,99 Euro! Denn in der WESTbahn bekommen alle ab 60 mit dem WESTaktiv Ticket den Seniorentarif.

Die WESTbahn hat ihr Streckennetz erweitert: Seit 8. April sind die komfortablen Züge mit den sehr (senioren-)freundlichen Stewardessen und Stewards über die Strecke Wien – Salzburg hinaus bis nach München unterwegs. „Unsere Generation“ fährt dabei wie üblich bei der WESTbahn von Montag bis Donnerstag (werktags) besonders günstig: Alle über 60 (Lichtbildausweis mitnehmen!) zahlen für eine Strecke von Wien nach München (oder umgekehrt) mit dem WESTaktiv Ticket nur 39,99 Euro.

### SNELL, KOMFORTABEL UND AUCH NOCH GÜNSTIG

Die Preise für die Teilstrecken: ab/bis St. Pölten 34,99 Euro, ab/bis Amstetten 29,99 Euro, ab/bis Linz oder Wels 24,99 Euro, ab/bis Attnang-Puchheim oder Vöcklabruck 19,99 Euro, ab/bis Salzburg 14,99 Euro.

Für Reisende ab Amstetten, Wels, Attnang-Puchheim und Vöcklabruck gibt es jetzt erstmals umsteigefreie Direktverbindungen in die bayrische Metropole.

WESTaktiv Tickets erhalten Sie in teilnehmenden Trafiken, in den WESTshops in Wien, Linz, Salzburg und München und online unter <https://westbahn.at>.



Ab Wien, St. Pölten, Amstetten, Linz, Wels, Attnang-Puchheim, Vöcklabruck und Salzburg geht es jetzt 4x täglich ohne Umsteigen nach München Ost und München Hbf.

FOTO: WESTBAHN/LUDWIG SCHEDL

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.

**U**nglaublich: Tausend neue Freund\*innen für den Pensionistenverband in nur zwei Wochen. Die aktuelle Werbeaktion kommt bei Werber\*innen und Geworbenen sehr gut an. – Kein Wunder, ist doch ein gemeinsames Schnitzessen in einer freundlichen Atmosphäre ein wirklich netter Einstieg in das abwechslungsreiche Klubleben im Pensionistenverband.

Auch Sie können in diesen Genuss kommen. Alles, was Sie dafür tun müssen, ist: eine/n

neue/n Freund/in für den PVÖ gewinnen. Wie das geht? – Ganz einfach: Erzählen Sie Freunden und/oder Bekannten von den vielen Vorteilen, die eine Mitgliedschaft im Pensionistenverband bietet. Wahrscheinlich werden Ihnen gar nicht alle einfallen.

## VORTEILE ÜBER VORTEILE

Da hilft es, die UG mitzunehmen und gemeinsam darin zu blättern: Einkaufsvorteile gleich auf den Seiten 2 und 3, Reisen auf den Seiten 24 bis 27,

Sportangebote auf 32 und 33, Kultur und Unterhaltung auf 42 und 43 und schließlich noch die PVÖ-Wanderkollektion auf der hinteren Umschlagseite. Alles Angebote, die es in dieser Form NUR für PVÖ-Mitglieder gibt.

## AUFBLÜHENDES KLUBLEBEN

Viele weitere Vorteile werden jetzt – nach einem langen „Corona-Winter“ – wieder zu voller Blüte kommen: das abwechslungsreiche Klubleben in den Ortsgruppen und auch die Angebote der Bezirks- und Lan-

desorganisationen. 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 Pensionistenverbandes für die ältere Generation. Erste Fortschritte im Kampf gegen Altersdiskriminierung (s. S. 14 u. 15) sind ein gutes Beispiel dafür.

Also: Formular rechts gemeinsam ausfüllen, absenden oder abgeben, auf Post vom PVÖ warten (kommt bald!) und Schnitzel genießen! 🍷



So sieht er aus, der PVÖ-Gutschein für ein Riesenschnitzel 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!

PS.: Aktion solange der Vorrat reicht!



# Der PVÖ is(s)t fein



**PENSIONISTEN  
VERBAND  
ÖSTERREICHS**

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-werden](http://pvoe.at/mitglied-werden)**

## 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](mailto:service@pvoe.at)

Von Werber/  
Werberin aus-  
zufüllen

Ich, \_\_\_\_\_  
VORNAME FAMILIENNAME

\_\_\_\_\_  
TAG MONAT JAHR  
GEBURTSDATUM

habe unten stehendes neues Mitglied geworben.

Vom Neumitglied auszufüllen

AKADEMISCHER GRAD VORNAME (LAUT REISEPASS)

FAMILIENNAME (LAUT REISEPASS, BITTE IN BLOCKBUCHSTABEN)

☐ M ☐ W  
GESCHLECHT

POSTLEITZAHL

WOHNORT

\_\_\_\_\_  
TAG MONAT JAHR  
GEBURTSDATUM

☐ J ☐ N  
ZEITUNGS-  
BEZUG

☐ A ☐ \_\_\_\_\_  
ÖSTERREICH ANDERE  
STAATSBÜRGER-  
SCHAFT

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 Inanspruchnahme der Leistungen aus der Mitgliedschaft nicht möglich. Mit Ihrem Beitritt entsteht ein Vertragsverhältnis zum Pensionistenverband Österreichs, das auch Rechtsgrundlage der Datenverarbeitung ist. Datenübermittlungen finden nur innerhalb unserer Organisationen 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. solange 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](http://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](mailto:office@pvoe.at); Kontaktadresse unseres Datenschutzbeauftragten ist: [datenschutzbeauftragter@pvoe.at](mailto:datenschutzbeauftragter@pvoe.at)

☐ Ich willige ein, dass der Pensionistenverband, SeniorenReisen und Kooperationspartner des Pensionistenverbandes mich per (auch elektronischer) Post kontaktieren dürfen, 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



Nicht jedes Heizsystem passt für jedes Haus/ jede Wohnung. Lassen Sie sich am besten von unabhängigen Expert\*innen beraten.



Unsere Immobilien-Profis informieren und beraten:

**Dr. Wolfgang Schöberl**

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

**Eva Kalenczuk**

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

## RAUS AUS ÖL UND GAS – TEIL 2

# Vor- und Nachteile verschiedener Heizsysteme

Wie bereits in der vorigen Ausgabe vorgestellt, gibt es **zahlreiche Alternativen zu Erdöl- und -gas**.

**D**amit die Entscheidung leichter fällt, haben wir hier die wichtigsten Vor- und Nachteile der diversen Heizsysteme zusammengefasst, beginnend mit Wärmepumpe, Pellets und Infrarot.

**Wichtig:** Zu beachten sind nicht nur die Anschaffungs- und Energiekosten, sondern auch die ständigen Betriebs- sowie Wartungskosten und der Platzbedarf. Erkundigen Sie sich beim Heizungsfach-

mann oder der Gemeinde über eventuelle Fördermöglichkeiten. In den nächsten Ausgaben erfahren Sie mehr zu Hybridheizung, Photovoltaik, Solarwärme, Fernwärme und Holz. 🔄

Heizsystem	Vorteile	Nachteile
<b>Wärmepumpe</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Effizient, klimafreundlich und zukunftsorientiert</li> <li>• Bei richtiger Auslegung kein alternatives Heizsystem notwendig</li> <li>• Geringer Platzbedarf (kein Lagerplatz notwendig)</li> <li>• Sehr geringe Betriebskosten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hohe Anschaffungskosten</li> <li>• Leider nicht überall einsetzbar (abhängig von der Vorlauftemperatur der Heizung).</li> </ul>
<b>Pellets</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CO<sub>2</sub>-neutral</li> <li>• Versorgung durch Produktion in Österreich</li> <li>• Automatisierter Ablauf (werden in einem Lager aufbewahrt und von dort in den Kessel transportiert)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hohe Anschaffungskosten</li> <li>• Lagerraum erforderlich</li> <li>• Asche muss in regelmäßigen Abständen entfernt werden.</li> </ul>
<b>Infrarot</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sehr geringe Anschaffungskosten</li> <li>• Einfacher Betrieb und kein Schmutz, einfach nur anstecken</li> <li>• Geringer Platzbedarf</li> <li>• Hohe Behaglichkeit: Gibt die Wärme gleichmäßig an Wände, Decke, Böden sowie Gegenstände und Körper ab.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hohe Betriebskosten, falls der Strom nicht selbst erzeugt wird.</li> <li>• Nur bei Neubau mit hoher Energieeffizienzklasse sinnvoll.</li> <li>• Am besten in Kombination mit alternativer Stromerzeugung oder</li> <li>• nur in Räumen mit zeitlich begrenzter Benutzung sinnvoll (z.B. Bad)</li> </ul>






Die neuen Kreditvergaberichtlinien setzen u. a. voraus, dass man künftig 20 Prozent des Kaufpreises einer Immobilie als Eigenkapital mitbringen muss

## AB JULI STRENGERE REGELN

# Wer kaufen will, braucht Eigenkapital

**Ab Juli 2022 werden die Vergabekriterien für Kredite zum Haus- und Wohnungsbau verschärft. In Zukunft müssen die Kreditnehmer\*innen mindestens 20 Prozent des Kaufpreises der Immobilie „flüssig“ haben, sprich als Eigenkapital mitbringen.** Auch die Vorschriften in puncto Höhe des Haushaltseinkommens wurden verschärft. Künftig darf die Kreditrate nur noch maximal 40 Prozent des Haushaltseinkommens betragen. Weiters wird die maximale Laufzeit von Immobilienkrediten auf 35 Jahre begrenzt. Damit wird es künftig deutlich schwieriger, sich den Traum vom Eigenheim zu erfüllen. Expert\*innen gehen davon aus, dass dann ca. ein Drittel jener Personen, die derzeit noch einen Kredit erhalten würden, durch die neuen Vergabekriterien bei den Banken abblitzen werden. Wenn Sie, Ihre Kinder oder die Enkel\*innen also einen Immobilienkauf oder -bau planen, empfiehlt es sich, bereits jetzt aktiv zu werden. Aber: Warum kommt es überhaupt zu diesen Änderungen? Die Finanzmarktaufsicht (FMA) fordert seit einigen Jahren, dass die Kreditvergabekriterien verschärft werden müssen, da zu viele genehmigte Finanzierungen unrealistisch hoch sind. Außerdem sorgen die extrem niedrigen Zinsen für einen wahren „Kreditboom“, der wiederum die Immobilienpreise in die Höhe schnellen lässt. 

## AUTOTÜRE MIT DER RECHTEN HAND ÖFFNEN

# Kopf drehen, Radfahrer\*innen sehen!

**„Dooring“ – so nennt man Unfälle, die passieren, wenn Autotüren geöffnet werden. Meist sind die Opfer Radfahrer\*innen.** Der „holländische Griff“ ist ein ganz einfacher Trick, damit man garantiert nie mehr eine/n herankommenden Rad- oder Scooterfahrer\*in übersieht. Man öffnet dabei die Fahrertüre mit der rechten Hand. Durch diese Bewegung dreht sich unser Oberkörper mitsamt dem Kopf automatisch in die Richtung des toten Winkels, der weder durch den Rück- noch den Seitenspiegel sichtbar ist. Durch einige Wiederholungen wird dies schnell im Bewegungsapparat gespeichert. In Holland ist dieser Griff längst Normalität und wird schon in der Kindheit, spätestens aber in der Fahrschule erlernt. 

### Der holländische Griff



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



## Vorsicht bei Anrufen von „Microsoft“!

Mit einer neuen Betrugsmasche versuchen Kriminelle, sich Zugang zu den Computern ihrer Opfer zu verschaffen. Die Betrüger\*innen rufen dabei wahllos Personen an und behaupten, dass etwas mit ihrem Computer nicht stimmt – sie z. B. alte Programme verwenden, einen Virus haben etc. Oder sie verschicken E-Mails oder lassen Pop-up-Fenster erscheinen, die vorgaukeln, dass man aufgrund eines technischen Fehlers bei einer „Service-Nummer“ anrufen soll. In den meisten Fällen geben sie sich als Mitarbeiter\*innen der Firma „Microsoft“ aus. Hier gilt immer: Rufen Sie nicht dort an! Wenn Sie angerufen werden, legen Sie auf. Geben Sie keinesfalls persönliche Daten, Zahlungsdaten, Kreditkartendaten oder Passwörter weiter!

RONACHER

# CATS

NUR NOCH BIS JUNI 2022

RAIMUND THEATER

CAMERON MACKINTOSH'S  
ERFOLGSPRODUKTION VON  
BOUBLIL & SCHÖNBERGS

# MISS Saigon

NUR BIS JUNI 2022

TM © 1991 RUG LTD. FOTO © VSW/DEEN VAN MEER

TM © 1986 CML PHOTO © MATT CROCKETT





**SENIOREN  
REISEN  
AUSTRIA**

Filiale Klagenfurt,  
Bahnhofstraße 44, 9020 Klagenfurt  
0463/516181 – 11 oder 17, [www.pvkt.at](http://www.pvkt.at)

**TOP  
ANGEBOTE**  
für den  
nächsten  
Urlaub



# Unser Kärnten

DAS WICHTIGSTE AUS UNSEREM BUNDESLAND

UNTERKÄRNTEN

Redaktion: [lukan.ivan@gmail.com](mailto:lukan.ivan@gmail.com)

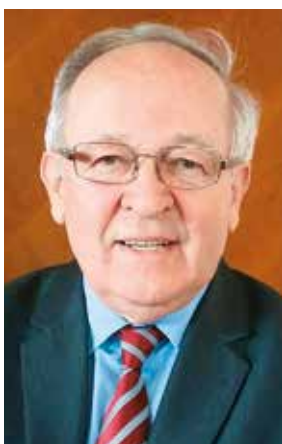
## PVÖ – Eine starke Stimme für die Leisen!

Nach über sieben Jahrzehnten Frieden herrscht nach dem Angriffskrieg Russlands gegen die Ukraine wieder Krieg in Europa. Wir alle können froh sein, wie Österreich und vor allem ganz Europa gemeinsam und geeint eine klare Position gegen diesen Krieg beziehen und mithelfen, die Menschen in der in großen Teilen verwüsteten Ukraine und die Millionen Vertriebenen zu unterstützen. Auch jene, die es nach Österreich bzw. in andere europäische Länder geschafft haben.

In solchen Krisenzeiten spüren wir deutlich, wie wichtig die Europäische Union für uns und für ganz Europa ist. Sie ist seit ihrem Bestehen nicht nur eine Wirtschafts-, sondern vor allem auch eine Friedensgemeinschaft. Diese Tatsache hat uns in den vergangenen Jahrzehnten in noch nie da gewesener Form vor Krieg und seinen dramatischen Folgen für die Menschen geschützt.

Trotzdem: Die Auswirkungen des Angriffskrieges Russlands gegen die Ukraine sind neben dem Elend und Leid der betroffenen Bevölkerung auch bei uns schon deutlich zu spüren. Die massiven Steigerungen bei Heizöl (+45 Prozent), Gas (+41 Prozent), Strom, Lebensmitteln und anderen lebenswichtigen Produkten, aber auch eine ständig steigende Inflation wirken sich auf das Leben vieler Menschen auch bei uns bereits schmerzhaft aus. Und die Situation könnte sich mit Fortdauer des Krieges, dessen Ende nach wie vor nicht absehbar ist, noch verschärfen!

Die Armut in Österreich steigt. Rund 14 Prozent der Bevölkerung, das sind 1,22 Millionen Menschen, sind nach aktuellen Daten der Statistik Austria armutsgefährdet. Über



500.000 Personen oder sechs Prozent der Bevölkerung können sich die Güter und Bedürfnisse des täglichen Lebens nicht mehr leisten. Die Politik ist daher gefordert, sich an der Lebensrealität der Menschen zu orientieren und ihnen das Leben durch gezielte Maßnahmen zu erleichtern!

In dieser schwierigen Situation muss der Pensionistenverband Österreichs (PVÖ) auf Bundes- wie auch auf Landes-

ebene eine starke Stimme für die Leisen sein. Wir müssen wachsam sein und die Regierung bzw. die politisch Verantwortlichen mit unseren Forderungen ständig darauf aufmerksam machen, damit die große Gruppe der Pensionistinnen und Pensionisten, aber auch der vielen Menschen mit geringem Einkommen ein leistbares Leben führen können. Mit seinen drei Kernforderungen, dem Winterzuschuss von 300 Euro, dem Teuerungshunderter und der Forderung nach dem Vorziehen der Pensionsanpassung 2023 schon Mitte des heurigen Jahres, hat der Pensionistenverband bereits ganz konkrete Vorstellungen zur Linderung der aktuellen Situation bei der Bundesregierung deponiert und deren Realisierung eingefordert. Wir im Pensionistenverband treten für eine Gesellschaft ein, die ein soziales und gerechtes Leben mit aktiver Teilhabe ermöglicht. Ebenso treten wir für eine Gesellschaft ein, in der Friede, Demokratie und soziale Gerechtigkeit als unverrückbare Grundwerte gelten!

**Ihr Karl Bodner,  
PVÖ Kärnten-Landespräsident**

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

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



Die Wallfahrtskirche Maria Loreto (Foto oben) ist seit 21. Juli 2014 neben Maria Luggau im Lesachtal die zweite „Basilica minor“ in Kärnten. Wegen ihrer Schönheit, ihrem Reichtum an Kunstschätzen und ihrem besonderen Flair haben bereits Tausende von Wallfahrer\*innen die nunmehrige Basilika besucht. Viele haben bei der Schwarzen Madonna Zuflucht gefunden, andere wiederum haben das Aufeinandertreffen der Kunststile bewundert. Über das genaue Programm der Wallfahrt und auch die wechselvolle Geschichte des mächtigen Barockbaues bzw. der 1647 geweihten „Schwarzen Madonna“ (die beiden Zwiebeltürme kamen erst 1730 hinzu) wird die UG in den nächsten Ausgaben noch ausführlich berichten.

## Bildungsbonus WIR: 100 Euro Förderung

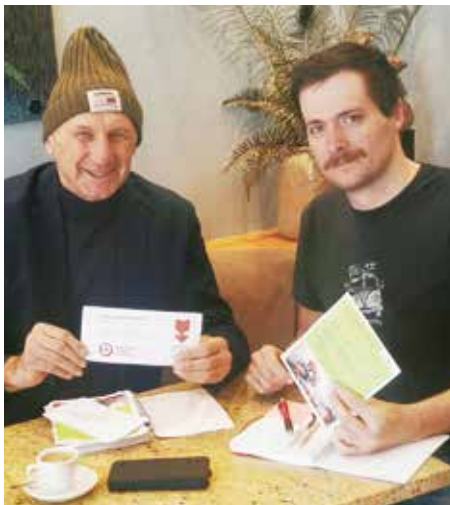
100 Euro! So viel erhalten Pensionist\*innen heuer erstmals vom Land Kärnten, wenn sie sich körperlich und geistig fit halten und einen Kurs bei der Ö-Cert-Einrichtung Volkshochschule (VHS) besuchen. „Es ist eine wirklich tolle Aktion, um Pensionist\*innen in ihren Bedürfnissen bildungspolitisch zu unterstützen“, so PVÖ-Bezirksvorsitzender GR Dr. Manfred Mertel nach einem Gespräch mit dem Leiter der VHS-Klagenfurt Mag. Benjamin Hell. Wie funktioniert „Bildungsbonus WIR“? Nach dem erfolgreichen Besuch eines VHS-Kurses erhalten die Teilnehmer\*innen eine Teilnahmebestätigung. Zusammen mit der Zahlungsbestätigung, dem Pensionsbescheid und dem Meldezettel kann dann online oder in Papierform der Bildungsbonus von maximal 100 Euro einmal pro Jahr für eine Weiterbildung eines Ö-Cert-Instituts beantragt werden.

## Wohnbauförderungsmaßnahmen bis Ende 2023 verlängert

Das Land Kärnten wird seine Wohnbauförderungsmaßnahmen um ein Jahr, bis 31. Dezember 2023, verlängern. „Damit sollen Interessierte und Unternehmen länger die Möglichkeit haben, z. B. mit der Aktion ‚Raus aus dem Öl‘ von fossilen Heizsystemen auf erneuerbare umzusteigen. Auch die Förderungen für Photovoltaikanlagen und für barrierefreie Badsanierungen werden damit verlängert“, betonte Landeshauptmann Peter Kaiser nach der Sitzung der Landesregierung Anfang April. Man schaffe so Abhilfe bei den aktuellen Problemen bei der Rohstoff- und Materialbeschaffung. Kaiser kündigte auch eine entsprechende Resolution an die Bundesregierung mit der Forderung an, es dem Land Kärnten gleichzutun und die bis Ende dieses Jahres befristeten Bundesförderungen ebenfalls zu verlängern.

Die VHS unterstützt gerne bei der Online-einreichung und hat spezielle Vormittage eingerichtet, wo die benötigten Unterlagen erfasst und eingereicht werden.

Die nächste Möglichkeit ist am 25. Mai um 9 Uhr. Um telefonische Voranmeldung wird unter 050 477 7000 gebeten.



PVÖ-Bezirksvorsitzender GR Dr. Manfred Mertel mit dem Leiter der VHS Klagenfurt Mag. Benjamin Hell.

## Wir gratulieren den Vorsitzenden zum Geburtstag im Monat Mai 2022

Lotte Bacher (81) Klagenfurt-Ebenthaler Siedlung, Johann Skrubba (80, Foto) St. Kanzian/Klopeiner See, Hans-Günther Drobilitsch (79) Techelsberg/Wörthersee, Johann Simoner (79) Obervellach/Mölltal, Waltraud Jordan (76) Magdalensberg, Herbert Tscharre (75) Lieserhofen, Gertrud Rauter (75) Feld am See, Anna Pilgram (74) Bodensdorf/Ossiacher See, Ferdinand Dobrounig (74) Griffen, Peter Willroider (73) Klagenfurt-St. Peter, Johann Oschmalz (73) Brückl, Martin Bürger (72) Schiefeling/See, Dagmar Hanser (72) Villach-St. Martin, Alois Scharf (69) Langegg/Schönweg, Schumacher Theresia (68) Eberndorf/Dobrla vas, Roswitha Tschapelinig (67) Loibach/Libuje, Margot Astrid Pizzera (62) Radweg-Klein St. Veit, Siegfried Pfeiffer (59) Feistritz/Drau, Hannelore Kilzer (53) Lind-Kleblach, Dietmar Kröpfl (52) Vorderberg/Gailtal.



## Covid-Maßnahmen: Kärntens Weg bestätigt

Bei der Konferenz aller österreichischen Sozialreferent\*innen, die auch gleichzeitig das erste Zusammentreffen mit dem neuen Gesundheits- und Sozialminister Johannes Rauch war, sei der strikte Weg Kärntens in Zusammenhang mit Covid-Maßnahmen in Alten-, Wohn- und Pflegeheimen bestätigt worden. Das berichtete Gesundheits- und Sozialreferentin LH-Stv.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Beate Prettnner.

Es habe eine Abfrage des Ministeriums bezüglich der Infektionszahlen diese Institutionen betreffend gegeben. Dabei habe Kärnten im Vergleich zu allen anderen Bundesländern am besten abgeschnitten. „Natürlich hat es Druck

von allen Seiten gegeben, als Kärnten trotz bundesweiter Lockerungsmaßnahmen an der strengen Zugangsregelung festgehalten hat. Wir sind aber von unserem Weg zum Schutz der zu Betreuenden nie abgewichen“, so Prettnner. In Kärnten sei man immer bei 2G+ geblieben, was nun durch geringere Infektionszahlen bestätigt werde.

Prettnner berichtete außerdem, dass Bundesminister Johannes Rauch zugesichert habe, dass es künftig für Besucherinnen und Besucher der Alten-, Wohn- und Pflegeheime eine besondere Berücksichtigung in der Teststrategie geben werde. (LPD)

## Immer sportlich

In der Pensionistenverbandsortsgruppe Klagenfurt-Heide ist die Obfrau Brigitte Dornik (3. von links) stets bemüht, ihren Mitgliedern die Freizeit abwechslungsreich und auch gesellig zu gestalten. Eine besonders beliebte Aktivität unter den Mitgliedern ist zweifellos das Kegeln im Klinikum Klagenfurt, welches unter dem Motto „Gemeinsam statt einsam“ steht und bei der die Kegelgruppe (Foto rechts) sichtlich viel Spaß hat.



KLAGENFURT-HEIDE





## Bewährtes PVÖ-Team in Annabichl

Im Rahmen der Jahreshauptversammlung der PVÖ-Ortsgruppe Klagenfurt-Annabichl wurde im Zuge der Neuwahlen des Vorstandes dem bisherigen Team mit Obfrau Doris Bodamer mit 100 Prozent der abgegebenen Stimmen erneut das Vertrauen ausgesprochen. Auf dem Programm der gelungenen Versammlung standen auch die Ehrungen langjähriger Mitglieder. Diese wurden von Obfrau Doris Bodamer, PVÖ-Bezirksvorsitzenden Dr. Manfred Mertel sowie dem Ehrengast, PVÖ-Landespräsident Karl Bodner, vorgenommen (Foto oben). Auch auf das Wohl aller Geburtstagsjubilatar\*innen wurde mit einem Glas Sekt angestoßen. Zum Abschluss gab es für alle Teilnehmer\*innen und Gäste noch einen kleinen Imbiss.



**ST. JAKOB AN DER STRASSE:** Seit 30 Jahren treue PVÖ-Mitglieder: Apollonia und Otto Skerjanz (mit Obmann Mag. Golob).

## Treue Mitglieder in der PVÖ-Ortsgruppe St. Jakob an der Straße

In der PVÖ-Ortsgruppe St. Jakob an der Straße (Bezirksorganisation Klagenfurt-Stadt) konnten wiederum Mitglieder für langjährige Treue zum Pensionistenverband bzw. zur PVÖ-Ortsgruppe geehrt werden. Margarethe Thamer wurde für ihre 35-jährige Mitgliedschaft vom Obmann der Ortsgruppe, Mag. Alfred Golob, im Rahmen einer Feier mit einer Ehrenurkunde, verbunden mit den besten Wünschen für die Zukunft, geehrt. Das Ehepaar Apollonia und Otto Skerjanz wurde von Obmann Mag. Golob für 30-jährige Mitgliedschaft beim PVÖ mit einer Ehrenurkunde ausgezeichnet. Gleichzeitig gab es für

Apollonia Skerjanz die besten Wünsche zum 85. Geburtstag. Auch die UG gratuliert den Jubilar\*innen recht herzlich!



**ST. JAKOB AN DER STRASSE:** Margarethe Thamer und Obmann Mag. Alfred Golob.



Mitgliederehrung in der PVÖ-Ortsgruppe Klagenfurt-St. Peter mit Landespräsident Karl Bodner.

## Neuwahlen und Mitgliederehrungen

Im Zuge der Jahresversammlung der PVÖ-Ortsgruppe Klagenfurt-St. Peter wurden auch die Neuwahl des Vorstandes und die Ehrungen langjähriger Mitglieder durchgeführt. Ehrengäste waren PVÖ-Landespräsident Karl Bodner und PVÖ-Bezirksvorsitzender GR Dr. Manfred Mertel. Bei der Neuwahl des Vorstandes wurde Vorsitzender Peter Willroider mit seinem Team einstimmig wiedergewählt. Willroider dankte allen Mitgliedern und Funktionär\*innen für die aktive

Mithilfe und auch für die Treue zur Ortsgruppe. Auch wurden zahlreiche Mitglieder für ihre 15-, 20-, 25-, 30- und sogar 40-jährige Treue zum Pensionistenverband bzw. zur Ortsgruppe St. Peter ausgezeichnet. PVÖ-Landespräsident Karl Bodner und Bezirksvorsitzender GR Dr. Manfred Mertel gratulierten dem Vorstand und den Geehrten und informierten die Anwesenden über aktuelle Themen bzw. die Aktivitäten des PVÖ auf Bezirks- und Landesebene.



## Schöner Ausflug!

Die Ortsgruppe „Landesorganisation“ des PVÖ (Obfrau Christine Smrčnik) hat einen Ausflug zur Osterausstellung auf Schloss Burgau in der Steiermark unternommen. Die zahlreichen Teilnehmer\*innen waren von der Fahrt begeistert!



# Herzlichen Glückwunsch

## „Unsere Generation“ gratuliert zum Jubiläum!



**KLAGENFURT**

### 92. Geburtstag!

Ingeborg Nusser (Mitte) feierte ihren 92. Geburtstag. Im Namen der PVÖ-Ortsgruppe St. Jakob/Straße gratulierten Anni Boenisch und Irmgard Jäger mit einem Geschenk.



**KLAGENFURT**

### 99 Jahre!

Gertrude Wilgermein feierte ihren 99. Geburtstag. Der noch sehr agilen Jubilarin gratulierte im Namen der PVÖ-Ortsgruppe Innere Stadt Betreuerin Monika Jaklitsch mit einem Präsent.



**KLAGENFURT**

### 95 Jahre!

In der PVÖ-Ortsgruppe St. Ruprecht feierte Edith Ortisch ihren 95. Geburtstag. Obfrau Margot Klemenjak und Bezirksvorsitzender Dr. Manfred Mertel gratulierten herzlichst.

### 93 Jahre!

Elisabeth Jessenitschnig feierte im Bürgerheim Hülgerthpark ihren 93. Geburtstag. Betreuer Ernst Pohovnikar überbrachte die Glückwünsche der PVÖ-Ortsgruppe Innere Stadt.



**KLAGENFURT**



**MARIA SAAL**

**Ein Hoch!** Rosina Zettinig hat ihren 75. Geburtstag gefeiert. PVÖ-Obmann Anton Bauer für den PVÖ und Bürgermeister Franz Pfaller für die Gemeinde gratulierten der Jubilarin mit einem Präsent.



**ZELL-GURNITZ**

### 80 Jahre!

Marita Kucher hat ihren 80. Geburtstag gefeiert. Dem treuen Mitglied gratulierten nachträglich im Namen der PVÖ-Ortsgruppe der Obmann Franz Hörnler und Evelin Schneeweiss.

### 85 Jahre!

Josefine Filzmaier feierte ihren 85. Geburtstag. Viele Gratulant\*innen, darunter auch die Obfrau der PVÖ-Ortsgruppe Waidmannsdorf Gertraud Marhl und Betreuerin Elvira Hafner, gratulierten.



**KLAGENFURT**



**KLAGENFURT**

**75!** Eleonore Sibitz ist 75. Für die PVÖ-Ortsgruppe Annabichl gratulierte Obfrau Doris Bodamer.



**FERLACH**

### 92 Jahre!

Maria Rantitsch, seit 39 Jahren Mitglied (davon viele Jahre auch Funktionärin) feierte ihren 92. Geburtstag. Der rüstigen Jubilarin gratulierten PVÖ-Vorsitzender Sepp Gamsler und Subkassiererin Heide Orasch.



**KLAGENFURT**

**Ein Hoch!** Josef Gallmayer feierte seinen 75. Geburtstag gefeiert. Dem Jubilar gratulierte im Namen der PVÖ-Ortsgruppe Innere Stadt Betreuer Ernst Pohovnikar mit einem Präsent.



**FERLACH**

### 90 Jahre!

PVÖ-Mitglied Kurt Kreil feierte seinen 90. Geburtstag. Dem humorvollen Jubilar wurde vom Vorsitzenden Sepp Gamsler und Subkassierer Mirko Kropiunik mit einem Präsent gratuliert.



**KLAGENFURT**

### Ein Hoch!

Das langjährige Mitglied Helga Herzog feierte den 82. Geburtstag. Die Ortsgruppe Heide des Pensionistenverbandes gratulierte der Jubilarin herzlich mit einem Präsent.



**EBENTHAL:**  
Der „neue“  
Vorstand mit  
Obmann Josef  
Dobernigg und  
den weiteren  
Vorstands-  
mitgliedern.  
Auf dem  
Foto fehlen  
Obmann-  
Stv.<sup>in</sup> Annelies  
Homschak  
und Barbara  
Plieschnig.



## PVÖ Ebenthal mit starkem Team

Bei der Jahreshauptversammlung 2022 der Ortsgruppe Ebenthal des Pensionistenverbandes (PVÖ) konnte Obmann Josef Dobernigg zahlreiche Ehrengäste begrüßen. Allen voran Landespräsident Karl Bodner, Bezirksvorsitzenden Johann Steiner sowie auch Bürgermeister Ing. Christian Orasch, die sich in ihren Grußworten bei Obmann Josef Dobernigg und seinem Team für die hervorragende Arbeit zum Wohle der älteren

Generation bedankten. Der PVÖ-Ortsgruppe gehören bereits 240 Mitglieder an und es werden immer mehr!

Im Rahmen der Neuwahlen wurde nachfolgender Vorstand gewählt bzw. bestätigt: Obmann: Josef Dobernigg; Obmann-Stellvertreter: Reinhard Wagner, Hildegard Schatzer, Annelies Homschak; Schriftführerin: Stefanie Dobernigg; Kassierer: Otto Salbrechter; weitere Mitglieder: Erika Walter,

Renate Pleschounig, Maria Koitz, Barbara Plieschnig. Kontrolle: Reinhold August, Erich Sablatnig.

Im Rahmen der gut besuchten Jahreshauptversammlung wurden auch zahlreiche Mitglieder für langjährige Treue zum PVÖ geehrt. Für 20-jährige Mitgliedschaft: Irmtraud Isaak, Manfred Isaak, Ingeborg Keuschnigg, Josef Orasch, Ernst Kitzer, Karin Zube, Eberhard Schalle; für 25-jährige Mitgliedschaft: Karl Leitmann; für 30-jährige Mitgliedschaft: Erika Nowak, Irmgard Dreier; für 35-jährige Mitgliedschaft: Maria Tscharre.



**EBENTHAL:** Die geehrten Mitglieder mit Obmann Josef Dobernigg, Landespräsident Karl Bodner, Bezirksobmann Johann Steiner und Bürgermeister Ing. Christian Orasch.

## MARIA RAIN

### Trauer um Gisela Pickelsberger †



Die Ortsgruppe Maria Rain des Pensionistenverbandes (PVÖ) trauert um Gisela Pickelsberger (Foto). Pickelsberger hat 13 Jahre lang die überaus erfolgreiche Linedancegruppe geführt und mit viel Elan und Fleiß mit der Gruppe über 200 Tänze (!) trainiert. Wegen ihres unermüdlichen Einsatzes und ihrer freundlichen Art war „Gisi“ Pickelsberger allseits beliebt. Die PVÖ-Ortsgruppe und ganz besonders die Freunde des Linedances danken ihr für den aufopfernden Einsatz und werden sie stets in ihren Herzen bewahren.

## MARIA SAAL



### Neues PVÖ-Mitglied

Den Tipp von PVÖ-Landespräsident Karl Bodner, Funktionär\*innen sollten bei allen Veranstaltungen ein PVÖ-Beitrittsformular parat haben, hat Bezirksvorsitzender Hans Steiner (Klagenfurt-Land) kürzlich auch gleich in die Tat umgesetzt. Helmut Ofner ist als neues, unterstützendes PVÖ-Mitglied der Ortsgruppe Maria Saal beigetreten und wurde dabei auch von Landespräsident Bodner persönlich willkommen geheißt.

### Glückwunsch!

Hildegard Kumer, langjähriges Mitglied des PVÖ, hat ihren 90. Geburtstag gefeiert. Der Jubilarin wurde von der Ortsgruppe Maria Saal mit Obmann Anton Bauer an der Spitze herzlichst zum Ehrentag gratuliert.



## MARIA RAIN/ANNABICHL

### Thermenausflug!

Mit der PVÖ-Ortsgruppe Maria Rain haben auch zahlreiche Mitglieder sowie Gäste aus der Ortsgruppe Klagenfurt-Annabichl einen erholsamen und abwechslungsreichen Urlaub im Thermenhotel „Balance“ in Lenti (Ungarn) verbracht. Nicht nur der Markt und die kleinen Gaststätten mit der typisch ungarischen Freundlichkeit waren ein Erlebnis, sondern auch die angebotenen Dienstleistungen verblüfften angenehm in Preis und Leistung. Eine schöne Zeit in guter Gemeinschaft.





**MOOSBURG**

## PVÖ-Faschingsfest

Der diesjährige Fasching in Moosburg wurde auch von den Pensionist\*innen so richtig gefeiert. Verrückte Kostüme, lustige Närrinnen und Narren, viele Krapfen (gesponsort von SPÖ-GV Stefan Staudacher) sowie jede Menge Spaß waren die Ausrufezeichen des gelungenen Faschingsfestes. Zahlreiche Teilnehmer\*innen fanden den Weg zu dieser Veranstaltung, bei der bei flotter Musik getanzt, gefeiert und gelacht wurde (Foto oben).



**93 Jahre!** Das treue Mitglied Maria Kuschill hat den 93. Geburtstag gefeiert. Der Jubilarin wünschten Obmann Robert Leiningner und dessen Stellvertreter Robert Staudacher für die Zukunft alles Gute und viel Gesundheit. Der Jubilarin wurde auch ein Geburtstagspräsent überbracht.



**85 Jahre!** Ihren 85. Geburtstag hat Mathilde Janesch gefeiert. Obmann Robert Leiningner und dessen Stellvertreter Robert Staudacher gratulierten der Jubilarin im Namen der PVÖ-Ortsgruppe mit einem netten Geburtstagspräsent.

## KLAGENFURT-ANNABICHL Hohe Geburtstage

In der PVÖ-Ortsgruppe Klagenfurt-Annabichl haben mehrere Mitglieder hohe bzw. runde und halbrunde Geburtstage gefeiert. Wilhelm Kölbl hat sein 92. Lebensjahr vollendet, Oswald Habernig feierte seinen 80. Geburtstag, Friedrich Gabus und Eleonore Sibitz den 75. Geburtstag. Im Namen der PVÖ-Ortsgruppe gratulierte allen Jubilar\*innen die Obfrau Doris Bodamer. Auch die UG gratuliert.



**MARIA SAAL**

Obmann Anton Bauer (links) mit den Ehrengästen Vzbgm. Karsten Steiner, Bgm. Franz Pfaller, Peter Kohlweg, PVÖ-Bezirksobmann Hans Steiner und Ronald Tragbauer.

## Stolze Mitgliederbilanz in Maria Saal

Nach zweijähriger Pause, bedingt durch die Corona-Pandemie, konnte die PVÖ-Ortsgruppe Maria Saal wiederum eine Jahreshauptversammlung abhalten. Obmann Anton Bauer konnte dazu neben über 70 Mitgliedern als Ehrengäste Bürgermeister Franz Pfaller, die Vizebürgermeister Ing. Karsten Steiner und Ing. Siegfried Obersteiner sowie den PVÖ-Bezirksvorsitzenden Hans Steiner begrüßen. Viel Applaus gab es auch für das älteste Mitglied Maria Cerny. In seinem Tätigkeitsbericht konnte Obmann Anton Bauer auf einige Veranstaltungen hinweisen, die trotz der Corona-Beschränkungen durchgeführt werden konnten. Besonders erwähnte er das sehr erfolgreiche Herbstfest 2021 mit über 200 Besucher\*innen. Auch der Kassenbericht von Sissy Kramer war äußerst positiv. Sie und der gesamte Vorstand wurden einstimmig entlastet.

Im Rahmen der Ehrungen für langjährige Mitgliedschaft beim PVÖ wurden folgende Mitglieder ausgezeichnet: 15 Jahre: Maria Hemerka,

Edeltraud Kohlweg, Edith Köstenbaumer, Gerlinde Köstenbaumer, Peter Köstenbaumer, Hermann Maurer, Sieglinde Maurer, Katharina Schneider, Siegfried Stippich, Hans Woschitz; 20 Jahre: Elfi Pretis; 25 Jahre: Maria Rosa Jarz; 30 Jahre: Anita Arnez, Irma Mülle; 40 Jahre: Egon Hofer, Willibald Weiss. Obmann Anton Bauer bedankte sich bei allen Jubilar\*innen für die Treue und überreichte jedem ein Präsent. Bürgermeister Pfaller Franz verwies in seiner Ansprache auf die gute Zusammenarbeit mit der Ortsgruppe und versprach diese auch weiterhin im Rahmen seiner Möglichkeiten zu unterstützen. Bezirksvorsitzender Steiner Hans, er ist auch Obmann der überaus erfolgreichen Kegelrunde, dankte Obmann Bauer für die gute Arbeit in der Ortsgruppe, welche die Mitgliederanzahl – trotz Corona und etlicher Todesfälle – in den letzten zwei Jahren sogar noch steigern konnte. Die Veranstaltung endete mit einem gemeinsamen Essen mit anschließendem gemütlichen Beisammensein.

## Bewährtes PVÖ-Team in Grafenstein

Im Rahmen der gut besuchten Jahreshauptversammlung der PVÖ-Ortsgruppe Grafenstein im Hambrusch-Saal in Grafenstein wurde das bewährte PVÖ-Team mit Obmann Franz Tomazic eindrucksvoll wiedergewählt.

Den Vorstand bilden neben dem Vorsitzenden Franz Tomazic seine Stellvertreterin Rosmarie Hasslacher, Kassierer Alexander Zalka (Stellvertreterin Ludmilla Schillinger) und Schriftführer Gerhard Weiss (Stellvertreterin Annemarie

Tomaschitz). Im Rahmen der Mitgliederversammlung wurden auch langjährige Mitglieder für ihre Treue zum PVÖ bzw. zur Ortsgruppe von PVÖ-Bezirksobmann Hans Steiner mit Ehrenurkunden und kleinen Präsenten ausgezeichnet. Insbesondere Gerlinde Mikula, die seit 35 Jahren der PVÖ-Ortsgruppe die Treue hält! Die gelungene Veranstaltung klang mit einem gemütlichen Beisammensein der Mitglieder und Ehrengäste harmonisch aus.



**GRAFENSTEIN**

Bezirksvorsitzender Hans Steiner (links) mit den Geehrten Stefanie Pajer, Irene Lanker, Gerlinde Mikula (sitzend), Christine Rupitsch, Herta Tscherbatschoff und Obmann Franz Tomazic (rechts).





## Aktiv in den Frühling!

Die Bezirksorganisation Klagenfurt-Stadt des Pensionistenverbandes (PVÖ) ist aktiv in den Frühling gestartet. Das Reisereferat hat eine erste Fahrt mit zahlreichen Teilnehmer\*innen in die Therme Abano in Italien organisiert (Foto oben) und auch die Wandersaison hat mit einer ersten Wanderung (mit den „Wanderbuam“) begonnen.



## Gemeinsam mit der Volkshilfe

Die Ortsgruppe Wölfnitz des Pensionistenverbandes (PVÖ) war in den letzten Wochen sehr aktiv. Gemeinsam mit der Volkshilfe (Mathilde Tribelnig ist seit vielen Jahren fleißige Betreuerin) wurde ein lustiger Faschingsnachmittag veranstaltet, weiters gab es eine lustige Bildpräsentation von den Veranstaltungen der PVÖ-Ortsgruppe im Jahr 2021. Die Mitglieder wurden dabei mit Kaffee, Krapfen und einer Jause verwöhnt und vom fleißigen PVÖ-Team bedient. Eine gelungene Veranstaltung.

## KLAGENFURT-KALVARIENBERG

### 103. Geburtstag!

In der PVÖ-Ortsgruppe Klagenfurt-Kalvarienberg hat das langjährige Mitglied Maria Statmann ihren 103. Geburtstag gefeiert. Die Vorsitzende Brigitte Wieser und ihre Stellvertreterin Karin Slamanig gratulierten zum besonderen Jubiläum und stellten sich auch mit einem netten Geburtstagspräsent ein. Maria Statmann ist seit 45 Jahren Mitglied in der PVÖ-Ortsgruppe Kalvarienberg und hat über all die vielen Jahre ihren spontanen und feinen Humor nicht verloren. Dieser wurde bei



der kleinen Feier in Anwesenheit ihrer Tochter Barbara auch bei einem gemütlichen Glas Sekt sehr genossen. Die PVÖ-Ortsgruppe wünscht der Jubilarin noch viele schönen Stunden mit ihrer lieben Familie und im Kreise des PVÖ. Auch die UG gratuliert!

## KLAGENFURT/VIKTRING

### Trauer um Josef Polessnig †



Die Ortsgruppe Viktring des PVÖ trauert um ihr langjähriges, treues Mitglied Altbgm. KR Josef Polessnig (Foto), das im 93. Lebensjahr verstorben ist. Josef Polessnig war PVÖ-Mitglied seit dem Jahre 1974 und wurde von der Ortsgruppe im Jahre 2019 für 45 Jahre Mitgliedschaft geehrt. Bis zuletzt war er bei sämtlichen Veranstaltungen und Fahrten der PVÖ-Ortsgruppe dabei und hat bei den Weihnachtsfeiern auch gerne das Wort ergriffen. Auch bei den Tagesfahrten war Josef Polessnig in Begleitung seiner Frau Monika fast immer dabei. Tiefe Betroffenheit hat die Nachricht, dass Josef „Pepe“ Polessnig verstorben ist, auch bei der SPÖ Kärnten ausgelöst. „Sein Schaffen und Wirken werden uns fehlen, sein Engagement für die Sozialdemokratie wird uns immer Vorbild sein. In seinen zahlreichen Funktionen, ob als Landtagsabgeordneter, Mitglied des Klagenfurter Gemeinderates, als standespolitischer Vertreter in der Wirtschaftskammer oder als letzter Bürgermeister vom Viktring – sein Elan und sein Einsatz haben uns stets beeindruckt und waren Vorbild für uns“, würdigte SPÖ Kärnten-Landesparteivorsitzender LH Dr. Peter Kaiser den Verstorbenen. Für sein verdienstvolles Wirken wurde Josef Polessnig mit vielen Auszeichnungen geehrt. Unter anderem mit der Goldenen Medaille der Landeshauptstadt Klagenfurt, dem Goldenen Ehrenzeichen der Republik Österreich, dem Großen Goldenen Ehrenzeichen des Landes Kärnten, der Großen Goldenen Ehrenmedaille und der Goldenen Ehrennadel der Wirtschaftskammer Kärnten, der Viktor-Adler-Plakette der SPÖ, dem Goldenen Ehrenring des Wirtschaftsverbandes Österreich und dem Ehrenring des Sozialdemokratischen Wirtschaftsverbandes Kärnten. Die Ortsgruppe Viktring des PVÖ, die SPÖ Kärnten sowie die vielen Institutionen, für die er tätig war, werden Josef Polessnig stets ein ehrendes Gedenken bewahren.



## Thermenurlaub in Moravske Toplice

Mitglieder der PVÖ-Ortsgruppe Ferlach und Freunde aus anderen Ortsgruppen (Foto) verbrachten mit Reiseleiterin Rotraud einen sechstägigen Thermenurlaub in Moravske Toplice (Hotel Ajda). Beim Schwimmen sowie Spaziergängen in der Umgebung und Relaxen ging der Kurzurlaub schnell vorüber und die Koffer mussten wieder gepackt werden. Mit einem Mittagessen bei der Heimfahrt in der Schmankerl-Schenke Fuchs fand der Urlaub einen gemütlichen Ausklang.



# Herzlichen Glückwunsch

## „Unsere Generation“ gratuliert zum Jubiläum!



**KEUTSCHACH/SEE**

**85 Jahre!** Das treue Mitglied Horst Lüdecke hat sein 85. Lebensjahr vollendet. Obfrau Maria Struger überbrachte dem Jubilar die Glückwünsche der PVÖ-Ortsgruppe und ein Präsent.



**WÖLFNITZ**

**90. Geburtstag!** Das sportbegeisterte Mitglied Norbert Jerney feierte seinen 90. Geburtstag. Im Namen der PVÖ-Ortsgruppe gratulierten Obfrau Birgit Pichler und ihr Stellvertreter Walter Süssenbacher.



**WÖLFNITZ**

**90 Jahre!** Dorothea Ceray hat ihren 90. Geburtstag gefeiert. Betreuerin und Geburtstagsorganisatorin Doris Weber überraschte die Jubilarin mit einem Geschenkkorb der PVÖ-Ortsgruppe.

### 80 Jahre!

Das langjährige Mitglied Margarete Dullnig hat ihren 80. Geburtstag gefeiert. Im Namen der Ortsgruppe Welzenegg gratulierte die Obfrau Marlene Wegscheider mit einem Präsent.



**KLAGENFURT**



**WELZENEGG**

**85!** Das treue PVÖ-Mitglied Maria Wuzella ist 85! Obfrau Marlene Wegscheider gratulierte.



**MOOSBURG**

**Vier Jubilare!** Gleich vier Jubilar\*innen feierten gemeinsam Geburtstag: Reinhold Kupper, Herta Krassnitzer, Maximilian Fischer und Erich Müller. Obmann Robert Leiningner und OV-Stv. Robert Staudacher gratulieren recht herzlich für den PVÖ.

### Ein Hoch!

Das langjährige Mitglied Josefine Krobath hat einen runden Geburtstag gefeiert. Der Jubilarin gratulierten Obmann Franz Hörnler und Schriftführerin Gerlinde Kienzl.



**ZELL-GURNITZ**



**WÖLFNITZ**

**Ein Hoch!** Otto Pichler feierte seinen 75. Geburtstag. Dem Boccia-Referent und fleißigen Organisator gratulierten Obmannstellvertreter Peter Sussitz und Betreuerin Mathilde Tribelnig.



**ZELL-GURNITZ**

### 80 Jahre!

Das langjährige Mitglied Gerd Pleyer hat den 80. Geburtstag gefeiert. Dem Jubilar gratulierte im Namen der PVÖ-Ortsgruppe Obmann Franz Hörnler und Evelin Schneeweiß.



**KLAGENFURT**

**80. Geburtstag!** Gertraud Puschl hat ihren 80. Geburtstag gefeiert. Der langjährigen Begleiterin wünschen die Ortsgruppe St. Peter und die PVÖ-Bezirksorganisation alles Gute und noch viele Jahre!



**KEUTSCHACH/SEE**

### Alles Gute!

Ute Koschmieder hat ihren 75. Geburtstag gefeiert. Der treuen Jubilarin überbrachte Obfrau Maria Struger die Glückwünsche der PVÖ-Ortsgruppe und ein Präsent.



**KEUTSCHACH/SEE**

### Ein Hoch!

Das treue Mitglied Waltraud Supanz hat ihren 75. Geburtstag gefeiert. Für die PVÖ-Ortsgruppe gratulierte die Vorsitzende Maria Struger und übergab ein nettes Präsent.





Landeshauptmann Dr. Peter Kaiser (Mitte) mit Kegel-Obfrau Freya Engertsberger (ganz links) und den zahlreichen Teilnehmer\*innen des erfolgreichen PVÖ-Kegelturniers in Poggersdorf.

## „Gut Holz“ beim PVÖ-Turnier in Poggersdorf

Das traditionelle Poggersdorfer Kegelturnier der PVÖ-Pensionist\*innen wurde im Leistungszentrum Hörtendorf durchgeführt und verzeichnete eine Rekordteilnehmer\*innenzahl von 131 Kegler\*innen. Als Ehrengast konnten die Organisatoren den Kärntner Landessportreferenten Landeshauptmann Dr. Peter Kaiser begrüßen, der auch die erste Kugel warf und den Aktiven „Gut Holz“ wünschte.

Landeshauptmann Dr. Peter Kaiser dankte auch dem engagierten Veranstaltungsteam der Kegelgruppe Poggersdorf und der Bezirksgruppe Klagenfurt-Land des Pensionistenverbandes Österreichs mit Obfrau Freya Engertsberger an der Spitze. „Ich sehe hier gemeinsame sportliche Betätigung, Zusammenhalt, gegenseitige

Unterstützung und Lebensfreude. Das ist großartig. Macht bitte alle weiter so!“, wünschte sich der Landeshauptmann.

Bei den Damen siegte Margarethe Larisi (OG Maria Saal) mit 247 Kegeln vor Paula Jöri (OG Poggersdorf 2) mit ebenfalls 247 Kegeln, aber mit dem schlechteren Abräumergebnis, sowie Hedi Kral (OG St. Kanzian) mit 240 Kegeln.

Bei den Herren holte sich Adi Pichler (OG Klagenfurt-Waidmannsdorf) mit 259 Kegeln den Sieg. Hugo Sussitz wurde mit ebenfalls 259 Kegeln, aber dem schlechteren Abräumergebnis Zweiter, Rang drei ging an Walter Eder (OG Zlan/Stockenboi) mit 257 Kegeln. Für die erfolgreichen Kegler\*innen gab es schöne Preise.



## Klagenfurt-Land: Ervin Hukarević neuer SPÖ-Bezirkschef

Im Rahmen der SPÖ-Bezirkskonferenz im Kulturhaus in Feistritz/Rosental wurde Ervin Hukarević, Stadtrat in Ferlach, mit 61 Prozent der Delegiertenstimmen zum neuen SPÖ-Bezirksvorsitzenden gewählt. Hukarević folgt dem Ferlacher Bürgermeister Ingo Appé, der nicht mehr kandidiert hat. Dem neuen Bezirksparteivorsitzenden wünschte Landesparteivorsitzender Dr. Peter Kaiser viel Glück und Kraft für die Arbeit und stellte klar, mit welchem Erfolgsrezept die SPÖ in und für Kärnten weiter arbeiten muss – mit Geschlossenheit und Zusammenhalt. „Im Moment braucht es mehr denn je eine sozialdemokratisch getragene Politik, auf die sich die Menschen verlassen können. Das können wir nur, wenn wir am 5. März 2023 wiedergewählt werden“, so Kaiser.

Der scheidende Bezirksparteivorsitzende Ingo Appé verabschiedete sich vom ganzen Team und dankte allen, die ihn auf seinem Weg begleitet haben. Und dem zukünftigen SPÖ-Bezirkschef wünschte er viel Erfolg und Kraft bei seiner neuen Aufgabe.

### FERLACH

## Hohes Alter!

Im Altenwohnheim Ferlach feierten zwei langjährige Mitglieder ihren 92. Geburtstag: Josefine Sporn und Elisabeth Trunk-Steiner. Beiden Jubilarinnen wurden von der Subkassiererin Olga Just die besten Glückwünsche und ein Präsent der PVÖ-Ortsgruppe überreicht.

## Erfolgreiches Boccia-Schnuppern

Die Ortsgruppe „Landesorganisation“ des Pensionistenverbandes (PVÖ) hat im neuen Boccia-Zentrum in Poggersdorf einen Boccia-Schnupperkurs für Mitglieder durchgeführt. Der Einladung von Obfrau Christine Smriecnik sind viele Mitglieder gefolgt, die offensichtlich Spaß an dieser unter den Pensionist\*innen noch relativ neuen Sportart gefunden haben. Für die fachgerechte Einführung in die neue Sportart sorgte der Boccia-Referent des Bezirkes Klagenfurt-Land Willi Tomaschitz mit seinem Team. Nach diesem erfolgreichen Schnupperkurs ist klar, dass man sich schon in Kürze wieder auf dem Boccia-Platz, möglicherweise sogar zum ersten Wettkampf treffen wird.



**OG LANDESORGANISATION:** Die Teilnehmer\*innen des Boccia-Schnupperkurses der Ortsgruppe „Landesorganisation“ mit ihrer Obfrau Christine Smriecnik (ganz rechts) und Boccia-Profi Willi Tomaschitz.



## Karl Bodner (PVÖ) weiter an der Spitze des Seniorenbeirates

Bei der Sitzung des Kärntner Seniorenbeirates im April wurde Karl Bodner (Pensionistenverband/PVÖ) erneut in seiner Funktion als Beiratsvorsitzender bestätigt. Neu gewählt wurden seine Stellvertreter\*innen – Thomas Richler (Seniorenring) und Elisabeth Scheucher-Pichler (Seniorenbund). Als erste Gratulantinnen waren Gesundheits- und Sozialreferentin Landeshauptmann-Stellvertreterin Dr.<sup>in</sup> Beate Prettnner und Seniorenreferentin Landesrätin Mag.<sup>a</sup> Sara Schaar anwesend.



Beiratsvorsitzender Karl Bodner (Mitte) mit seinen beiden Stellvertretern, LH-Stv.<sup>in</sup> Dr.<sup>in</sup> Beate Prettnner und Landesrätin Mag.<sup>a</sup> Sara Schaar.  
Foto: LPD

„Die Seniorenbeiratssitzung mit der Neuwahl war wieder eine Weichenstellung für die Zukunft. Eine Weichenstellung für die Lösung von Problemen, die uns in Kärnten und bundesweit bewegen – etwa die Pensionsanpassung, Altersarmut und Altersdiskriminierung etc. Im Beirat sind wir bemüht, diese Probleme gemeinsam mit dem Land Kärnten anzugehen“, versicherte Vorsitzender Karl Bodner als Vertreter der weitaus mitgliederstärksten Senior\*innen-Organisation in Kärnten.

„Karl Bodner, Thomas Richler und Elisabeth Scheucher-Pichler sind verlässliche Partner\*innen für uns, wenn es um die Interessen der Kärntner Senior\*innen geht. Mit ihnen an der Spitze ist der Seniorenbeirat ein essenzieller Partner für die Landespolitik, deren Aufgabe ist, es umfangreich zu unterstützen, damit die ‚dritte Lebensphase‘ der Kärntnerinnen und Kärntner eine besondere und wertvolle wird – geprägt von Gesundheit, Vielfalt und Aktivität“, dankten Prettnner und Schaar den Spitzenvertreter\*innen des Kärntner Seniorenbeirates.

Prettnner fügte weiters hinzu, dass „mit dem Älterwerden der Gesellschaft die Landespolitik auch die Rahmenbedingungen laufend anpassen muss. Vor allem die Wohnformen für die ältere Generation sind nach den Lebenssituationen der Menschen auszurichten“. „Deshalb forcieren wir in Kärnten seit Jahren den Ausbau des betreuten

Wohnens. Ausgebaut werden aber auch mobile Betreuungsdienste: Jedes Jahr werden die so genannten mobile Dienste aufgestockt. Das Angebot wird extrem gut angenommen. Andere Bundesländer wollen diese Form der Betreuung nun auch übernehmen“, sagte Prettnner.

Auch mit einem anderen Projekt war Kärnten Vorbild für Rest-Österreich – nämlich mit der Pflegenahversorgung. „Der Bund hat unser Modell ab heute übernommen. Er nennt es Community Nurse. Während der Bund mit diesem Pflegeangebot in den Starlöchern ist, hat Kärnten bereits 73 seiner 132 Gemeinden mit an Bord. Elf weitere Kommunen sind kurz vor dem Start, sodass wir vor dem Sommer schon in 84 Gemeinden die Pflege-Nahversorgung umgesetzt haben werden“, berichtete Prettnner.

Seniorenreferentin Landesrätin Mag.<sup>a</sup> Sara Schaar hob hervor, dass im Jahre 2021 – trotz Corona-Pandemie – zahlreiche Aktionen und Projekte durchgeführt werden konnten: „So war die Seniorenerholungsaktion ‚Aktiv und fit im Alter‘ möglich und restlos ausgebucht. Mit diesem Angebot unterstützen wir Senior\*innen dabei, ein möglichst langes und aktives Leben zu führen, wir fördern gesellschaftliches Miteinander, soziale Kontakte und machen Lust auf gesunde Bewegung.“ Auch in diesem Jahr gibt es den einwöchigen Erholungsaufenthalt mit Fokus auf gesundheitserhaltende Aktivitäten, kreative

und kulturelle Angebote und Experten-Vorträge wieder – mit Terminen im Frühjahr sowie im September und Oktober. 2022 stehen insgesamt 240 Plätze zur Verfügung.

Schaar berichtete auch über ein neues Angebot des Seniorenreferates, den Bildungsbonus WIR. Gefördert wird die Weiterbildung in einer Kärntner Einrichtung für Erwachsenenbildung, welche den Ö-Cert-Qualitätsrahmen erfüllt. Es handelt sich um einen Einmalzuschuss pro Person und Jahr in Höhe der tatsächlichen Kurskosten – maximal sind es 100 Euro. Und angesichts der aktuellen Teuerungswelle wies Schaar auf die finanzielle Unterstützung des Landes hin, welche Senior\*innen mit geringerem Einkommen über die Gemeinden beantragen können. Maximal 400 Euro an Zuschuss sind etwa bei Zahlungsrückständen (Miete, Strom, Heizkosten) möglich.

Der Kärntner Seniorenbeirat ist ein beratendes Organ der Kärntner Landesregierung und vertritt die Interessen der Kärntner Senior\*innen, forciert ihre gesellschaftliche Teilhabe und ihre Einbindung in allen Lebensbereichen. Er berät die Landesregierung in Fragen, die Senior\*innen betreffen, und kann auch Empfehlungen sowie Anregungen aussprechen. Im Seniorenbeirat sitzen neun Vertreter\*innen der drei großen Seniorenorganisationen (Pensionistenverband Kärnten, Kärntner Seniorenbund, Kärntner Seniorenring).

## Thermenbesuch

Mit Obfrau Maria Struger als Reiseleiterin verbrachten die Keutschacher PVÖ-Pensionist\*innen (Foto) einen erholsamen Aufenthalt in der Therme Vivat in Moravske Toplice. In der Therme mit dem berühmten schwarzen Wasser wurde gebadet, sauniert und in der Wellnessoase für das Wohl des Körpers gesorgt. Auf der Heimreise gab es noch einen Zwischenstopp in Gornja Radgona, wo die berühmte Sektkellerei „Frangez“ besucht wurde. Im Bus gab es einen großen Applaus für die Organisator\*innen dieser gelungenen Thermenreise nach Slowenien.







Die erfolgreichen Kärntner Teilnehmer\*innen der PVÖ-Bundes-Schmeisterschaften 2022 mit Delegationsleiter Helmut Müller (links) und seiner Stellvertreterin Maria Lerchster (rechts).

## Kärnten mit Top-Ergebnissen PVÖ-Bundesschmeisterschaften 2022 in Salzburg

Bei den von der Landesorganisation Salzburg in Hollersbach durchgeführten Bundes-Schmeisterschaften 2022 des Pensionistenverbandes Österreichs glänzten die Kärntner Teilnehmer\*innen mit Top-Ergebnissen.

Im Alpin-Bewerb wurde in der starken Altersgruppe Masters 70 wurde Helmut Ofner PVÖ-Bundesmeister 2022, Johann Pscheider, ehemaliger Landesportreferent des PVÖ-Kärnten, errang in derselben Altersgruppe Rang 8. Bei den Damen belegte die Rosentalerin Klaudia Kraxner in der Altersklasse 55 mit nur 1,60 Sekunden Rückstand auf den 4. Platz belegt.

Im Langlauf erreichten Toni Wutte und Hubert Urbaner die Plätze 1 und 2 und errangen somit den Bundesmeister- bzw. Vizemeistertitel in ihrer Altersklasse Masters 60! Themessl Hubert errang in der Altersklasse Masters 65 den hervorragenden 4. Platz. Die bestens organisierten Bundesmeisterschaften waren mit nahezu 200 Teilnehmer\*innen (Aktive und Zaungäste) ein voller Erfolg und auch beim traditionellen Galaabend herrschte eine perfekte Stimmung. Kärnten, angeführt von PVÖ-Landessportreferent Helmut Müller und seiner Stellvertreterin Maria Lerchster, war bei den Meisterschaften mit 14 Teilnehmer\*innen vertreten.

Kärnten wird im nächsten Jahr (21./22. Febr 2023) Organisator der PVÖ-Bundesschmeisterschaften sein. Die Alpinbewerbe werden auf der Petzen, die Langlaufbewerbe beim Pirkdorfer See stattfinden. „Mit dem Heimrecht werden wir versuchen, nicht nur noch mehr Teilnehmer\*innen auf die Piste bzw. auf die Loipe zu bringen, sondern auch wiederum ein TOP-Ergebnis abzuliefern“, zeigte sich PVÖ-Landessportreferent Helmut Müller optimistisch.



## PVÖ-Wandersaison ist eröffnet

Die Schneeschuhe sind verstaut, die neue PVÖ-Wandersaison 2022 ist eröffnet. Die erste Wanderung führte die recht ansehnliche Gruppe von Wanderlustigen mit PVÖ-Wanderreferentin Maria Lerchster an der Spitze von Irschen auf die Leppneralm. Auf dem 4,5 Kilometer langen Forstweg ging es gemütlich hinauf bis zur Leppneralm, wo in der „Bergheimat“ eingekehrt wurde (Foto). Dort war der Tisch für die Teilnehmer\*innen der Wanderung bereits gedeckt und als Belohnung wurden schmackhafte Ripperln serviert. Anschließend wurde auf der Terrasse noch getanzt.

## SICHERHEIT IM ALTER

### Eine Serie von Isidor Scheriau

*Konsumentenschutz-Beauftragter des PVÖ Kärnten\**

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

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



### Sicherheit in Wohnung/Haus

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

### Das Badezimmer

Auch hier gibt es – wie in den übrigen Wohnbereichen – viele kleine versteckte Fallen, die eine Gefahr darstellen und die man beseitigen sollte. Das Badezimmer ist nämlich der häufigste Unfallort in der Wohnung!

### Unsere Tipps:

- Haltegriffe neben der Badewanne erleichtern das Ein- und Aussteigen aus der Badewanne.
- Auch Haltegriffe in der Dusche erhöhen die Sicherheit.
- Badewanne und/oder Dusche sollen unbedingt mit einer rutschfesten Matte ausgestattet sein. Sie verhindert das Ausrutschen auf dem nassen, seifigen Boden und gewährleistet sicherten Halt!
- Auch Teppiche und Vorleger im Badezimmer sollten eine rutschfeste Unterseite haben.
- Duschhocker ermöglichen eine bequeme Körperreinigung und erhöhen die Sicherheit.
- Durchlauferhitzer müssen in regelmäßigen Abständen (jährlich) gewartet werden.
- Elektrogeräte dürfen niemals mit Wasser in Berührung kommen.
- Badezimmertüren sollen nach außen aufgehen und von außen zu öffnen sein. So kann bei Unfällen oder anderen Notfällen rasch und leichter Hilfe geleistet werden!

**So viel für diesmal. In der nächsten UG-Ausgabe widmen wir uns dem Thema „Mehr Sicherheit im Freien“.**

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



Die neue Ortsgruppenvorsitzende Jutta Zois (links), Bezirksobmann Christian Scherwitzl, Josef Polka (30 Jahre PVÖ-Mitglied) und PVÖ-Landesdirektor Bgm. Arnold Marbek (rechts).

## Guttaring: Ein neues PVÖ-Team mit Jutta Zois an der Spitze

Die diesjährige Jahreshauptversammlung der PVÖ-Ortsgruppe Guttaring im Gasthaus Moser war von einer kompletten Neuaufstellung geprägt. Mit vereinten Kräften ist es gelungen, ein erfahrenes und dynamisches Team aufzustellen, welchem in den nächsten drei Jahren Jutta Zois als neue Obfrau vorstehen wird.

Den weiteren Vorstand bilden als Obfraustellvertreter Max Drobesh, Kassiererin Iris Fischer (Stv.<sup>in</sup> Siegraud Sallinger), Schriftführer Andreas Sallinger (Stv.<sup>in</sup> Michaela Drobesh), Eva Salchegger und Brigitte Krassnitzer (Kontrolle), Karl Buchbauer (Reisekoordinator) und Andrea Krall (Homepage).

Der scheidenden Obfrau Maria Hatenberger und ihrem Team wurde vom neuen Vorstand und auch den Ehrengästen für die sehr gute Arbeit in den letzten Jahren gedankt. Ebenfalls auf der Agenda der Tagung standen die Ehrungen langjähriger Mitglieder: Josef Polka (30 Jahre); Hilde Bischelsberger (25 Jahre); Elfi und Heinz Wabnegger, Karl Geschitz, Christine Musitsch (alle 20 Jahre) sowie Matthäus Bacher (15 Jahre). Neben vielen Mitgliedern konnten zur Jahreshauptversammlung auch zahlreiche Ehrengäste, darunter der komplette Vorstand der Gemeinde, PVÖ-Bezirksvorsitzender Christian Scherwitzl und auch PVÖ-Landesdirektor Bgm. Arnold Marbek begrüßt werden.

Nach Erledigung der Tagesordnungspunkte waren die Mitglieder und Ehrengäste zum gemütlichen Teil der Hauptversammlung eingeladen. Herzlichen Dank auch an das Gasthaus Moser für die hervorragende Bewirtung.



Maria Hatenberger wurde für ihre langjährige Tätigkeit als Obfrau der PVÖ-Ortsgruppe von Bezirksobmann Scherwitzl geehrt.

## Besuch des PVÖ-Landespräsidenten

Über einen hohen Besuch konnte sich die PVÖ-Ortsgruppe Klagenfurt-St. Peter freuen. Obmann Willroider und Reiseleiter Kaspar Ott mit dem Vorstand und Mitgliedern konnten beim traditionellen Klubnachmittag erstmals auch PVÖ-Landespräsident Karl Bodner in ihrer Mitte begrüßen. Der Heringschmaus hat allen sehr gut geschmeckt und beim gemütlichen Gespräch wurden viele aktuelle Themen erörtert. Auch für persönliche Gespräche mit dem Landespräsidenten des PVÖ Kärnten blieb genug Zeit.



Das bewährte St. Veiter SPÖ-Bezirksteam mit Obmann Klaus Köchl, Landeshauptmann Dr. Peter Kaiser, PVÖ-Landespräsident Karl Bodner und PVÖ-Neumitglied Walter Wieser (Mitte).

## Der PVÖ Kärnten ist immer präsent Landespräsident Bodner bei SPÖ-Bezirkskonferenz St. Veit/Glan

Bei dem auf der Burg Taggenbrunn stattgefundenen Bezirksparteitag der SPÖ St. Veit an der Glan wurde der Nationalratsabgeordnete und Bürgermeister von Liebenfels, Klaus Köchl, mit 92 Prozent der Stimmen als Bezirksvorsitzender wiedergewählt. Neben SPÖ Kärnten-Vorsitzenden LH Dr. Peter Kaiser und Landesrat Daniel Fellner gratulierte auch PVÖ-Landespräsident Karl Bodner Klaus Köchl zur eindrucksvollen Wiederwahl.

In seinem Impulsreferat an die Delegierten der Konferenz ging Landeshauptmann Dr. Peter Kaiser ausführlich auf aktuelle und zukünftige politische Herausforderung ein – vom Krieg in der Ukraine und der aktuellen COVID-19-Situation im Lande bis hin zu einem Ausblick auf die unmittelbaren Schwerpunkte und Aufgaben der Sozialdemokratie in Kärnten und Österreich. Auch die Maßnahmen des Landes zum Wohle der älteren Generation war Thema des Kaiser-Referates, der den Einsatz der SPÖ für eine echte, gerechte und nachhaltige Sozialpolitik in Kärnten hervorhob.

„Die Ziele für ein langfristig erfolgreiches Kärnten sind gute Arbeit, beste Bildung, leistbares Leben, eine gesunde Zukunft und eine solidarische Gemeinschaft – die wir schon seit 2013 umsetzen und die – angesichts der Erfahrungen aus der jüngsten Vergangenheit – noch erweitert werden müssen“, so Kaiser. „Der österreichische Sozialstaat, das hat Corona bewiesen, ist unverzichtbar für ein erfolgreiches Land. Wir müssen ihn aber weiterentwickeln und adaptieren, es braucht also zum einen einen modernen Sozialstaat in Österreich und zum anderen braucht es eine Umweltpolitik der nachhaltigen Einzelverantwortung mit Augenmaß und Verantwortung“, betonte Kaiser.

An dieses Verantwortungsgefühl appellierte auch der wiedergewählte SPÖ-Bezirksparteivorsitzende Klaus Köchl: „Die Schnellstraße S37 braucht einen Sicherheitsausbau von St. Veit bis nach Friesach. Bundesministerin Leonore Gewessler legt sich hier quer – ohne die Situation vor Ort zu kennen. Das ist weder nachhaltig noch verantwortungsvoll. Diese Straße hat genug Menschenleben gekostet. Machen wir endlich den Sicherheitsausbau“, so Köchl, der auch den Einsatz von Martin Kulmer, Bürgermeister in St. Veit, bis hin zu Josef Kronlechner, Bürgermeister in Friesach, hervorhob.





**HÜTTENBERG:**

Die geehrten Mitglieder Gertrude Kanatschnig, Obmann Hermann Hinteregger, Gertrud Gigacher, Gerhard Hebenstreit und Körbler Kurt.



## Treue PVÖ-Mitglieder in Hüttenberg

Sehr gut besucht war die Jahresversammlung der PVÖ-Ortsgruppe Hüttenberg im Gasthaus Neugebauer, die mit einem gemeinsamen Mittagessen und einer Gedenkminute für die in der abgelaufenen Vereinsperiode verstorbenen Mitglieder eingeleitet wurde. Den Berichten von Obmann Hermann Hinteregger und der Vorstandsmitglieder konnte entnommen werden, dass trotz der Lockdowns insgesamt 14 Klubnachmittage mit gesundheitsorientierten Aktivitäten stattgefunden haben. Ein großer Dank gebührt auch den Bäckerinnen und Handarbeiterinnen, die immer wieder dazu beitragen, dass die Vereinskasse gut gefüllt ist.

Höhepunkt der Hauptversammlung waren wie immer wieder die Ehrungen von Mitgliedern für langjährige Treue zum Pensionistenverband (PVÖ) bzw. zur Ortsgruppe Hüttenberg. Geehrt wurden: Hermann und Wiltrud Juritsch (35 Jahre PVÖ-Mitgliedschaft); Gertrude Kanatschnig, Gertrud und Alfred Gigacher, Kurt Körbler, Gisela Hofferer (alle 25 Jahre); Edeltraud Schneider, Gerhard Hebenstreit, Hermann Hinteregger (alle 20 Jahre); Johann Ramprecht (15 Jahre). Ortsgruppenobmann Hermann Hinteregger gratulierte Geehrten und dankte allen für die langjährige Treue zum PVÖ. Leider konnten nicht alle Geehrten anwesend sein.



**KNAPPENBERG**

## Heringschmaus beim PVÖ Knappenberg

Endlich war es auch in der Ortsgruppe Knappenberg des PVÖ wieder möglich gemütlich zusammensitzen und einander zu erfreuen. Gelegenheit dazu bot das schon traditionelle Heringsalatessen im Gasthaus Lauchard in der Lölling (Foto oben). Trotz der damals noch geltender Corona-Schutzbestimmungen haben 16 Personen die Einladung angenommen und einen netten Nachmittag verbracht. Ein Danke der Obfrau Heidi Hofgärtner und ihrem Team für die Organisation der gelungenen Veranstaltung!



**STRASSBURG**

## Mal-Projekt der Generationen!

Mitglieder des PVÖ-Ortsgruppe Straßburg haben am Projekt „Lebenskunst Altern – Begegnung der Generationen“ mit Schüler\*innen der MS Straßburg teilgenommen. Das kreative Schaffen beim Mal-Workshop mit dem Künstler Heimo Luxbacher hat allen große Freude gemacht. Das Projekt wurde vom Land Kärnten angeboten, die Stadtgemeinde hat eingeladen, organisiert wurde es von Rolanda Honsig-Erlenburg.

**LAUNSDORF**

## Trauer um 2 Mitglieder †



Die Ortsgruppe Launsdorf des Pensionistenverbandes trauert um ihre langjährigen Mitglieder Ingeborg Hude (links) und Christian Knauder (rechts). Der Vorstand und die Mitglieder werden Hude und Knauder in lieber Erinnerung behalten!

**STRASSBURG**

## Wellnessurlaub

Die PVÖ-Ortsgruppe Straßburg organisiert vom 19. bis 23. Juni 2022 wieder einen Wellnessaufenthalt in der Heiltherme Bad Waltersdorf mit Übernachtung im Hotel Teuschler Mogg. Zur Anreise werden Fahrgemeinschaften gebildet. Die Kosten für drei Übernachtungen, Halbpension und Thermeneintritt werden rund 230 Euro betragen. Interessierte mögen sich wegen näherer Auskünfte und Organisation des Ausfluges bei Franz Glatz melden. Telefon: 0660/2135 656.



**METNITZ**

## 90 Jahre!

Josef Klaming, langjähriger Subkassierer der PVÖ-Ortsgruppe, hat in voller Frische seinen 90. Geburtstag gefeiert. Vorstand und Mitglieder gratulieren herzlichst!

**FRIESACH**

## Trauer um Grete Mischkulnig †

Die PVÖ-Ortsgruppe Friesach trauert um die verstorbene Ehrenobfrau Grete Mischkulnig (Foto). Mischkulnig war von 2004 Obmannstellvertreterin und von 2007 bis 2014 Obfrau der Ortsgruppe des Pensionistenverbandes in der Burgenstadt. Die Ortsgruppe Friesach des PVÖ wird Grete Mischkulnig stets ein ehrendes Gedenken bewahren.







**80. Geburtstag!** Die langjährige Kassiererin und Reiseleiterin Erika Pogatschnig ist 80. Der Jubilarin gratulierten Obmannstellvertreterin Hermi Krassnitzer und Steffi Szumovski mit einem Präsent!

**Ein Hoch!** Ehrenvorsitzender Arno Hinteregger hat seinen 80. Geburtstag gefeiert. Die PVÖ-Pensionist\*innen wünschen dem rüstigen Jubilar alles Gute und noch viele gesunde Jahre!



**92. Geburtstag!** Das langjährige PVÖ-Mitglied Josef Wurzer feierte seinen 92. Geburtstag. Obfrau Anneliese Burgstaller und Subkassiererin Christel Schwarz gratulierten mit einem Geschenk.

**95 Jahre!** Hilde Kronlechner, seit 1975 treues Mitglied des PVÖ, ist 95! Obmannstellvertreterin Hermi Krassnitzer und Kassiererin Steffi Szumovski gratulierten der Jubilarin im Pflegeheim Suavitas mit einem Präsent.



## Gelungener Wandertag

Die PVÖ-Ortsgruppe Eberstein veranstaltete ihren ersten Wandertag im Jahr 2022 unter den Motto „Lerne deine Gemeinde kennen“. Der Zuspruch zu dieser Wanderung war unerwartet gut (Foto oben) und es war auch für jeden etwas dabei. Jenen Mitgliedern, die bei der Wanderung nicht mitmachen konnten, wurde im Volksliedhaus St. Oswald unter der Leitung von Steffanie Dörflinger ein Ersatzprogramm geboten, welches ebenfalls guten Anklang fand. Übrigens: Ein Besuch des Volksliedhauses lohnt sich immer (Telefon 0664/73043923)! Zum Abschluss des abwechslungsreichen Tages traf man sich im Gasthaus Messner bei einem Heringsalat, der von Elisabeth Klammer vorzüglich zubereitet wurde. Der Mitgliedernachmittag findet in Zukunft jeden 1. Mittwoch im Monat statt. Die Vorschläge zu den Wanderungen kommen von den Mitgliedern.

## Fast 100 Mitglieder in Kraig

Die Jahreshauptversammlung der PVÖ-Ortsgruppe Kraig fand heuer im Eventhof Müller statt. Und obwohl wegen der Corona-Pandemie viele Mitglieder ihre Teilnahme absagen mussten, konnte der Ortsgruppenvorsitzende Willi Glück rund 50 Mitglieder zur Veranstaltung begrüßen. Erfreulich: Die Ortsgruppe nähert sich mit 95 Mitglieder der 100er-Grenze! In seinem Rückblick auf das Jahr 2021 hob Glück die Tagesausflüge nach Maria Zell und an den Mattsee sowie die Abschlussreise im Oktober nach Rovinj (Istrien) als Höhepunkte hervor. Danach musste man – pandemiebedingt – wieder alle Aktivitäten einstellen. Für 2022 sind bereits zwei Ausflüge auf den Schafberg und an den Chiemsee gebucht.



Obmann Willi Glück (links) mit den geehrten Mitgliedern.

Im Rahmen der Jahreshauptversammlung wurden langjährige Mitglieder für ihre Treue zum PVÖ geehrt. 15 Jahre Mitgliedschaft: Waltraud Frauenhofer, Viktoria Pamperl, Fritz Pamperl; 20 Jahre: Alois Sallinger; 25 Jahre: Ernestine Pöllinger; 30 Jahre: Agnes Schöffmann, Gerhard Weissenberger; 35 Jahre: Inge Isopp. Obmann Willi Glück bedankte sich bei den Ausschussmitgliedern für die Mitarbeit im abgelaufenen Vereinsjahr und bei allen Mitgliedern für ihre Treue zum PVÖ.



**85. Geburtstag!** Das treue Mitglied Josef Schwarz hat seinen 85. Geburtstag gefeiert. Eine Abordnung der PVÖ-Ortsgruppe überbrachte dem Jubilar ein nettes Präsent und die herzlichsten Glückwünsche der PVÖ-Pensionist\*innen.



## Alois Brenner als Obmann wiedergewählt

Im Rahmen der Jahreshauptversammlung der PVÖ-Ortsgruppe Meiselding im Wurzerhof in Meiselding wurde der Vorstand der Ortsgruppe neu gewählt. Alois Brenner wurde dabei in seiner Obmannfunktion eindrucksvoll bestätigt.

Einen weiteren Höhepunkt der gelungenen Veranstaltung, zu der auch PVÖ-Landespräsident Karl Bodner und der stellvertretende PVÖ-Bezirksvorsitzende Alexander Marx begrüßt werden konnten, bildete die Ehrung langjähriger Mitglieder. Lotte Buchner wurde für 35 Jahre, Rosemarie Taferner für 30 Jahre und Reinhard Taferner für 25 Jahre PVÖ-Mitgliedschaft geehrt.

Landespräsident Bodner und BV-Stv. Marx informierten die Mitglieder über die Interventionen des PVÖ auf Bundesebene zur Abfederung



**MEISELDING**

Obmann Alois Brenner, Landespräsident Bodner und BV-Stv. Marx mit den geehrten Mitgliedern.

der hohen Inflation bzw. der steigenden Lebensmittel- und Energiepreise und kritisierten in Zusammenhang die völlig unzureichenden Maßnahmen der türkis-grünen Bundesregierung.

Gleichzeitig informierten sie über die Gutscheinaktion für PVÖ-Mitglieder, mit denen es bei Einkäufen bei XXX-Lutz und Lagerhaus 10 Prozent Rabatt gibt. Die Gutscheine sind im PVÖ-Bezirksbüro in St. Veit/Glan erhältlich!

## PVÖ Micheldorf hat über 100 Mitglieder

Die rührige PVÖ-Ortsgruppe Micheldorf unternahm mit 58 Mitgliedern einen schönen Ausflug zur Jausenstation des „Stubinger Volte“ nach St. Urban, wo die Familienmusik mit ihren originellen Einlagen die gut aufgelegten Pensionist\*innen zu begeistern wusste. Vorsitzender Franz Zwatz konnte bei der Veranstaltung auch PVÖ-Landesdirektor Bgm. Arnold Marbek, GR Herbert Traschitzger, Altbürgermeister Heinz Wagner sowie viele Neumitglieder begrüßen!

Obmann Zwatz konnte in seiner Ansprache mit Stolz berichten, dass die Ortsgruppe inzwischen über einhundert Mitglieder zählt und es im vergangenen Jahr – trotz Corona – einige sehr gut

besuchte Aktivitäten gegeben hat. So etwa das Grillfest im Herbst.

Einen Höhepunkt der Veranstaltung bildete die Ehrung langjähriger Mitglieder durch den Obmann, seinen Stellvertreter Siegfried Wurmitzer, PVÖ-Landesdirektor Marbek und GR Traschitzger. Die Goldene Ehrennadel für 20 Jahre Mitgliedschaft erhielten Anni Wallner, Ernst Wallner, Anni Pirker, Erhard Pirker, Ingrid Hassler, Adelheid Merl. Für 25 Jahre Mitgliedschaft wurden Helga Senger und Michaela Schnitzler geehrt und die Große Diamantene Treuenadel für 30 Jahre PVÖ-Mitgliedschaft erhielt Josefine Pirker.



**MICHELDORF**

Die geehrten Jubilar\*innen mit Obmann Franz Zwatz und PVÖ-Landesdirektor Arnold Marbek (links).

## LAUNSDORF

### Ein Hoch!

Die rührige Ortsgruppenvorsitzende Elfriede Weissensteiner hat ihren 75. Geburtstag gefeiert. Für die rüstige



Jubilarin gab es im Namen des Vorstandes und aller Mitglieder bei einem netten Klubnachmittag von ihrer Stellvertreterin Gabi Pretis schöne Blumen und ein aufrichtiges Dankeschön für die vielen ehrenamtlichen Stunden an der Spitze der PVÖ-Ortsgruppe Launsdorf.

## Mitgliederehrungen beim PVÖ Althofen

Die Ortsgruppe Althofen des Pensionistenverbandes (PVÖ) konnte zur Jahresversammlung zahlreiche Mitglieder sowie als Ehrengäste PVÖ-Landespräsident Karl Bodner und PVÖ-Bezirksobmannstellvertreter Alexander Marx begrüßen.

Nach den Berichten der Vorsitzenden Anneliese Burgstaller sowie der Kassierin bildeten die Ehrungen langjähriger Mitglieder einen weiteren Höhepunkt der gelungenen Veranstaltung. Folgende Mitglieder wurden geehrt: Werner Petschacher, Rosa Maria Kalcher, Renate Kuhs, Barbara Gassinger, Katharina Leitner, Maria Holzer, Hermann Zechner, Marget Telsnig, Othmar Hild, Barbara Preissl (alle 15 Jahre PVÖ-Mitgliedschaft); Christel Schwarz, Maria Höller, Willibald Hiebler, Gertrud Hiebler, Dietmar Schwarz (alle 20 Jahre); Elsa Ramprecht, Maria Reibnegger, Ludmilla Trampitsch (alle 25 Jahre); Sieglinde Stromberger, Johann Krenn, Aurelia Liegl, Margarethe Krenn, Waltraud Telsnig (alle 30 Jahre); Maria Fradl, Mathilde Haber, Monika Auer (alle 35 Jahre). Die Versammlung klang bei Kaffee und Kuchen gemütlich aus.



**ALTHOFEN**

Die geehrten Mitglieder mit den Ehrengästen.

## VÖLKERMARKT

### Trauer um Florian Korak †



Die PVÖ-Ortsgruppe Völkermarkt trauert um ihr langjähriges Mitglied Florian Korak (Foto), der wenige Wochen vor Vollendung seines 80. Lebensjahres verstorben ist. Florian Korak war 26 Jahre aktives Mitglied des Pensionistenverbandes Österreichs (PVÖ). Die Trauerfeier in der Kirche in Völkermarkt-St. Ruprecht, gestaltet von Pfarrer Josef Valeško und den Sängern des MGV „Scholle“ Haimburg, war überaus eindrucksvoll und dem Ansehen von Florian Korak als Mitarbeiter und Bürger der Stadtgemeinde Völkermarkt würdig. Auch Bürgermeister i. R. Valentin Blaschitz würdigte Florian Korak als treuen und engagierten Mitarbeiter im Team der Gemeinde.

Die PVÖ-Ortsgruppe Völkermarkt wird Florian Korak stets ein ehrendes Andenken bewahren. Seinen Kindern, Enkelkindern und Verwandten gebührt die aufrichtige Anteilnahme. (K.H.)



HAIMBURG

**HAIMBURG:** Der stellvertretende Bezirksvorsitzende Dir. i. R. Alois Lach lobte das Engagement der PVÖ-Ortsgruppe mit Obfrau Hermine Sereinig und ihrem Team.

## PVÖ Haimburg mit bewährtem Team

Im Rahmen der Jahreshauptversammlung der PVÖ-Ortsgruppe Haimburg wurde Obfrau Hermine Sereinig von den Mitgliedern einstimmig wiedergewählt. Der übrige Vorstand hat sich durch das Ausscheiden einiger Vorstandsmitglieder verändert und besteht nunmehr aus: Rudolf Rebasso (Obfraustellvertreter), Maria Oschep (Kassiererin), Gertrud Rebasso (Kassiererinstv.), Hannelore Kröpfl (Schriftführerin), Leopold Kröpfl (Schriftführerstv.), Heinrich Waiker (Kontrolle) sowie Rudolf Rebasso (Kontrollestv.). Subkassierer\*innen sind: Hermine Sereinig, Maria Oschep, Hannelore Kröpfl, Heinrich Waiker. Als Ehrengäste der gelungenen Hauptversammlung konnten

Bürgermeister Makus Lakounigg und PVÖ-Bezirksobmannstellvertreter Dir. i. R. Alois Lach begrüßt werden. Bürgermeister Lakounigg referierte über wichtige Vorhaben der Gemeinde, BV-Stellvertreter Lach über aktuelle Anliegen der Pensionist\*innen wie z. B. die Abgeltung der Teuerungswelle bei Energie und Lebenshaltungskosten, aber auch Begünstigungen für Pensionist\*innen, die vom Pensionistenverband „erstritten“ wurden. Die Hauptversammlung, deren weiterer Höhepunkt die Ehrungen zahlreicher langjähriger Mitglieder war, klang mit einem kleinen Imbiss mit Getränken und netten Gesprächen gemütlich aus.

## ST. PETER/WALLERSBERG

### Abschied von Franziska David †



Die Ortsgruppe St. Peter am Wallersberg trauert um ihr langjähriges Mitglied Franziska David (Foto), das nach schwerer Krankheit verstorben ist. „Franzi“ war viele Jahre im Vorstand der PVÖ-Ortsgruppe tätig und war mit Herz für die Ortsgruppe und ihre Mitglieder tätig. Die Ortsgruppe St. Peter/Wallersberg mit ihrer Obfrau Gerhild Petritz und ihren Mitgliedern dankt Franziska David für all ihre Tätigkeiten und ihr Engagement und wird „Franzi“ stets in ehrender Erinnerung bewahren.

## Mitgliederehrungen beim PVÖ Globasnitz

Die PVÖ-Ortsgruppe Globasnitz hat ihre diesjährige Jahreshauptversammlung im Gasthof „Juenna“ abgehalten. Obmann Karl Riedel konnte dazu viele Mitglieder und als Ehrengast die stellvertretende Bezirksvorsitzende Theresia Schumacher begrüßen. Nach einem ausführlichen Bericht des Obmannes Riedel über ein – trotz Corona-Einschränkungen – erfolgreiches Vereinsjahr mit einigen Höhepunkten wurden im Rahmen der Versammlung auch zahlreiche Mitglieder für ihre langjährige Treue zum Pensionistenverband Österreichs (PVÖ) geehrt.

Für 30-jährige Mitgliedschaft wurden Agnes Kert und Johann Dlopst, für 25-jährige Mitgliedschaft

Sophie Kordes und Helene Tomaschej, für 20-jährige Mitgliedschaft Margarethe Egger, Brigitte Andrej und Sophia Witzmann sowie für 15-jährige Mitgliedschaft Maria Spitz, Werner Spitz, Brigitte Rudolf und Gottfried Rudolf ausgezeichnet. Alle Jubilar\*innen erhielten die PVÖ-Treuenadel und ein Präsent überreicht.

Für zehnjährige Tätigkeit als (stellvertretende) Schriftführerin der PVÖ-Ortsgruppe wurde Inge Koren geehrt.

Die Hauptversammlung, die nach langer Zeit wiederum ein gemütliches Beisammensein im Kreise der PVÖ-Familie ermöglichte, wurde durch ein schmackhaftes Mittagessen abgerundet.

## GLOBASNITZ

### Trauer um Ciril Slanitz †



Die Ortsgruppe Globasnitz des Pensionistenverbandes (PVÖ) trauert um das sehr beliebte und langjährige Mitglieder Ciril Slanitz (Foto), das im 75. Lebensjahr verstorben ist. Der Vorstand und die Mitglieder der PVÖ-Ortsgruppe werden Ciril Slanitz stets ein ehrendes Gedenken bewahren.



GLOBASNITZ/GLOBASNICA

Ein Teil der für langjährige Treue geehrten Mitglieder mit dem Vorstand und Ehrengästen.



Das Präsidium der Hauptversammlung mit Obmann Klaus Hofer (stehend) mit Vorstandsmitgliedern, Bgm. Markus Lakounigg und PVÖ-Landesdirektor Arnold Marbek (rechts).



## Klaus Hofer mit seinem Team bestätigt

Die Jahreshauptversammlung der PVÖ-Ortsgruppe Völkermarkt stand heuer ganz im Zeichen der Wiederwahl von Obmann Klaus Hofer und seinem Team sowie einen überaus positiven Bilanz über die Tätigkeit der Ortsgruppe in der abgelaufenen Funktionsperiode. Ehrengäste der gelungenen Veranstaltung, die vom Frauenchor unter der Leitung von Agnes Kitz bzw. der Obfrau Anni Polainer gesanglich umrahmt wurde, waren PVÖ-Landesdirektor Arnold Marbek, Bürgermeister Markus Lakounigg, Vizebgm. Aron Radaelli, Bundesrätin Nicole Riepl sowie die Gemeinderäte Paul Wernig, Carmen Furian, Günther Hanin und Theodor Wedenig.

In seinem Tätigkeitsbericht für die Jahre 2020 und 2021 konnte Obmann Klaus Hofer mit Stolz berichten, dass trotz der Corona-Pandemie der Kontakt mit den Vereinsmitgliedern und dem Vorstand vorbildlich, wenn auch größtenteils über Internet und Handy, aufrechterhalten werden konnte. Im Jahre 2021 gab es 920 Kontaktmeldungen für 216 Veranstaltungen mit 5.856 Teilnehmer\*innen. In den letzten beiden Jahren wurden ferner Seniorenhilfen in Höhe von 3.900 Euro an 23 Antragsteller ausbezahlt. Der PVÖ-Ortsgruppe, die stolze 290 Mitglieder zählt, sind 26 neue Mitglieder beigetreten.

Der Kassabericht wurde – leider zum letzten Mal – von Waltraud Schäfer vorgetragen und fiel – wie in all den vergangenen 35 Jahren – überaus korrekt aus. Die Vereinskasse wurde von den Kassaprüfern für in Ordnung befunden und der Kassiererin und dem Vorstand einstimmig die



Waltraud Schäfer war 35 Jahre Hauptkassierin!

Entlastung erteilt. Obmann Hofer bedankte sich bei Schäfer für ihren steten Einsatz – auch als umsichtige und stets geschätzte Reiseleiterin. Bei der Neuwahl des Vorstandes unter Leitung von Karl-Heinz Hirm wurde Obmann Klaus Hofer in seiner Funktion bestätigt. An Stelle

von Waltraud Schäfer wurde Franz Taumberger zum neuen Hauptkassier und Herta Polainer zur neuen Obmannstellvertreterin gewählt. Weitere Mitglieder des Vorstandes sind: Brigitte Hirm und Margit Rack (Kassierstellvertreterinnen), Maria Strasser (Stv.<sup>in</sup> Margit Rack) als Schriftführerin sowie Emily Hofer und Waltraud Seiler (Kontrolle).

Im Rahmen der Hauptversammlung wurden auch zahlreiche Mitglieder für langjährige Treue zum PVÖ bzw. zur Ortsgruppe Völkermarkt mit Ehrenurkunden geehrt. Die Ehrungen nahm Obmann Klaus Hofer gemeinsam mit den Ehrengästen vor. Letztere bedankten sich in ihren Grußadressen bei Obmann Hofer, der scheidenden Kassierin Schäfer sowie bei allen Vorstandsmitgliedern und Mitarbeiter\*innen für die erfolgreiche Vereinsarbeit zum Wohle der älteren Generation. Insbesondere in der schwierigen Zeit der Corona-Pandemie.

## Wanderung an der Drau

Die PVÖ Ortsgruppe Kühnsdorf mit Wanderführer Kristian Wutte hat

eine interessante Wanderung durchgeführt. Von der Tainacherbrücke/Drauhofen ging es bei herrlichem Wanderwetter zum Hafen Dullach. Auf dem Weg traf man auch einen Holzschnitzer, dem bei der Arbeit zugesehen werden konnte. Er schnitzte aus einem naturbelassenen Holzstamm die Heilige Maria. Die Teilnehmer\*innen waren von der Wanderung begeistert.



## Gesellige PVÖ-Feier

Nach der langen Corona-Pause wurde auch in der PVÖ-Ortsgruppe Tainach wieder richtig gefeiert. Über 30 Mitglieder trafen sich im Gasthaus Kügler in Tainach, um bei einem geselligen Heringsschmaus auch die Geburtstagsjubilare\*innen der vergangenen Monate nachzufeiern.

## Hermann Srienz neuer Bezirkschef der SPÖ in Völkermarkt

Hermann Srienz, Bürgermeister der Gemeinde Feistritz ob Bleiburg/Šmihel nad Pliberkom, ist neuer Bezirksparteivorsitzender der SPÖ Völkermarkt. Er wurde bei der Bezirkskonferenz der SPÖ am 23. März 2022 in der Neuen Burg in Völkermarkt im ersten Wahlgang mit 64 Prozent gewählt. Srienz folgt dem ehemaligen Bürgermeister von Sittersdorf/Žitara vas, Jakob Strauß, der von 2004 bis 2022 das Amt des Bezirksparteivorsitzenden der SPÖ Völkermarkt innehatte.

Mit Blick auf die Landtagswahl im nächsten Jahr gab der neue Bezirksvorsitzende Hermann Srienz das Versprechen ab: „Wir alle sind immer für unsere Gesinnungsgemeinschaft gelaufen und werden das auch in Zukunft tun.“

Neben Landeshauptmann und SPÖ-Chef Dr. Peter Kaiser, der – wie Strauß – online gratulierte, wünschten auch Landesrat Ing. Daniel Fellner, die Landtagsabgeordneten Claudia Arpa und Armin Geißler, Bundesrätin Nicole Riepl, SPÖ Kärnten-Landesgeschäftsführer Andreas Sucher sowie alle neun SPÖ Bürgermeister\*innen des Bezirkes dem neuen SPÖ-Bezirkschef viel Erfolg in der neuen Funktion.



Hermann Srienz.





## Bunter Osterbasar der Ortsgruppe Diex

Auch heuer fand der schon traditionelle Osterbasar im Clubraum der PVÖ-Ortsgruppe Diex statt. An mehreren Nachmittagen wurde in der Sporthütte gemeinsam bei Kaffee und Kuchen gebastelt. Viele verschiedene, sehr kreative Türkränze, Gestecke, Holzhasen, Osterdekorationen usw. wurden gefertigt. Ebenso wuden Reindlinge den treuen Besucher\*innen angeboten und fanden reißenden Absatz. Die Obfrau bedankt sich bei den aktiven Mitgliedern und bei den zahlreichen Besucher\*innen für das gute Gelingen des Basars. Auf dem Foto (von links): Obmann-Stv. Hubert Ladinig, GR Herbert Sauerschnig, Obfrau Eva-Maria Slamanig, Bürgermeister Anton Napetschnig und Aloisia Klemen.



Die geehrten Mitglieder der PVÖ-Ortsgruppe mit Obfrau Petritz und den Ehrengästen.

## Jahresversammlung 2022 mit Ehrungen

Die Jahreshauptversammlung der Ortsgruppe St. Peter am Wallersberg des Pensionistenverbandes fand heuer beim „Schlosswirt“ in St. Peter statt. Die Vorsitzende Gerhild Petritz konnte neben den zahlreichen Mitgliedern als Ehrengäste Bürgermeister Markus Lakounigg, Gemeinderätin Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Edeltraud Gomernik-Besser und den stellvertretenden PVÖ-Bezirksvorsitzenden Dir. i. R. Alois Lach begrüßen. Nach dem Bericht der Vorsitzenden Petritz über die Veranstaltungen im Jahr 2021 sowie das

geplante Jahresprogramm 2022 bildeten die Ehrungen von langjährigen Mitgliedern einen weiteren Höhepunkt der gelungenen Veranstaltung. Die Ehrungen wurden von der Vorsitzenden Petritz und ihrer Stellvertreterin Ilse Vodivnik gemeinsam mit den Ehrengästen durchgeführt. Sie alle bedankten sich bei den Jubilar\*innen für die Treue zum Pensionistenverband Österreichs (PVÖ). Zum Abschluss der Veranstaltung waren alle Teilnehmer\*innen auf einen Imbiss eingeladen.

### TAINACH

## Trauer um Stanislaus Stebe †

Die Ortsgruppe Tainach des Pensionistenverbandes (PVÖ) Österreichs trauert um ihr langjähriges Mitglied Stanislaus Stebe (Foto), der im 91. Lebensjahr verstorben ist. Die PVÖ-Ortsgruppe mit ihrer Obfrau Krimhilde Kummer und allen Funktionär\*innen sowie allen Mitgliedern werden Stanislaus Stebe stets in lieber Erinnerung behalten.



## Jubiläen müssen gefeiert werden

Nach vielen von der Pandemie geprägten Monaten trafen sich die Mitglieder der PVÖ-Ortsgruppe Völkermarkt wieder zur beliebten monatlichen Geburtstagsfeier in den Seniorenräumen der Stadtgemeinde. Die Freude, wieder gemeinsam an einem Tisch zu sitzen, war groß und der Damenchor unter der Leitung von Agnes Kitz sorgte für eine positive Stimmung unter den Anwesenden. Insbesondere bei den Geburtstagsjubililar\*innen der Monate Jänner bis März 2022. Anwesend waren: Regina Riepl-Schröder, Franz Taumberger, Hella Lessiak, Roswitha Lobnig, Sieglinde Zippusch, Kathi Pototschnig, Erika

Jessernig, Emily Hofer, Melitta-Maria Pirich, Siegfried Morri, Friederike Schumer, Maria Strasser, Alexandra Krassnik und Irene Setina. Traudi S., Margaretha S., Brigitte H. und Kathi P. waren beim Service behilflich und die schönen Fotos von der Feier wurden von Richard Laure und Paula Pichler „geschossen“. Vorgestellt wurde auch das Programm für die kommenden Monate mit der Jahresversammlung, einer Wanderung rund um den Kleinsee, einem Tagesausflug nach Ljubljana (Laibach) und der Osterwanderung rund um den Christoph mit Einkehr beim Messner-Wirt. (K. H.)



Nach vielen von der Pandemie geprägten Monaten trafen sich die Mitglieder der PVÖ-Ortsgruppe Völkermarkt wieder zur beliebten Geburtstagsfeier.



**VÖLKERMARKT**

## Ljubljana (Laibach) war einen Ausflug wert!

Wenn die Tage wärmer werden, dann ist es umso schöner einige Kilometer südlicher zu reisen – etwa in die sympathische Hauptstadt Sloweniens, Ljubljana (Laibach). Das Reisebüro Sienčnik hatte dafür für die PVÖ-Ortsgruppe Völkermarkt einen Ausflugsplan erstellt, der allen Teilnehmer\*innen einen sehr schönen, netten Tag bescherte! Das Bild der Hauptstadt Sloweniens am Fluss Ljubljanica mit den malerischen Brücken und dem Marktplatz prägte der berühmte Architekt Jože Plečnik. Die grüne Stadt der tausend Veranstaltungen ist von Parkanlagen und Naturschutzgebieten umgeben und führt – wie Kärntens Landeshauptstadt Klagenfurt – ebenfalls einen Drachen in ihrem Stadtwappen. Einen besonderen Eindruck hinterließ der Fluss Ljubljanica, der den Stadtkern teilt und auf dem ein reger Bootsbetrieb herrscht. In einer einstündigen Bootsfahrt konnte man – vom Wasser aus – die eindrucksvollen Bürger- und Kaufmannshäuser sowie Kirchen und historischen Brücken bewundern. Auf den Treppenhängen tummelten sich Menschen unter mächtigen Weidenbäumen und ganz nah kamen einem auch verschiedene Wasservögel wie Schwäne, Graureiher, Möwen usw.

Ein Tagesausflug ist fast zu kurz, um alles das auf sich wirken zu lassen – den Spaziergang über den regen Marktplatz, die Einkehr in netten Kaffee-lokalen, die slowenische Kulinarik in den Gasthäusern und als Höhepunkt den Besuch der Burg, von wo sich den Besucher\*innen ein erstaunliches Panorama bot. Rundum blickte man auf die 300.000-Einwohner-Stadt und noch viel weiter bis zu den Steiner Alpen, dem Ski-gebiet Kravavec und der Velika Planina.

Die Heimfahrt führte über den Seebergsattel nach Eisenkappel und in den Remseniggraben zum Gasthof Kupitz. Schon einmal kehrte man dort ein, weil die Herzlichkeit der Familie Lipusch unvergessen bleibt und die Produkte aus eigener Landwirtschaft eine Gaumenfreude sind. Der gemütliche Aufenthalt wurde noch vom Musikantenstammtisch Jauntal (Obmann Albert Shorli) verschönt. Ein Dankeschön an alle, wir kommen wieder! (K. H.)



**VÖLKERMARKT**

## 100. Geburtstag von Johanna Wernig

Johanna Wernig (Foto), seit 1968 Mitglied bei der Ortsgruppe Völkermarkt des Pensionistenverbandes (PVÖ), hat ihren 100. Geburtstag gefeiert. Obwohl die Jubilarin aufgrund ihres hohen Alters nicht mehr so sehr an den Gemeinsamkeiten teilnehmen kann, ist ihre älteste Tochter, Erika Jessernig, sehr bestrebt, damit ihre Mama weiterhin Mitglied des Pensionistenverbandes bleibt.

Obmann Klaus Hofer und Vorstandsmitglied Margareta Saliternig, die zum Jubiläumsfest eingeladen waren, überbrachten die besten Wünsche der PVÖ-Ortsgruppe und aller ihrer Mitglieder. Auch die UG gratulierte Johanna Wernig herzlichst zum Hunderter! (K. H.)

Foto: Margareta Saliternig



**GLOBASNITZ/GLOBASNICA**

**90. Geburtstag!** Johann Dlopst (links) hat sein 90. Lebensjahr vollendet. Obmann Karl Riedel gratulierte im Namen der PVÖ-Ortsgruppe und PVÖ-Bezirksorganisation mit einem Präsent.



**BAD EISENKAPPEL**

## Wanderung auf den Singerberg

Bei herrlichem Wetter unternahmen einige Mitglieder der PVÖ-Ortsgruppe Bad Eisenkappel gemeinsam mit den Naturfreunden aus Völkermarkt eine Wanderung auf den Singerberg/Žingerca mit seinen zwei Gipfelkreuzen. Von Windisch-Bleiberg/Slovenji Plajberk ging es gemütlich entlang der Forststraße auf den Gipfel, von dem man nach Norden hin eine wunderbare Aussicht auf die Landeshauptstadt und nach Süden auf die Karawanken genießen konnte.

Mit einem genussvollen Mittagessen im Gasthof Sereinig im Bodental/Poden ließ man den schönen Wandertag ausklingen. Auf dem Foto (oben) die Wandergruppe beim großen Gipfelkreuz, das etwa zehn Gehminuten unterhalb des kleinen (hölzerne) Gipfelkreuzes in 1.589 Meter Seehöhe (mit Gipfelbuch) errichtete wurde.



**HAIMBURG**

## Steiermark-Ausflug

Bei Bilderbuchwetter unternahmen die Haimburger PVÖ-Pensionist\*innen eine Fahrt in die Steiermark. Der Vormittag galt dem Thema „Gesundheit und Ernährung“ und nach dem Mittagessen ging es weiter nach Bad Gams zum Erlebnisgenusshof Farmer-Rabensteiner (Foto). Dort wurde eine bäuerliche Ölpresse besichtigt und auch Kürbiskernprodukte, Edelbrände, Liköre und Fruchtesigg konnten verkostet werden. Ein genussvoller und erfahrungsreicher Tag!



# Herzlichen Glückwunsch

## „Unsere Generation“ gratuliert zum Jubiläum!



**TAINACH**

**Ein Hoch!** Ferdinand Achatz hat seinen 75. Geburtstag gefeiert. Obfrau Krimhilde Kummer und ihr Stellvertreter Kurt Krall gratulierten dem rüstigen Jubilar im Namen der Ortsgruppe des PVÖ.



**MITTLERN**

### 85 Jahre!

Den 85. Geburtstag hat das Mitglied Friederike Slapnik gefeiert. Namens des PVÖ gratulierten Obmannstv. Hansi Samitsch und Betreuerin Anni Meschnark mit einem Präsent.



**MITTLERN**

**90. Geburtstag!** Gertrude Lipnik ist 90! PVÖ-Obmann Alt-Bgm. Josef Pfeifer, Betreuerin Anni Meschnark (beide PVÖ) sowie auch Bürgermeister Wolfgang Stefitz stellten sich als Gratulant\*innen ein.



**REICHENFELS**

**92- Geburtstag!** Franz Loibler (auf dem Foto mit Gattin Hertha) feierte seinen 92. Geburtstag. Obmann Herbert Hochegger stellte sich mit den besten Wünschen der PVÖ-Ortsgruppe beim Jubilar ein.



**TAINACH**

### 80. Geburtstag!

Hermine Karner feierte ihren 80. Geburtstag. Dem treuen Mitglied gratulierten im Namen der PVÖ-Ortsgruppe Obfrau Krimhilde Kummer und ihr Stellvertreter Kurt Krall.



**MARIA ROJACH**

**80 Jahre!** Das treue Mitglied Elfriede Knauder feierte ihren 80. Geburtstag. Vorsitzende Anna Primus wünschte der Jubilarin noch viele gesunde Jahre im Kreise der großen PVÖ-Familie.



**WOLFSBERG**

**96. Geburtstag!** Das zweitälteste Mitglied der PVÖ-Ortsgruppe, Peppi Klösch, ist 96! Dem einst begeisterten Kegler gratulierten Obfrau Eva Maria Penz (rechts) und Betreuerin Maria Apachou.



**ST. ANDRÄ/L.**



**ST. ANDRÄ/L.**

### Rundes Jubiläum!

In der Ortsgruppe des PVÖ feierten Valentin Wucherer (rechts) und Reinhard Ganster runde Geburtstage. Vorstand und Mitglieder gratulieren beiden Jubilaren herzlichst.



**DIEX**

**80. Geburtstag!** Siegfried Weiß, ein aktives Mitglied der PVÖ-Ortsgruppe, feierte seinen 80. Geburtstag. Obfrau Eva-Maria Slamanig und Schriftführerstv. Gabriel Slamanig gratulierten mit einem Präsent!

### Ein Hoch!

Eduard Hinteregger (auf dem Foto mit Gattin) feierte im Kreise seiner Familie seinen 89. Geburtstag. Obfrau Anna Primus gratulierte herzlichst im Namen der PVÖ-Ortsgruppe.



**MARIA ROJACH**



**FRANTSCHACH-ST. GERTRAUD**

### Zweimal Hoch!

Ignaz Vallant (92 Jahre, links) und Karl Poms (80 Jahre) feierten Geburtstag. Für die PVÖ-Ortsgruppe gratulierte Obfrau Melitta Müller mit netten Präsenten.



**REICHENFELS**

**94. Geburtstag!** Aurelia Rieger, eines der ältesten Mitglieder der PVÖ-Ortsgruppe, ist 94! Obmann Herbert Hochegger und Stellvertreterin Cristine Hochegger überbrachten die besten Glückwünsche.





## Frühlingsfest mit Ehrungen!

Bei schönstem Frühlingswetter fand das Frühlingsfest der PVÖ-Ortsgruppe Wolfsberg mit einer Geburtstagsfeier für die Jänner- bis März-Geborenen im Pensionistenheim der Ortsgruppe statt. Die Obfrau Eva-Maria Penz konnte dazu viele Jubilar\*innen und Gäste herzlich willkommen heißen. Für beste Stimmung sorgte wieder „Spezi“ Hansi mit seiner Musik. Ein großes Dankeschön gilt der Obfrau und auch der Heimleiterin Gerlinde Berger mit ihrem engagiertem Team, die mit Speis und Trank für das leibliche Wohl der Gäste sorgten. Bei flotter Musik und Tanz klang diese schöne Veranstaltung am frühen Abend aus. Auf dem Foto (oben) die geehrten Geburtstagsjubilare\*innen mit der Vorsitzenden Eva-Maria Penz.



LR Ing. Daniel Fellner (ganz rechts) wurde als SPÖ-Bezirkschef bestätigt.

## LR Ing. Daniel Fellner als SPÖ-Bezirkschef von Wolfsberg bestätigt

Im Rahmen der SPÖ-Bezirkskonferenz im „Haus der Musik“ in Wolfsberg wurde Landesrat Ing. Daniel Fellner mit 99 Prozent der Delegiertenstimmen als Bezirksvorsitzender der SPÖ Wolfsberg wiedergewählt. Fellner gratulierten neben SPÖ Kärnten-Landesparteivorsitzenden LH Dr. Peter Kaiser und Landesgeschäftsführer Andreas Sucher auch Bürgermeister Hannes Primus als Hausherr, die Landtagsabgeordneten Claudia Arpa und Armin Geissler, Nationalratsabgeordneter Klaus Köchl, Bürgermeisterin Maria Knauder, Bürgermeister Stefan Salzmann, der frisch gebackene Völkermarkter SPÖ-Bezirkschef Hermann Srienz, Bürgermeister a. D. Hans Peter Schlagholz sowie Bürgermeister a. D. Hermann Primus.

LR Fellner dankte nach seiner Wiederwahl dem gesamten Team der SPÖ Wolfsberg und strich den großen Zusammenhalt in der Bezirksorganisation hervor. Für die unmittelbare Zukunft des Bezirkes Wolfsberg hob Fellner die Koralmbahn hervor: „Sie ist die Chance für die Zukunft des Lavantales!“



## Maria Brendel – 97 Jahre!

Maria Brendel (Foto oben), das älteste Mitglied der Pensionistenverbandsortsgruppe Wolfsberg, hat ihren 97. Geburtstag gefeiert. Brendel war Gründungsmitglied des Pensionistenchores, dem sie von 1978 bis 2012 als begeisterte Sängerin und Sprecherin angehörte.

Auch als Keglerin war Maria Brendel sehr erfolgreich: Sie wurde nicht nur oftmalige Bezirksmeisterin, sondern im Jahre 1988 bei den PVÖ-Bundesmeisterschaften in Wiener Neustadt sogar Vizestaatsmeisterin.

Seit einigen Jahren lebt die Jubilarin nach dem Tod ihres Lebenspartners Friedl Seifried gut betreut im Bezirksamtersheim Wolfsberg. Besonders Herr Sulzer kümmert sich mit viel Herzenswärme liebevoll um seine „Omi“.

Ihre Betreuerin Eleonore Otti überbrachte die Grüße der verhinderten PVÖ-Ortsgruppenvorsitzenden Eva-Maria Penz und wünschte der Jubilarin mit einem kleinen Präsent noch weitere gesunde Jahre.



**85. Geburtstag!** Das langjährige Mitglied Ingeborg Reinisch feierte ihren 85. Geburtstag. Obfrau Eva Maria Penz (rechts) und Betreuerin Heidi Waich (links) gratulierten der Jubilarin mit einem Präsent.



## Aktive PVÖ-Turngruppe!

Die Ortsgruppe St. Michael im Lavanttal des Pensionistenverbandes (PVÖ) bietet ihren Mitgliedern viel Abwechslung. Neben der Durchführung von verschiedenen attraktiven Veranstaltungen kann die Ortsgruppe auch auf eine Turngruppe verweisen, die überaus aktiv ist (Foto). Geleitet wird die Gruppe von Susanne Krampfl und tatkräftig unterstützt von Sektionsleiterin Ida Bevc.



**SCHIEFLING/LAV.**

## Wir gratulierten!

In der PVÖ-Ortsgruppe Schiefling im Lavanttal haben einige langjährige Mitglieder hohe bzw. runde und halbrunde Geburtstag gefeiert: Gabriel Hartl (92 Jahre), Erna Knauder und Sieglinde Talker (beide 80) sowie Hartwig De Colle (75). Obmann Hubertus Vallant gratulierte den Jubilar\*innen im Namen der PVÖ-Ortsgruppe und überbrachte Präsente. Auch die UG gratulierte.



**ST. ANDRÄ/LAVANTTAL**

## Ein gelungenes PVÖ-Schnapserturnier

Nach längerer Pause hat die PVÖ-Ortsgruppe St. Andrä im Lavanttal wieder ein Preisschnapsen durchgeführt. Das Turnier war bis zum Schluss hart umkämpft ehe mit Stefan Wiedl (1.), Leopold Graf (2.) und Erna Brunner (3.) die Gewinner\*innen, für die es auch schöne Preise gab, feststanden. Den Ehrenpreis erhielt Toni Sternat. Die Siegerehrung (Fotos oben und links) führten Stadträtin Ina Hobel und Klaus Grassler (für den erkrankten Obmann) durch. Spielleiter und Schiedsrichter war Wolfgang Mostögl. Ein wirklich gelungenes und spannendes PVÖ-Turnier!



**REICHENFELS**

**Goldene Hochzeit!** Ehrenobmann Konrad Bojer und Gattin Heidi feierten das Jubiläum der goldenen Hochzeit. PVÖ-Obmann Herbert Hohegger und Stellvertreterin Vroni Asprian gratulierten dem Jubelpaar.

## Spannung bis zum letzten Stich

Nach der längeren, pandemiebedingten Pause war es auch in der PVÖ-Ortsgruppe Bad St. Leonhard endlich wieder so weit. Im Klubraum der PVÖ-Ortsgruppe haben sich zahlreiche begeisterte Kartenspieler getroffen, um an einem Preisschnapsen teilzunehmen (Foto rechts). Turnierleiter Hannes Kienberger leitete souverän den Verlauf des von Maria Schlögl organisierten Turnieres. Nach spannenden Spielen stand folgendes Gewinner-Trio fest: 1. Johann Karrer, 2. Franz



**BAD ST. LEONHARD**

Koitz, 3. Ferdinand Scharf. Auf den Plätzen 4 bis 6 folgten Juliane Trippolt, Walter Pfennich und Sonja Pichler. Die Siegerehrung wurde von Obmann Hans Posch, Bürgermeister Dieter Dohr und Maria Schlögl vorgenommen.



**MARIA ROJACH**

## Ein Hoch!

Das treue PVÖ-Mitglied Alois Nadles feierte seinen 80. Geburtstag. Ortsgruppenvorsitzende Anna Primus, Bürgermeisterin Maria Knauder sowie SPÖ-Sektionsobmann Werner Mannsberger gratulierten dem Jubilar mit netten Präsenten. Auch die UG gratulierte.

## Endlich wieder feiern!

In der PVÖ-Ortsgruppe St. Michael im Lavanttal können nach der langen Corona-Pause endlich wieder die Geburtstage langjähriger Mitglieder gefeiert werden. Zuletzt wurden von Obmann Max Koschu und seinem Team die Geburtstagsjubililar\*innen der ersten Monate des Jahres 2022 geehrt. Älteste Jubilarin war Priska Leitner, die ihren 94. Geburtstag feierte. Weiters wurden geehrt: Elisabeth Scharf, Mathilde Scharf, Johanna Schauer, Mathilde Gillig, Gertrude Bernsteiner, Erika Hanschitz, Stefan Maier und Thomas Kraxner (Foto rechts).

Die geehrten Geburtstagsjubililar\*innen der letzten Monate des Jahres 2021 waren: Dr. Valentin Leitner (94 Jahre), Pauline Wiltsche, Aloisia Joven, Annemarie Schwaiger, Dorothea Kaiser, Juliane Letter, David Leopold, Johann Scharf, Dr. Herwig Stürzenbacher und Franz Pachler.



**ST. MICHAEL/LAVANTTAL**





**ST. ANDRÄ/LAVANTTAL:** Der gewählte Vorstand der PVÖ-Ortsgruppe mit Obmann Wolfgang Hobel und den zahlreichen Ehrengästen.

## Bewährtes PVÖ-Team für St. Andrä/Lav.

Bei der Anfang März gut besuchten Jahreshauptversammlung der PVÖ-Ortsgruppe St. Andrä im Lavanttal im Gasthof „Köglwirt“ wurde bei den Neuwahlen des Vorstandes das bisherige Team mit Obmann Wolfgang Hobel an der Spitze eindrucksvoll bestätigt. Die Wiederwahl des bewährten Teams für die nächsten drei Jahre erfolgte einstimmig!

Den Auftakt zur Jahreshauptversammlung bildeten eine Gedenkminute für die in der abgelaufenen Funktionsperiode verstorbenen Mitglieder sowie die Berichte über die Aktivitäten der Ortsgruppe in den letzten drei Jahren. Wie Obmann Hobel betonte, konnten trotz der Corona-Pandemie viele geplante Aktivitäten durchgeführt und so den Mitgliedern ein abwechslungsreiches Vereinsleben geboten werden. Er dankte seinem Team für die Unterstützung und den Mitgliedern für die rege Teilnahme an den Veranstaltungen. Auch Kassier Klaus Grassler legte einen positiven Bericht über die Vereinsgebarung vor. Er und der gesamte Vorstand wurden einstimmig entlastet.

Ehrengäste der Hauptversammlung waren Landesrat Ing. Daniel Fellner, PVÖ-Landespräsident Karl Bodner, PVÖ-Bezirksvorsitzender Dieter Hacker, Stadträtin Ina Hobel, die Landtagsabgeordneten Claudia Arpa und Armin Geißler

sowie GR Mathias Furian und GFK Wolfgang Kobold. Gemeinsam mit den Ehrengästen wurden auch zahlreiche langjährige Mitglieder von der Verbandsführung für ihre Treue zum Pensionistenverband bzw. zur PVÖ-Ortsgruppe St. Andrä mit Treue-Urkunden und Ehrennadeln ausgezeichnet.

Die gelungene Veranstaltung wurde vom Männerquartett St. Ulrich unter der Leitung von Fritz Unegg gesanglich umrahmt. Nach dem offiziellen Teil gab es für Mitglieder und Ehrengäste ein gemeinsames Mittagessen.

### FRANTSCHACH-ST.GERTRAUD

## Hohe Geburtstage!

Nach Aufhebung des Großteils der Corona-Schutzbestimmungen konnten auch in der PVÖ-Ortsgruppe Frantschach-St. Gertraud wieder die monatlichen Mitgliedergeburtstagsfeiern durchgeführt werden. Die Ehrungen fanden in gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee, Kuchen und Musik statt. Geehrt wurden u. a. Ignaz Vallant (92 Jahre), Hildegard Lippold (90) sowie Josefine Klösch und Karl Poms (beide 80 Jahre). Zur großen Gratulantenschar zählte auch die Ortsgruppenvorsitzende Melitta Müller.

## Feierstunde im „Haus der Musik“ in St. Stefan/Lav.

Mit einem bunten Programm, Musik (Hilde und Pepi) und guter Laune konnte Obmannstellvertreter Josef Kurteu über 70 Mitglieder zum Pensionisten-Klubnachmittag der PVÖ-Ortsgruppe St. Stefan/Wolfsberg im „Haus der Musik“ begrüßen. Anlass war nicht nur der Klubnachmittag, sondern auch die Ehrung von 23 Mitgliedern, die in den letzten Wochen und Monaten Geburtstag hatten. Alle waren vom Vorstand auf eine Jause und ein Getränk eingeladen.

Besonders herzlich wurde Hilde Kienzl gratuliert, die ihren 90. Geburtstag feierte. Den 80. Geburtstag feierten Maria Pietschnig und Alfred Schliefnig, den 75. Geburtstag Erwin Otti, den 70. Geburtstag Waltraud Schober und Gertrude Vallant. Die Ehrungen wurden von Ulrike Tschuchnig vorbereitet und durchgeführt.

In seinen Grußworten wies Obmann-Stellvertreter Josef Kurteu auf die Bedeutung des Pensionistenverbandes Österreichs (PVÖ) hin und bezeichnete ihn als moderne Freizeiteinrichtung mit einem aktiven und abwechslungsreichen Programm. „Wir nehmen diesen Auftrag sehr ernst und stehen den Seniorinnen und Senioren immer zur Seite – in guten wie in schlechten Zeiten“, betonte Kurteu.



**ST. STEFAN/LAV.:** Die ältere Generation erlebt wieder gemeinsame, fröhliche Stunden!



**WOLFSBERG**

## Exkursion ins „Stoani-Haus“

Der erste Ausflug der PVÖ-Ortsgruppe Wolfsberg im Jahr 2022 führte ins „Stoani-Haus der Musik“ in Gasen/Steiermark. Bei der Führung durch das Museum wurde die Lebensgeschichte der Stoakogler Musikanten nahegebracht. Nach einem guten Mittagessen besuchte man noch den Obsthof Schneeflock in Puch, bevor es bei Speis und Trank in der Buschenschenke Geiser ans Abschiednehmen ging. Ein großes Dankeschön der Obfrau Eva Maria Penz für die Organisation sowie Chauffeur Mario Gaber, der alle Teilnehmer\*innen wieder sicher nach Hause brachte.



## Hit-Reise Toskana Hotel Torretta\*\*\*\*

### Inkludierte Leistungen:

➤ Fahrt mit dem Bus hin und zurück ➤ 4 x Übernachtung mit Frühstück und Abendessen im 4\* Hotel Torretta ➤ 1 x Ausflug

nach Volterra mit Reiseleitung ➤ 1 x Ausflug nach Cinque Terre mit Reiseleitung ➤ 1 x Mittagessen in einem Weingut + Musik und Weinverkostung ➤ Kurtaxe ➤ Versicherungspaket von SeniorenReisen

### Termine, Preis und Anmeldungen:

### 20.05.–24.05.22, 5 Tage/4 Nächte

BO Wolfsberg, Frau Supan, 0660/68 90 412

OG Poggersdorf, Herr Leitmann, 0664/251 3846

### 24.05.–28.05.22, 5 Tage/4 Nächte

BO K-Stadt, Fr. Mitsche, 0463/511294, 0664/559 1864

### 29.05.–02.06.22, 5 Tage/4 Nächte

OG Friesach, Frau Szumovsky, 0676/8980 7358

### 20.09.–24.09.22, 5 Tage/4 Nächte

OG Glanegg, Frau Falgenhauer, 0664/54 24 198

€ 509,-

EZ-Zuschlag: € 64,-

**Inkludierte Leistungen:** ➤ Fahrt mit dem Bus hin und zurück ➤ Aperitif zur Begrüßung ➤ Aufenthalt auf Basis Halbpension ➤ Strandservice (Liegen und Schirme) ➤ Unterbringung in Classic Zimmern ➤ Kurtaxe ➤ Versicherungspaket von SeniorenReisen

### Termine, Preise und Anmeldungen:

## Caorle Hotel Marco Polo\*\*\*

### 06.06.–11.06.22, 6 Tage, 5x HP

OG St. Ruprecht, Frau Klemenjak, 0676/300 27 11

EZ-Zuschlag: € 28,- pro Nacht; Aufzahlung Superior Zi. € 6,- p. P./Tag

Preis Hotel Palladio\*\* € 449,- / EZ-Zuschlag: € 18,- pro Nacht

€ 495,-

## Portorož Life Class Hotels\*\*\*\*

### Termin, Preis und Anmeldung:

### HOTEL RIVIERA:

### 19.06.–24.06.22, 6 Tage, 5x HP

OG Untermittendorf, Frau Macek, 0676/93 82 239

€ 439,-

**Inkludierte Leistungen:** ➤ Fahrt mit einem Bus hin und zurück ➤ Willkommensgetränk ➤ Halbpension ➤ freie Benützung der Schwimmbäder ➤ Slowenischer Abend ➤ freier Eintritt in den Spielsalon Riviera ➤ Kurtaxe ➤ Versicherungspaket von SeniorenReisen

EZ-Zuschlag: € 17,- pro Nacht



## Umag Hotels Sol Umag\*\*\*\* und Sol Sipar\*\*\*\*

### Termine, Preise und Anmeldungen:

### Hotel Sol UMAG:

inkl. Getränke beim Abendessen

### 06.06.–10.06.22,

### 5 Tage, 4x HP

OG Liebenfels & BO St. Veit,

Frau Scherwitzl, 0664/43 43 210

### 19.06.–26.06.22,

### 8 Tage, 7x HP

OG Laboben, Frau Steiner, 0664/57 69 496

OG Steuerberg, Frau Regenfelder, 0664/343 42 44

€ 399,-

€ 579,-

### Hotel SOL SIPAR:

### 12.06.–17.06.22,

### 6 Tage, 5x HP

OG Griffen, Herr Dobrounig, 0664/84 93 629

OG St. Kanzian, Herr Skrubla, 0664/24 24 700

OG Mittlern, Herr Pfeifer, 0664/25 25 495

### 19.06.–26.06.22,

### 8 Tage, 7x HP

OG Radenthein, Herr Ortner, 0650/34 54 699

und Herr Grabner, 0699/10 72 62 51

EZ-Zuschlag: € 15,- pro Nacht

€ 449,-

€ 579,-



**Inkludierte Leistungen:** ➤ Fahrt mit dem Bus hin und zurück ➤ Aufenthalt auf Basis Halbpension ➤ Liegestühle und Sonnenschirme am Pool ➤ Kurtaxe ➤ Versicherungspaket von SeniorenReisen

## Poreč Hotel Valamar Parentino\*\*\*\*

### Termin, Preis und Anmeldung:

### 06.06.–10.06.22, 5 Tage, 4x HP

OG Glanegg, Frau Falgenhauer, 0664/54 24 198

EZ-Zuschlag: € 15,- pro Nacht

€ 399,-



**Inkludierte Leistungen:** ➤ Fahrt mit dem Bus hin und zurück ➤ Willkommensgetränk ➤ Aufenthalt auf Basis Halbpension ➤ Getränke beim Abendessen ➤ Alle Zimmer mit Balkon ➤ Liegen und Schirme am Pool ➤ Kurtaxe ➤ Versicherungspaket von SeniorenReisen

EZ-Zuschlag: € 10,- pro Nacht

## Poreč Hotel Laguna Mediteran\*\*\*

### Termine, Preise und Anmeldungen:

### 08.06.–13.06.22, 6 Tage, 5x HP

OG Waidmannsdorf, Frau Marhl, 0664/51 21 519

und OG Maria Saal, Herr Bauer, 0664/131 60 96

### 03.09.–10.09.22, 8 Tage, 7x HP

OG Steuerberg, Frau Regenfelder, 0664/343 42 44

€ 425,-

€ 479,-



### Inkludierte Leistungen:

➤ Fahrt mit einem Bus hin und zurück ➤ Willkommensgetränk, Halbpension ➤ Liegen und Schirme am Pool (lt. Verfügbarkeit) ➤ 1 x Live Musik ➤ Kurtaxe ➤ Versicherungspaket von SeniorenReisen

EZ-Zuschlag: € 15,- pro Nacht

## Medulin Hotel Holiday\*\*\*

### Termine, Preise und Anmeldungen:

### 19.06.–24.06.22, 6 Tage, 5x HP

OG Kühnsdorf, Frau Podlesnik, 0664/37 07 042

### 10.09.–17.09.22, 8 Tage, 7x HP

OG Völkermarkt, Herr Hofer, 0664/73 760 529

€ 449,-

€ 545,-

## Krk Hotel Dražica\*\*\*

### Termin, Preis und Anmeldung:

### 28.05.–02.06.22, 6 Tage, 5x HP

OG Eberndorf, Frau Schumach, 0664/ 3713048

EZ-Zuschlag: € 12,- pro Nacht

€ 395,-

**Inkludierte Leistungen:** ➤ Hin- und Rückfahrt mit dem Bus ➤ Willkommensgetränk ➤ Halbpension, inkl. Getränke beim Abendessen (Saft, Wasser, Bier und lokaler Wein) ➤ 1 x nationales Abendessen mit dalmatinischer KLAPA ➤ Gala Abendessen mit Musik (nur am Freitag) ➤ Kurtaxe ➤ Versicherungspaket von SeniorenReisen ➤ Liegestühle am Pool extra € 3,- pro Person / Tag





## Wohnen ohne Schadstoffe

Das eigene Zuhause ist ein Ort des Wohlfühlens. Störende oder schädliche Innenraumgifte und unangenehme Gerüche können dies negativ beeinflussen. Flüchtige organische Verbindungen können z. B. in Möbeln, Span- und Sperrholzplatten, Farben, Lacken und Klebern lauern. Müdigkeit, Kopfschmerzen und Erschöpfungszustände sind die Folge – wenn nicht sogar Allergien und gesundheitliche Schädigungen.

Dr. Andrea Flemmer hilft mit ihrem Buch „Die giftfreie Wohnung“ (Quelle & Meyer Verlag, € 15,95), die versteckten Störfriede rasch wieder loszuwerden. Mit Tipps zur Vermeidung von Schimmelbildung, Minimierung von Elektromog und Bekämpfung von Haushaltsschädlingen. **3x1 Buch gewinnen (Kw. „Giftfrei“)!**



## Stromfresser im Haushalt aufspüren

Praktisch in jedem Haushalt gibt es Geräte, die unnötig teure Energie verbrauchen: von Heizungspumpen über E-Herd, Kühlschrank, Wäschetrockner, Geschirrspüler und Waschmaschine bis zu Fernseher und WLAN-Router. In Zeiten steigender Energiepreise lohnt es sich natürlich besonders, diese Stromfresser ausfindig zu machen, etwa mit einem Strommessgerät. Solche Messgeräte sind im Baumarkt erhältlich und einfach in der Handhabung: Das Messgerät wird in die Steckdose gesteckt, der Stecker des Elektrogeräts in das Messgerät.

# unser leben

GESUND & AKTIV DURCH DEN FRÜHLING



Ausflüge mit den „Öffis“ schonen die Umwelt und mit dem Klimaticket auch die Geldbörse

GÜNSTIG UND UMWELTBEWUSST UNTERWEGS

## „Pöffi“-Gruppe auf Schiene

Was „Öffis“ sind, ist bekannt: Was aber sind „Pöffis“? Für die Antwort muss man ins „Ländle“ schauen, sie hat aber mit dem alemannischen Dialekt, der in Vorarlberg gesprochen wird, nichts zu tun. Dafür aber mit dem Pensionistenverband: Dort ist man auf die Idee gekommen, Ausflüge so zu gestalten, dass sie bequem mit öffentlichen Verkehrsmitteln bestritten werden können. Das bedeutet zwar in der Vorbereitung etwas mehr Planungsaufwand, schont aber die Umwelt und auch die Geldbörse: Denn viele der PVÖ-Mitglieder sind im Besitz eines Klimaticket Österreich, mit dem man ab 65 um etwas mehr als 820 Euro ein Jahr lang alle öffentlichen Verkehrsmittel in ganz Österreich nutzen kann. Eine tolle Idee, wie wir meinen, die es wert ist, Nachahmer\*innen zu finden. Vielleicht gibt es im PVÖ bald schon viele „Pöffi“-Gruppen in ganz Österreich.

HERZPATIENTEN

## Revolution am Handgelenk

Moderne, digitale Armbanduhren werden immer smarter, sprich schlauer und finden vermehrt auch in der alltäglichen Gesundheitsüberwachung Verwendung, etwa bei Herzpatienten. Aber sind sie auch zuverlässig? Ja: Studien mit hochwertigen Produkten wie etwa der Apple Watch und der Samsung Gear Fit II haben bei Patienten mit Vorhofflimmern und mit Sinusrhythmus eine hohe Übereinstimmung des „Uhren-EKG“ mit einem von Ärzten erhobenen EKG nachgewiesen.

[www.herzstiftung.de/smartwatches-herzpatienten](http://www.herzstiftung.de/smartwatches-herzpatienten)



Hochwertige Smartwatches: durchaus nützlich, ersetzen aber nicht den Arzt



## Stimmung!

Man kann es an den Gesichtern der Teilnehmer\*innen sehen: Freude und Ausgelassenheit dominieren die Stimmung in den ersten Turnussen des Frühjahrstreffens 2022. Alle sind froh, wieder dabei sein zu können und in herzlicher Gemeinschaft eine perfekt organisierte Urlaubswoche verbringen zu können. Das noch gut gehütete Geheimnis, wohin die Treffen 2023 und 2024 führen werden, wird im Juni verraten.



### FRÜHJAHRSTREFFEN 2022

# Wieder dabei!

**Endlich gibt es wieder Frühjahrstreffen!** Nach drei endlos erscheinenden Jahren des Wartens sind unsere ersten Gäste seit April/Mai 2019 wieder auf Kreta und an der Costa de la Luz gut gelandet. Die „Renaissance“ der Frühjahrstreffen wurde dem SeniorenReisen-Motto mehr als gerecht: Stimmung, Service, Sicherheit!



Freude und besondere Wertschätzung natürlich auch auf Seiten der Partner in den Urlaubsländern. Dementsprechend war der Empfang: in Kreta mit Sirtaki (oben), in Spanien mit Flamenco (gr. Bild).

Auch 2022 wieder der Hit unter den angebotenen inkludierten Ausflügen an der Costa de la Luz: der Besuch der originalgetreu nachgebauten Schiffe, mit denen Columbus von dieser Stelle aus lossegelte, um die West-Passage nach Indien zu finden und schließlich Amerika zu entdecken





Erleichterung und Freude über den Neustart auch bei PVÖ-Präsident Kostelka, der gemeinsam mit Geschäftsführerin Gerlinde Zehetner die ersten Gäste in Spanien begrüßte. Auch „Chefengel“ Günter Ster (Bild Mitte) freut sich wie alle „Roten Engel“, dass es wieder losging.



Auf Kreta ist die minoische Palastanlage von Knossos das begehrteste Ausflugsziel und auch Fotomotiv. Unsere Urlauber auf den Spuren von 4.000 Jahren Geschichte.

Kein Bier vor vier! Aber danach genießt diese fröhliche Runde die Frühlingssonne, die auch noch am späteren Nachmittag zum gemütlichen „Zsammitsitzen“ einlädt.



**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 Schiffsfahrt im Naturschutzgebiet.

### 1x ganztags Opatija

Wandeln Sie auf den Spuren des mondänen Seebads des 19. Jahrhunderts.

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



**SENIOREN  
REISEN  
AUSTRIA**

Stimmung.  
Service.  
Sicherheit.



## Luxus

ohne Ende – noch heute ist Opatija reich an steinernen Zeugen seiner einst großen Vergangenheit.

Mit Seniorenreisen sind Sie dabei.



HERBSTTREFFEN IN ISTRIEN:

# KuK Kur-Kultur

**Abbazia war einmal der Nabel der Welt.** Heute noch stehen hier die steinernen Zeugen, wie technischer Fortschritt und geschicktes Marketing zu Ruhm und Erfolg führten.

**B**egonnen hat alles laut, rußig und dampfend: mit der Eisenbahn. Die technische Errungenschaft des 19. Jahrhunderts ließ nicht nur Güter und Soldaten schneller von A nach B kommen, sie ermöglichte in überschaubarem Rahmen das, was 100 Jahre später Flugzeuge in jeden Winkel der Erde brachten: Tourismus. Das erkannten die findigen Eisenbahn-Manager von damals und sorgten – an ausgesuchten schönen Plätzen – auch gleich für die notwendige Infrastruktur: Hotels. Je nobler, umso besser.

## WO KAISER UND KÖNIGE ZUR KUR WAREN

Die „Südbahngesellschaft“ setzte mit dem „Südbahnhotel“ 1882 am Semmering einen ersten Meilenstein. Das einst noble Haus war der „Probegalopp“ für Abbazia, wo man aber gleich in größeren Dimensionen dachte: Der ganze Ort, malerisch an der felsigen Küste der Kvarner Bucht gelegen, sollte durch den Bau von Luxushotels zum Kurort für die obersten Zehntausend werden. Und so kam es dann auch: In nur wenigen Jahren, von

1882 bis 1885 entstanden drei bedeutende Hotelbauten, die in Sachen Komfort selbst den höchsten Ansprüchen genügten. Den Aufstieg Abbazias förderten nicht zuletzt die zahlreichen Besuche der höchsten Würdenträger der Habsburger und anderer Herrscherhäuser. Diesbezüglicher Höhepunkt war das Treffen Franz Joseph I. mit dem deutschen Kaiser Wilhelm II. im Jahr 1894.

## GROSSE GESCHICHTE ERLEBEN

Welche gekrönten Häupter darüber hinaus in Abbazia waren, die Ursprünge dieser Stadt, die einst St. Jakob hieß und heute Opatija genannt wird, und noch vieles mehr erfahren Sie im Rahmen des Herbsttreffens 2022: Ein Ganztagesausflug mit einer geführten Tour bringt Sie auf die Spuren einer großen Vergangenheit.

**1** Begonnen hat alles mit der „Villa Angiolina“, der ersten Luxus-Unterkunft in Abbazia **2** Der mondäne Speisesaal des „Hotel Kronprinzessin Stephanie“, heute „Hotel Imperial“ **3** Hier stiegen Kaiser ab: das Hotel Kvarner – heute ein \*\*\*-Haus – war einst der Inbegriff von Luxus.



5 Thailand: Kultur und Traumstrände

# Fernreisen 2022/23

**Entdecken Sie mit SeniorenReisen die große, weite Welt.** Alle angebotenen Reisen werden von einem Arzt und einem Reiseleiter von SeniorenReisen 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**



**Infos und Buchungen: SeniorenReisen Wien**, 1180 Wien, Gentzgasse 129  
**Öffnungszeiten:** Es wird um Terminvereinbarung ersucht.  
 Tel.: 01/313 72/Dw. 60 oder 61 bzw. E-Mail: [seniorenreisen@pvoe.at](mailto:seniorenreisen@pvoe.at)  
[www.seniorenreisen.cc](http://www.seniorenreisen.cc) und [www.facebook.com/SeniorenReisenAustria](https://www.facebook.com/SeniorenReisenAustria)

## Brennpunktthema: Durchschlafen

Immer mehr Menschen klagen über dasselbe Problem: Man fällt abends zwar todmüde ins Bett, aber spätestens zwischen 2 und 3 Uhr morgens wacht man wieder auf. Wir haben nachgefragt welche sanften Schlafhelfer Apotheker empfehlen.

Nachts aufwachen und schon geht das Grübeln los: Die Einkaufsliste, unerledigte Aufgaben aber auch Sorgen schießen einem nur so in den Kopf. Knapp einem Drittel der österreichischen Bevölkerung geht es mittlerweile so. Durchschlafstörungen sind somit sogar noch häufiger als Einschlafprobleme.<sup>1</sup>

### WENN SCHLAFMITTEL KEINE OPTION SIND

Da viele Betroffene chemischen Schlafmitteln gegenüber skeptisch sind (Stichwort: Abhängigkeit), steigt in den Apotheken die Nachfrage nach sanften Alternativen. Eine Kundin berichtet: „Ich möchte zuerst einmal etwas Natürliches probieren.“ Empfohlen wird dann häufig Melatonin. Dabei handelt es sich um einen körpereigenen und somit natürlichen Schlafbotenstoff, der die (Wieder-)Einschlafzeit verkürzt. Vor allem mit zunehmendem Alter bildet der Körper selbst immer weniger davon. Zusätzlich eignet sich etwa noch Hopfen bzw. sein Inhaltsstoff Xanthohu-

mol. Dieser wirkt beruhigend und entspannend. Besonders interessant: Als Hopfen früher noch von Hand geerntet wurde, berichteten die Arbeiter von einer großen Müdigkeit und mussten stets früh ins Bett gehen.

### INNOVATIVE LÖSUNG

Die heimische Forschungsabteilung von Dr. Böhm® hat nun ein neues Produkt auf den Markt gebracht, das genau diese beiden natürlichen Schlafhelfer miteinander kombiniert. Der Ein- und Durchschlaf akut Spray enthält sowohl Melatonin als auch Xanthohumol in idealer Dosierung. Entwicklungsleiter Albert Kompek zu der Neuheit: „Uns war vor allem eine einfache Anwendung wichtig. Gerade wenn man nachts aufwacht, will man nicht auch noch aufstehen und ein Wasserglas für Tabletten holen – daher ein Spray.“ Bereits zwei Sprühstöße unter die Zunge reichen aus – und man kann sich entspannt umdrehen und weiterschlafen.

<sup>1</sup>Blume, Christine, et al. "How Does Austria Sleep?" Self-reported Sleep Habits and Complaints in an Online Survey. *OSF Preprints*, 24 May 2019. Web

## NEU AM MARKT

### DR. BÖHM® EIN- UND DURCHSCHLAF AKUT SPRAY

- Einfache und praktische Anwendung
- Rascher Wirkeintritt
- Angenehmer Pfefferminzgeschmack



Nahrungsergänzungsmittel

**1** Gerade hinstellen, Beine hüftbreit, die Arme parallel zueinander nach vorne strecken und diese Position halten. Achten Sie bei dieser Übung auf einen geraden Rücken.



# Das geht aber in die Muskeln!

**Kraft & Spannung.** Eine Übung, die Arme, Oberkörper und Gesäß kräftigt und auf den ersten Blick recht „gemütlich“ aussieht. Doch die Herausforderung steckt in der Wiederholung! Fortgeschrittene können leichte Hanteln benutzen.

**2**

Die Unterarme werden nun im rechten Winkel angehoben. Spannen Sie dabei die Bauch- und Po-muskeln leicht an.



**3**



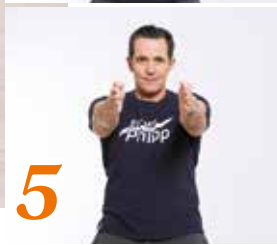
Jetzt öffnen Sie beide Arme in dieser angewinkelten Position nach außen, Spannung halten.

**4**



Danach die Arme wieder leicht schließen und in dieser Stellung einige Zeit halten.

**5**



Unterarme gerade nach vorne bringen. Senken Sie die Arme nicht ab und wiederholen Sie die Übung 5-10-mal (3-4 Sets).

**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](http://www.fit-mit-philipp.at)



## 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 mit fit mit Philipp für das Donauinselfest 2022!

[donauinselfest.at](http://donauinselfest.at)

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

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

**Größte Live-Bewegungseinheit Österreichs mit Philipp**

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



Wissen Sie,  
was sich  
richtig gut  
anhört?



Hervorgehobene  
Sprache



TV-Ton  
direkt im Ohr



Freisprech-  
Telefonie

Jetzt  
kostenlos  
testen!

Was neueste Hörgeräte  
alles können!

Jetzt Termin vereinbaren und neueste  
Hörgeräte sofort ausprobieren!  
hansaton.at · 0800 880 888

Hansaton. Hört sich gut an!



PHONAK  
Audéo Paradise



**Hansaton**   
Hörkompetenz-Zentren

# Neueste Hörgeräte hören sich gut an



Der TV-Ton wird in  
die Hörgeräte gestreamt



Hörgeräte als  
Freisprecheinrichtung

## TV-Ton direkt im Ohr

Der Ton des Fernsehers kann genau in der für Sie idealen Lautstärke drahtlos in die Hörgeräte gestreamt werden. Andere Familienangehörige genießen das Fernsehprogramm gleichzeitig in gewohnter Lautstärke.

## Freisprech-Telefonie

Hörgeräte dienen sogar als Freisprecheinrichtung fürs Handy. Eingehende Anrufe können einfach per Fingertipp auf das Ohr angenommen werden. Bestmögliches Verstehen beim Telefonieren ist damit garantiert.

Wer Probleme beim Hören oder Verstehen feststellt, sollte nicht lange **zögern**. Denn je früher Hörgeräte zum Einsatz kommen, desto besser können die Probleme kompensiert werden. Neueste Hörgeräte sind einfach zu handhaben, angenehm zu tragen und für andere kaum sichtbar. Was der Gesprächspartner sagt, wird hervorgehoben, laute Hintergrundgeräusche werden automatisch abgedämpft.

## Kostenlos bei Hansaton probieren

Hansaton lädt Sie herzlich ein, moderne Hörgeräte kostenlos zu testen. Infos und Termine unter 0800 880 888 (kostenlos), online auf [hansaton.at](https://hansaton.at) oder direkt bei Hansaton in Ihrer Nähe – über 100 x in Österreich.

## BETRIFFT GÜRTELROSE

# Das unterschätzte Leiden

**Fast alle Erwachsenen tragen das Virus, das Gürtelrose auslöst, in sich.** Bei jedem dritten wird es, meist sehr schmerzhaft, aktiv.

**W**indpocken (auch „Schaftblattern“ oder „Feuchtblattern“ genannt) haben fast alle aus „unserer Generation“ in ihrer Kindheit gehabt und mehr oder weniger gut überstanden. Nicht wirklich überstanden, wissen die Experten; denn: Das Virus (Varizella Zoster) verbleibt im Körper und kann im Laufe des Lebens in Form einer Gürtelrose mit oft großen Schmerzen und teils schweren Komplikationen wieder aktiv werden.

### EXTREME SCHMERZEN ÜBER WOCHEN

Am häufigsten sind über 50-Jährige betroffen, da die Leistungsfähigkeit des Im-

munsystems mit fortschreitendem Alter abnimmt. Die Krankheit beginnt anfangs meist mit Müdigkeit, Gliederschmerzen, leichtem Fieber; der Ausschlag bricht erst nach Tagen aus, mit oft brennenden Schmerzen, Rötungen und Schwellungen an den betroffenen Stellen (meist am Rumpf oder Brustkorb).

Das kann über Wochen extrem schmerzhaft sein und birgt auch die Gefahr von Komplikationen, die von andauernden Nervenschmerzen bis zu Erkrankungen des zentralen Nervensystems reichen.


Eine der vielen Betroffenen ist die beliebte TV- und Radio-Moderatorin Marti-



TV- und Radio-Moderatorin Martina Rupp – selbst eine Betroffene – informiert in einem Videobeitrag (Podcast) auf der Webseite [gürtelrose-info.at](http://gürtelrose-info.at)

na Rupp. Sie erzählt aus erster Hand, wie sehr und wie lange sie diese heimtückische Krankheit gequält hat. Das Video finden Sie im Internet: [gürtelrose-info.at](http://gürtelrose-info.at)

### AUCH HIER GILT: IMPFEN SCHÜTZT!

Gürtelrose kann zwar therapiert werden, noch besser ist allerdings ein vorbeugender Schutz in Form einer Impfung. Lassen Sie sich von Ihrer Ärztin / Ihrem Arzt dazu beraten. 

BEZAHLTE ANZEIGE, FOTO: AGCELENT, MIT FREUNDLICHER UNTERSTÜTZUNG VON GSK, NP-AT-HZX-ADVR-2200003, 04/2022

# 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.

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

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



QR-Code  
scannen und  
Termin online  
buchen

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

**Neuroth-Fachinstitut**  
über 140 x in Österreich

Vertragspartner aller  
Krankenkassen

 **NEUROTH**  
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN

Jetzt bis zu  
**230€**  
Rabatt sichern!\*

\*Rabatt ist gültig auf den geltenden Zahlungsbetrag beim Kauf eines Hörgerätes. Bei einer binauralen Versorgung sind dies gesamt €230.-. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Keine Barauszahlung möglich. Aktion gültig bis 31.08.2022.





# Die Hauptstädte der ersten 12 EURO-Staaten

Sensationell – nur für kurze Zeit als 12-teiliges Komplett-Set erhältlich

BEZAHLTE ANZEIGE



5 Teilzahlungen  
à **19,95 €!**  
(statt regulär 529,- €)  
**PORTOFREI!**

Ø je ca. 33 mm



Gemeinsame Rückseite

Mit kostbarer  
**Feingoldauflage**  
(999/1.000)  
veredelt!

**KEINE WEITEREN  
VERPFLICHTUNGEN!**

## Produkt-Information

**Inhalt:** 12 Sonderprägungen  
**Prägequalität:** Polierte Platte  
**Veredelung:** Cu mit Feingoldauflage (999/1.000)  
**Durchmesser:** je ca. 33 mm  
**Gewicht:** je ca. 14,6 g  
**Limitiert auf 1.993 Komplett-Editionen**

• **Exklusiv nur beim ÖSTERREICHISCHEN  
MÜNZKONTOR® erhältlich**

Repräsentatives  
Album für Ihre  
Sammlung **GRATIS!**



## GRATIS FÜR SIE!

Ein hochwertiges  
Steakmesser-Set

- Scharfe Klinge mit einseitigem Wellenschliff
- Gefertigt aus rostfreiem Edelstahl



ÖSTERREICHISCHES MÜNZKONTOR®, eine Marke der HMK V AG  
Verantwortlicher i.S.d. DSGVO und Ihr Vertragspartner: HMK V AG, Leubernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen

**Große Nachfrage erwartet. Jetzt bestellen!**

**JA!** Ich bestelle **PORTOFREI** das Komplett-Set „EU Hauptstädte“  
(Art.-Nr. 196-285-2) - bitte ankreuzen:

- ☐ zu 5 monatlichen, zinsfreien Teilzahlungen à 19,95 € oder  
☐ zum einmaligen Komplett-Preis von 99,75 €  
(regulärer Verkaufspreis 529,- €)

**Ich gehe GARANTIERTE keine weiteren Verpflichtungen ein und darf das Steakmesser-Set in jedem Fall behalten!**

Sie erhalten das Komplett-Set mit 60-tägigem Rückgaberecht. Bei Nichtangabe der Zahlungsweise gehen wir davon aus, dass Sie die Zahlung zum einmaligen Komplett-Preis wünschen.

Um Ihnen Informationen und Angebote von uns und anderen Unternehmen zuzusenden, verarbeiten wir auf Grundlage von Art. 6 Abs.1 f DSGVO, auch mit Hilfe von Dienstleistern Ihre Daten. Weitere Informationen können Sie unserer **Datenschutz-erklärung** entnehmen, die Sie jederzeit auf [www.ömk.at](http://www.ömk.at) abrufen oder bei uns anfordern können. **Sie können der Verwendung Ihrer Daten zu Werbezwecken jederzeit widersprechen.** Kurze Nachricht an Österreichisches Münzkontor, Kundenservice, 6961 Wolfurt genügt.

**Schnell und bequem per Telefon bestellen:**

**0800 / 07 09 19**

Rufen Sie uns gleich kostenlos an!

Jeder telefonische Besteller erhält ein praktisches  
Multifunktions-Taschenmesser als **Geschenk!**

Meine Anschrift:

☐ Frau

☐ Herr

★ **739A - 02**

Vorname, Name

Straße, Hausnummer

Postleitzahl

Wohnort

Es gelten die AGB des ÖSTERREICHISCHEN MÜNZKONTORS®. Diese können Sie unter [www.ömk.at](http://www.ömk.at) nachlesen oder schriftlich bei uns anfordern. Ihr Vertragspartner: HMK V AG, Leubernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen

Datum

Unterschrift

Coupon ausfüllen und sofort abschicken an:  
ÖSTERREICHISCHES MÜNZKONTOR® • Senderstraße 10 • 6961 Wolfurt

ÖSTERREICHISCHES  
MÜNZKONTOR®



VON PVÖ-  
BUNDESSPORT-  
REFERENTIN  
Uschi Mortinger

## Radln mit Köpfchen

Die Tage sind wieder länger und der Drang nach Bewegung in der freien Natur ist groß. Neben dem Wandern gehört vor allem das Radfahren zu den beliebtesten Sport- und Bewegungsarten für Seniorinnen und Senioren. Nicht zuletzt durch das E-Bike. Diese „Wunderwuzzis“ haben ja geradezu einen Fahrrad-Boom ausgelöst. Dank der Motorunterstützung können auch nicht so geübte Radfahrerinnen und Radfahrer größere Strecken und Steigungen bewältigen. Aber Achtung, das Fahren mit einem E-Bike unterscheidet sich zum Teil deutlich von jenem mit einem „normalen“ Fahrrad. Das höhere Gewicht gepaart mit dem größeren Tempo, das man mit einem E-Bike erzielt, kann zu brenzlichen Situationen führen. Auch bewältigt man mit Motorunterstützung ungewohnt steile Anstiege, die bei der Abfahrt hohe Ansprüche an die Fahrtechnik stellen. So etwas muss geübt werden.

Ich würde daher unbedingt empfehlen, den Umgang mit einem E-Bike richtig zu lernen. Bei den PVÖ-E-Bike-Tagen in St. Michael im Lungau können – neben dem Erleben einer wunderschönen Gegend – durch geschulte Guides alle diese Fähigkeiten gelernt und geübt werden. Damit das E-Bike-Fahren – für Seniorinnen und Senioren sicher eine sehr positive Entwicklung – nicht nur viel Freude und Spaß macht, sondern auch unfallfrei erfolgen kann.



Das Service für Ihr Fahrrad sollte so selbstverständlich wie Ihre Gesundheitsuntersuchung oder das Autopickerl sein.

FOTOS: BUBU DUJMIC, ISTOCK BY GETTY IMAGES

## Gut gewartet, gut gefahren

**Fahrrad-Service.** Ein Fahrrad gehört regelmäßig zur Wartung. Diese sollte in einer Fachwerkstatt nach einer Checkliste erfolgen.

**S**pätestens jetzt im Mai geht es wieder so richtig los mit dem Radeln. Sie können es gar nicht erwarten, in die Pedale zu treten? Aber ist Ihr Zweirad auch bereit? Schaltung, Reifen okay? Und vor allem die Bremsen? Im Frühling ist der beste Zeitpunkt, das Fahrrad von einem Fachmann warten zu lassen. Anhand einer standardisierten Checkliste kontrollierter, ob Sie mit Ihrem „Drahtesel“ gefahrlos und sicher in die Saison starten können.

### Ein E-BIKE BRAUCHT BESONDERE PFLEGE

Ein E-Bike ist ja nicht gerade billig. Umso mehr sollten Sie darauf achten, dass alles wie geschmiert läuft. Dazu gehören regelmäßige

E-Bike-Wartung und -Service, die oft auch Voraussetzung für den Weiterbestand der Garantie sind. Die regelmäßige Kontrolle des Akkus und Motors ist besonders wichtig, um schon bei kleinen Problemen reagieren zu können, damit sich keine größeren Schäden ergeben.

### DER VERGLEICH LOHNT SICH

Ein Tipp: Vergleichen Sie wenn möglich die Servicepreise diverser Fachhändler und lassen Sie sich im Falle einer nötigen Reparatur begründen, was warum repariert oder ausgetauscht werden soll und wie viel das kosten wird.

## Wandern & Radeln im Salzbu

**Alles unter einem Dach!** Die PVÖ-Sporttage bieten sportliche Betätigung für jeden und dazu noch jede Menge Spaß.

**A**us drei mach zwei. Zumindest was die noch freien Plätze bei den PVÖ-Sporttagen anbelangt. Beim „Dreier“ in St. Michael im Lungau in Salzburg gibt es nur noch die geführten Wander- und Radtouren zur Auswahl. Die Golfstage sind leider schon ausgebucht. Auch die Anzahl der Plätze bei den Wanderern und den Radlern sind bereits begrenzt, also bei Interesse bitte rasch zugreifen. Eine Teilnahme lohnt sich in jedem Fall. Den Wanderern und Radfahrern wird – begleitet von ausgebildeten Guides – von leichten, ebenen Touren im Murtal bis zu

anspruchsvollen Aufstiegen und Abfahrten in den umliegenden Bergen alles geboten. Eingebettet liegen die Routen im UNESCO-Biosphärenpark Salzburger Lungau.

Am Abend heißt es dann: entspannen und gemütlich mit Gleichgesinnten beisammen sitzen – und eine Gaudi haben. Und davon können die PVÖ-Stammgäste beim Wastwirt ein Lied singen. Es ist quasi unmöglich, sich in dem beliebten Hotel nicht rundum wohl zu fühlen. Dafür sorgt schon allein die unbändige Lebensfreude des Seniorwirts. Also rasch anmelden!





In so einer Situation die Kühe genau beobachten. Sollten sie unruhig werden, keinesfalls durch die Herde gehen.

## Es ist genug Platz für alle

**Achtung Weidetiere!** Die Wanderzeit hat begonnen und damit auch der Viehauftrieb. Tipps zum sicheren Verhalten auf Almen.

**D**ie Wanderschuhe sind geschnürt und in den Beinen kribbelt es schon. Auch in denen der Kühe. Die stehen ebenfalls bereits in den Startlöchern für ihren Almsommer. Zum Teil mit Jungtieren, die sie bei (vermeintlicher) Gefahr verteidigen.

### KEINE ANGST, ABER RESPEKT

Ihre Wanderungen können Sie dennoch unbeschwert genießen, sofern Sie die Weidetiere respektvoll behandeln. Bleiben Sie auf den markierten Wegen und umgehen Sie Herden mit Jungtieren gegebenenfalls. Hunde an der kurzen Leine führen und im



Kühe mit Sicherheitsabstand umgehen

Falle einer Kuhattacke ableinen und sich selbst in Sicherheit bringen. Der Hund ist schneller als die Kühe. **Einen Gratis-Info-Folder zum Herunterladen finden Sie auf:** [www.naturfreunde.at/service/themen/info-and-servicefolder/weidetiere/](http://www.naturfreunde.at/service/themen/info-and-servicefolder/weidetiere/)

## Salzburger Lungau



Erkunden und genießen Sie auf geführten Wandertouren die Schönheiten des Salzburger Lungau.



Der UNESCO-Biosphärenpark ist ein Paradies für Radfahrer.

**26.–30. Juni 2022, Hotel Wastwirt St. Michael/Lungau (5 T/4 N)**

**3. PVÖ-Wandertage** mit geführten Wanderungen im Lungau, € 530,-

**4. PVÖ-Radtage** mit Radtouren sowohl für Fahrrad als auch E-Bike, € 530,-

**Informationen & Anmeldung:** PVÖ-Zentrale, Christina Ecker, Tel.: 01/313 72-44, E-Mail: [christina.ecker@pvoe.at](mailto:christina.ecker@pvoe.at) und auf: [pvoe.at](http://pvoe.at)



KURZENTRUM  
LUDWIGSTORFF

Ihre Kur in  
**Bad Deutsch-  
Altenburg!**



- Wir sind Vertragspartner der Sozialversicherung.
- Den Termin ihres bewilligten Aufenthalts können Sie direkt mit uns abstimmen.
- Einzelzimmer ist garantiert.

**Wir bieten vergünstigte Pauschalangebote für Gäste, die nur einige erholsame Tage bei uns verbringen möchten.**

Gesund mit  
**Österreichs stärkster  
Jod-Schwefelquelle**

Kurzentrum Ludwigstorf  
in Bad Deutsch-Altenburg  
Tel.: +43 2165 626 17-0

e-mail: [rezeption@kur-l.at](mailto:rezeption@kur-l.at)  
[www.kur-l.at](http://www.kur-l.at)

MIT MIKRONÄHRSTOFFEN ZU NEUER LEBENSQUALITÄT

# Das hilft bei Long-COVID

**D**ie Corona-Erkrankung ist überstanden, doch zahlreiche Patientinnen und Patienten fühlen sich danach keineswegs gesund. Sie laborieren oft monatelang an den Folgen der Virusinfektion – sie leiden am Long-COVID-Syndrom.

## GROSSER LEIDENSDRUCK

Die Symptome sind vielfältig. Vor allem fühlen sich Betroffene durch eine chronische Erschöpfung extrem beeinträchtigt. Oft sind sie deshalb nach der Erkrankung nicht in der Lage, ihr gewohntes Leben wieder aufzunehmen. Außerdem werden extreme Müdigkeit, Kurzatmigkeit, Gedächtnis-, Konzentrations-, Schlafstörungen,



ERSCHÖPFT.  
Mikronährstoffe unterstützen Betroffene auf dem Weg aus Long-COVID.

gen, Depressionen und Ängste genannt.

Angesichts dieser Beeinträchtigungen ist es nachvollziehbar, dass die Betroffenen über eine stark reduzierte Lebensqualität klagen. Doch es gibt Mittel und Wege, um das Wohlbefinden wiederzuerlangen.

## MIKRONÄHRSTOFFE HELFEN

„Ausgewählte Mikronährstoffe können bei Long-COVID-Patientinnen und -Patienten einen klaren gesundheitlichen Mehrwert schaffen“, erklärt Michael Wäger, Leiter des Biogena-Wissenschaftsteams. Das österreichische Unternehmen Biogena,

das für Forschung und Nachhaltigkeit steht, setzt bei seinen Mikronährstoff-Präparaten auf höchste Qualität.

Mikronährstoffe sind die kleinsten Helfer im Organismus. Omega 3, Ashwagandha, und NADH reduzieren etwa deutlich Erschöpfungszustände. NADH und das Coenzym Q10 verbessern signifikant Schlafdauer und Schlafqualität. „Deshalb können Mikronährstoffe Betroffene auf ihrem Weg aus Long-COVID unterstützen“, so Michael Wäger. Das Fachpersonal in den Biogena-Stores berät Interessierte kompetent zur sinnvollen Einnahme von Präparaten. Informationen und Bestellungen unter Tel.: 0662/23 11 11 und online auf: [www.biogena.com](http://www.biogena.com)

BEZAHLTE ANZEIGE

**BETRIFFT MICH  
GÜRTELROSE?**

**JA.  
UND SO FÜHLT  
SICH DAS AN.**

**GÜRTELROSE-INFO.AT**

**Impfen  
schützt!**

**Gürtelrose ist eine meist sehr schmerzhafteste Erkrankung, die mit schweren Komplikationen einhergehen kann.**

- **Fast alle Erwachsenen über 50 (>99%)** tragen das Virus, das Gürtelrose auslöst, in sich.
- **Jede/r Dritte** erkrankt im Laufe des Lebens an Gürtelrose.
- Betroffene beschreiben die **Schmerzen wie Stiche** – als würden sich die Dornen einer Rose tief in die Haut bohren.

**Sind Sie 50 oder älter?**

**Für Personen ab 50 Jahren ist laut österreichischem Impfplan eine Impfung gegen Gürtelrose empfohlen. Fragen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt nach dem bestmöglichen Schutz vor Gürtelrose.**

Weitere Informationen: [www.guertelrose-info.at](http://www.guertelrose-info.at)



PR, FOTO: ISTOCK BY GETTY IMAGES

NP-AT-HZX-ADVT-220001, 04/2022



# Die Heilpflanze für den Blutdruck

## Bluthochdruck betrifft immer größere Teile der Bevölkerung.

Gerade zu Beginn einer Erkrankung bietet – neben kleinen Lebensstiländerungen – auch die Pflanzenwelt eine wirksame Unterstützung.

**E**s sind besorgniserregende Zahlen: Etwa die Hälfte der Österreicherinnen und Österreicher über 50 und fast zwei Drittel der 65-Jährigen und Älteren leiden an einem zu hohen Blutdruck. Gefährlich ist das vor allem, weil man den zu hohen Druck, mit dem das Blut gegen unsere Gefäßwände gepresst wird, nicht gleich spürt.

Klassische Symptome wie Schwindel oder Schweißausbrüche treten erst bei stark erhöhten Werten auf. Umso wichtiger ist es, den Blutdruck stets gut im Blick zu haben, um schnellstmöglich gegenzusteuern, wenn die Werte zu steigen beginnen.

### REGELMÄSSIG WERTE KONTROLLIEREN

Ab 40 Jahren sollte der Blutdruck mindestens einmal im Jahr bei einem Arztbesuch gemessen werden, ab 50 sogar halbjährlich.

Darüber hinaus ist es sinnvoll, auch zu Hause immer wieder den Blutdruck zu kontrollieren. Gemessen werden zwei

Werte: Der systolische Druck (oberer Messwert) ist jener, der beim Entleeren der linken Herzkammer in den Arterien entsteht. Der diastolische Blutdruck (unterer Messwert) entspricht dem niedrigsten Druck während der Entspannungsphase des Herzmuskels.

Blutdruckwerte bis 129 zu 84 mmHg gelten als normal, als hochnormal bezeichnet man Werte bis 139 zu 89 mmHg. Alle Werte darüber werden als Bluthochdruck eingestuft.

### ERSTE THERAPIEOPTIONEN

Zu lange mit einer Kontrolle zu warten, kann bedeuten, dass Ihr Arzt Sie langfristig auf synthetische Blutdrucksenker einstellen muss. Als erster Schritt im Kampf gegen Bluthochdruck empfehlen sich Lebensstiländerungen wie eine gesunde Ernährung und mehr Bewegung.

Eine gesunde Ernährung ist abwechslungsreich und frisch mit Gemüse und Obst als Hauptanteil. Getreideprodukte sind am besten aus Vollkorn, gesunde Proteine liefern zum Beispiel Fisch, Geflügel und Hülsenfrüchte. Milch und Milchprodukte regelmäßig genießen, rotes Fleisch mäßig, Fett, Süßes und Alkohol sparsam.

Reduzieren Sie außerdem die Salzzufuhr. Wenn Bluthochdruck vorliegt, besteht möglicherweise eine Salzempfindlichkeit. Übermäßiger Konsum führt dann zu einer Verengung

der kleinen Blutgefäße.

Jede Bewegung ist besser als keine! So hilft es, nicht nur kleine Bewegungseinheiten ab 10 Minuten in den Alltag einzubauen (z. B. leichte Gymnastik), sondern auch regelmäßig Sport zu treiben. Ausreichender Schlaf und Ruhe sind wichtige Faktoren, um den Blutdruck in gesunder Balance zu halten.

### TIPP AUS DER PFLANZENHEILKUNDE

Es gibt Hilfe aus der Natur, um zu einem normalen Blut-

druck beizutragen. Besonders die Wirkstoffe des Olivenblatts können hier unterstützen. Dass Olivenöl gut für die Gesundheit ist, ist bekannt, die Wirkung der Olivenblätter auf den Blutdruck kennen aber nur wenige.

Studien mit einem Extrakt aus Olivenblättern zeigten klar, dass schon innerhalb weniger Wochen ein deutlich positiver Effekt auf den Blutdruck erzielt werden konnte, sowohl auf den systolischen als auch auf den diastolischen Wert<sup>1</sup>.



VON UNIV.-PROF.  
DR. GÜNTER STEURER,  
INTERNIST IN WIEN



**Dr. Böhm®**

**ALLES FÜR MEINEN BLUTDRUCK**

**Dr. Böhm® Blutdruckformel**

Normaler Blutdruck  
Olivenblatt-Extrakt und Kalium zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutdrucks

60 Tabletten

Nahrungsergänzungsmittel

Eine hektische Lebensweise oder fortgeschrittenes Lebensalter stellen eine erhöhte Belastung für den Blutdruck dar. Dafür gibt es jetzt ein pflanzliches Mittel: Die **Dr. Böhm® Blutdruckformel** enthält einen speziellen Extrakt aus Olivenblättern, der sehr gute Ergebnisse auf den Blutdruck erzielt.

- ✓ Für einen normalen Blutdruck
- ✓ Mit natürlichem Olivenblatt-Extrakt und Kalium

Qualität aus Österreich.

Dr. Böhm® – Die Nr. 1 aus der Apotheke

<sup>1</sup> Perrinjaquet-Moccetti T et al. Phytother Res 2008; 22 (9): 1239–42.



VON LEBENS- UND  
SOZIALBERATERIN

Mag. Gabriela Fischer  
www.gabifischer.com



*Was wir heute tun,  
entscheidet darüber,  
wie die Welt morgen  
aussieht.*

MARIE VON  
EBNER-ESCHENBACH

## Danke, geht schon!

**P**auline, meine zweijährige Enkeltochter, müht sich total ab, sich selbst ihre Socken anzuziehen. Ein schwieriges und zeitaufwendiges Unterfangen für ein kleines Mädchen. Auf die Frage, ob ich ihr helfen solle, meinte sie unlängst: „Gage (übersetzt: Danke), geht schon.“ Ich schmunzelte und sie plagte sich weiter, bis sie es geschafft hatte.

Selbstständigkeit ist wunderbar, es hat jedoch manchmal auch Schattenseiten, Hilfe abzulehnen. Vor allem wenn es darum geht, sich oder anderen etwas beweisen zu müssen. Kinder brauchen das, um zu lernen und zu reifen, bei Erwachsenen kann es an Sturheit grenzen. Hilfe anzunehmen ist keine Schwäche, sondern eine Stärke. Zu wissen, was man kann und in welchen Situationen Unterstützung angebracht ist, zeigt, sich selbst zu kennen. Ich repariere weder mein Auto selbst noch greife

ich elektrische Leitungen an. Ich weiß, das ist nicht mein Metier und der Schaden wäre vielleicht fatal. Man muss nicht alles können, man muss nur wissen, wen man fragt.

Je älter wir werden, desto größer wird die Wahrscheinlichkeit, für den einen oder anderen Handgriff Hilfe zu benötigen. Ich schimpfte mit meiner 83-jährigen Mama, die trotz künstlicher Hüften und starker Rückenschmerzen auf die Leiter steigt, um ihre Vorhänge fürs Waschen abzunehmen. Die Leiter könnte für sie zur Falle werden, außerdem hat sie danach immer Schmerzen. Bitte, Mama, wenn du das liest, lass dir von uns helfen. Unterstützung anzunehmen ist klug und dient oft der besseren Lebensqualität. Kommunizieren Sie Ihrem Umfeld, wenn Sie Hilfe benötigen. Bedenken Sie dabei: Jemandem etwas Gutes zu tun verschafft dem Helfenden ein positives Gefühl.

**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

Sonnenschein



**MULTI  
vitDK®**



VITAMIN D3 & K2

FÜR KNOCHEN UND IMMUNSYSTEM  
MIT PRAKTISCHER DOSIERPUMPE



Palmölfrei



Glutenfrei



Laktosefrei



BPA-frei



Vegetarisch

AUS DEM HAUSE GENERICON | APOTHEKENEXKLUSIV | www.multi.at



Aufheilen der Farbtöne	Camping-utensil Un-geziefer			sportlich in Form Schiffs-ladung		besitz-an-zeigendes Fürwort	Landes-sprache: russische Stadt
Teil der Kirche	Zorn			Gleich-klang im Vers Europäerin		weibl. Vorname	
Speise-würze	heißer Erdzone						
asiat. Völ-kergruppe	Neigung, Vorliebe						
Chronik	Abk.: angeblich						
Bürg-schaft							

Die diesmal zu findende Lösung nennt ein Sternzeichen.



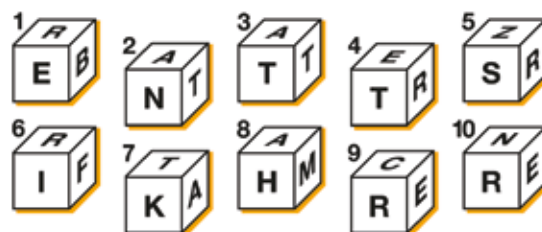
Die 8 Buchstaben der farbigen Kästchen – in richtiger Reihenfolge eingetragen – ergeben die Lösung.

**LÖSUNGEN SIEHE SEITE 42**

## SUDOKU

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

## WÜRFELRÄTSEL



Von den sechs Buchstaben auf jedem Würfel sind drei verdeckt und zu ergänzen, wodurch bei entsprechender Gruppierung der Buchstaben Wörter folgender Bedeutungen entstehen:

1. Erfrischungsgetränk, 2. Lenkrod, 3. Begabung, 4. Schaltknopf, 5. Spaß, 6. Schutzanzug, 7. chirurgischer Nähfaden, 8. breiiger Schmutz, 9. Gartengerät, 10. Fachmann, Experte

Wird die Reihenfolge beibehalten, welche die gefundenen Ergänzungsbuchstaben in den Wörtern einnehmen, so ergibt deren Aneinanderreihung ein Sprichwort.

## INTERNATIONALES BLASMUSIKFESTIVAL 2022

# Der böhmische Traum



**Familiär, emotional, grenzüberschreitend.** Die Trachtenkapelle Brand lädt von 3.–5. Juni 2022 zum „böhmischen Traum“ im Glaskunstorf Brand-Nagelberg. Bei diesem internationalen Blasmusikfestival werden ZuschauerInnen zu Mitwirkenden – alle, die ein Instrument mitbringen, können sich **aktiv am Großkonzert** (Samstag, Festakt „70 Jahre NÖ Blasmusikverband/100 Jahre NÖ“) beteiligen. Unter der Schirmherrschaft der **Blasmusiklegende Ladislav Kubeš jun.** sind **Kapellen und Könner ihrer Zunft zu hören**, die zeigen, dass Blasmusik alles andere als altmodisch ist. Mit: Haparranka (F), Orchestre Roger Halm (F), S.o.B.-Kapell (D), Gemeindemusik Götzis 1824 (Ö), Blaskapelle EBB (Ö), Musikverein Katsdorf (Ö), Brauereimusic Zipf (Ö), JOB Brand (Ö). **Eintritt freie Spende**, Informationen unter: [www.derboehmischetraum.at](http://www.derboehmischetraum.at)

**Gewinnen Sie 3x2 Menüs** (1x Hauptspeise + 1x Schankgetränk, Kw. „Böhmischer Traum“, Teilnahme siehe Vorteilsklub)!



**GEWINN: 3x2 MENÜS**  
(Hauptspeise + Schankgetränk)

# Liebe liegt in der Luft

Edeltraud (81) und Helmut (82) zeigen uns im Wonnemonat Mai, wie schön ewige Liebe aussieht – in Mode für Sie und Ihn für Gartenpartys, Reisen und Ausflüge.

**Fotos:** Bubu Dujmic.

Weitere Fotos:

iStock by Getty Images (2),

Pixabay (2), Pexels.

**Styling und Make-up:**

Martina Gaa

**Bezugsquellen:**

C&A, Mariahilfer Straße

96-98, 1070 Wien;

Humanic, Mariahilfer

Straße 94, 1070 Wien.

Weitere Filialen in

Österreich & Online-Shops:

[www.c-and-a.com/at/de/](http://www.c-and-a.com/at/de/)

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

**Schiff ahoi!** Sportlich sind beide – Radfahren, Skifahren, das Tennisspielen haben sie ab 50 begonnen.

Und auch mit dem Wasser verbindet sie Bewegung: das Tauchen (früher Sporttauchen). Für einen Schiffsausflug trägt Helmut einen lässigen Blouson in Blau, ein Shirt im Marine-Look, Jeans (alles C&A) und bequeme Sneaker (Pepe Jeans, Humanic). Edeltraud sticht in einem roten Trenchcoat, Ringelshirt, blauer 7/8-Freizeit-Hose (alles C&A), weißen Sneaker (Adidas, Humanic) und maritimer Schultertasche (Tommy Hilfiger, Humanic) in See.





**In Feierlaune.** 61 Jahre sind Edeltraud und Helmut verheiratet, im April war ihr Hochzeitstag – da geht es mit vielen Herzerln in den Augen zur Party im Garten! Sie trägt ein zartgelbes Shirt mit Blumenmuster, 3/4-Hosen und taillierte Kunstleder-Jacke in Apricot (alles C&A) mit modischen Riemchen-Sandalen (Pat Calvin, Humanic). Auch auf Helmut's Hemd blühen zarte Frühlingsblumen; es wird mit einem leichten Pullover in Koralle, Freizeit-hosen in Beige und braunen Schnürschuhen kombiniert (alles C&A).



### Sonnentag am See.

Sommerlich bricht unser entzückendes Paar, das stets mit viel Humor und Neugierde in die Welt blickt, zum Ausflug zum Neusiedler See auf. Sie in einem aparten Stretch-Kleid mit Streifen (C&A), Veloursleder-Ballerinas (Ara, Humanic) und Tasche im Seesack-Stil (Tommy Hilfiger, Humanic). Er kombiniert hellblaue Chino-Hosen mit einem weißen Shirt mit Aufdruck (alles C&A) und weißen Sportschuhen (Puma, Humanic).





### Auf nach Italien!

Edeltraud und Helmut lieben es, zu reisen. Vor allem, wenn damit Kulturgenuss verbunden ist. Er in einem aquamarinen Anzug, floralem Polo-Shirt (alles C&A) und hellgrauen Sneakers (Humanic); sie in kurzer Jeansjacke, Shirt mit Blumendruck, Freizeithose und Tasche in Lime (alles C&A) sowie Veloursleder-Ballerinas (Pat Green, Humanic).



### Flott auf 2 Rädern.

Auf gehts für unsere zwei Verliebten zum Ausflug auf der Vespa: Edeltraud in Kurz-Sweatshirt mit „Love“-Aufdruck, Jeans mit Herzchen und Shopper „Free Hugs“ (hug = Umarmung), Helmut mit Strohhut, Shirt mit Vespa-Motiv und in karierten, lässigen Freizeit-Shorts (alles C&A).



**Lust auf Siesta?**

In einem runden Gartenbett lässt es sich wunderbar träumen – wetterfest, schick und äußerst komfortabel (aus „Litus Collection“ by 10Deka).



# Wohnoasen im Garten



**„Allwetter-Möbel“.** Der Außenbereich in unserem Zuhause ist wichtiger denn je: Wir wollen pures Sommergefühl genießen; mit Wohlfühl-Zonen, die Heim und Garten in ein Ferienhaus mit Resort-Charakter verwandeln.

**1 Nimm Platz an der Sonne!** Elegant und gemütlich zugleich – heute bieten Tische und Stühle für den Außenbereich nicht nur Funktionalität, sondern bestechen auch durch geschmackvolles Design (aus „Litus Collection“ by 10Deka).

**2 Auf der Couch entspannen.** Man fühlt sich wie im Wohnzimmer auf der Couch und ist zugleich von Grün und guter Luft umgeben – auch für die Nutzung im Garten gibt es richtige „Wohnlandschaften“ (von Cane line).

**3 Der Umwelt zuliebe.** Qualitativ hochwertig und mit nachhaltigen Materialien (wie z. B. Holz) verarbeitet – bei Möbeln für den Außenbereich wird auf Umweltschutz geachtet (von Riviera Maison).

**4 Feiern im Grünen.** Essbereiche verlagern sich im Sommer in den Garten und laden zum Feiern und Genießen ein (von Riviera Maison).

**Gemütlichkeit im Schatten.**

Der Pflegeaufwand ist bei „Allwettermöbel“ gering, da bleibt genug Zeit, um gemütlich ein Buch zu lesen (Tagesbett und Sonnenschirm von Cane Line).



Mit: Pia Baresch, Christian Deix, Michelle Härle, Adi Hirschal, Olivier Lendl & Angelika Niedetzky  
Regie: Erhard Pauer



FOTO: SABINE HAUSWIRTH

**PVÖ-SONDERVORSTELLUNG  
UND KARTEN GEWINNEN!**



**KULTURSOMMER LAXENBURG 2022**

# Der Guru oder Der Weg ins Shangri La La La

**Esoterical von Christian Deix und Olivier Lendl.** Im Zentrum für ganzheitliches Wohlbefinden im Wienerwald herrscht große Aufregung! Ein **neuer geheimnisvoller Guru soll** mit außergewöhnlichen Praktiken den ins Trudeln geratenen „**Es-geht-uns-gut-Hof**“ **wieder in Schwung bringen**. Die Erwartungen des Personals wie auch der Gäste in den vielversprechenden Heilsbringer sind enorm! Bedürfnisse! Wünsche! Sehnsüchte! **Alles wird nachhaltig und einwandfrei biologisch dynamisch befriedigt!** Forschen Sie mit Adi Hirschal in dieser turbulenten, musikalisch-ooohminösen Komödie mit Befreiungstrommeln, Klangschalen-Chaos und Mama-Vati-Yoga tief in den Wurzelchakren aller Beteiligten. **Intendanz:** Adi Hirschal, **Musikalische Leitung:** Christian Deix, **Ensemble:** Pia Baresch, Christian Deix, Michelle Härle, Adi Hirschal, Angelika Niedetzky und Olivier Lendl. **Premiere:** 12. Juni, 16.30 Uhr, **Spieltermine:** 18. Juni–14. August (Sa. und So.), jeweils 16.30 Uhr, Hof der Franzensburg im Schlosspark, 2361 Laxenburg (30 Min. Gehzeit vom Eingang). **Karten:** Kassa bei der Franzensburg an den Spieltagen (14-18 Uhr), Tel.: 02236/736 40, Preise: € 23-35,-, [www.kultursommerlaxenburg.at](http://www.kultursommerlaxenburg.at)

**Sondervorstellung für PVÖ-Gruppen am 10. Juni 2022!** Kartenreservierungen um nur 15 Euro/Stück unter [veranstaltungen@pvoe.at](mailto:veranstaltungen@pvoe.at) und Tel: **01/313 72-0** (ausschließlich Gruppenbuchungen). **Jeweils 1x2 Karten (Kat. 2) und 1x2 Karten (Kat. 3)** für die Vorstellungen am **18. & 19.6.2022 zu gewinnen** (Kw. „Der Guru“, Datum angeben).

## LÖSUNGEN

■	■	Z	F	■	I	■	■
B	L	E	I	C	H	E	N
■	A	L	T	A	R	■	E
W	U	T	■	R	E	I	M
E	S	S	I	G	■	R	A
■	■	T	R	O	P	E	N
T	H	A	I	■	A	N	■
■	A	N	N	A	L	E	N
A	N	G	■	B	M	■	U
■	G	E	W	A	E	H	R

Die Lösung lautet: ZWILLING

### Sudoku:

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

### Würfelrätsel:

1. Brause, 2. Volant, 3. Talent,
4. Taster, 5. Scherz, 6. Firnis, 7. Katgut,
8. Matsch, 9. Rechen, 10. Kenner

### Schlusslösung:

Aus vollen Taschen ist gut schenken.

## 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!

Und das um nur € 2,80 in Ihrer Trafik und im Zeitschriftenhandel.



**IMPRESSUM:** UG – *Unsere Generation*, das Magazin des Pensionistenverbandes Österreichs (PVÖ), Datenschutz-Nr. 0047040. **Medieninhaber & Herausgeber:** Pensionistenverband Österreichs, 1180 Wien, Gentzgasse 129, Tel.: 01/313 72-0, E-Mail: [redaktion@pvoe.at](mailto:redaktion@pvoe.at), Internet: [pvoe.at](http://pvoe.at). **Chefredaktion:** Andreas Wohlmuth, Heinz Haubenwallner. **Chefs vom Dienst:** Michaela Görlich/Claus Funovits. **Redaktionelle Mitarbeit:** Mag.<sup>a</sup> Susanne Ellmer-Vockenhuber, Dr. Harald Glatz, Mag.<sup>a</sup> Gabriela Fischer, Uschi Mortinger. **Assistenz:** Alfred Papelicki. **Artdirektion:** Mag. art. Thomas Haring. **Grafik:** Karin Lifka. **Anzeigenkontakt & Produktion:** seniormedia – echo medienhaus ges.m.b.h., 1060 Wien, Windmühlgasse 26, 3. Stock, Tel.: 01/535 05 25, E-Mail: [unseregeneration@echo.at](mailto:unseregeneration@echo.at), [www.echo.at](http://www.echo.at). **Geschäftsführung:** Christian Pöttler. **Geschäftsführung Key Account:** Manuela Paganotta-Hofbauer. **Verlagsleitung:** Michaela Görlich. **Verlagsleitung Marketing & Sales:** Claudia Neumann. **Verlagsort:** Wien. **Druck:** Bauer Medien Produktions- & Handels-GmbH. **Preis:** Für Mitglieder des PVÖ € 0,90. Für Nichtmitglieder im Einzelverkauf € 1,80 zuzüglich Porto. Keine Haftung für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos. Mit „Werbung“, „Bezahlte Anzeige“ oder „Entgeltliche Einschaltung“ gekennzeichnete Beiträge sind bezahlte Einschaltungen. Die Bundesländerbeilagen erscheinen in redaktioneller Eigenverantwortung der einzelnen Landesorganisationen des PVÖ. **Das nächste Heft erscheint Mitte Juni 2022.**



# Kunst & Kultur

ANGEBOTE EXKLUSIV FÜR UNSERE MITGLIEDER

**10 % ERMÄSSIGUNG FÜR PVÖ-MITGLIEDER**



GEWINNEN SIE  
**3 X 2 FREIKARTEN!**

**SOMMERSPIELE SCHLOSS SITZENBERG**

## Der Unbestechliche

**LUSTSPIEL.** Heuer steht eines der **populärsten Stücke Hugo von Hofmannsthal**s auf dem Spielplan der Sommerspiele Schloss Sitzenberg. Hauptfigur in diesem klugen Drama ist der **unbestechliche Diener Theodor**, der durch Intrige und klugen Witz ein heimliches Tectelmechtel seiner Herrschaft, des Barons Jaromir, zu verhindern weiß. Der moralisch anspruchsvolle Hausangestellte mit seiner Mischung aus unterwürfiger Ergebenheit und verschlagener Dreistigkeit – quasi das Musterbeispiel für einen Diener der österreichischen Aristokratie – gehört zu den herausragenden komischen Charakteren der deutschsprachigen Dramatik. Genießen Sie ein Stück Weltliteratur, eine **feinfühlig Inszenierung und ein hochklassiges Ensemble** inmitten des zauberhaften Schloss-Arkadenhofs.

**Premiere:** 3.6.2022, 19 Uhr, weitere Termine: 10.–26.6.2022 (19.30 Uhr, Sonn- und Feiertag: 17.30 Uhr). **Karten** erhältlich unter Tel.: 0664/949 08 03, E-Mail: karten@schloss-sitzenberg.at und online auf [www.schloss-sitzenberg.at](http://www.schloss-sitzenberg.at)

**10 % Ermäßigung für PVÖ-Mitglieder** im Vorverkauf (telefonisch, E-Mail: Kw. „PVÖ“, online: Auswahl der ermäßigten Preiskategorie, siehe jeweils oben).

**3 x 2 Karten** für 10.6.2022 (Kw. „Sitzenberg“) zu gewinnen!



GEWINN:  
**3 X 1  
BUCH**

### Wolfgang Ambros Lebensrückblick.

Er war Mitbegründer des Austropop und ist einer der bedeutendsten österreichischen Musiker der Gegenwart: Wolfgang Ambros. Fünfzig Jahre nach seinem ersten Hit „Da Hofa“ zieht Ambros in „A Mensch möcht i bleib'n“ (Verlag edition a, € 24,-) ein sehr persönliches Zwischenresümee über Schicksal, Schuld und Sühne und ausgleichende Gerechtigkeit – philosophisch und subtil.

**3x1 Buch gewinnen (Kw. „Ambros“)!**



GEWINN:  
**3 X 1  
BUCH**

### Faszination Weltall Astronomie.

Das Universum dehnt sich aus. Also muss es einen Ursprung gegeben haben, einen Urknall. Doch wann hat er stattgefunden und wie groß ist das Weltall

jetzt? Wie sind die Sterne und Galaxien entstanden? Der bekannte Grazer Astronomie-Professor Arnold Hansmeier erklärt die „Dimensionen des Weltalls“ (Verlag Anton Pustet, € 25,-) einfach und klar und gibt praktische Tipps zur eigenen Himmelsbeobachtung.

**3x1 Buch gewinnen (Kw. „Weltall“)!**

**ERMÄSSIGTE KARTEN FÜR PVÖ-MITGLIEDER  
FÜR 12. JUNI UND 9. JULI 2022**



**EMMAUS – GESCHICHTE EINES L(I)EBENDEN**

## Das Leben Jesu

**PASSIONSSPIELE.** In der überwältigenden Szenerie des Steinbruchs von St. Margarethen wird die **Geschichte Jesu** in einer neuen, auf die heutige Zeit abgestimmten Inszenierung auf die Bühne gebracht. Es ist eine **Geschichte vom Sieg der Liebe über den Tod.**

**Premiere:** 26.5.2022, 15 Uhr, weitere Termine: 28.5.–10.7.2022, 15 Uhr. **Karten** unter Tel.: 02680/21 00, E-Mail: tickets@passio.at und online auf [www.passio.at](http://www.passio.at)

**Ermäßigte Karten für PVÖ-Mitglieder:** LO Burgenland, Manuela Meiböck, Tel.: 02682/775-433, E-Mail: manuela.meiboeck@pvoe.at  
**3 x 2 Karten** für 18.6.2022 (Kw. „Passionsspiele“) zu gewinnen!

# Die PVÖ-Wanderwelt

## Wanderjacke

Sehr leichte Sportjacke mit Polyesterfutter, ideal zum schnell Einpacken. Winddicht und wasserabweisend. Kapuze zum Abnehmen. Reflektierendes PVÖ-Logo am Rücken und am Oberarm.

€ 70,-



## Baumwoll-Polo

Kurzarm, in Piqué-Qualität, einlaufvorbereitet. 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 Tages tour.

€ 46,-



## Premium-Funktionsshirt, unisex

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

€ 26,-



FOTOS: PVÖ, PIXABAY.COM

## Jetzt rasch bestellen!

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

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

☐ **Ja, ich bestelle**

**Rucksack** \_\_\_\_ Stück

**Wanderjacke** S: \_\_, M: \_\_, L: \_\_, XL: \_\_, 2XL: \_\_,  
3XL: \_\_, 4XL: \_\_, 5XL: \_\_ **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](mailto:redaktion@pvoe.at)  
Internet: [pvoe.at](http://pvoe.at)  
Österreichische Post AG  
Zulassungsnummer: MZ 02Z032701M  
DVR-Nr: 0047040

Ausgabe: Mai 2022

