

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



10 % RABATT FÜR PVÖ-MITGLIEDER*

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

ADLER
ALLES PASST

www.adlermode.at



**Wein, Kultur,
Uhren & Schmuck**

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

Im größten Weingut 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

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

TAGGENBRUNN
WEINGUT

KOLPING WIEN-ZENTRAL



€44,50 p.P. im DZ/NF

**Ihr Haus
für Ihren
Aufenthalt
in Wien**

- gegen Vorlage des PVÖ-Mitgliedsausweises, gültig von 1.4.-31.12.2022
- 90 Doppelzimmer Tief- und Fahrradgarage, 100% barrierefrei, reichhaltiges Frühstücksbuffet

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

www.kolping-wien-zentral.at



Tageskarten für PVÖ-Mitglieder*

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

12 x in Österreich.

METRO

www.metro.at

RONACHER



CATS

25 %

**ERMÄSSIGUNG FÜR
PVÖ-MITGLIEDER*****

auf Eintrittskarten für
„Cats“ oder „Miss Saigon“

Buchung:

Online über pvoe.musicalvienna.at
mit dem Code PVOE

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

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

www.musicalvienna.at

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

*** 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^{LIFE}[®]
Memory+

Vergesslich?

JETZT
-20%
SPAREN

01.05.-30.06.2022



Herd
abschalten!

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

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



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

In Kooperation mit
der Universität Graz



zur sache

VON PVÖ-PRÄSIDENT DR. PETER KOSTELKA



FOTO: BUBU DUJMIC

Unsere Geduld hat Grenzen

Der 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 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
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. ©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

NEUE ZEITEN 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. 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.

Sie 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



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: ►

BEZAHLTE ANZEIGE

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



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



Die Teufelskrallen 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 Teufelskrallen 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.



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 Vergissmeinicht zu Erbrecht & Testament

Gratis-Erbrechtsratgeber:

Download: vergissmeinicht.at

Anfordern:

info@vergissmeinicht.at oder
Gratis-Hotline: 0800 700 111

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.

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,
Weierburgg. 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@vergissmeinicht.at, 0800 700 111
info:vergissmeinicht.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

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 Primärvorsorgung 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.

Am 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

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



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.

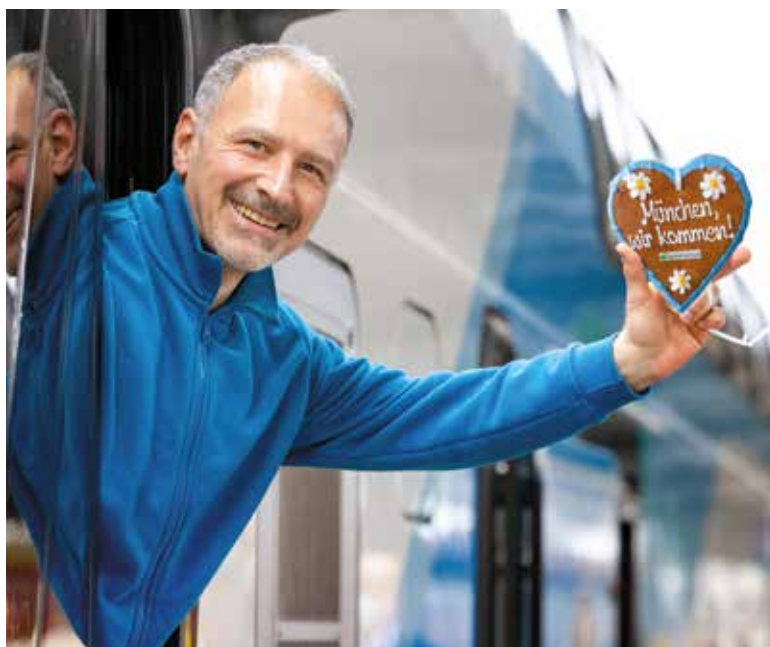
Die WESTbahn hat ihr Streckennetz erweitert: Seit 8. April sind die komfortablen Züge mit den sehr (senioren-)freundlichen Stewardessen und Stewards über die Strecke Wien – Salzburg hinaus bis nach München unterwegs. „Unsere Generation“ fährt dabei wie üblich bei der WESTbahn von Montag bis Donnerstag (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.

Unglaublich: 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

Mitglieds-Anmeldung zum Pensionistenverband

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

Von Werber/
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) zu beschweren. Eine transparente Datenverarbeitung ist wesentliches Anliegen des PVÖ. Verantwortlicher der Datenverarbeitung ist der Pensionistenverband Österreichs, Gentzgasse 129, 1180 Wien, E-Mail: office@pvoe.at; Kontaktadresse unseres Datenschutzbeauftragten ist: datenschutzbeauftragter@pvoe.at

☐ Ich 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 in 1010 Wien.

Eva Kalenczuk

Selbstständige Immobilienmaklerin.
EVA Immobilien – Eva KALENCZUK e. U.
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**.

Damit 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
Wärmepumpe	<ul style="list-style-type: none"> • Effizient, klimafreundlich und zukunftsorientiert • Bei richtiger Auslegung kein alternatives Heizsystem notwendig • Geringer Platzbedarf (kein Lagerplatz notwendig) • Sehr geringe Betriebskosten 	<ul style="list-style-type: none"> • Hohe Anschaffungskosten • Leider nicht überall einsetzbar (abhängig von der Vorlauftemperatur der Heizung).
Pellets	<ul style="list-style-type: none"> • CO₂-neutral • Versorgung durch Produktion in Österreich • Automatisierter Ablauf (werden in einem Lager aufbewahrt und von dort in den Kessel transportiert) 	<ul style="list-style-type: none"> • Hohe Anschaffungskosten • Lagerraum erforderlich • Asche muss in regelmäßigen Abständen entfernt werden.
Infrarot	<ul style="list-style-type: none"> • Sehr geringe Anschaffungskosten • Einfacher Betrieb und kein Schmutz, einfach nur anstecken • Geringer Platzbedarf • Hohe Behaglichkeit: Gibt die Wärme gleichmäßig an Wände, Decke, Böden sowie Gegenstände und Körper ab. 	<ul style="list-style-type: none"> • Hohe Betriebskosten, falls der Strom nicht selbst erzeugt wird. • Nur bei Neubau mit hoher Energieeffizienzklasse sinnvoll. • Am besten in Kombination mit alternativer Stromerzeugung oder • nur in Räumen mit zeitlich begrenzter Benutzung sinnvoll (z.B. Bad)



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 P.VÖ-
KONSUMENTEN-
SCHÜTZER

Dr. Harald Glatz
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!

TM © 1981 RUG LTD. FOTO © VSW/DEEN VAN MEER

RONACHER

CATS

NUR NOCH BIS JUNI 2022

RAIMUND THEATER

CAMERON MACKINTOSH'S
ERFOLGSPRODUKTION VON
BOUBLIL & SCHÖNBERGS

MISS Saigon

NUR BIS JUNI 2022

TM © 1986 CML PHOTO © MATT CROCKETT



LANDESPRÄSIDENT

Konsulent Heinz Hillinger

LANDESSEKRETÄRIN

Mag.^a Jutta Kepplinger



Unser Oberösterreich

DAS WICHTIGSTE AUS UNSEREM BUNDESLAND

PVOÖ-SPRECHTAGE

Landesorganisation Oberösterreich

Wiener Straße 2, 4020 Linz

☎ 0732/66 32 41

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

Rechtsangelegenheiten

Rechtsanwalt Dr. Dieter Gallistl
Mo., 13. Juni 2022, 8.15 Uhr

Sozialrechts-angelegenheiten

Eva Breitenfellner
Mi., 1. Juni 2022, 9 Uhr

Lohnsteuer-angelegenheiten

Leopold Pichlbauer
Mi., 18. Mai 2022, 13 Uhr
Mi., 1. Juni 2022, 13 Uhr
Mi., 15. Juni 2022, 13 Uhr
Mi., 7. Juli 2022, 13 Uhr

Gelebtes Engagement

Nach zwei langen Pandemiejahren konnten wir wieder unsere verdientesten Funktionärinnen und Funktionäre mit dem Titel Sozialrätin und Sozialrat auszeichnen. Eine Auszeichnung, die als Dank für langjährige ehrenamtliche Tätigkeit im Pensionistenverband Oberösterreich verliehen wird.

Wie arm wäre eine Gesellschaft ohne Vereine und die vielen Menschen, die in ihrer Freizeit und ohne Bezahlung tausende und abertausende Stunden in den Dienst der Gemeinschaft stellen. Laut einer IMAS-Umfrage ist jede/-r zweite Oberösterreicher/-in ehrenamtlich engagiert und wendet im Schnitt 5,3 Stunden in der Woche dafür auf. Eine unglaubliche Leistung! Leider hat die Pandemie aber auch im Bereich des Ehrenamts ihre Spuren hinterlassen. Den Vereinen gingen nicht nur Mitglieder verloren, auch die Anzahl der ehrenamtlichen FunktionärInnen ist gesunken. Umso wichtiger ist es uns als PVOÖ, immer wieder die enorme Bedeutung des Ehrenamts zu betonen

und vor allem auch in Form von Ehrungen und Auszeichnungen anzuerkennen.

Wir müssen uns bewusst sein, dass ohne den unermüdlichen Einsatz von ehrenamtlichen MitarbeiterInnen unser Zusammenleben schlicht nicht funktionieren würde. Vereine und Organisationen sind der Klebstoff der Gesellschaft, der uns zusammenhält. Daher an dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an alle unsere PVÖ-Funktionärinnen und -Funktionäre – aber auch eine Bitte an unsere geschätzten Leserinnen und Leser, die sich noch nicht aktiv engagieren: Werden Sie Teil unserer großen Schar ehrenamtlicher MitarbeiterInnen! Wir brauchen Sie, um die wichtige Arbeit, die wir für unsere Gesellschaft leisten, auch in Zukunft weiterführen zu können. Kontaktieren Sie unsere FunktionärInnen oder melden Sie sich bei uns im Landessekretariat (Tel.: 0732/66 32 41). ☎

Wir freuen uns auf Sie!

Heinz Hillinger und Jutta Kepplinger

Verdiente Auszeichnung

Mit dem Titel Sozialrätin/Sozialrat zeichnet der Landesvorstand verdiente Funktionärinnen und Funktionäre aus. Im Bild von links, stehend: LP Konsulent Heinz Hillinger, Reinhold Topf, Brigitte Schneider, Ludwig Rafetseder, Wilhelm Plursch, Friedrich Putschögl, LS Mag.^a Jutta Kepplinger, Franz Pozar und Alois Kury; sitzend: Eduard Steindl, Edith Radmoser und Alois Fuchs.



Metallskulpturen von Egonald Maurer an das „Haus der Erinnerung“ übergeben.

Am 11. März überbrachte eine Delegation des PVOÖ (Landeskulturreferent Konsulent Franz Krois, Dir. Alois Puchner und Landessekretär a. D. Konsulent Hans Eichinger) der Geschäftsführerin der Bewusstseinsregion Mauthausen Mag.a Andrea Wahl zwei Metallskulpturen von Konsulent Egonald Maurer.

Es war der Wunsch des Künstlers diese beiden Kunstobjekte, die er kurz vor seinem Tod im März 2020 fertig gestellt hatte, der Gedenkstätte des ehemaligen Konzentrationslagers Mauthausen zu spenden. Seiner Frau Anna gelang es, mit der Unterstützung des langjährigen Freundes Dir. Alois Puchner und mit Hilfe von Konsulent Franz Krois diesen Wunsch zu erfüllen. Die beiden Objekte werden nun beim Eingang zum Haus der Erinnerung an

der Marcel-Callo-Strasse in St. Georgen an der Gusen platziert.

Der 1941 geborene Egonald Maurer war vielseitig engagiert. Er erlernte den Beruf eines Konstruktionsschlossers und trat schon als Jugendlicher der Gewerkschaft bei. Ab 1962 bis zu seinem Tod war er als Funktionär in der Arbeiterbewegung ununterbrochen tätig. Seine berufliche Erfüllung fand er im Bildungsinstitut BFI-BBRZ, wo er als Leiter im Metallbereich tätig war. Ab 1979 war er für die SPÖ Gemeinderat und Stadtrat



Dir. Alois Puchner, Konsulent Franz Krois, Mag.a Andrea Wahl und Bgm. a. D. Erich Wahl

in seiner Heimatstadt Traun. Im Pensionistenverband war er als Leiter des Arbeitskreises Konsumentenschutz und als Mitglied der Landeskontrollkommission tätig.

Erst mit 41 Jahren hat er sich seiner künstlerischen Ader als Metallplastiker gewidmet. Er

hat unzählige Werke erstellt und zahlreiche Ehrungen und Kunstpreise erhalten. Von der Stadt Traun wurde Maurer mit der Kulturmedaille ausgezeichnet und vom Land Oberösterreich wurde ihm der Titel Konsulent für allgemeine Kulturpflege verliehen.

KULTURTIPP BRUCKNERHAUS LINZ



Women in Jazz

Mi., 18. 5. 2022, 19 Uhr, Mittlerer Saal

Ein Konzert im Zeichen der heimischen Frauen-Jazzszene mit Tanja Feichtmair, Sophie Hassfurth, Yvonne Moriel u. a.



Schumann Quartett

Mo., 20. 6. 2022, 19.30 Uhr, Mittlerer Saal

Das Ensemble präsentiert Streichquartette von F. Hensel, F. Mendelssohn Bartholdy und R. Schumann.



Die Bande à Franck

Do., 30. 6. 2022, 19.30 Uhr, Mittlerer Saal

Zum 200. Geburtstag von César Franck: Werke von C. Franck und seinen Meisterschülern H. Dubarc, E. Chausson und C. Tournemire.

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

Mixed-Turnier im Asphaltstockschießen

39 Moarschaften hatten sich für das beliebte Mixed-Turnier angemeldet.

Aufgrund der großen, seit sieben Jahren ungebrochenen Beliebtheit dieses Turniers, wurde es an zwei Tagen in der Stockhalle des SK VÖEST in Linz ausgetragen. Bestens gelaunt, aber mit sportlichem Eifer kämpften die Moarschaften um jeden Punkt.

Am ersten Tag holte sich in der Gruppe A die Moarschaft aus Schwertberg, gefolgt von St. Martin und Anselden den Sieg. In der Gruppe B siegte die Moarschaft der Schiffswerft knapp

vor St. Marien und Asten.

Am zweiten Tag gewann die Moarschaft Pregarten 2 überlegen vor Greili und Großraming. In der Gruppe B war die Moarschaft Kirchdorf-Inzersdorf nicht zu schlagen und siegte vor Kefermarkt und Ried im Innkreis.

Landessportreferent Konsulent Johannes Nistelberger freute sich über den Erfolg dieses mittlerweile aus dem Sportkalender nicht mehr wegzudenkenden Turniers.



Die Sieger des Mixed-Turnieres im Asphaltstockschießen.

Ausbildung zum/zur BewegungstrainerIn 50Plus

Fit und aktiv mit älteren Menschen ab dem 50. Lebensjahr.

Der/die BewegungstrainerIn ist nach abgeschlossener Diplomausbildung befähigt, gesundheitsorientierte Bewegungsstunden im Bereich 50Plus (mit älteren Menschen) zu planen, vorzubereiten, durchzuführen und zu evaluieren, mit besonderem Augenmerk darauf, diese nach den zukünftigen TeilnehmerInnen und Teilnehmern auszurichten.

Ein Team von TrainerInnen, SportwissenschaftlerInnen und BewegungsexpertInnen unterrichtet in Theorie und Praxis zu den Themen Aufbau von Bewegungsstunden, Sturzprophylaxe aber auch Didaktik und Erweiterung der persönlichen Kompetenzen. Nach Absolvierung von drei Ausbildungswochenenden (Samstag/Sonntag) schließen die AbsolventInnen mit einer kommissionellen Prüfung ab.



ANKÜNDIGUNGEN

Landes-Nordic-Walking-Wandertag

Mi., 25. Mai, in Micheldorf, Bez. Kirchdorf

Landesradwandertag

Sa., 11. Juni, in Mitterkirchen, Bez. Perg

Landesbergwandertag

Fr., 2. September, in Bad Ischl, Bez. Gmunden

TERMINE UND ANMELDUNG

Sa., 8./So., 9. Oktober 2022

ASKÖ Bewegungszentrum, Hölderlinstraße 26, 4040 Linz

Sa., 19./So., 22. November 2022, Sa., 28./So., 29. Jänner 2023

Landessportschule Linz, Auf der Gugl 30, 4020 Linz

Prüfung: Sa., 18. März 2023, Landessportschule Linz, Auf der Gugl 30, 4020 Linz

Anmeldung und weitere Informationen bei PVOÖ-Landessportreferent Konsulent Johannes Nistelberger, Telefon: 0664/497 72 25.

Altersdiskriminierung im Banken- und Versicherungsbereich

Alter ist keine Leistung, aber ein Indiz dafür, dass man bereits **viele Jahre ein wichtiger Teil der Gesellschaft** ist, diese mitgestaltet hat, für andere da war und viel geleistet hat.

Diese Werte haben in unserer Gesellschaft leider einen viel zu geringen Stellenwert. Bei Bank- und Versicherungsgeschäften erfährt die ältere Generation daher häufig Diskriminierung – zu Unrecht.

PENSIONISTINNEN UND PENSIONISTEN ALS KREDITNEHMER – NEIN, DANKE

Trotz langjähriger Kundentreue ist es für Ältere schwieriger, teurer oder oft sogar unmöglich, einen Kredit für dringende Anschaffungen zu erhalten. Der Einbau eines Treppenlifts, um weiterhin in den eigenen vier Wänden leben zu können, würde sogar unser Pflegebudget entlasten, scheitert aber an der Akzeptanz des Finanzsystems. Während Banken jahrelang hochriskante Fremdwährungskredite an Häuslbau-

er vergeben haben, sind PensionistInnen trotz sicherer Pension und Immobilie nicht kreditwürdig genug, um einen Kredit für einen altersgerechten Badezimmerumbau zu erhalten?

STEIGENDES ALTER BRINGT HÖHERE UNFALLGEFAHR – TATSÄCHLICH?

Während viele der jüngeren Bevölkerung riskanten Freizeitaktivitäten nachgehen, sind SeniorInnen meist keine Motorradraser oder Adrenalinjunkies. Versicherungen begründen höhere Prämien oder Selbstbehalte für ältere KonsumentInnen oft mit steigender Unfallwahrscheinlichkeit. Mit dieser Argumentation wird jedoch der grundsätzliche Solidargedanke von Versicherungen und einer sozial gerechten Gesellschaft unterlaufen.




Traurig, aber wahr: Oft bekommen Personen wegen ihres Alters einen ablehnenden Kreditbescheid

Raucher, Brillenträger und Zuckerkrankte zahlen ja auch keine höheren Kfz-Haftpflichtprämien.

SO SIND WIR NICHT – ODER DOCH?

Dass Kreditvergabestandards eingehalten werden müssen, ist klar. Personen lediglich aufgrund des Alters vom Geschäftsleben bzw. von Alltagsgeschäften auszuschließen oder höhere Beiträge abzuverlangen, ist jedoch völlig abzulehnen. „Die Würde des Menschen ist unantastbar!“ Eine altersbedingte Ausschluss notwendiger Finanzierungen widerspricht diesem Grundsatz.

Wenn Altersdiskriminierung nicht anders verhindert werden kann, müssen gesetzliche Regelungen einen würdigen Umgang sicherstellen. 

WIR SUCHEN IN ALLEN BEZIRKEN IN GANZ OÖ LAUFEND / AB SOFORT

DeutschkursleiterInnen



Für unterschiedliche Sprachniveaus und Zielgruppen, stundenweise auf Honorarbasis. Genaue Kurszeiten nach Vereinbarung (Tageszeit, Wochentage und -stunden).

Anforderungen:

ÖIF-Zertifizierung und/oder pädagogische Ausbildung und/oder DaF/DaZ-Ausbildung und/oder Unterrichtspraxis (im Sprachenbereich oder Pflichtschule)

Wir freuen über Ihre Kontaktaufnahme:

telefonisch: 0732/66 11 71

per Mail: service@vhsooe.at

oder über unser Bewerbungsformular:

www.vhsooe.at/service/werden-sie-kursleiter-in-in-der-vhs-ooe

WUND THERAPIE Zentren

Ordinationen und Hausbesuche in Wien, Niederösterreich,
Oberösterreich und Burgenland

Chronische Wunden brauchen spezielles Wissen

Genau das bieten Ihnen unsere WUNDTHERAPIE Zentren:

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



**"Bei uns sind
Sie in sicheren
Händen"**

Peter Kurz
Wundexperte



Wund Therapie Zentren der WPM

0800 40 40 14 **www.w-p-m.at**

BEZAHLTE ANZEIGE

Der richtige Auftritt

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

Um etwas für Ihre Fußgesundheit zu tun, gibt es ein paar einfache Tipps. Das beste Training ist regelmäßiges Barfußgehen, am besten auf verschiedenen Untergründen. Dies massiert und stärkt den Fuß gleichermaßen. Zusätzlich können verschiedene Übungen für die Fußgesundheit durchgeführt werden.

SCHUHE, DIE PASSEN

Auch das richtige Schuhwerk trägt zur Fußgesundheit bei. Der Schuh darf bei den Zehen weder drücken noch quetschen und das optimale Fußbett sollte den Fuß stützen, führen und halten. Die Sohle sollte rutschfest

sein und die Möglichkeit für ein natürliches und ergonomisches Abrollen des Fußes geben.

PFLEGE, DIE GESUND HÄLT

Hühneraugen, Hornhaut, Rollnägeln, die schmerzen – regelmäßige Profi-Fußpflege unterstützt dabei, dass diese Probleme gar nicht erst auftreten oder gelindert werden.

Die Füße von Diabetikern müssen täglich auf gerötete Stellen oder Wunden kontrolliert und regelmäßig gepflegt werden. Bei Erkrankungen wie dem „diabetischen Fuß“ ist z. B. kompetentes Wundmanagement unter hohen Hygienestandards sehr wichtig.

115

Jahre Neuroth Jahre Vorteile

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

Sichern Sie sich Ihren Jubiläumsrabatt auf alle Hörgeräte und sparen Sie so bis zu 230 Euro.

Jetzt bis zu

230€

Rabatt sichern!*

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

Neuroth:
22 x in Oberösterreich
Vertragspartner aller
Krankenkassen

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

neuroth.com

 **NEUROTH**
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN

*Rabatt ist gültig auf den geltenden Zuzahlungsbetrag 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.

BEZAHLTE ANZEIGE

Erhalten Sie die Unterstützungen, welche Ihnen wirklich zustehen?

Wir helfen Ihnen, indem wir unter anderem ...

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

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

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



its

PFLEGE MANAGEMENT

Frühlingszauber für Ihr Bad



Jetzt
kostenlose
3D Badplanung
im Wert von
€ 300,-
sichern!



viterma
zaubert Wohlfühlbäder

3D Planungswochen

Direkt bei Ihnen zu Hause planen wir gemeinsam Ihre neue Wohlfühldusche oder das gesamte Badezimmer. Mit unserer fotorealistischen Vorschau können Sie sich genau vorstellen, wie Ihr Bad aussehen wird.

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

Jetzt Termin vereinbaren!



Berichte aus den Ortsgruppen

Grieskirchen-Eferding • Vöcklabruck • Wels

Grieskirchen-Eferding

AISTERSHEIM

Jahreshauptversammlung sowie nachgeholte Weihnachtsfeier und Neuwahlen des PVÖ. Bez.-Vors. Gottfried Tröbinger führte die Wahl durch. Anna Röbl wurde in ihrer Funktion bestätigt, Stv. und Kassier blieben in ihrer Funktion, neu ist die Schriftführerin Alexandra Kerschberger. Ehrungen: 10-, 20- und 30-jährige Mitgliedschaft wurden besonders geehrt. Fotos gibt es auf unserer Homepage: aistersheimaktiv.jimdo.free.com/fotoalbum

ASCHACH-HARTKIRCHEN-HAIBACH

Als kleiner Ersatz für den ausgefallenen Fasching wurde der Aschermittwoch mit einem Heringschmaus und zwei Musikanten bei zünftiger Musik verbracht. Für die

Kreta-Reise von 17. bis 24. April haben sich viele Mitglieder unserer Ortsgruppe angemeldet.

Termine: Di., 24.5. ist eine Fahrt ins Blaue geplant, den Frühlingsball in Waizenkirchen wollen wir mit einer Gruppe besuchen.

Wir gratulieren: Susanne Breitwieser, Horst Reisinger, Herbert Söllinger zum Geburtstag.

BAD SCHALLERBACH

Unsere erste Wanderung am 24. März führte uns durch den schönen Kurpark zum Moar in der Leithen. Bei herrlichem Frühlingswetter wurden wir im Gastgarten mit einer guten Jause belohnt. Auch unsere Walkingrunde ist bei Schönwetter wieder jeden Dienstag unterwegs. Der gemütliche Nachmittag im Café Viktoria jeden 1. Mittwoch im Monat ist gut besucht.

Termine: 19.5. Wanderung zum



AISTERSHEIM: Neuer Vorstand Aistersheim

Jäger in Jagersberg, 1.6. Gemütlicher Nachmittag im Café Viktoria, 9.6. Spielenachmittag im Café Viktoria.

Wir gratulieren: Erika Buchberger, Johann Malzer, Josef Bauer, Berta Weinzierl zum Geburtstag.

EFERDING-PUPPING

Am 24. Februar veranstalteten der Pensionisten-Club V.S.O.P. und die OG Eferding-Pupping in den Clubräumen des Schiferstifts ihr erstes

Dartturnier. Die Besten des Turniers: 1. Platz Franz Kneidinger, 2. Platz Maria Berkman, 3. Platz Hermine Lehner. Am 1. März hielt die OG ihre Faschingsfeier ab. Dabei gab es die lustige, von Mitgliedern der OG einstudierte Faschingsrevue „Annamir und der böse Wolf“. Die vom Publikum mit viel Applaus bedachten Darsteller: Annemarie Pflügler (Annamir), Wolfgang Kriechbaum (der böse Wolf), Adolf Hüttel (Adi, ein Wandermusikant) und



EFERDING-PUPPING: Dartturnier



ASCHACH-HARTKIRCHEN-HAIBACH: Aschermittwoch 2022



BAD SCHALLERBACH: Walking-Runde



BAD SCHALLERBACH: Wanderung



EFERDING-PUPPING: Faschingsfeier Musikanten



EFERDING-PUPPING: Faschingsfeier



FRAHAM: Ausflug Riess-Werk

Ulrike Kriechbaum (90-jährige Oma Ulrike). Ein herzliches Dankeschön an Rudi Hauzenberger und Bgm. Christian Penn, die Faschingskrappen für den Nachmittag gespendet hatten. Fotos gibt es auf unserer Homepage: www.pv-eferding-pupping.at und unserer Facebook-Seite www.facebook.com/pv.eferding.pupping
Termine: Mi., 18.5., 14 Uhr, Treffpunkt Badparkplatz, Radausflug zum Gelsenwirt Alkoven. Mi., 1.6., 6 Uhr, Abfahrt von den Zusteigstellen, Frühjahrsausflug Flughafen Wien und ORF Wien. Do., 9.6., 14 Uhr, Pensionisten-Club V.S.O.P., Weinverkostung zum Vatertag mit Winzerfamilie Luckner, Falkenstein, inkl. Heurigenbuffet.
Wir gratulieren: Gaby Pamminer zum Geburtstag.

FRAHAM

Am 23. März fand unser Ausflug ins Mostviertel zum Riess-Werk nach

Ybbsitz statt. Nach einer Führung und Einkaufsmöglichkeit ging die Fahrt zum Mittagessen in den Ramsauhof. Unser Abschluss fand im Modehaus Adler statt.
Termin: Mi., 11.5., Ausflug nach Tamsweg zu „Backen mit Christina“.
Wir gratulieren: Monika Lummersdorfer, Franz Maringer, Helmut Mayr, Anneliese Pichler, Inge Roithmayr, Marianne Schickerbauer, Ferdinand Schiefermeier und Elsa Wagner zum Geburtstag.

GALLSPACH

Am 1. März wurde ein Gschnas im Hotel Austria gefeiert. Es waren 28, teils kostümierte, Personen anwesend.
 Am 13. März konnte Vors. Penninger 65 Gäste zu unserem Frühlingsfest im Pfarrsaal begrüßen. Er wies in seiner Rede auf die wichtige Rolle des Pensionistenverbandes in der Gesellschaft hin.

Es folgten das Totengedenken und die Ehrungen der langjährigen Mitglieder. Nach dem Mittagessen gab es einen bildlichen Rückblick auf die Geschehnisse der letzten zwei Jahre. Herr Schiendorfer sorgte als Zauberer „Houdini“ zwischendurch für gute Stimmung bei den Gästen.
Termine: Mi., 18.5., 18 Uhr, Restaurant Gusto, Stammtisch. Sa., 21.5., 13 Uhr, Reitplatz Obergallspach, Stöbeltturnier der SPÖ. Mi., 1.6., 14 Uhr, Hotel Austria, Pensionistennachmittag.
Wir gratulieren: Anna Steininger, Marianne Wieländer, Johanna Naujoks, Vera Frydrysek und Hildegard Hörzi zum Geburtstag.

GASPOLTSHOFEN

Beim Pensionistennachmittag hatten wir mit von Birgit Bürstinger gespendeten Ostereiern ein lustiges Eierpecken.
 Zur Goldenen Hochzeit gratulierten wir

Karl und Herta Bruckner und wünschten noch viele gemeinsame Jahre.
Wir gratulieren: Franz Greifeneder, Helga Neppl, Gertraud Ehrengruber, Maria Sturmair und Anna Kaltenbrunner zum Geburtstag.

GEBOLTSKIRCHEN

Der Frühling ist ins Land gezogen und wir sind bereit, wieder schöne Reisen und Ausflüge zu organisieren. Wir hoffen, dass die Corona-Lockungen halten und unsere Vorhaben durchgeführt werden können. Wir haben einige Tage zur Erholung in Slowenien bei herrlichem Wetter verbracht. Bei einer Weinverkostung wurden auch der gute Wein und die regionalen Jausen genossen. Eine Wanderung Anfang April in Geboltskirchen bescherte allen Wandernern einen netten Nachmittag.
Termine: 3.5. GH Pichler, Mutter- und Vatertagsfeier. 5.5. Kellergröppe Raab.



FRAHAM: Elsa Wagner, 80. Geburtstag



FRAHAM: Marianne Schickerbauer, 80. Geburtstag



GALLSPACH: Rosa und Alois Winkler, Diamantene Hochzeit



GRIESKIRCHEN: Karoline Langanger, 80. Geburtstag



GALLSPACH: Maria und Gottfried Schauer, Diamantene Hochzeit



GEBOLTSKIRCHEN: Weinverkostung



HAAG AM HAUSRUCK: Saukopfessen beim Wirt z'Entern

Wir gratulieren: Josef Deixler, Maria Anna Kattnigg, Maria Lugmaier, Hilde Schneeberger, Helga Spießberger, Johann Steiner zum Geburtstag.

GRIESKIRCHEN

Am 25. März fand die JHV mit Neuwahlen statt. Als Ehrengäste konnten wir den LABg. Thomas Antlinger und Vors. Rudolf Kolmhofer begrüßen. Danke an Maria Prieler für 10 Jahre Tätigkeit als Schriftführerin, ihre Nachfolgerin ist Viktoria Riesner. Es war ein gemütlicher Nachmittag.

Termine: Fr., 19.5. Wandertag. Mi., 28.9., 14 Uhr, Manglbürg Herbstball.

Wir gratulieren: Regina Eichinger, Theresia Furthmayr, August Stieringer, Aloisia Zunghammer, Marianne Rammersdorfer, Erna Mauernböck, Maria Nebes, Max Enzenberger, Norbert Anzengruber, Maria Samhaber zum Geburtstag.

HAAG AM HAUSRUCK

Nach langer Pause trafen wir uns am 18. März beim Wirt z'Entern zu einem gemütlichen Nachmittag. Rudi unterhielt uns wieder mit Geschichten, Witzen und einem Schätzspiel. Unter der Leitung von Alois Traxler wurden einige Lieder gesungen. Alle freuten sich über dieses unterhaltsame Wiedersehen.

Wir gratulieren: Rudolf Scholl zum Geburtstag.

NATTERNBACH

Wir gratulieren: Alois Wolfschluckner zum Geburtstag.

NEUKIRCHEN AM WALDE-ESCHENAU-ST. AEGIDI

Jeden Donnerstag von 14 bis 15 Uhr treffen wir uns zur Gymnastikstunde im Pfarrheim. Fanni Wallner überrascht uns immer wieder mit neuen Übungen. Mach auch du mit!

Wir gratulieren: Hedwig Spitzer, Helga Duchaczek und Katharina Friedl zum Geburtstag.

NEUMARKT-KALLHAM-PÖTTING-WENDLING

Am 19. März hatten wir Ausschussneuwahl mit Heringskäse. 79 Mitglieder waren bei einem gemütlichen Nachmittag dabei. Vors.-Stv. ist jetzt Martin Scharinger, sonst hat sich im Ausschuss nichts geändert.

Wir gratulieren: Pauline Brückl, Frieda Hosner, Erich Scharinger, Josefine Schuller, Karl Kaltenböck, Hermann Wellinger, Rosa Dannerbauer, Josef Loibl, Helga Lunz, Edelbert Senoner, Marianne Ziegler, Hedwig Schützenberger, Helmut Nowak, Berta Kirchwegger, Karl Pointner, Manfred Pointner zum Geburtstag.

PEUERBACH

An der 2. Fit-Wanderung nahmen 23 Personen teil. Die Strecke wurde

von Fredl Freilinger ausgesucht. Fredl bedankte sich für die Teilnahme und lud zur nächsten Wanderung ein. Die 3. Fit-Wanderung fand am 16. März statt. 25 PensionistInnen waren voll des Lobes über die schöne Wanderstrecke, die von Fredl Sageder ausgesucht und geführt wurde. Der 3. Anlauf war gelungen. Die Mitgliederversammlung konnte endlich abgehalten werden. Vors. Alfred Freilinger begrüßte einige Ehrengäste. Es folgte der Bericht des Vors. über die letzten beiden Jahre. Er bedankte sich bei allen für die gute Zusammenarbeit. Ein großer Part waren die Ehrungen. Für 45 Jahre wurden Walter Enzlberger, Johann Schatzl und Alfred Freilinger mit Ehrenurkunde und goldener Nadel geehrt.

Wir gratulieren: Maria Angerbauer, Marianne Enzlberger, Johanna Fernhuber, Johann Schatzl, Friedrich Spreitzer, Alfred Freilinger, Herbert Pecherstorfer zum Geburtstag.



NEUMARKT-KALLHAM-PÖTTING-WENDLING: Alfred Pluschkowitz, 80



NEUMARKT-KALLHAM-PÖTTING-WENDLING: Maria Bell, 85



PEUERBACH: Jahreshauptversammlung



WAIZENKIRCHEN: Erika Gföllner, 85. Geburtstag



WAIZENKIRCHEN: Josef Pointinger, 85. Geburtstag



WAIZENKIRCHEN: Paula Pointinger, 85. Geburtstag



WALLERN AN DER TRATTNACH: Gertrude Oberroither, 90. Geburtstag

PRAM

Am 9. März hatten wir unsere Jahreshauptversammlung. Viele Mitglieder waren anwesend. Für das leibliche Wohl gab es eine kleine Jause und zum Abschluss noch Kaffee und Kuchen.

Wir gratulieren: Rudolf Gadringer, Monika Karl zum Geburtstag.

PRAMBACHKIRCHEN

Termine: Mi., 4. 5. Tagesausflug Fa. Wenatex Salzburg mit Kasnokenessen am Gaisberg. Fr., 6. 5., 14 Uhr, GH Lackner, Mutter- und Vätertagsfeier.

Wir gratulieren: Karl Francz, Anna Reiter, Ferdinand Gaisbauer, Johann Mayr, Maria Mair, Karoline Dieplinger zum Geburtstag.

SCHLÜSSLBERG

36 Mitglieder besuchten bei unserem Tagesausflug am 17. März das Wildkräuterhotel Steinschalerhof in

Rabenstein. Nach einem Einführungsvortrag über Dirndlprodukte und einigen Kostproben fuhren wir nach dem schmackhaften Mittagessen Richtung Kirchberg an der Pielach, um die blühenden Dirndlsträucher oder Dirndlbäume sehen zu können.

Die Jausenstation Reinhart am Hierberg war unser Ziel bei der Wanderung am 24. März. Wir wanderten über den Weinberg zum neu markierten wunderbaren Wanderweg durch den Wald Richtung Reinhart.

Wir gratulieren: Eleonore Lindinger, Marianne Obwaller, Pauline Otteneder, Franziska Schantl, Anneliese Schwung, Theresia Tischler, Christa Wieshofer zum Geburtstag.

TAUFKIRCHEN-HOFKIRCHEN

Wir gratulieren: Aloisia König, Erna Feischl und Maria Anzengruber zum Geburtstag.

Die beiden Termine des Sozialsprechtages wurden von 31 Personen in Anspruch genommen. Am 8. März hatten wir den ersten PVÖ-Nachmittag 2022, bei dem 24 Pensionisten anwesend waren. 40 Personen nahmen am 15. März an einer Fahrt zu Austrosleep nach Salzburg teil.

An der Wanderung in St. Thomas mit anschließender Einkehr im s'Wirtshaus nahmen 17 Wanderer teil.

Termine: Do., 19. 5., 14 Uhr Wanderung. Di., 24. 5., Tagesausflug in den Bayerischen Wald in das Weinfurtner Glasdorf. Di., 7. 6., 14 Uhr, Gem. Waizenkirchen, Pensionisten-nachmittag (auch mit Lift zu erreichen). Do., 9. 6., Mittag, Sommerfest im Bauhof Waizenkirchen.

Wir gratulieren: Franz Reitingner, Antonia und Hermann Aumayr, Anna Humer, Franz Amesberger, Richard Peschke und Friederike Gruber zum Geburtstag.

WALLERN/TRATTNACH

Unser erster Ausflug nach einer langen Reisepause ging nach Filzmoos im Salzburger Land. Auf dem Programm stand eine Pferdeschlittenfahrt durch eine wunderschöne Winterlandschaft hinauf auf die Unterhofalm. Bei herrlichem Sonnenschein konnten wir den Ausblick auf die Bischofsmütze genießen.

Termin: Mi., 8. 6., Tagesausflug nach Golling-Bluntatal.

Wir gratulieren: Gertraud Moshammer, Ferdinand Dimböck, Christine Antensteiner, Hermine Ortmeier zum Geburtstag.

WEIBERN

Ende März erfreuten unsere Mitglieder sowohl der Fotorückblick mit Eindrücken aus den Aktivitäten der Jahre 2020 und 2021, die in Aistersheim gezeigt wurden, als auch das Schmankerlessen im benachbarten Hörbach.

Zum Sprechtag für soziale Belange waren unsere Mitglieder ins Gasthaus Roitingner eingeladen, um Rat und Hilfe zu erhalten.

Termine: 7. 5., 11 Uhr, GH Roitingner Muttertagsfeier. 12. 5., 7.30 Uhr, Ausflug in den Naturpark Mühlviertel-Rechberg. 2. 6., 13 Uhr, Wanderung im Hausruckwald.

Wir gratulieren: Theresia Holzmänn zum Geburtstag.

WIR TRAUERN IM BEZIRK

Gallspach: Heinrich Leeb 83.

Geboltskirchen: Willi Faist 83, Zázilia Schusterbauer 94.

Grieskirchen: Johann Pucher 81.

Neumarkt-Kallham-Pötting-

Wendling: Amalia Rauchdobler 82, Katharina Dornetshumer 89, Elisabeth Wilflingseder 94.

Peuerbach: Christa Ertl 77.

Wallern an der Trattnach:

Franz Bergsmann 102, Hildegard Grafe 98.



SCHLÜSSLBERG: Wanderung



BEZIRK: Yes we care-Kundgebung



AMPFLWANG: Überraschungsbesuch Bgm. Kienast



ATTNANG-PUCHHEIM: Winterwanderung

Vöcklabruck

BEZIRKSBERICHT

Über 20 Organisationen hatten zur Kundgebung „Yes we care – für ein solidarisches Miteinander“ aufgerufen. Darunter auch der Pensionistenverband Bezirk Vöcklabruck. Es waren dann auch an die 300 Menschen dabei – gut 100 davon Mitglieder des Pensionistenverbandes aus den verschiedensten Ortsgruppen des Bezirks Vöcklabruck. Die Teilnehmer hatten sich versammelt, um sich solidarisch mit dem Gesundheitspersonal und allen anderen Personen zu zeigen, die die Gesellschaft in der Corona-Pandemie am Laufen halten, und um bessere Löhne und Arbeitsbedingungen zu fordern. In den Redebeiträgen wurde auf die Wichtigkeit des Zusammenkommens als Gegengewicht zu den sogenannten „Corona-Spaziergängen“ hingewiesen. „Rechtsextreme wie beispielsweise die Identitären nutzen diese Demos, um ihre antisemitischen, menschenverachtenden, rassistischen und faschistischen Ansichten zu verbreiten. Das bedroht ein friedliches Miteinander in unserer Gesellschaft“, hieß es in einer Rede. Chris Müller, Direktor der Tabakfabrik Linz, kam extra nach Vöcklabruck, um die Versammlung zu unterstützen, und sprach unter anderem darüber, wie wichtig es gerade aufgrund des Krieges in der Ukraine sei, dass die Menschen sich gegenseitig

unterstützen und für ein friedliches Miteinander aufstehen. Zudem wurde in den Reden auch auf die Wichtigkeit der Corona-Impfung und des wissenschaftlichen und medizinischen Fortschritts eingegangen. Die vielen Besucher kamen trotz der winterlichen Temperaturen und die Versammlung wurde mit einem Lichtermeer und einer Schweigeminute abgerundet, um der im Zuge der Pandemie verstorbenen Menschen zu gedenken.

AMPFLWANG

Am Rosenmontag überraschte uns Bgm. Christian Kienast mit Faschingskrapfen im Stüberl beim Seniorentreff. Unser monatlicher Tanznachmittag wurde am 9. März mit Erfolg gestartet. Es kamen 70 Personen die zur Musik von Alberto das Tanzbein schlangen. Bei schönem Wetter fuhren wir am 17. März mit 39 Personen zur Fa. Wenatex nach Salzburg. Nach einem kleinen Frühstück stellte uns die Firma ihre Produkte (Matratzen, Einsätze und Oberbetten) vor. Anschließend konnten wir noch die Produktionshalle besichtigen und Kleinigkeiten einkaufen. Zum Mittagessen fuhren wir zum „Singenden Wirt“ nach Ainring in den Rupertihof, wo uns ein köstliches Bratl serviert wurde. Anschließend spielte der Wirt mit seiner Quetschn auf. Es wurde ein gemütlicher Nachmittag, bei dem gesungen und getanzt wurde.

Am 24. März trafen wir uns zur gemütlichen Einkehr im Café Mühlbacher. Bei Kaffee, Kuchen und köstlichem Eis tauschten wir unsere Meinungen zur aktuellen Lage aus. **Termine:** Do., 11. 5. und 8. 6., jeweils 14 Uhr, Ampflwanger Hof, Tanznachmittag. 20.–24. 6., 5-Tage-Fahrt ins Ötztal nach Längenfeld. Do., 23. 6., 16 Uhr, Marina di Massa, Gemütliche Einkehr. **Wir gratulieren:** Hans Ott, Mairo Cech, Renate Hödl, Josef Schober, Manfred Hasforter, Maria Helm, Ernestine Weiß, Franz Mayr, Angela Thon, Frieda Gast, Herbert Fon, Brigitte Reichbauer, Marianne Schober, Brigitte Hummelbrunner, Roswitha Schlosser, Herta Schmidt, Ingrid Fuchsberger, Adelheid Hausjell zum Geburtstag sowie Maria und Fritz Helm zur Goldenen Hochzeit.

ATTNANG-PUCHHEIM

Bei herrlichem Wetter beteiligten sich 24 Mitglieder bei der traditionellen Winterwanderung, welche heuer am Valentinstag durch die Puchheimer Au und auf die Mariannenhöhe führte. Nach acht Kilometern Wanderung gab es in der Tagesheimstätte eine gemütliche Zusammenkunft, wo jeder Besucher von unserer geschäftsführenden Vorsitzenden Renate Kerschbaummayr mit einem kleinen Geschenk überrascht wurde. Eine Delegation unserer OG war bei der partei- und vereinsübergreifenden Kundgebung mit Lichtermeer am 5. März im Volksbankstadion Vöcklabruck mit dabei. Diese Veranstaltung fand unter dem Motto „Yes we care. Solidarisch aus der Krise! Gegen Rechtsextremismus und Verschwörungsideologien“ statt.

Kostenlose Beratung im Bezirk

Aurach am Hongar	Di., 28. 6. 2022	17 Uhr	Gasthaus Pfarl
------------------	------------------	--------	----------------



ATTNANG-PUCHHEIM: Elfriede Bachmann, 80. Geburtstag



ATTNANG-PUCHHEIM: Elfriede Pesendorfer, 80. Geburtstag



ATTNANG-PUCHHEIM: Emma Zopf, 100. Geburtstag



ATTNANG-PUCHHEIM: Franz Steffek, 85. Geburtstag



AURACH AM HONGAR: Wanderung Neudorf

Termine: Sa., 14. 5., Mutter- und Vaterschaftsfeier. Do., 2. 6., Halbtagesausflug nach Salzburg mit Besuch des Mirabellgartens und gemütliche Einkehr im Müllner Bräu.

Wir gratulieren: Theresia Schneiderbauer zum 91., Benedikt Fischer 90., Rudolf Dichtl 65., Rosa Schobesberger 87., Kriemhilde Höllwerth 81., Stefan Steinkogler 83., Berta Hödl 70., Alfred Ahammer 81., Elfriede Brandstötter 75., Anna Gringinger 85., Franziska Neudorfer 78., Helga Schiermayr 83., Klaus Übleis 80., Ernestine Lauinger 90. Geburtstag.

AURACH AM HONGAR

Endlich konnten wir mit unseren Wanderungen wieder starten. Am 10. März fuhren wir mit 23 Teilnehmern zum Wirt nach Neudorf, von dort legten wir eine Runde von ca. 5 km zurück und kehrten zum Abschluss beim Kramer z'Neudorf zu einer guten Jause ein. Die zweite

Wanderung in diesem Monat führte uns zu den Redlhamer Badeseen. Nach einer gemütlichen Wanderung kehrten wir noch im GH Ahamer ein.

Termin: Do., 2. 6., Tagesausflug zum Gleinkersee.

Wir gratulieren: Franziska Kühleitner zum 65., Maria Sterneder 60., Angela Schuster 81., Karoline Schwarz 83. Geburtstag.

DESSELBRUNN

Am 1. März wanderte eine starke und lustige Gruppe von der Basilika in Puchheim über die Puchheimer Au nach Attnang ins Café Heimpl auf einen frischen Faschingskrapfen. Schließlich war der Tag auch gleichzeitig der Faschingsdienstag und so kamen 26 Mitglieder doch noch zu ihrem persönlichen Faschingsumzug. Einen Neustart des gemütlichen, gemeinsamen Nachmittagstreffens machten wir am 3. März im GH Forstinger in Roitham am Traunfall.

Wir waren überwältigt vom Besuch der fast 50 Mitglieder an diesem wunderschönen Nachmittag. Es strahlte nicht nur die Sonne, sondern auch in unseren Herzen strahlte die Zuversicht mit. Es gab dabei vieles zu berichten und vor allem wurde das neue Reiseprogramm von unserem Reiseleiter Franz Pichler vorgestellt. Zwei neue Mitglieder durften wir auch in unserer Mitte begrüßen. Wir wünschen beiden Frauen viel Gesundheit und Glück und viele schöne Stunden bei uns.

Unsere zweite Wanderung führte uns am 15. März nach Lindach. Wir machten die Umgebung von Lindach unsicher und so hatten wir abermals sehr viel Spaß dabei. Das schöne Wetter und die wärmenden Sonnenstrahlen wurden voll ausgenutzt und so war ein Abschluss im Gasthaus in Lindach nur selbstverständlich.

Termin: Mi., 1. 6., Tagesausflug nach Hintersee-Berchtesgaden. Do., 2. 6.,

GH Forstinger, PVÖ-Nachmittag.

Wir gratulieren: Anna David zum 75., Johannes Radler 75. Geburtstag.

FORNACH

Termin: Fr., 3. 6., 9 Uhr, Kaffeehaus Holzinger in Frankenmarkt, Pensionistenfrühstück.

Wir gratulieren: Rosina Seifriedsberger zum 80., Anton Paschedag 87. Geburtstag.

FRANKENBURG

Nach langer Pause für das Vereinsleben fand am 5. März die JHV mit kurzen Berichten, Kassaprüfung und Neuwahl statt. Es gab nur wenige Veränderungen, die Vorsitzenden blieben, eine neue Schriftführerin und ein neuer Kassenprüfer wurden bestellt. Langjährige Mitglieder wurden geehrt und das Jahresprogramm vorgestellt.

Termine: Fr., 13. 5., 8 Uhr, Tagesausflug Sammarei. Do., 9. 6., Wanderung, GH Weninger.



ATTNANG-PUCHHEIM: Yes we care



AURACH AM HONGAR: Helga und Josef Silmbrot, Goldene Hochzeit



AURACH AM HONGAR: Wanderung Redlham, Baggersee



DESSELBRUNN: Pensionistennachmittag



DESSELBRUNN: Wanderung in der Puchheimer Au



DESSELBRUNN: Wanderung rund um Lindach

Wir gratulieren: Ernestine Huber zum 85., Elfriede Renetseder 89., Maria Zoister 90. Geburtstag.

FRANKENMARKT

Die kleine Faschingsfeier war gut besucht. Wir hatten viel Spaß mit unseren Stargästen „Willi und Cilli“. Sie führten uns verbal die Veränderungen in unserem Ort vor Augen. Es wurde viel getanzt und gelacht. Den Heringsschmaus genossen wir im GH Fimberger. Die Wirtin kredenzte uns verschiedene Köstlichkeiten. Ein besonderes Genusserlebnis brachten uns zum Abschluss die hausgemachten Eisköstlichkeiten. So verbrachten wir einen gemütlichen Nachmittag. Die Kegelrunde traf sich wieder zu einem unterhaltsamen Nachmittag und holte das Weihnachtsessen nach. Der Ausflug zu Moden Adler wurde wieder zum Gustieren und Pro-

bieren verschiedener Modestücke genutzt. Natürlich nahmen wir auch das eine oder andere Stück mit nach Hause. Nach dem Mittagessen fuhren wir zur Pralinenwelt Wenschitz. Dort konnten wir den welthöchsten Schokoladenbrunnen bestaunen. Wir konnten der Versuchung, alle Pralinen und Schokoladen sowie die Geleewürfel zu kosten, nicht widerstehen. Da Schokolade ja bekanntlich die Glückshormone aktiviert, fuhren wir am späteren Nachmittag gut gelaunt wieder nach Hause. Zum Abschluss kehrten wir beim Max'n Wirt ein. Der Tag war wie im Flug vergangen.

Termine: Sa., 14. 5., Mutter- und Vaternachmittag. Do., 19. 5., Kegel-nachmittag. Mi., 8. 6., Stammtisch und Sparverein. Mo., 13. 6., Ausflug nach Schwanenstadt zur Glashütte. Wir gratulieren all unseren Geburtstagskindern.

GAMPERN

Termine: Fr., 6. 5., Maiandacht und Muttertagsfeier. Fr., 20. 5., Werbefahrt auf den Schafberg.

Wir gratulieren: Josef Sammer zum 85., Rosemarie Padinger 84. Geburtstag.

HOLZLEITHEN-HAUSRUCKEDT

Am 26. März fand im Harmonie-stüberl die JHV mit Neuwahl und Ehrungen statt. Vors. Josef Senzenberger und sein Team wurde, unter der Leitung unserer Ehrengäste Bez.-Vors. Barbara Winkelbauer und Bgm. Peter Helml, einstimmig wiedergewählt. Mit einem Nachweihnachtsessen wurde der Tag abgerundet.

Termine: Do., 12. 5., 14 Uhr, Stammtisch mit Muttertagsfeier. Fr., 13. 5., Ausflug Gaisberg.

Wir gratulieren: Heinrich Rathner zum 77., Annemarie Helml 75., Karl-Heinz Autengruber 78., Josef

Senzenberger 68., Robert Bartl 76., Anita Breit 63., Gertraud Holzinger 69., Helmut Schön 64., Franz Morawec 85., Walter Stadler 72., Edwin Ott 75., Johann Absenger 74. Geburtstag.

LENZING

Da wir nach wie vor unseren Klubraum nicht benutzen können, werden wir wie in den Vormonaten unsere



HOLZLEITHEN-HAUSRUCKEDT: JHV mit Ehrung



FRANKENBURG: Ehrung langjähriger Mitglieder



FRANKENMARKT: Ausflug Wenschitz



FRANKENMARKT: Beim gemeinsamen Faschingfeiern



LENZING: Adolf Mayrhofer, 80. Geburtstag



LENZING: Josef Lemberger, 90. Geburtstag



LENZING: Karl Fressl, 80. Geburtstag



SCHÖRFLING AM ATTERSEE: Leo Baier, 85. Geburtstag

Zusammenkünfte beschränken und jede 4. Woche in unserem Ausweich-lokal Hallenbad-Restaurant abhalten. Es bleibt uns nur die Hoffnung, dass wir zeitnah eine neue Unterkunft bekommen.

Unser Ausflugsprogramm wurde im April mit der ersten Fahrt gestartet, und es bleibt zu hoffen, nicht wieder durch neue Verordnungen einge-bremsst zu werden.

Termin: Do., 19. 5., Halbtagesfahrt schwimmende Almhütte am Stausee Klaus.

Wir gratulieren: Eleonore Michet-schläger 94., Franz Höglinger 90., Hermine Büchl 89., Anna-Maria Ban 86., Johanna Aigner 84., Antonia Six 83., Horst Staufer 83., Edeltraud Huber 81., Alois Moshammer 70. Geburtstag.

MONDSEELAND

Als die Corona-Vorschriften etwas lockerer wurden, hatten wir beim

Erich in Oberhofen ein Ripperlessen, das mit 70 Personen gut besucht war. In der darauffolgenden Woche wurde die JHV mit der „Weihnachts-feier“ alias gemütliches Beisammen-sein im GH Stabauer in Oberwang mit Abstand und kleinen Gruppen abgehalten. Bez.-Vors.-Stv. Wolfgang Ablinger und Gemeindevorstand von Tiefgraben Johann Maier hielten kurze Ansprachen über die derzeitige Situation.

Termin: Do., 12. 5., 12 Uhr, Hotel Krone, Muttertagsfeier.

Wir gratulieren: Ana Url zum 84., Marianne Rappensberger 90., Eva Maria Szarzynsky 65., Erna Hemetsberger 81., Heinrich Ries 81., Leopold Lettner 80. Ge-burtstag.

OBERHOFEN-ZELL AM MOOS

Wir gratulieren: Johann Sperr zum 65., Franz Haumtratz 80. Geburtstag.

OTTNANG-THOMASROITH

Wir gratulieren: Marianne Leder-müller zum 70., Annemarie Semisch 82., Ernst Manetsgruber 94. Geburtstag.

PUCHKIRCHEN

Leider mussten unsere letzten Feiern coronabedingt abgesagt werden. Aber wir blicken optimistisch ins neue Jahr, dass wir unsere geplanten Veranstaltungen durchführen können. Bei unserer ersten Feier am 11. März im GH Schnötzlinger informierte uns unsere Vors. Heidi Schmidmair über das Jahresprogramm und gratu-lierte unseren Mitgliedern, welche im vergangenen halben Jahr ihren Geburtstag hatten.

Unsere monatliche Wanderung führte uns diesmal von Puchkirchen zum nahe Ampflwang gelegenen Wirt in der Rödzt zu einer gemütlichen Einkehr mit schmackhafter Jause.

Wir gratulieren: Berta Schlagnitweit

zum 88., Marianne Nobis 81. Geburtstag.

REGAU

61 Personen genossen im GH Zigeu-nerwirt unser Ripperlessen.

Wir gratulieren: Katharina Obermaier zum 86., Margarethe Stamberg 75., Rudolf Pesendorfer 84. Geburtstag.

ST. GEORGEN IM ATTERGAU

Wir sind wieder durchgestartet. So haben die monatlichen Treffen, wie Kegeln, Stammtisch, Schnapsen beim Weismann und Stockschießen im Freizeitzentrum, wieder stattgefun-den und fanden regen Zuspruch. Eine Veranstaltung für ein gemein-sames Zusammensein fand beim Spitzerwirt statt. Die gemütliche „Sauschädel-Partie“ ab 15 Uhr. We-sentlich mehr Teilnehmer als erwartet nahmen daran teil und genossen



MONDSEELAND: Bei der JHV-Feier



MONDSEELAND: Beim Ripperlessen



PUCHKIRCHEN: Wanderung Wirt in der Rödzt



SANKT GEORGEN IM ATTERGAU: Sauschädlpartie beim Spitzerwirt



SCHÖRFLING AM ATTERSEE: Spontanwanderer



SCHWANENSTADT: Ausflug zur voestalpine

den hervorragend angerichteten „Sauschädel“. Mit Essig und Öl oder frisch geriebenem Kren und frischem selbst gebackenem Brot verspeist. Mit lustigen Geschichtchen von Hans Krumphuber und lustigen Witzchen von den Teilnehmern wurde es ein gelungener Nachmittag.

Termine: Di., 10. 5., 14.30 Uhr, Kirchenwirt Kiefer, Mutter- und Vaterschaftsfeier mit Kaffee und Kuchen. Di., 24. 5., 8.30 Uhr, Fahrt nach Ried im Innkreis mit Stadtführung.

Wir gratulieren: Ingrid Kübler 87., Rudolf Hage 93., Johanna Hofinger 84., Anneliese Neudorfer 70., Elfriede Schönleitner 70., Aloisia Strobl 88. Geburtstag.

SCHÖRFLING AM ATTERSEE

Große Freude herrschte bei unseren Klubbesuchern, als wir am 22. Februar wieder mit unseren 14-tägigen Klubnachmittagen starten konnten. Dabei wurden auch besondere Geburtstage gefeiert, von denen wir einige nachgeholt haben. Die Spontanwanderer hatten wieder Wetterglück und gingen auf einer schönen Runde von Nußdorf über den Kronberg zum Reither Gupf mit Panoramablick auf den Attersee. Etwas weniger mühsam, aber mit umso mehr Ehrgeiz, absolvierten die Wanderinnen mit Vroni eine ausgedehnte Schörfling-Runde mit anschließender Einkehr.

Ganz herzlich gratulieren dürfen wir unserem Mitglied Ludwig Arnitz zum

Sieg bei der Landesmeisterschaft des PVOÖ im Riesentorlauf auf der Wurzeralm und zum 3. Platz bei der Bundesmeisterschaft in Hollersbach/ Salzburg.

Termine: Do., 2. 6., Wanderfahrt für alle zum Gosausee. Sa., 25. 6., Frühschoppen im Alten Posthof.

Wir gratulieren: Alfred Hofwartner zum 84., Karl Ringseis 83., Ingeborg Ziegl 82., Friedrich Englmayr 81., Walter Pleinert 81., und Agnes Arnitz 70. Geburtstag.

SCHWANENSTADT

Nachdem der Fasching Corona wieder zum Opfer fiel, gönnten wir uns eine Aschermittwochsjausa an einem Klubnachmittag.

Unser Ausflug am 14. März führte uns zunächst in die voestalpine-Stahlwelten und anschließend zur Pralinenwelt Wenschitz in Alhaming. Die Führung bzw. Fahrt durch Österreichs größten Industriestandort war sehr interessant und auch äußerst lehrreich. Beim Besuch der Ausstellung, wurden wir über die Entstehung informiert und wie schwierig es war, die voestalpine so auszubauen, wie sie heute ist. Nach dem Mittagessen im Breitwieserhof ging es weiter zur Pralinenwelt Wenschitz, wo der größte Schokobrunnen (12 Meter) auf uns wartete. Wir konnten nach Herzenslust die verschiedensten Pralinen verkosten und es bestand die Möglichkeit des Einkaufens.

Durch den Verzicht auf den Gewinn der März-Klubnachmittage und Spenden unserer Mitglieder konnten wir den ansehnlichen Betrag von € 800,- an Nachbar in Not „Ukrainehilfe“ überweisen. Danke allen Spendern.

Termine: Fr., 13. 5., Mutter- und Vaterschaftsfahrt. Do., 19.-22. 5., südliches Flair am Gardasee. Di., 7. 6., Kittenberger Erlebnisgärten und Wachau.

Wir gratulieren: Angelika Wührer zum 70., Maria Stogmeyer 70., Robert Untersberger 80., Josef Zankl 81., Erna Heimann 80., Gerhard Bracher 83., Erika Klinglmayr 70. Geburtstag.

SEEWALCHEN

Am 7. März starteten wir wieder unsere Klubnachmittage. Nach drei Wochen mussten wir aber wegen Corona-Ausfällen wieder schließen. Unser Ausflugsprogramm wurde den

Mitgliedern präsentiert. Wir hoffen, dass für jeden etwas dabei ist.

Termin: Fr., 13. 5., Muttertagsfahrt. **Wir gratulieren:** Alois Hitzl zum 95., Margarete Kalod 94., Johann Königseder 86., August Höller 83., Otto Lohninger 83., Maria Fleischmann 82., Stefan Schürer 80., Herbert Kritzinger 70., Jaqueline Sarna 60., Ingrid Zilles 80. Geburtstag.

STEINBACH AM ATTERSEE

Wir gratulieren: Alfred Gebetsroither zum 90., Peter Hofbauer 80., Christine Cakl 70., Christine Mayer 70., Elisabeth Lublasser 84., Eva Koch 83., Josef Spalt 82., Hildegard Ablinger 75. Geburtstag.

TIMELKAM

Bei der Kundgebung „Yes we care“ am 5. März im Vöcklabrucker Stadion waren 22 Mitglieder mit dabei, um Zusammenhalt und Solidarität mit den Pflegekräften und Gesundheits-



SEEWALCHEN: Ingrid Bauer, 80



STEINBACH AM ATTERSEE: Fini Diesenberger, 90. Geburtstag



TIMELKAM: In der Pralinenwelt



TIMELKAM: Kundgebung „Yes we care“



TIMELKAM: Mittagessen bei Adler Moden

personal in dieser Corona-Pandemie zum Ausdruck zu bringen.

Der erste Tagesausflug des Jahres führte uns am 22. März traditionell wieder zu Adler Moden nach Ansfelden. Nach Frühstück, Modenschau und Einkauf ging es nach dem Mittagessen weiter nach Allhaming zur Pralinenwelt Wenschitz mit dem höchsten Schokoladenbrunnen der Welt. Hier tauchten wir mit Vergnügen in die Genusswelt der Schokolade ein und erfuhren viel Interessantes über die Herkunft der Kakaobohne und die Herstellung köstlicher Schokoladen und Pralinen.

Termin: Di., 17. 5., 7.15 Uhr, Tagesausflug zu Riess-Werke Ybbsitz, Sonntagberg, Straußenhof Ebner in Winklarn.

Wir gratulieren: Rosa Hemetsberger zum 92., Paula Mühlböck 90., Antonia Salim 80., Peter Schmidle 75., Helmut Hemetsberger 75., Josef Walter Seemayer 70. Geburtstag

sowie Hildegard und Lorenz Lacher zur Eisernen Hochzeit.

UNGENACH-PILSBACH

Es findet wieder jeden Freitag eine Wanderung statt. Auch das Tischkegeln alle 4 Wochen lassen wir uns nicht entgehen. Zusätzlich treffen wir uns jeden 2. Mittwoch im Monat beim Wirt z'Brunau zum Wochateiln.

Termin: Di., 7. 6., Schiffsfahrt auf dem Mattsee.

Wir gratulieren: Julianne Düringer zum 97., Ernestine Glück 93., Ernst Katherl 90., Franziska Mittermayr 81., Marianne Mosgan 81., Maria Thaller 81. Geburtstag.

UNTERACH AM ATTERSEE

Wir gratulieren: Erika Schmeisser zum 82., Grete Soriat 91., Anneliese Unterberger 70. Geburtstag.

VÖCKLABRUCK

Viele Närrinnen und Narren besuch-

ten uns am Faschingsdienstag zu einem lustigen und gemütlichen Nachmittag im Klub.

Die wöchentlichen Klubnachmittage finden wieder jeden Dienstag von 14 bis 18 Uhr statt. Wir freuen uns auf zahlreichen Besuch.

Beim Heringsschmaus am 2. März im GH Auerhahn freuten sich 75 Mitglieder aus Vöcklabruck über die Gastfreundschaft. Das köstliche Heringsbuffet hat alle begeistert. Auch Bgm. DI Peter Schobesberger und weitere SPÖ-Funktionäre konnten wir bei unserem geselligen Nachmittag begrüßen.

Termine: Mi., 11. 5., Königssee mit Rossfeldstraße. Fr., 13. 5., Muttertagsfeier, Mi., 1. 6., Langbathsee mit Feuerkogel.

Wir gratulieren: Helga Aichhorn zum 65., Cäcilia Becker 86., Adolf Forstner 83., Renate Koch 80., Katharina Lederbauer 83., Hildegard Mörtelsberger 85., Franz Parzer

70., Rudolf Pesendorfer 84., Anna Resch 83., Katharina Schneider 83., Maria Voseteder 85. Geburtstag.

VÖCKLAMARKT-PFAFFING

Die Februarwanderung führte bei gutem Wanderwetter über Krichpoint, Moos nach Wilding, Mühlberg, Gstocket und über den Märchenweg zurück nach Vöckla-



VÖCKLABRUCK: Lustiger Faschingsdienstag



UNGENACH-PILSBACH: Beim Tischkegeln



VÖCKLABRUCK: Beim Heringsschmaus



VÖCKLAMARKT-PFAFFING: Faschings-Montags-Café



WOLFSEGG-KOHLGRUBE: Klubnachmittag im neuen Lokal



WOLFSEGG-KOHLGRUBE: Heringsschmaus im GH Globetrotter

markt. Ein nettes Intermezzo dabei war eine Einladung zu einem Schnapslerl beim Vors. Heli, der mit Unterstützung seiner Gattin Angelika und seiner Mutter Anna die große Wandergruppe mit köstlichen edlen Tropfen bewirtete. Abgeschlossen wurde die Wanderung in der Weißmühner Stub'n. Unser Faschingscafé war auch dieses Mal ein schönes Erlebnis bei Kaffee und herrlichen Krapfen sowie feinen Aufstrichbroten. Und die musikalische Untermalung durch unseren lustigen Musikanten Lois ist schon fast eine liebe Tradition. Eine Wanderung im März fand in Fornach statt. Auch hier durften wir uns auf dem Weg über eine Einladung freuen. Fanni und Paul Schmiedbauer ließen es sich – wie schon bei früheren Wanderungen – nicht nehmen, uns mit Getränken zu stärken. Eingekehrt wurde dann im GH Lohninger in Fornach.

Termin: Mi., 1. 6., 7 Uhr, Gemeindeamt, Ausflug zu den Kittenberger Gärten.

Wir gratulieren: Johann Göschl zum 91., Anna Aumayr 89., Hermann Tramberger 88., Karl Gramlinger 85., Maria Gramlinger 84., Maria Wiesinger 84., Elfriede Brandner 82., Josef Hüttmaier 82., Brigitte Eisl 70., Ingeborg Agnes 70. Geburtstag.

WEYREGG AM ATTERSEE

Am 12. März hielten wir die JHV im GH Zur Sonne ab. Nach der Neuwahl dankte unser Vors. Konrad Leitner den scheidenden Funktionären Franz Freundlinger sowie Josef Gebetsroither für Ihre langjährige Tätigkeit. Am 16. März ging es mit der Einstiegswanderung auf die Födinger Alm. Weiter ging's am 13. April auf den Rundweg Göblberg, die höchste Erhebung des Hausrucks, am 27. April nach Unterach auf die

Hochplettspitze. Am 1. Juni werden wir den Rundweg Kolomansberg besuchen und zur ältesten Holzkirche Österreichs wandern. Am 22. Juni nach Bad Ischl zum Rundweg Siriuskogel.

Wir gratulieren: Josef Tengg zum 89., Otto Ameseder 80., Helga Gebetsroither 66., Karl Bartl 74., Hermann Hisberger 70., Josef Gebetsroither 71., Regina Jarosch 68., Franz Wieser 82., Rudi Hubl 66., Konrad Leitner 76., Ernestine Etzelsdorfer 65., Karl Staudinger 67., Anna Haller 81., Anna Köster 82. Geburtstag sowie Aloisia und Karl Bartl zur Goldenen Hochzeit.

WOLFSEGG-KOHLGRUBE

Aufgrund der Corona-Situation konnten wir auch heuer wieder nicht unser traditionelles Rosenmontagschnas abhalten. Es wurde dafür im kleinen Kreis ein Kaffeekränzchen im neuen Klubraum gemacht.

Am Aschermittwoch trafen sich 20 Mitglieder im GH Globetrotter zum Heringsschmaus.

Termine: Do., 5. 5., Mutter- und Vaternachmittag, Fa. Adler und Flughafenbesichtigung. Mi., 18. 5., Kegeln. Mi., 15. 6., Kegeln.

Wir gratulieren: Lisa Brugger zum 74., Franz Riedl 76., Josef Emminger 77., Josef Forstner 72. Geburtstag.

ZELL AM PETTENFIRST

Jeden ersten Dienstag im Monat gehen wir in der Umgebung von Zell walken. Treffpunkt ist um 14 Uhr bei der Volksschule.

Am 10. März konnten wir endlich wieder unseren Stammtisch abhalten. Erfreulich war, dass auch neue Mitglieder dabei waren. Es war ein lustiger Nachmittag.

Termine: Sa., 7. 5., Grünau, GH Wieselmühle, Mutter- und Vaternachmittag. Do., 9. 6., Bäckerei Neudorfer, Stammtisch und



VÖCKLAMARKT-PFAFFING: Ein Schnapslerl beim Vorsitzenden



VÖCKLAMARKT-PFAFFING: Wanderung in Fornach



ZIPF-NEUKIRCHEN: Maria Winter, 90. Geburtstag

halbjährige Geburtstagsfeier.

Wir gratulieren: Hubert Huber zum 84., Hubert Zödl 89. Geburtstag.

ZIPF-NEUKIRCHEN

Bei den Ski-Landesmeisterschaften auf der Wurzeralm belegten unsere Mitglieder DI Johann Stallinger den 1. Platz und Franz Brandt den 4. Platz in ihren jeweiligen Altersklassen. Georg Stallinger ist leider ausgeschieden. Wir sind stolz auf unsere erfolgreichen Skifahrer und gratulieren sehr herzlich zu diesem Erfolg. Als Trost konnte Georg



ZIPF-NEUKIRCHEN: Landesmeisterschaft v. l. DI Johann Stallinger, Franz Brandt, Georg Stallinger

Stallinger bei den Bundesmeisterschaften in Kitzbühel in seiner Altersklasse einen ausgezeichneten 2. Platz erringen.

Bei der ersten Wanderung in diesem Jahr waren acht Mitglieder dabei und die Strecke führte uns bei

herrlichem Wetter vom Brauhaus Zipf über Au, Haslau, Neue Welt, Pollhammeredl wieder zurück nach Zipf. Daraufhin folgte noch eine gemütliche Einkehr im Brauhaus.

Termine: Mi., 11.5., 14 Uhr, Brauhaus Zipf, Mutter- und Vaterschafts-

WIR TRAUERN IM BEZIRK

Ampflwang: Siegfried Mühringer 78, Josef Holzleitner 87, Johann Maschek 91.

Attnang-Puchheim: Gertraud Maier 89, Wolfgang Kruber 84.

Aurach am Hongar: Hilda Stieglmayr 93.

Lenzing: Josefa Renner 94.

Oberhofen-Zell am Moos: Josef Brand 97.

Regau: Helmut Huber 83.

Schwanenstadt: Elfriede Buchleitner 95.

Seewalchen: Wilhelm Weißböck 82.

Timelkam: Elisabeth Pölzleithner 88, Friedrich Voglhuber 92.

Vöcklabruck: Helmut Huber 84.

Wolfsegg-Kohlgrube: Josef Baumgartner 89.

Zipf-Neukirchen: Maria Gubesch 84.

feier. Mi., 18.5., 14 Uhr, leichte Wanderung Schoibenberg. Do., 9.6., 7.30 Uhr, Ausflug Schärding mit Schiffsfahrt.

Wir gratulieren: Ursula Hammeringer zum 55., Anna Vogl 83. Geburtstag.

DEM GLÜCK
EINE CHANCE
GEBEN



österreichische LOTTERIEN | DER PARTNER DER SENIORENHILFE

GLÜCK IST, WENN MAN GEMEINSAM AKTIV IST



BAD WIMSBACH-NEYDHARTING:
Christine Mayrhofer, 80. Geburtstag



BAD WIMSBACH-NEYDHARTING: Wanderung Kirchham



BUCHKIRCHEN: Josef Pfaffenberger, 80. Geburtstag

Wels

BACHMANNING

Wir gratulieren: Vors. Karl Graf zum 70., Ludwig Mair 75., Friederike Ortner 83., Maria Watzinger 88., Gertraud Zierfuss 75., Rosa Schneider 83., Paula Heider 89. Geburtstag.

BAD WIMSBACH-NEYDHARTING

Am 3. März führte unsere Monatswanderung nach Kirchham. Wir hatten schönes Wetter und 32 Teilnehmer waren von der Wanderoute begeistert. Zum Abschluss kehrten wir im GH Bauer ein. Unser erstes Café-Treff in der Werkstätte der Diakonie fand am 16. März statt. Es war wie immer ein gemütliches Beisammensein. **Termin:** So., 15. 5., 11.30 Uhr, Treffpunkt Bahnhof.

Wir gratulieren: Margarete

Nöbauer zum 65., Ingrid Stürzlinger 65., Robert Schidlofski 70., Robert Austaller 81., Anna Lindtner 83., Johann Holzinger 86., Karl Huemer 90., Francis Kancy 96. Geburtstag.

BUCHKIRCHEN

Wir gratulieren: Hermann Huemer zum 65., Günter Knoll 75., Siegfried Schmoll 75., Josef Radinger 81., Hermine Lang 83., Rosa Schmid 83., Adolf Bauer 84., Maria Anna Ecker 85., Margarete Sehorz 85., Marcel Ecker 86., Ida Schröder 87., Rudolf Hannl 88. Geburtstag.

EBERSTALZELL

Wir gratulieren: Anna Klausner zum 70., Anna Hofstötter 75. Geburtstag.

GUNSKIRCHEN

Am 12. März wurde unsere Jahres-

hauptversammlung abgehalten. Neben zahlreichen Mitgliedern konnten wir als Ehrenmitglieder die Landessekretärin Mag.^a Jutta Kepplinger und Vbgm. Christian Renner begrüßen. Die beiden Ehrengäste hielten interessante Vorträge über aktuelle Dinge aus dem Landesverband und aus der Gemeinde. Die Vorsitzende bedankt sich bei allen für die finanziellen Unterstützungen und bei ihrem Team für die Mitarbeit. Anschließend nahmen die Landessekretärin, der Vbgm. und die Vorsitzende noch die Ehrung für langjährige Mitglieder vor.

Wir gratulieren: Klaus Hofer zum 70., Helmut Hacker 75., Karl Gruber 82., Anton Hildenbrandt 82., Rosa Rzautil 83., Pauline Dienstl

86., Herta Pfeffer 87., Anastasia Zwirchmair 92., Theresia Binder 92., Angela Schwar 93. Geburtstag.

KRENLBACH

Zur ersten Ausfahrt am 17. März konnten wir 34 Teilnehmer begrüßen. Erster Halt war die Moor- & Kräutelerlebniswelt SonnenMoor. Auf einer kleinen Zeitreise wurden wir über die einzigartigen Rezepturen der Erzeugnisse informiert. Nach dem Mittagessen fuhren wir weiter nach Salzburg, Hangar-7. In der architektonisch faszinierenden Halle konnte eine große Anzahl von historischen Flugzeugen und Fahrzeugen besichtigt werden. Mit bleibenden Eindrücken traten wir wieder die Heimreise an.

Kostenlose Beratung im Bezirk

Wels	Mo., 13. 6. 2022	8 Uhr	Lichtenegger Treff
Wels	Mo., 4. 7. 2022	8 Uhr	Lichtenegger Treff



BUCHKIRCHEN: Maria Anna Ecker, 85. Geburtstag



GUNSKIRCHEN: Jahreshauptversammlung



KRENLBACH: Frieda Lenzenwöger, 90. Geburtstag



KRENLBACH: Susanne Lindner, 85. Geburtstag



KRENLBACH: In der Moor- & Kräutelerlebniswelt

Wir gratulieren: Helmut Echer zum 70., Hildegard Bredl 75., Gertrude Schröder 75., Brigitta Engelmann 82., Marlis Margarete Haudum 85., Elisabeth Seiler 88., Maria Zauner-Penninger 91. Geburtstag.

LAMBACH-EDT-NEUKIRCHEN

26 Wanderfreudige marschierten am 23. März bei herrlichem Frühlingswetter im Bereich des Welser Wehrs. Der Rundwanderweg führte durch das unberührte Naherholungsgebiet in Gunskirchen. Anschließend ließen wir uns im wunderschön gelegenen, ruhigen Gastgarten das Mittagessen schmecken. Danke an Hans Wurm für die perfekte Organisation dieser Frühlingswanderung.

Nach längerer coronabedingter Pause trafen sich am Aschermittwoch 54 Mitglieder zum traditionellen Heringsschmaus im

Stiftskeller Lambach. Helmut Stundner feierte am 14. März seinen 90. Geburtstag in guter geistiger Frische. Vbgm. Max Tiefenthaler und der Vors. des Pensionistenverbandes, Reinhold Schmidt, gratulierten sehr herzlich.

Wir gratulieren: Silvia Radner zum 60., Anna Nobis 65., Manfred Sonnleitner 75., Doris Badegruber 75., Brigitte Eder 75., Elfriede Affenzeller 80., Gisela Deller 80., Kurt Scheubmayr 81., Hubert Gruber 81., Johanna Übleis 81., Herta Kirchsteiger 82., Erika Meindl 82., Erika Zaunbauer 82., Angela Reisinger 83., Leopoldine Anzengruber 84., Margarete Söllinger 85., Marianne Dieplinger 85., Franz Bürgmann sen. 86., Margarete Plasser 87., Anna Hacker 88., Leo Kriechbaum 90., Margaretha Schöberl 91., Inge Lettner 91., Hermine Schober 94., Mathilde Ertl 95. Geburtstag.

MARCHTRENK

Bei der Eisstock-Bezirksmeisterschaft Ende Jänner ging sowohl unsere Herrenmoarschaft als auch die Mixed-Moarschaft siegreich hervor. Dazu herzliche Gratulation. Danke an alle für die pünktliche Einzahlung des Mitgliedsbeitrags. Wegen der Corona-Pandemie musste dies auch heuer wieder auf die gesundheitlich sicherste Weise per Zahlschein erfolgen.

Termine: Do., 19. 5., Mühlviertler Bierroas. Do., 23. 6., Königssee/Berchtesgaden

Wir gratulieren: Erika Klopf zum 70. Geburtstag.

stand, dass man sich wieder treffen konnte, tat allen sehr gut.

Termine: 12. 5., Betriebsbesichtigung Fa. Megaflex in Lambach und Schiffsrundfahrt auf dem Mondsee. 19. 5., 12 Uhr, gemütliches Beisammensein Jausenstation Jäger.

Wir gratulieren: Herlinde Denk zum 75., Maximilian Eder 82., Marianne Eder 74., Heidelinde Eigl 77., Erna Godina 75., Frieda Grabmair 82., Anna Groisshammer 86., Ernestine Holzmann 77., Christine Papst 65., Adolf Plank 84., Franz Prunthaler 78., Franziska Weingartner 80. Geburtstag.

STADL-PAURA

TeilnehmerInnen wanderten bei herrlichem Wetter zu den Schachtenteichen und wieder retour nach Kremsmünster zur Rast im Stift. Im März stand das große Siedeln auf dem Programm. Viele fleißige Hände halfen bei der Übersied-



LAMBACH-EDT-NEUKIRCHEN: Fischessen am Aschermittwoch



LAMBACH-EDT-NEUKIRCHEN: Frühlingswanderung Welser Wehr



LAMBACH-EDT-NEUKIRCHEN: Helmut Stundner, 90. Geburtstag (Bildmitte)



STADL-PAURA: Sieger im Paarkegeln



STADL-PAURA: Jakob Jochim, 85. Geburtstag



STADL-PAURA: Karoline Schulz, 90. Geburtstag

lung von Geschirr und diverse Gerätschaften vom Volksheim in unsere neue Lokalität im Pferdezentrum. Wir freuen uns, wenn es wieder losgeht, und auf viele Besucher.

Vom 18. bis 24. Februar fand in Lambach die Paar-Landesmeisterschaft im Kegeln statt. Helga Osterkorn konnte mit ihrem Partner Fritz Baszler diesen Bewerb mit sagenhaften 986 Kegeln gewinnen. Wir gratulieren herzlichst zu der hervorragenden Leistung. Helga und Fritz haben sich auch für die österreichischen Staatsmeisterschaften am 2. und 3. April in Kramsach sowie für die Europameisterschaften am 21. und 22. Mai in Passau qualifiziert.

Termine: Do., 19. 5., Radausfahrt. Do., 25. 5., Wandern. Di., 7. 6., ab 14 Uhr, Pferdezentrum, Pensionistennachmittag. Do., 9. bis So., 12. 6., 4-Tage-Fahrt Südtiroler

Bergwelten, Kulinarik und Kultur.

Wir gratulieren: Ewald Holzer zum 65., Erna Salfinger 70., Margareta Ernst 75., Hildegard Mitter 82., Josef Finkenzeller 82., Erich Karl Lutz 85., Walter Baumgartner 86., Angela Schickmayr 90., Hermine Krugluger 92., Augustina Meissner 94., Martha Zeilinger 100. Geburtstag.

STEINERKIRCHEN-FISCHLHAM

Im Februar gratulierten wir unserem Mitglied Eleonore Pohn zum 80. Geburtstag und überbrachten die besten Wünsche sowie ein kleines Geschenk.

Termin: 8. 6., Ausflug Wenatex und Schaffberg.

Wir gratulieren: Klaus Topf zum 65., Karoline Riedler 70., Renate Kreischer 75., Fridolin Jelinek 81., Margaretha Schrötter 85., Friederike Kubista 86. Geburtstag.



THALHEIM BEI WELS: Stadtführung in Linz mit Hans Eichinger

THALHEIM-SCHLEISSHEIM

Das Pensionistencafé war wie immer gut besucht. Mit Heringskäsbroten feierten wir einen verspäteten Heringsschmaus. Unser Ausflug führte uns diesmal nach Linz, wo wir uns mit dem ehemaligen Landessekretär des Pensionistenverbandes Hans Eichinger für eine äußerst interessante Stadtführung trafen. Diese führte uns vom Hauptbahnhof über verschiedene Plätze in der

Innenstadt bis hinaus zur SolarCity. Den gemütlichen Abschluss machten wir in der Dornacher Stub'n. Helga Osterkorn hat sich für die Kegel-Europameisterschaft qualifiziert und außerdem mit 505 Kegeln den österreichischen Rekord gebrochen. Herzliche Gratulation.

Termine: 18. 5., 14 Uhr, Tanzen im Gasthaus Hubauer. 19. 5., 14.30 Uhr, Pensionistencafé mit Mag.^a Gertraud Jahn zum Thema



LAMBACH-EDT-NEUKIRCHEN: Mittagessen Gasthaus Traunwehr



PICHL: Gemütliches Beisammensein



STEINERKIRCHEN-FISCHLHAM: Eleonore Pohn, 80. Geburtstag



WEISSKIRCHEN: Schneeschuhwandern

„Gesundheit und andere aktuelle Themen“ im Marktgemeindesaal. 2.6., Fahrt nach Krems. 13.6., Bezirkswandertag. 15.6., Tanzen im Gasthaus Hubauer.

Wir gratulieren: Hildegard Koschka zum 75., Renate Lercher 75., Gertrude Hofbauer 75., Gertrud Müller 80., Erna Schartner 80., Margarete Pühringer 80., Frieda Wawricka 80., Berta Weiß 81., Theresia Dorfer 82., Johann Koschka 82., Katharina Eschlböck 84., Rosa Söllinger 86., Josef Rammerstorfer 87. Hedwig Hausberger 90., Hans Platzer 91. Geburtstag.

WEISSKIRCHEN

Gute Laune hatten die vielen Maskierten am Faschingsdienstag im Siedlerheim. Kassier Josef Mauracher hatte Fotos von früher zu einer digitalen Bildershow zusammengestellt, die freudige

Erinnerungen wachrief. Auch das traditionelle Fischessen am Aschermittwoch wurde wiederum von unserem Vors. Hermann Höpoltzeder organisiert. Zum ersten Mal konnten am 4. März 11 Mitglieder in Bad Mitterndorf eine fachkundige Einführung ins Schneeschuhwandern erleben. Bei Kaiserwetter hatte die Gruppe knapp 8 km bewältigt. Die älteste Teilnehmerin war Maria Haslinger mit 84 Jahren. Die Erzählungen der Teilnehmer werden sicher dazu führen, auch nächstes Jahr eine Veranstaltung durchzuführen.

Termin: Di., 17.5., 14 Uhr, Siedlerheim, Muttertagstreffen.
Wir gratulieren: Herta Lang zum 70., Otto Gabriel 80., Johanna Hraback 81., Edgar Anzeletti 83., Erika Schmitzberger 83., Anna Angleitner 84., Alois Höhenberger 89., Anna Haider 93., Frieda Huber 93. Geburtstag.



WELS-LICHTENEG: Klausur

WELS-LICHTENEG

Am 9. März war es uns nach fünf Monaten wieder möglich, einen Ausflug durchzuführen. Unsere erste Tagesfahrt mit 42 Teilnehmern führte uns zur Fa. Adler. Nach einem ausgiebigen Frühstück und anschließender Modeschau hatten wir die Möglichkeit eines Einkaufs, bevor nach dem Mittagessen eine parodistische Travestieshow für uns veranstaltet wurde.

Am 25. März fand in unserem Treff ein Workshop zum Thema Pflege, veranstaltet vom FSG und PVÖ, statt. Neben einer Bestandsaufnahme und Beleuchtung der bezirksspezifischen Sicht sollte daraus ein Projekt entwickelt werden, welches uns künftig mehr Handlungsmöglichkeit bieten soll. Am 11. Mai, bei unserer Muttertagsfahrt nach Mariazell, laden wir alle Teilnehmer dieser Fahrt zu

Kaffee und Torte beim Kirchenwirt in Mariazell ein.

Wir gratulieren: Gert Pichlbauer zum 80., Marianne Hammer-schmied 80., Margarete Steininger 81., Ilse Klaus 81., Günther Lichtenschein 83., Brigitta Wallner 83., Waltraud Ortsik 83., Grete Lichtenauer 84., Gottfried Bill 84., Edeltraud Schwarz 87., Dr. Herbert Humer 88., Norbert Köppl 89., Juliane Fahrbach 89., Maria Klein 89., Erwin Ecker 91., Helga Schnee-bauer 93., Hilda Mistlberger 93., Theresia Lehner 98., Hildegard Nowak 98. Geburtstag.

WELS-NEUSTADT

Im März besichtigten wir in Petzenkirchen das Haubiversum und staunten über die 16.000 m² große Brot-Erlebniswelt. Weiter ging es nach Langenlois zum Mittagessen beim Fiakerwirt,



WELS-LICHTENEG: Travestie



WELS-NEUSTADT: Gertrude Lehner, 90. Geburtstag



WELS-NEUSTADT: Im Haubiversum



WELS-VOGELWEIDE: Erster Ausflug 2022



WELS-VOGELWEIDE: Gemütliches Stelzenessen

anschließend besuchten wir den Weinhof Blauensteiner wo wir den Nachmittag bei gutem Wein und guter Jause ausklingen ließen.

Wir gratulieren: Leopoldine Sandberger zum 75., Dr. Peter Koits 81., Christine Brutter 84., Rosina Krautgartner 88. Geburtstag.



WELS-PERNAU: Richard Gruber, 85. Geburtstag

WELS-PERNAU

Zu unserem Pensionisten-Nachmittag am 19. Februar haben wir Peter Edl eingeladen, um das Reiseprogramm 2022 vorzustellen. Wir haben uns sehr gefreut, dass so viele von euch großes Interesse daran hatten und deshalb der Nachmittag sehr gut besucht war. Am 19. März informierte uns Konsulentin Christa Dittlbacher über das Thema Steuererklärung.

Wir gratulieren: Hildegard Aigner zum 70., Ursula Osterloh 70., Luise Wellek 75., Sieglinde Brameshuber 80., Katharina Ecker 80., Franz Foschum 80., Johann Schneller 80., Ewald Czanik 83., Johann Wirth 84., Erika Gruber 85., Helga Übleis 85., Hildegard Hausjell 86., Berta Silverio 86., Edmund Höller 88., Anna Kranzlmüller 89. Geburtstag.

WELS-VOGELWEIDE

Unser erster Ausflug im Jahr führte

uns nach Diersbach zum Stelzenessen. Am Nachmittag lockte uns das schöne Wetter hinaus zu einem Verdauungsspaziergang, und bei der Rückkehr wartete schon in der Gaststube Kaffee und Kuchen. So verbrachten wir den Nachmittag mit Musikunterhaltung und viel Lachen.

Am 15. März organisierte Vors. Roswitha Zotter, zum Ausgleich zur abgesagten Weihnachtsfeier, ein unterhaltsames Frühlingsfest mit gschmackigem Mittagessen, Eierlikör und Kaffee. Unser Musiker Walter erfreute uns mit Stimmungsmusik und das Tanzbein wurde eifrig geschwungen.

Termine: Fr., 6. 3., Ausflug Hirschalm. Jeden Donnerstag, 16.30 Uhr, Seniorengymnastik, in der HS Vogelweide. Jeden dritten Freitag um 14 Uhr, gemütlicher Nachmittag mit Jause und guter Unterhaltung im KFH.

Wir gratulieren: Marianne Stürzl zum 75., Ernestine Wagner 95. Geburtstag.

WIR TRAUERN IM BEZIRK

Bad Wimsbach-Neydharting: Herwig Kramer 76.

Buchkirchen: Aloisia Bauer 75, Manfred Steinerberger 67.

Gunskirchen: Aloisia Bauer 83, Herbert Stelzmüller 84.

Marchtrenk: Josef Mittermayr 85, Maria Pötzlberger 97.

Offenhausen: Frieda Stocck 77.

Stadl-Paura: Ernestine Habel 96, Karl Penninger 82.

Steinerkirchen: Friederike Verwanger 93.

Thalheim bei Wels: Hubert Söllinger 89, Ottilie Cifersky 84.

Weißkirchen: Pauline Igelsböck 91.

Wels-Lichtenegg: Valerie Straßmeier 76.

Wels-Neustadt: Martha Schiefermeyer 92.



WELS-PERNAU: Katharina Kaisner, 85. Geburtstag



WELS-PERNAU: Maria Radwallner, 90. Geburtstag



WELS-VOGELWEIDE: Tratsch und Klatsch



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



1. Turnus 18. 09. – 25. 09. 2022
2. Turnus 25. 09. – 02. 10. 2022
3. Turnus 02. 10. – 09. 10. 2022
4. Turnus 09. 10. – 16. 10. 2022
An- und Abreisetag: Sonntag

Herbsttreffen Istrien

Rovinj, Opatija, Pula, Rabac, Insel Brijuni

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

Inkludierte Leistungen

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

Nicht inkludiert sind:

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

Preise

Pauschalpreis p. P. im Doppelzimmer: € 839,-
Einzelzimmerzuschlag
(Doppelzimmer zur Alleinbenutzung): € 189,-
Nichtmitgliederzuschlag: € 50,-

**WILLKOMMEN
LEBENS Lust**

WIENS EINZIGARTIGER SENIORENCLUB



**EINTRITT
FREI**

Achtung, neuer Termin:

**19.–22. OKT. 2022
MESSE WIEN**

Eine Veranstaltung von
**expo
experts
austria**

Mehr Infos auf www.lebenslust-messe.at



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**

Stimmung.
Service.
Sicherheit.

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

unser leben

GESUND & AKTIV DURCH DEN FRÜHLING



GEWINN:
3x1
BUCH

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.



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



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.

Begonnen 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.

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
www.seniorenreisen.cc und 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.¹

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.

¹Blume, 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



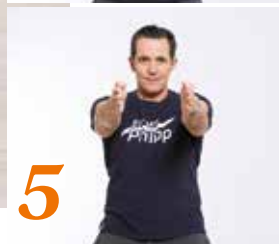
Jetzt öffnen Sie beide Arme in dieser angewinkelten Position nach außen, Spannung halten.

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



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

**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 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.

Windpocken (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

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

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



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!

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!**



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

**KEINE WEITEREN
VERPFLICHTUNGEN!**

GRATIS FÜR SIE!

Ein hochwertiges
Steakmesser-Set

- Scharfe Klinge mit einseitigem Wellenschliff
- Gefertigt aus rostfreiem Edelstahl



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 GARANTIERT 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 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 nachlesen oder schriftlich bei uns anfordern. Ihr Vertragspartner: HMK V AG, Leubnerstrasse 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.


Spätestens 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.

Aus 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.

Die 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/

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 und auf: 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
www.kur-l.at

MIT MIKRONÄHRSTOFFEN ZU NEUER LEBENSQUALITÄT

Das hilft bei Long-COVID

Die 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

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



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.

Es 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 Wert¹.



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

¹ 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!

Pauline, 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	▷					weibl. Vorname	
Zorn							
▽			Gleich-klang im Vers	▷			
			Europäerin	▽			
▽					ägypt. Sonnengott	▷	
					Tropen-baum	▽	
Speise-würze	heiße Erdzone	▷					
asiat. Völ-kergruppe	Neigung, Vorliebe	▽					
▽				ugs.: in Betrieb	▷		
				arabischer Sackmantel			lediglich
Chronik	▷						
Abk.: angeblich							
▽			Kfz.-Z. Bruck-Mürz-zuschlag	▷		chem. Zeichen f. Wasser-stoff	
Bürg-schaft	▷						

Die diesmal zu findende Lösung nennt ein Sternzeichen.



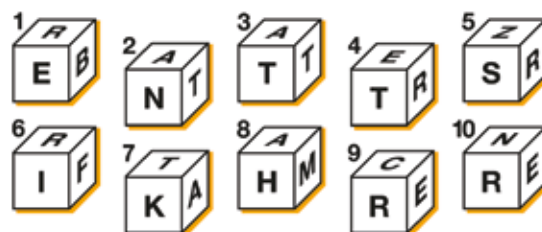
Die 8 Buchstaben der farbigen Kästchen – in richtiger Reihenfolge eingetragen – ergeben die Lösung.

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 Glaskunstdorf 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: Happaranka (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.derboehmischemtraum.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/

shop 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 Herzen 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).



2

Wohnoasen im Garten



1

„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).



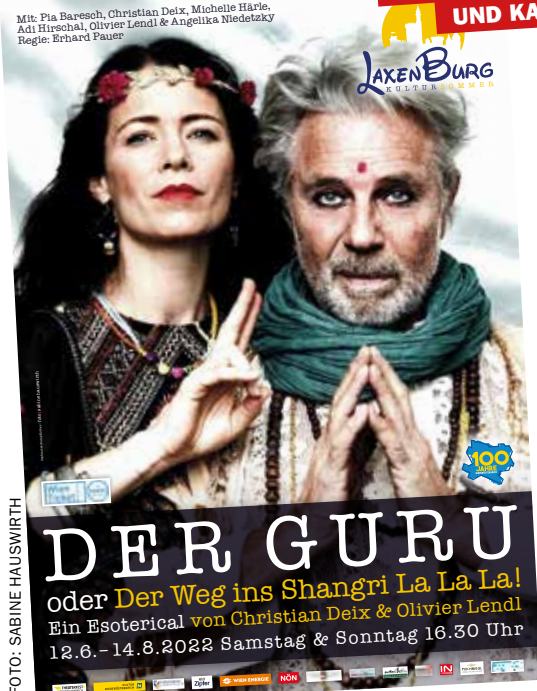
3



4

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

FOTO: SABINE HAUSWIRTH



**PVÖ-SONDERVORSTELLUNG
UND KARTEN GEWINNEN!**

LAXENBURG
KULTUR SOMMER

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 Befreiungstrollen, 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

Sondervorstellung für PVÖ-Gruppen am 10. Juni 2022! Kartenreservierungen um nur 15 Euro/Stück unter 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).

Die positiven Schwingungen im „Es-geht-uns-gut-Hof“ im Waldviertel sind durcheinander geraten – da braucht es die außergewöhnliche Maßnahmen eines geheimnisvollen Gurus (im Bild Adi Hirschal mit Pia Baresch) ...

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.



**Nur
€ 2,80**

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

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

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

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
Internet: pvoe.at
Österreichische Post AG
Zulassungsnummer: MZ 02Z032701M
DVR-Nr: 0047040

Ausgabe: Mai 2022

