

UG

UNSERE GENERATION

ÖSTERREICHS GRÖSSTES SENIORENMAGAZIN



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.



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!



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



€ 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



**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

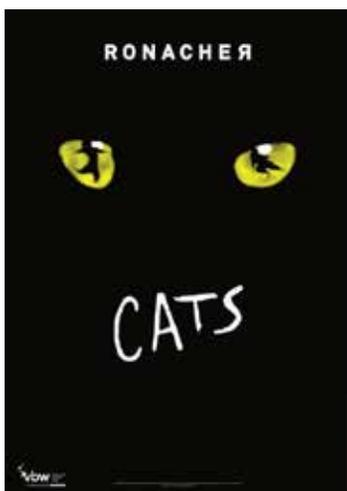


Tageskarten für PVÖ-Mitglieder*

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

25 %

ERMÄSSIGUNG FÜR PVÖ-MITGLIEDER***
auf Eintrittskarten für „Cats“ oder „Miss Saigon“



Die BEWEGENDSTE LIEBESGESCHICHTE UNSERER ZEIT

Miss Saigon

RAIMUND THEATER

Buchung:
Online über pvoe.musicalvienna.at mit dem Code PVOE
Telefonisch bei Wien-Ticket 01/588 80 111 (Kw. „PVÖ“)
An allen VBW-Kassen mit Kw. „PVÖ“ bzw. PVÖ-Mitgliedsausweis

www.musicalvienna.at



NEUROTH
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN

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

Erleben Sie die 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

NEUKEITEN MENSCH MITTELPUNKT

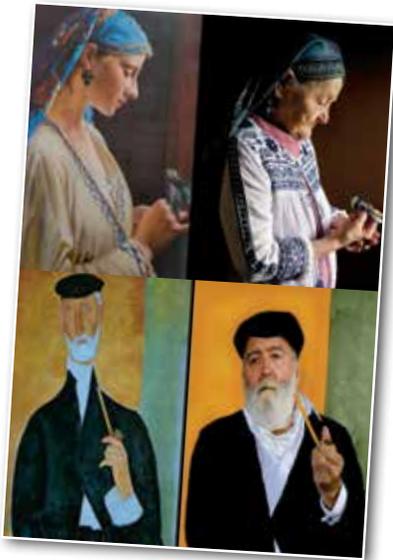


Ron Wood, Mick Jagger und Keith Richards kommen am 15. Juli auf ihrer „Sixty-Tour“ auch nach Österreich!



60 Jahre als Götter des Rock

The Rolling Stones. Es ist die erste Tour ohne den leider im Vorjahr verstorbenen Schlagzeuger Charlie Watts, die die legendäre britische Rockband durch 14 Länder führt. Und gleichzeitig ein großes Jubiläum: Im Juli 1962 hatten die Stones ihren ersten Auftritt. Seitdem hat die Band die Musikwelt geprägt wie kaum eine andere – und sie rockt im besten Sinne immer noch die Bühnen der Welt. Auf ihrer „Sixty-Tour“ kommen die Rocklegenden auch nach Österreich: 15.7.2022, Wien, Ernst-Happel-Stadion, 18.30 Uhr, Karten unter Tel.: 0900/94 96 096 und auf www.oeticket.com. 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 Teufelskralle kann Arthroseschmerzen, rheumatischen Schmerzen und Neuralgien lindern.

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

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

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

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

NATURHEILKUNDE KANN UNTERSTÜTZEN

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



Martin von Wachter: CHRONISCHE SCHMERZEN

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

TIPPS Richtiger Umgang mit Schmerzen

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

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

Alles Gute zum *Muttertag!*



FOTO: SHUTTERSTOCK



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**

Stimmung.
Service.
Sicherheit.



**PENSIONISTEN
VERBAND
ÖSTERREICHS**

Richtig.
Wichtig.
Stark.



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 „erblos“. In diesem Fall geht das Vermögen an die Republik Österreich.



Gemeinsam mit 99 Organisationen informiert Vergissmeinnicht zu Erbrecht & Testament

Gratis-Erbrechtsratgeber:
Download: vergissmeinnicht.at
Anfordern:
info@vergissmeinnicht.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 Hilfepalette

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, Weiherburg, 8, 17:00 Uhr

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

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

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

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

Bitte um Anmeldung:
info@vergissmeinnicht.at, 0800 700 111
infos.vergissmeinnicht.at/aktuelles



unsere interessen

WAS UNS BEWEGT UND WAS WIR WOLLEN

Aus für Wegwerf-Akkus

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



Über € 140.000,- zurückgeholt

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



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

70 Jahre Pensionistenverband Niederösterreich – eine Erfolgsgeschichte!

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

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



Die Festschrift zum Jubiläum gibt's im Internet unter pvoe.at/festschrift

PENSIONISTENVERBAND TIROL

Gemeinsam aktiv in die Zukunft!

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



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



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

ALTERSDISKRIMINIERUNG

Erster Erfolg

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



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

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 jahrzehntlang 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 prangern 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 ...

... vergraut 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. ☺



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 neu gestaltet – klicken Sie bitte gern rein! Das sind nur drei von hunderten neuen und innovativen Aktivitäten, die im PVÖ jetzt aufblühen.

VIELE NEUE MITGLIEDER

Auch die PVÖ-Mitglieder-

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

Euer Andreas Wohlmuth



PVÖ-GENERALSEKRETÄR
Andreas Wohlmuth

GESAGT – GETAN

FOTO: PVÖ / LUDWIG SCHEDL

WESTbahn fährt jetzt bis nach München

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

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

SCHNELL, 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: datschutzbeauftragter@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 Wohnungskauf 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 EnkelIn 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 Fahrtüre mit der rechten Hand. Durch diese Bewegung dreht sich unser Oberkörper mitsamt dem Kopf automatisch in die Richtung des toten Winkels, der weder durch den Rück- noch den Seitenspiegel sichtbar ist. Durch einige Wiederholungen wird dies schnell im Bewegungsapparat gespeichert. In Holland ist dieser Griff längst Normalität und wird schon in der Kindheit, spätestens aber in der Fahrschule erlernt. 

Der holländische Griff



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



Vorsicht bei Anrufen von „Microsoft“!

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

RONACHER

CATS

NUR NOCH BIS JUNI 2022

RAIMUND THEATER

CAMERON MACKINTOSH'S
ERFOLGSPRODUKTION VON
BOUBLIL & SCHÖNBERGS

MISS Saigon

NUR BIS JUNI 2022

TM © 1987 FUG LTD. FOTO © VBW/DEEN VAN MEER

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

Sozialrechtsangelegenheiten

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

Lohnsteuerangelegenheiten

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 Pandemie Jahren 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 Hassfurther, 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 Ansfelden 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 Diplombildung 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.



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

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

STIEGENDES 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.

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 Ausschließung 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 ÖÖ 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.

BEZAHLTE ANZEIGE

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.

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**
PFLGEMANAGEMENT

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

Braunau · Ried · Schärding



ALTHEIM: Helene Torreiter, 80. Geburtstag

Braunau

ALTHEIM

An unserer Jahreshauptversammlung nahmen zahlreiche Mitglieder sowie als Ehrengäste Bez.-Vors. Konsulent Rudolf Streitberger und SPÖ-Fraktionsvorsitzender Mag. Stefan Wimmer teil. Vorsitzender Franz Lindlbauer begrüßte die Anwesenden und begann seinen Bericht mit dem Gedenken an die verstorbenen Mitglieder. Es folgte der Bericht des Kassiers Karl Schöppl sowie die Entlastung der Kassa. Die Sport- und Reisereferentin gab einen Überblick über die geplanten Ausflüge. Anschließend referierten die beiden Ehrengäste. Zwei Mitglieder wurden für 40 Jahre und weitere 16 Mitglieder für langjährige Mitgliedschaften geehrt.

Hilda Salhofer erhielt für ihre 10-jährige Funktion als Vorsitzenden-Stellvertreterin das Goldene Ehrenzeichen. Aloisia Stampfl wurde ein Blumenstrauß als Dank für ihre langjährige Kassiertätigkeit und Hilfe im Klubheim überreicht. Mit Dankesworten und den obligaten Würsteln wurde die Jahreshauptversammlung beendet. Einige Mitglieder beteiligten sich dankenswerterweise an der Landschaftssäuberungsaktion der Stadtgemeinde.

Termine: Fr., 20. 5., Tagesausflug Schladming. Jeden ersten Donnerstag im Monat Treffen im Klubheim. Jeden Dienstag Stockschießen auf den Asphaltbahnen in Altheim. Alle 14 Tage Kegelscheiben bei Bevelander in Braunau (Termine siehe Schaukasten).



BRAUNAU: Käthe Glück, 102. Geburtstag!

Wir gratulieren: Aloisia Hofer zum 100., Maria Bauer 91., Elisabeth Wiesner 84., Erika Pöttinger 81., Franz Lassacher 81. Geburtstag.

Konsulent Rudolf Streitberger.
Wir gratulieren: Maria Majovskya zum 97., Catarina Roncala 89., Maria Sauerlachner 89., Karl Lindner 87., Hermann Übleis 83., Johann Hager 81., Karoline Reiner 81., Friedrich Reiner 81., Elfriede Ablinger 81., Günther Treiblmair 81., Theresia Guttenbrunner 80., Renate Kösters 75., Helga Lettner 75., Anneliese Rosner 75., Roswitha Hofer 70., Hilde Aigner

BRAUNAU

Liebe Wanderfreunde, unser Wandertag findet am 21. Mai statt. Wir fahren nach Taufkirchen an der Pram zum Bezirkswandertag Schärding. Wir freuen uns auf zahlreiche Beteiligung. Anmeldung bitte bei Vors.

Kostenlose Beratung im Bezirk

Mattighofen Do., 25. 5. 2022 15.30 Uhr Stadttamt Mattighofen



ALTHEIM: Danke an Aloisia Stampfl



ALTHEIM: Hilda Salhofer, 80. Geburtstag



ALTHEIM: Karl Schöppl, 80. Geburtstag



BRAUNAU: Theresia und Hans-Peter Draxler, Goldene Hochzeit



HOCHBURG-ACH: Georg Friesenecker, 92. Geburtstag



HOCHBURG-ACH: Johann Gruber, 95. Geburtstag

70. Geburtstag sowie Theresia und Hans-Peter Draxler zur Goldenen Hochzeit.

EGGELSBERG

Am 24. Februar fand im Gasthaus Wallner unsere Jahreshauptversammlung statt, zu der Vors. Alfred Lehner viele Mitglieder begrüßen konnte. Als Referentin sprach Herta Buchebner über Neuigkeiten im Pensionistenverband. Sie führte die Neuwahl durch, bei der der alte Vorstand einstimmig beschlossen wurde.

Wir gratulieren: Hans Molik zum 83., Norbert Markor 80. Geburtstag.

FELDKIRCHEN BEI MATTIGHOFEN

Wir gratulieren: Paul Eder zum 91., Josef Gradl 82., Hermann Hemetsberger 81., Georg Österbauer 75. Geburtstag.

FRIEDBURG

Wir gratulieren: Katharina Eisner zum 90., Friedrich Schnaitl 88., Josef Staffl 87., Maria Staffl 83., Theresia Zenz 70. Geburtstag.

HACKENBUCH

Wir gratulieren: Dietmar Leopolder zum 84. Geburtstag.

HANDEMBERG

Trotz der Corona-Pandemie konnten wir im Februar und im März einen Mitgliedernachmittag abhalten. Beide Nachmittage zeichneten sich durch Fröhlichkeit und Gemütlichkeit aus. In weiterer Folge konnte unser Vorsitzender einem hochbetagten Mitglied zum 95. Geburtstag gratulieren.

Termin: Do., 12.5., 14 Uhr, Muttertagsfeier im Gasthaus Scharinger.

HOCHBURG-ACH

Termine: Sa., 7.5., 14 Uhr, Gast-

haus Zur Reib, Muttertagsfeier. Sa., 28.5., 14 Uhr, Stiftsgasthof Hochburg, Jahreshauptversammlung.

Wir gratulieren: Frieda Kolmberger zum 81., Paula Esterbauer 82. Geburtstag.

HÖHNHART

Der Stammtisch am 26. Februar in Außerleiten war mit 32 Personen gut besucht. In fröhlicher und guter Stimmung unterhielten wir uns prächtig. Bei guter Jause, Getränken und Mehlspeisen verging der Nachmittag wie im Flug. Zufrieden, uns wieder treffen zu können, traten wir den Heimweg an. Beim Kegelnachmittag am 3. März im Gasthaus Danzer trafen sich 15 Mitglieder zum sportlichen und gemütlichen Austausch.

Den Sozialsprechtag am 3. März im Gasthaus Brunnbauer nahmen fünf Mitglieder zum Anlass, sich von

Referent Peter Hiesel kompetent beraten zu lassen.

Die Frauenfrühstücke im s'Lin Eck wurden nach Aufhebung der meisten Corona-Maßnahmen von unseren Damen mit Begeisterung angenommen. In angenehmer und gemütlicher Runde gab es viel zu erzählen.

Unsere Jahreshauptversammlung fand am 19. März im Gasthaus Stempfer in Außerleiten statt. Aufgrund der derzeitigen Lage waren leider nur 41 Mitglieder anwesend. Nach dem Mittagessen folgte die Begrüßung und als Ehrengast hielt der Vorsitzende der SPÖ Höhnhart Ferdinand Hintermair ein kurzes Referat über die Lage der Gemeinde. Anschließend gedachten wir unserer verstorbenen Mitglieder. Es folgten die Berichte des Vorsitzenden, der Kassierin (krankheitsbedingt durch den Vorsitzenden), des Schriftführers und der Kontrol-



HÖHNHART: EV Engelbert Hager, 80. Geburtstag



HÖHNHART: Stammtisch in Außerleiten



HÖHNHART: Frauenfrühstück im s'Lin Eck



HÖHNHART: Die geehrten Mitglieder



MAUERKIRCHEN-BURBKIRCHEN: Lustige Runde beim Kegeln

le. Es wurde über weitere Aktivitäten der Ortsgruppe diskutiert. Wir hoffen, dass es bald etwas wärmer wird, um endlich wieder Radausfahrten unternehmen zu können.
Termine: Do., 12.5., 8 Uhr, Frauenfrühstück im s'Lin Eck. Sa., 14./So., 15.5. 2-Tage-Ausflug ins Waldviertel.
Wir gratulieren: Otto Achleitner zum 81. Geburtstag.

MATTIGHOFEN

Bgm. a.D. Fritz Schwarzenhofer ernannte in seiner ersten Amtshandlung Johann Permadinger zum Ehrenvorsitzenden der Ortsgruppe. Schon als Bürgermeister hatte er immer ein offenes Ohr für die Anliegen der älteren Generation und wird dies auch in seiner Funktion so handhaben und im Sinne seines Vorgängers und der Mitglieder seine Arbeit bestmöglich erledigen. Bei der Jahreshauptversammlung

durften wir zahlreiche Mitglieder für jahrzehntelange Mitgliedschaften ehren.
Termin: Unser Sozialsprechtag findet am 25.5. im Stadtamt Mattighofen statt.
Wir gratulieren: Margareta Schratenecker zum 95., Stefanie Kreil 90., Josef Pommer 90., Katharina Rendl 90., Robert Seifriedsberger 90., Rosa Voggenberger 89., Herta Zeiss 88., Pauline Oberperfler 86., Helmut Bammer 82., Elfriede Rieder 82., Johann Scheiblmaier 80., Karoline Faugel 80., Margaretha Raiger 80., Hans Aichriedler 65., Marianne Daichendt 65. Geburtstag.

MAUERKIRCHEN-BURBKIRCHEN

Bürgermeister Horst Gerner ist überraschend verstorben. Er war ein Bürgermeister für alle, der mit seiner sozialen Einstellung bei uns

Älteren besonders geachtet und beliebt war und oft um Rat gefragt wurde. Ihn konnte jeder, egal wo, ansprechen und er nahm sich um die Anliegen besonders an. Er war auch Mitglied beim Pensionistenverband in unserer Ortsgruppe.
Termin: Mo., 9.5., Fahrt zu Wena-tex, mit Frühstück, Mittagessen, Kuschedecke und Fahrt zum Kehlsteinhaus (€ 10,-). Mo., 16.5., 16 Uhr, Stammtisch beim Kirchen-

wirt in Burgkirchen. Mo., 23.5., Ausflug zu den Kristallwelten und zur Gramaialm. 16.5., 14-17 Uhr, Kegelnachmittag im Helpfauer Hof.
Wir gratulieren: Rosa Schickbauer zum 83., Jakob Anna 87., Eva Stadler 87., Johann Gerner 90. Geburtstag.

MINING

Nach langer Zeit trafen wir uns wieder im größeren Kreis zu einem



MINING: Bratlessen beim Honigwirt



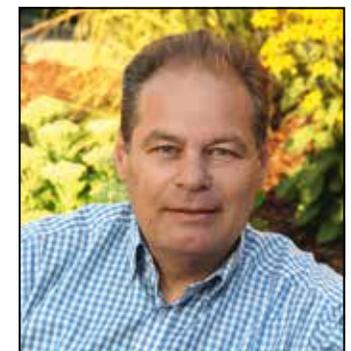
MATTIGHOFEN: Johann Scheiblmaier, 80. Geburtstag



MATTIGHOFEN: Josef Pommer, 90. Geburtstag



MATTIGHOFEN: Hans Permadinger übergibt an Fritz Schwarzenhofer



MAUERKIRCHEN-BURBKIRCHEN: Wir trauern um Bgm. Horst Gerner



MUNDERFING: Wir warten schon auf das Essen



MUNDERFING: Krenfleischessen in geselliger Runde

Bratl in der Rein beim Honigwirt in Mining. Trotz anhaltender Corona-Krise durften wir 42 gut gelaunte Mitglieder begrüßen. Bei dieser Gelegenheit wurden vom Vorsitzenden die geplanten Veranstaltungen im heurigen Jahr präsentiert.

Wir gratulieren: Elfriede Giezek zum 80., Maria Eichberger 70., Katharina Gurtner 93. Geburtstag.

MUNDERFING

Nach der langen coronabedingten Pause traf sich am 23. Februar eine gemütliche Runde zum gemeinsamen Krenfleischessen im Gasthaus Weiß.

Unsere monatliche Wanderung am 9. März startete in Munderfing vom Gasthaus Graf in die Bradirn – Äpfelberg – Schwabenbauer – Hauptschule und zurück. Die anschließende Einkehr beim Graf war ein netter Abschluss.

Am 10. März war die Damen-Kegel-

runde wieder aktiv. Es traf sich wie immer eine lustige Runde.

Beim monatlichen Kaffeenachmittag im März musste unser bewährtes Team Marianne und Hans wegen Corona ihre Unterstützung leider kurzfristig absagen. Nach einigen Telefonaten fanden sich schnell ErsatzhelferInnen, die Service und andere Arbeiten übernahmen. An alle ein großes Dankeschön.

Termine: Do., 12.5., 14 Uhr, Helpfauer Hof, Frauenkegeln. Sa., 14.5., 14 Uhr, Jahreshauptversammlung im Turnsaal NM. Mi., 18.5., 14 Uhr, Kaffeenachmittag. Mi., 1.6., 13 Uhr, monatliches Wandern, anschließend Grillerei beim Vors. Herbert. Mi., 8.6., Tagesausflug (Schiederweiher).

Wir gratulieren: Heinz Berner zum 60., Siegfried Vitzthum 75., Günter Werndl 86., Maria Schallmoser 89. Geburtstag.

NEUKIRCHEN

Wir trauern um unser langjähriges Mitglied Gottfried Schatzl, Regierungsrat, Amtsdirektor in Ruhe, Mitglied des Gemeinderates Neukirchen und Mitglied der Ortsmusikkapelle, der am 25. Februar verstorben ist.

Wir gratulieren: Josef Stopfner zum 84., Maria Burgstaller 88., Karl Löcker 82. Geburtstag.

OSTERMIETHING

Termin: Mi., 22.6., 7.15 Uhr, Fa. Felber Ostermiething, Tagesausflug zur Fa. Megaflex und zum Schiederweiher. Wir freuen uns auf rege Teilnahme.

Wir gratulieren: Rosa Lindner zum 90., Martin Lörenz 89., Hermine Wimmer 85., Christine Gruber 60. Geburtstag sowie Roswitha und Augustin Wengler zur Goldenen Hochzeit.

PFAFFSTÄTT

Nach einer Corona-Pause trafen wir uns im Gasthaus Badhaus in Mattighofen zu unserem Stammtisch.

Wir hoffen, dass diese geselligen Zusammenkünfte in Zukunft wieder regelmäßig stattfinden können.

Wir gratulieren: Gerhild Binder zum 83., Margarethe Kaser 95. Geburtstag.

POLLING

Faschingsstammtisch beim Waghamer Wirt war angesagt. Viele Mitglieder kamen maskiert und Gitti und Berta sorgten mit ihrem Auftritt für gute Stimmung. Berta spielte auf der Ziehharmonika. Ein geselliger Nachmittag, bei dem die Lachmuskeln endlich wieder strapaziert wurden.

Wir gratulieren: Karoline Lettner zum 80. Geburtstag.



MUNDERFING: Herrliche Mehlspeisen beim Kaffeenachmittag



PFAFFSTÄTT: Endlich wieder Stammtisch



POLLING: Berta mit ihrer Ziehharmonika



RANSHOFEN: Die geehrten Mitglieder

RANSHOFEN

Am 7. März fand unsere Jahreshauptversammlung statt. Nach einem ausgezeichneten Mittagessen wurden im Beisein von LAbg. Gabriele Knauseder 13 Mitglieder für ihre Treue geehrt.

Wir gratulieren: August Heitzinger zum 83. Geburtstag sowie Sigrid und Norbert Stein zur Diamantenen Hochzeit.

ST. JOHANN AM WALDE

Am 25. Februar war bei traumhaftem Kaiserwetter unser Wanderauftakt: Ortszentrum – Faustballplatz – Dobl – Gasthaus Bachleitner in Warleiten. Anschließend Stammtisch im Gasthaus, wo 45 Mitglieder in bester Stimmung den Nachmittag in Geselligkeit, bei leckerer Jause, Kuchen und Kaffee genießen konnten. Die März-Wanderung bei Sonne pur, aber windig und frisch, führte

uns von der Gerspert über Boier hinunter, weiter zum Stempfer Lois in Schnaidt und über Hoseck-Bad und Müllermann zurück zum Wirt, wo 42 Mitglieder in super Stimmung einige Stunden verbrachten.

Die äußerst wertvolle Einrichtung „Essen auf Rädern“ gibt es nun seit zehn Jahren. Von anfangs zwei freiwilligen steigerte sich die Anzahl auf derzeit acht ständige Zusteller. Vor-, Haupt- und Nachspeise und dienstags zusätzlich eine Mehlspeise stehen auf dem Plan, zwei Menüs stehen zur Auswahl. Es ist immer eine Freude zu sehen, mit welcher herzlicher Dankbarkeit das Essen empfangen wird. Natürlich muss auch Zeit sein für einen kurzen Plausch, den die meist allein Lebenden so sehr genießen. An alle Zusteller, insbesondere auch aus unserer Ortsgruppe: Euch gebührt großer



ST. JOHANN AM WALDE: Unsere Wandergruppe

Dank und große Anerkennung. Zur Information: Von verschiedenen Seiten wird erzählt, dass die Zustellpersonen vom Altenheim, wo das Essen zubereitet wird, entlohnt werden. Das ist eine glatte Fehlmeldung.

Die Kegelfreunde sehnten den Beginn des heurigen Kegeljahres schon sehnsüchtig herbei. 2021 ließ nur sehr wenige Kegelrunden zu. Mit März ging es wieder los. Vor zehn Jahren begann eine Handvoll Kegelbegeisterter mit regelmäßigen Treffen. Seit sieben Jahren nehmen wir auch bei diversen Bezirksveranstaltungen teil. Die erreichten Platzierungen waren sogar drei erste Ränge von 36 teilnehmenden Mannschaften. Auch mehrere Ränge zwischen viertem und achtem Platz konnten belegt werden. Bei den Bezirksmeisterschaften konnten wir sogar mit zwei Damen- und zwei

Herrenmannschaften starten. Derzeit treffen sich bei den Kegelturnieren bis zu 20 Mitglieder. Dies machte auch ein Ausweichen zum Bevelander in Braunau notwendig, da dort vier Bahnen zur Verfügung stehen.

Wir gratulieren: Walter Reiter zum 65. Geburtstag.

ST. PANTALEON

Der erste Kaffeenachmittag wurde aus Angst vor Corona nur zögernd besucht. Danke daher an alle, die gekommen sind und das miteinander Plaudern schon vermisst haben.

Mit „Tanzen ab der Lebensmitte“ konnten wir unsere Lebensfreude wieder zurückholen, da ja lange Zeit Körperkontakt verboten war und es nur Linedance gab.

Termine: Fr., 13. 5., 11 Uhr, Gasthaus Charly Eder in Trimmelkam, Jahreshauptversammlung



POLLING: Faschingsstammtisch beim Waghamer Wirt



ST. JOHANN AM WALDE: Wandern hält Körper und Geist fit



ST. PANTALEON: Erna Schwenoha, 85. Geburtstag



ST. PANTALEON: Rosa Rosenauer, 90. Geburtstag



SCHALCHEN: Ehrungen Goldene Treuenadel



SCHALCHEN: Ehrung langjähriger Mitglieder

mit Ehrungen. Di., 17. 5., Ausflug zur Fa. Adler nach Ansfelden und anschließend Fahrt mit der Steyrtalbahn. Sa., 21. 5., Bez.-Wandertag Schärding in Taufkirchen. Mi., 25. 5., Landes-Nordic-Walking-Wandertag in Micheldorf. Für beide Sportveranstaltungen wird vom Bezirk ein Bus bereitgestellt. Informationen unter Tel. 0664/230 76 54.

Wir gratulieren: Gertrude Parittyas

zum 81., Ursula Schneider 82., Josef Schumi 82., Adolf Strohmaier 82., Charlotte Winterleitner 87. Geburtstag.

ST. PETER AM HART

Coronabedingt können wir leider von keinen Aktivitäten berichten, umso mehr freuen wir uns auf den nächsten Stammtisch.

Termin: Do., 2. 6., 14 Uhr, Gasthaus Berger, Pensionistennachmittag.

Wir gratulieren: Felix Strasshofer zum 75. Geburtstag.

SCHALCHEN

Am 3. März fand unsere Jahreshauptversammlung mit Neuwahl im Gasthaus Schatzl statt. Vorsitzender Hermann Rieß begrüßte alle Anwesenden, besonders die Ehrengäste Landespräsident Konsulent Heinz Hillinger, Bez.-Vors. Konsulent Rudolf Streitberger und Bgm. Andreas Stuhlberger. Als neuer Vors.-Stellvertreter wurde Konrad Wohlfarter und als neue Schriftführerin Johanna Jakob gewählt, der übrige Vorstand wurde einstimmig wiedergewählt. Es wurden 24 Ehrungen für langjährige Mitgliedschaften und drei Ehrungen für 20 Jahre Subkassiertätigkeit überreicht. Sieglinde Scheiblmaier wurde für ihre 25-jährige Arbeit als Schriftführerin besonderer Dank ausgesprochen.

Am 17. Februar und am 16. März fanden gemütliche Nachmittage und am 17. März ein sportlicher Nachmittag mit Kegeln statt.

Termine: Do., 19. 5., 15 Uhr, Gasthaus Furth und Do., 9. 6., 15 Uhr, Gasthaus Wollgartl, gemütliche Nachmittage. Mi., 22. 6., Ausflug Ennstal und Steirischer Bodensee.

Wir gratulieren: Adolf Stüblo zum 83., Hedwig Steinberger 99., Maria Grubmüller 88., Elfriede Bruckbauer 70., Theresia Feichtenschlager 75., Maria Fessler 80., Erich Zimmermann 80., Adam Faugl 81., Hertha Winter 85., Erwin Haidinger 70. Geburtstag.

SCHNEEGATTERN

50 Pensionistinnen und Pensionisten sorgten am Faschingsdienstag für gute Laune in Schneegattern. Das Keglerstüberl war voll besetzt



SCHALCHEN: Gratulation an Hermann Stocker



SCHNEEGATTERN: Toll war der heurige Fasching



SCHNEEGATTERN: Katharina Puscher, 80. Geburtstag



UTTENDORF: Besuch der Kläranlage



UTTENDORF: Wanderung zum Reichsdorfer Labyrinth

und der Faschingsstammtisch ein großer Erfolg. Bei der Maskenprämierung wurden zahlreiche schöne Preise übergeben. Das kalte Buffet und die Bewirtung durch den Kegelerverein waren perfekt. Wir freuen uns auf den nächsten Stammtisch.

Termine: Fr., 13.5., Ausflug zum Glasmuseum nach Alt-Nagelberg. Di., 7.6., 15 Uhr, Stammtisch im Keglerstüberl.

Wir gratulieren: Hermine Jungwirth zum 81., Rudolf Tausch 80. Geburtstag.

UTTENDORF

Am 3. März hielten wir unseren Stammtisch im Gasthaus Zur Schmiede ab. Wir konnten 15 Mitglieder in unserer Runde begrüßen. Es wurde viel über die Corona-Situation diskutiert. Bei unserem Kegelnachmittag ging es wieder heiß her. 22 Per-

sonen hatten viel Spaß. Es wurde mit Begeisterung und viel Ehrgeiz gekegelt, um möglichst viele Treffer zu erzielen.

Eine kleine Wanderung führte uns in das Labyrinth nach Reichsdorf. Vorher hatten wir eine Führung durch die örtliche Kläranlage, wo uns ausführlich erklärt wurde, was mit unserem Abwasser geschieht. Anschließend trafen wir uns im Café Daniela.

Termin: Sa., 11.6., Junifest im Helfauer Hof.

Wir gratulieren: Johann Angerer zum 93., Hermann Feichtenschlager 90., Maria Lang 90., Theresia Resch 83., Maria Ölbauer 82., Hans Maller 81., Katharina Wührer 80., Karl Kastinger 70. Geburtstag.

ÜBERACKERN

In einer durch Corona angespannten Lage versuchen wir, Treffen

und soziale Kontakte zu ermöglichen bzw. anzubieten. Allerdings ist die Abwägung, ob sich jemand daran beteiligt, eine persönliche und schwierige Entscheidung. Dies liegt auch an der im Moment sehr großzügigen Handhabung beim Zutritt in die Lokale. Egal, wie sich die einzelnen Mitglieder entscheiden, wir respektieren diese Meinung und hoffen weiter auf eine Verbesserung der Lage in absehbarer Zeit.

Termine: Sa., 28.5., 7 Uhr, Tagesfahrt Chiemsee. Fr., 3.6., Vatertagsfeier im Gasthaus Tschugunow.

Wir gratulieren: Andrea Vierlinger zum 65., Walter Grandl 75., Franz Köprunner 70. Geburtstag.

WENG

Wir gratulieren: Alfred Pointecker zum 80., Emil Schmitt 81. Geburtstag.

WIR TRAUERN IM BEZIRK

Altheim: Berta Rachbauer 89, Franz Himmelsbach 69.

Eggelsberg: Rudolf Merhaut 68.

Hochburg-Ach: Waltraud Netzthaler 66.

Mattighofen: Otto Himmelbauer 76, Gerhard Schwarzenhofer 61, Traudl Reischauer 76.

Mauerkirchen-Burgkirchen: Bgm. Horst Gerner 57.

Mining: Karl Scheickl 98.

Neukirchen: Gottfried Schatzl 83, Gustav Burgstaller 91.

Ostermiething: Katharina Esterbauer 81.

Pfaffstätt: Margarethe Priller 85.

St. Johann am Walde: Katharina Hofbauer 93.

St. Pantaleon: Anna Petereder 93.

Schneegattern: Josef Binder 98.



WENG: Josef Hasibeder, 80. Geburtstag

DEM GLÜCK
EINE CHANCE
GEBEN



Österreichische LOTTERIEN | DER PARTNER DER SENIORENHILFE

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



BEZIRK RIED: Der neu gewählte Bezirksvorstand



ANTIENSENHOFEN-ORT IM INNKREIS: Als Nachtisch gab es tolle Mehlspeisen

Ried

Bezirkskonferenz in der Rieder Bauernmarkthalle

Die Delegierten aus den Ortsgruppen trafen sich am 23. März in der Rieder Bauernmarkthalle zur ordentlichen Bezirkskonferenz. Zahlreiche Ehrengäste konnten begrüßt werden: Landessekretärin Mag.^a Jutta Kepplinger, SPÖ-Bez.-Vors. Fritz Hosner, StR Sebastian Forstner, Bgm.ⁱⁿ Petra Mies, Bgm. Josef Bleckenwegner, GRⁱⁿ Dijana Grabovac sowie SPÖ-Bezirksgeschäftsführer Florian Schiffecker. Die Bezirksvorsitzenden aus Braunau Konsulent Rudolf Streitberger und Schärding Konsulent Josef Weljacek wurden ebenfalls herzlich willkommen geheißen. Die Ehrengäste bedankten sich für die engagierte Arbeit, die wir jeden Tag für die ältere Generation erbringen, und bekundeten ihre

Verbundenheit mit dem Pensionistenverband.

Die Neuwahl wurde von Landessekretärin Jutta Kepplinger durchgeführt. Der gesamte Bez.-Vorstand und Ausschuss wurde einstimmig gewählt. Als Bezirksvorsitzender wurde Konsulent Helmut Gruber bestätigt. Zu den Stellvertretern wurden Christl Bachinger und Johann Bleckenwegner gewählt. In weiteren Funktionen bestätigt wurden als Kassier Walter Reichinger, Schriftführerin Erika Schober, für Sport Michael Steinbinder, Konsumentenschutz Josef Niederhauser, Reisebegleitung Helga Bögl und Redakteurin Sarah Jakob, BA.

Bez.-Vors. Helmut Gruber bedankte sich für den Vertrauensvorschuss. Sein Bericht war geprägt von der Corona-Pandemie, die ein geordnetes Vereinsleben in den letzten zwei Jahren fast unmöglich mach-

te. Das größte Übel in dieser Zeit war die Einsamkeit, in der viele Pensionistinnen und Pensionisten gefangen waren. Ohne ihre lieb gewonnenen monatlichen Treffen, ohne Sportaktivitäten standen viele aus der älteren Generation alleine da. Viele Ortsgruppen zeigten in dieser Zeit ihre Kreativität und organisierten Weihnachts- und Muttertagsfeiern in anderen Formen. Mit Blumensträußen und Gutscheinen ist es gelungen, den Kontakt mit den Mitgliedern aufrechtzuerhalten. Inzwischen sind alle Ortsgruppen wieder mit den gewohnten Stammtischen und Bürgertagen gestartet. Wanderungen, Sportveranstaltungen, Kegelnachmittage, Radtouren und Tagesausflüge stehen wieder auf dem Programm. Auch Besuche von Kulturveranstaltungen sind wieder in Planung.

Jutta Kepplinger ging in ihrem

Referat speziell auf die exorbitant hohe Inflationsrate ein. Für viele Pensionistinnen und Pensionisten mit kleinem Einkommen wird die Lebenserhaltung immer problematischer. Der österreichische Seniorenrat ist deshalb bei Sozialminister und Bundeskanzler vorstellig geworden. Ob es für die Pensionisten zu einer befriedigenden Lösung kommt, ließen die Besprechungen mit Sozialminister und Bundeskanzler offen. „Wir sind immer gesprächsbereit und schrecken vor Protestmaßnahmen nicht zurück. Es ist traurig, wenn die Generation, die Österreich zu dem gemacht hat, was es heute ist, mit Transparenten auf der Straße stehen muss, um ihren berechtigten Forderungen Nachdruck zu verleihen“, betonte die Landessekretärin. „Wir wollen keine Millionen, wir wollen essen, heizen, wohnen.“



ANTIENSENHOFEN-ORT IM INNKREIS: Für jeden ein Los



ANTIENSENHOFEN-ORT IM INNKREIS: Die Tombola ist immer wieder ein Höhepunkt



GEINBERG: Bürgertag in Katzenberg



AUROLZMÜNSTER: Unsere Mitglieder beim Stammtisch

Zum Schluss bedankte sich der Bezirksvorsitzende bei den Funktionärinnen und Funktionären für die geleistete Arbeit. „In Zukunft warten viele Herausforderungen auf uns. Nur gemeinsam können wir die nötigen Verbesserungen für die ältere Generation erreichen“, betonte Helmut Gruber. „Wir blicken gemeinsam positiv in die Zukunft.“

ANTIENSHOFEN-ORT IM INNKREIS

Den Stammtisch im März im Gasthaus Watzinger haben erfreulicherweise 30 Personen besucht. 25 aus Ort, aber leider nur fünf aus Antiesenhofen.

Beim Ripperlessen am 26. März im Gasthaus Knechtelsdorfer in Antiesenhofen konnten wir auch die Ortsgruppen aus Eggerding, Geinberg, Ried, Riedau und St. Martin mit insgesamt 96 Personen

begrüßen. Wir danken den treuen Besuchern. Bez.-Vors. Helmut Gruber informierte uns über aktuelle Themen – von der Teuerung, dem Pensionserhöhungsnachtrag, der vom Pensionistenverband gefordert wird, bis zur kürzlich abgehaltenen Bezirkskonferenz.

Termine: 7. 5., 12 Uhr, Muttertagsfeier im Gasthaus Wirt z'Ort. 9. 6., 14 Uhr, Stammtisch im Gasthaus Knechtelsdorfer in Antiesenhofen. Im Juni ist ein Tagesausflug in den Bayerischen Wald geplant. Weitere Informationen dazu folgen.

Wir gratulieren: Margarita Handlbauer zum 60., Rosi Jobst 82., Anneliese Schmidbauer 83., Elfriede Schußlbauer 83. Geburtstag.

AUROLZMÜNSTER

Das Ausflugsprogramm 2022 ist in Planung: Für Mai ist ein Ausflug zu austrosleep geplant, drei Tages-



AUROLZMÜNSTER: Aufmerksam wurde dem Vortrag des Vorsitzenden gelauscht

ausflüge sind für Juli und September geplant und im Dezember werden wir zum Weihnachtsmarkt nach Hauzenberg fahren. Wir informieren euch, sobald weitere Details fixiert wurden.

Wir gratulieren: Friedrich Eder zum 83., Maria Hilpold 89., Herta Öhlinger 83. Geburtstag.

EBERSCHWANG

Wir gratulieren: Paula Buttinger zum 83., Maria Moser 92. Geburtstag.

GEINBERG

Zu unserem Bürgertag am 18. Februar trafen sich 24 Mitglieder in Katzenberg. Der Vorsitzende gratulierte den aktuellen Geburtstagskindern. Außerdem wurden die kommenden Veranstaltungen geplant.

Den Sozialsprechtag am 23. Februar nutzten 17 Mitglieder,

um sich beraten zu lassen. Zur Wanderung in der Umgebung von Hausering am 4. März trafen sich neun Wanderfreudige beim Stauber. Dort fand auch der gesellige Abschluss statt, zu dem acht weitere Mitglieder eintrafen.

Die Jahreshauptversammlung am 18. März wurde wegen Erkrankung des Vorsitzenden und des Stellvertreters nicht abgehalten. Trotzdem kamen neunzehn Mitglieder, welche die Zusammenkunft für einen gemütlichen und unterhaltsamen Nachmittag nutzten.

Termin: Sa., 21. 5., Mutter- und Vaternachtsfeier.

Wir gratulieren: Franz Duft zum 96. Geburtstag.

LOHNSBURG

Unsere Jahreshauptversammlung mit Muttertagsfeier findet am 12. Mai um 12 Uhr in der Schlagastub'm statt.



GEINBERG: Und jetzt ein Blick in die Kamera



GEINBERG: Unser Vorsitzender bei der Sozialberatung



GEINBERG: Wanderung in Hausering



METTMACH: Ehrungen – Erika Knauseder und Karl Spindler



METTMACH: Jahreshauptversammlung mit Neuwahl



PRAMET-SCHILDORN: Unsere Eisstockschützen



PRAMET-SCHILDORN: Unsere Wandergruppe

Wir gratulieren: Anna Wallerstorfer zum 88., Josef Mann 64., Manfred Buchwald 61. Geburtstag.

METTMACH

Bei der Jahreshauptversammlung mit Neuwahl konnte Vorsitzender Walter Knauseder 59 Mitglieder und als Ehrengast Christine Bachinger begrüßen. Sie führte die Neuwahl durch und gratulierte den einstimmig gewählten Funktionärinnen und Funktionären. Geehrt wurden Erika Knauseder für 24 Jahre Schriftführerin und Karl Spindler für 17 Jahre Kassenskontrollvorsitzender.

Wir gratulieren: Theresia Hütter zum 91., Anton Windhager 75. Geburtstag.

PRAMET-SCHILDORN

Beim Eisstockturnier der Ortsgruppe Ried am 27. Februar waren wir mit sieben Schützen sehr erfolg-

reich vertreten. Franz Fraueneder und Josef Huber bei den Siegern sowie August Ollmaier bei den Zweitplatzierten konnten sich über eine Urkunde freuen. Erfolgreich war auch Vorsitzender Siegfried Wiesinger, der am 2. März bei der Landesmeisterschaft im Riesentorlauf den ausgezeichneten 3. Platz erreichte.

Für unseren Bürgertag im März organisierte Maria Gruber einen Vortrag über „Besser Leben mit Hanf“.

Am 17. März wanderten 16 Personen von Schildorn nach Kohlhof und hielten eine gemütliche Einkehr.

Wir gratulieren: Georg Seifriedsberger zum 82., Karl Bernauer 81. Geburtstag.

RIED IM INNKREIS

Am 24. Februar fand unsere traditionelle Pferdeschlittenfahrt



PRAMET-SCHILDORN: Siegfried Wiesinger, Rang 3 beim Riesentorlauf



RIED IM INNKREIS: Die Ruhe genießen mit dem Pferdeschlitten



RIED IM INNKREIS: Pferdeschlittenfahrt zum Jägersee



RIED IM INNKREIS: Eisstockturnier Rang 1



RIED IM INNKREIS: Eisstockturnier Rang 2

statt. 37 Teilnehmer erlebten einen wunderschönen Tag. Anreise mit einer kurzen Jausenpause auf der Autobahnraststätte Salzburg-Kasern und Weiterfahrt bis zu unserem Endziel Kleinarl. Dort wurden wir in zwei Gruppen aufgeteilt. Eine Gruppe fuhr mit dem Autobus zum Jägersee und wanderte dort bei herrlichem Wetter rund um den idyllisch gelegenen, zum Teil zugefrorenen See. Die andere Gruppe fuhr mit den Pferdeschlitten (ca. 45 Min.) zum Jägersee. Nach einem gemeinsamen Mittagessen wurden die Gruppen getauscht. Kleinarl ist der Heimatort unserer Jahrhundertssportlerin Annemarie Moser (-Pröll). Nach einer Kaffeepause und einem kurzen Spaziergang in Wagrain fahren wir wieder nach Hause. Danke an Reiseleiter Hermann für die Organisation dieses großartigen Tagesausflugs.

Schon drei Tage später trafen sich 32 Mitglieder inkl. Gäste zum Eisstockschießen in der Rieder Eishalle. Vom neuen Sportreferenten Karl Haslinger und Oskar Pfeffer bestens organisiert, ritterten acht Moarschaften in heißen Duellen um den Sieg. Diesmal wurde mit Holzstöcken geschossen, die zum Teil schon über 50 Jahre alt waren. Schließlich ging die Moarschaft mit Franz Fraueneder, Josef Huber, Herbert Redhammer und Vbgm. Peter Stummer als Sieger hervor. Anschließend wurden wir von der SPÖ Stadt Ried und der SPÖ Bezirk Ried zu Leberkäse eingeladen. Die Siegerehrung rundete einen gelungenen Sonntagvormittag ab. Danke an die Organisatoren für den reibungslosen Ablauf der Veranstaltung. Beim Sozialsprechtag im März im Gasthaus Träger konnte Sozialreferentin Eva Breitenfellner bei Bera-

tungen Hilfestellung bei Ansuchen für Zuschüsse bzw. bei Lohnsteuerjahresausgleichen bieten.

Termine: Mi., 11.5., 16.30 Uhr, Frühlingskonzert des Wiener Johann Strauss Orchesters im Brucknerhaus (Abfahrt Ried, Messeingang Ost). Mi., 18.5., 14 Uhr, Jahreshauptversammlung. Do., 19.5., 13.30 Uhr, Wanderung nach Eitzing (Treffpunkt Riedberg-Kreuz).

Wir gratulieren: *Irmgard Vorhauer* zum 86., *Adolf Schindlmayer* 83., *Ingeborg Renetzeder* 65., *Rosa Petersen* 70., *Elfriede Schreder* 82., *Maria Heindl* 89., *Rudolf Hohensinn* 89., *Christine Hofinger* 70., *Walter Braidt* 88., *Alfred Berger* 81., *Erika Prokop* 82., *Anton Zinnöcker* 70., *Michael Böhm* 81., *Maria Böhm* 75., *Manfred Gaisböck* 65., *Friederike Scheiter* 89., *Cäcilia Kieslinger* 84. Geburtstag.

ST. MARTIN IM INNKREIS

Am 5. März fand unsere Jahreshauptversammlung mit Neuwahl statt. Zahlreiche Mitglieder folgten der Einladung. Nach der Begrüßung durch Vors. Alois Fuchs erinnerten wir uns beim Totengedenken an unser verstorbenes Mitglied Leopold Weilhartner. Es folgte der Bericht der Kassierin und deren Entlastung. Nach sechzehn Jahren legte Alois Fuchs den Ortsgruppenvorsitz zurück. Er bedankte sich bei allen für die gute Zusammenarbeit. Wir danken unserem Vorsitzenden für die geleistete Arbeit und wünschen ihm für seine Zukunft alles Gute. Die Neuwahl wurde von Bez.-Vors. Konsulent Helmut Gruber und die Ehrungen der Mitglieder in Zusammenarbeit mit Mag.^a Jutta Kepplinger durchgeführt. Hermann Eder wurde einstimmig zum neuen Vorsitzenden gewählt.



RIED IM INNKREIS: Eisstockturnier Rang 3



ST MARTIN IM INNKREIS: Vors. Eder mit seinem Team



ST. MARTIN IM INNKREIS: Ehrung Alois Fuchs



ST. MARTIN IM INNKREIS: Mitgliederehrung

Wir wünschen Hermann und seinem Team viel Erfolg und freuen uns auf gute Zusammenarbeit. Anschließend wurden zahlreiche Mitglieder aufgrund langjähriger Funktionen oder Mitgliedschaften geehrt. Eine besondere Auszeichnung erhielt Alois Fuchs: Er wurde zum Ehrenvorsitzenden der Ortsgruppe ernannt. Nach dem Mittagessen (Ersatz für Weihnachtsfeier) fanden die Ansprachen der Ehrengäste statt. Viel Applaus bekam Manfred Mayr, der als neues Mitglied gewonnen werden konnte. Mit Getränken, Kaffee und Mehlspeisen sowie angeregten Gesprächen ging diese gelungene Veranstaltung zu Ende.

Beim Sozialsprechtag mit Sozialreferentin Hildegard Wögerer fanden einige Interessierte Rat und Hilfe.

Termin: Sa., 4. 6., 14 Uhr, Monats-treffen im Volksheim.

Wir gratulieren: Rosa Mall zum 95., Elzbieta Schirer 73., Sieglinde Eder 64., Gerhard Fischer 75., Friederike Lippl 85., Marianne Höhfurthner 88., Rosa Truzka 90., Elfriede Auer 80. Geburtstag.

WALDZELL

Unsere Jahreshauptversammlung fand am 18. März im Gasthaus Rohrmoser statt. In Anwesenheit von Bez.-Vors. Konsulent Helmut Gruber wurde der neue Vorstand gewählt. Otto Eder als Vorsitzender und sein Team wurden einstimmig bestätigt. Da 2020 und 2021 keine Jahreshauptversammlung stattfinden konnte, berichtete Vors. Otto Eder über die letzten drei Jahre, es folgte ein Totengedenken für zwölf verstorbene Mitglieder. Coronabedingt waren leider nur 36 Personen anwesend. Diese ließen sich aber das köstliche Buffet

mit Salaten, Ripperln und Saukopf gut schmecken und genossen ein paar gemütliche und unterhalt-same Stunden.

Wir gratulieren: Hermine Regl zum 86., Josef Schrattecker 83., Gertraud Stämpfl 70. Geburtstag.

WIR TRAUERN IM BEZIRK

Eberschwang: Franz Pramendorfer 86.

Geinberg: Augustine Praxmarer 82.

Ried im Innkreis: Sigrid Monika Ranz 66.

Waldzell: Aloisia Friedwagner 71, Helmut Mayr 79.



WALDZELL: Verabschiedung von Vors.-Stv. Johann Hohensinn



WALDZELL: Der neu gewählte Vorstand



WALDZELL: Mitgliederehrung



ANDORF: Pensionistennachmittag mit Sparverein



ANDORF: Smartphone-Schulung mit Helga Hofstadler

Schärding

ANDORF

Nach der coronabedingten Pause sind unsere Pensionistennachmittage wieder gerne besucht. Unser Jahresprogramm, das jedes Mitglied erhalten hat, ist wieder am Laufen. So findet auch der nächste Tagesausflug am 19. Mai statt. Die große Zahl der TeilnehmerInnen an der vom PVÖ zum zweiten Mal durchgeführten Smartphone-Schulung zeigt das große Interesse an diesem Medium. Achtung Wanderfreunde: Unsere Wanderungen „Andorf und seine 56 Ortschaften zu Fuß kennen lernen“ finden jeden zweiten Mittwoch im Monat statt, jedes Mal mit einem anderen Ziel. **Wir gratulieren:** Maria Löckinger zum 84., Walter Bauer 75., Ernst Illibauer 75., Christine Bischof 65., Alfred Doblinger 65. Geburtstag.

BRUNNENTHAL

Die monatlichen Stammtische sind momentan der einzige Höhepunkt für unsere Mitglieder. Zusätzlich zur Jahreshauptversammlung mit Wahl am 23. April haben wir im Frühjahr eine Fahrt zur Fa. Guschlbauer mit anschließender Einkehr in einem Mostheurigen geplant. Ein wichtiges Thema bei uns Pensionistinnen und Pensionisten ist auch der Krieg zwischen Russland und der Ukraine. Hier kommen für einige Mitglieder wieder Erinnerungen hoch, die schon so lange vergessen waren. Alle hoffen auf ein baldiges Ende des Krieges. Viele haben einen kleinen Beitrag für die Ukrainehilfe geleistet. Vielen Dank dafür. **Wir gratulieren:** Frieda Christl zum 80., Johann Süß 81., Sonja Ledermüller 60. Geburtstag.

DIERSBACH

Erstmals hatten wir bei einem

unserer Kegelabende ein Derby: Frauen gegen Männer. Wenn auch bei einem internen Ehepartnerduell die Frau stärker war, so gewannen am Ende doch die Männer. In der Gruppenauslosung gab es dann eine denkbar knappe Entscheidung. Schließlich mussten die Verlierer den Gewinnern ein Getränk zahlen. Aber es machte Spaß. Zu Fuß erkundeten wir bei Kaiserwetter das sagenhafte Witrauntal in

Enzenkirchen. Der gut beschilderte Wanderweg führte uns durch Wiesen, Wälder und entlang erfrischender Gewässer wieder zurück zum Ausgangspunkt. Im gemütlichen Gasthaus Mayr in Enzenkirchen stärkten wir uns zum Abschluss und tankten wieder neue Energie. Bei der Jahreshauptversammlung hielt Vorsitzende Paula Rackaseder einen Rückblick über das vergangene Jahr und gab eine kurze Vorschau



DIERSBACH: Spannender Kegelabend



ANDORF: Flurreinigung im Pensionistenverband



DIERSBACH: Franziska Krug, 91. Geburtstag



DIERSBACH: Mitgliederehrungen



DIERSBACH: Theresia Friedl, 80. Geburtstag



DIERSBACH: Wandern im sagenhaften Witrauntal



EGGERDING: Ripperlessen in Antiesenhofen

auf die geplanten Aktivitäten 2022. Kassierin Hedi Keppl berichtete über die Finanzen der Ortsgruppe, der Kontrollvorsitzende Alfred Mayrdobler bedankte sich für die vorbildliche Kassaführung und bat um Entlastung des Vorstandes. Bez.-Vors. Josef Weljacek und Paula Rackaseder ehrten anschließend einige Mitglieder für ihre langjährige Mitgliedschaft. Für 15 Jahre wurden Hubert und Elfriede Riedl geehrt, die Goldene Treuenadel für 20 Jahre erhielten Maria Schwarz und Hermine Buchinger, für 25 Jahre Josef Plöckinger, für 30 Jahre Zäzilia Mayr und für 40 Jahre Treue wurde Anna Marinovic geehrt. Zum Abschluss gab Sozialreferent Manfred Streinz Informationen über den PVÖ-Sozialservice und unterstützte fachkundig zahlreiche Mitglieder bei verschiedenen Ansuchen. Theresia Friedl feierte ihren 80. Geburtstag, dazu gratulierte Vors. Paula Rackaseder im Namen des Pensi-

onistenverbandes und überreichte ein kleines Geschenk. Resi ist seit fast zwanzig Jahren Mitglied und bei nahezu allen Stammtischen und sonstigen Veranstaltungen dabei. Wir wünschen vor allem Gesundheit und noch viele, viele gemeinsame Jahre in unserer Mitte.

Wir gratulieren: Johanna Jöbstl zum 60., Anna Weinberger 84., Franz Buchinger 82. Geburtstag.

EGGERDING

Am 18. März fand unser Stammtisch im Café Guad einkehrt in Andorf statt. Bei Kaffee, Kuchen und einer kleinen Jause verbrachten wir einen gemütlichen Nachmittag. Mit 13 Personen waren wir am 26. März beim Ripperlessen der Ortsgruppe Antiesenhofen-Ort im Innkreis im Gasthaus Knechtlsdorfer in Antiesenhofen.

Termin: Sa., 2. 7., 14 Uhr, traditioneller Sommerball im Bramberger-

saal in Eggerding. Wir freuen uns auf zahlreichen Besuch der Ortsgruppen.

Wir gratulieren: Rudolf Petershofer zum 75. und Ernestine Doblmayr zum 80. Geburtstag.

ENZENKIRCHEN

Wir freuen uns bei unseren Treffen, jeden ersten Dienstag im Monat, auf ein gemütliches Beisammensein mit euch.

Wir gratulieren: Johann Roider zum 90., Alois Reiter 60., Friederike König 90., Rudolf Tiefenböck 60. Geburtstag.

ESTERNBERG

Anfang März feierte Anton Buchner seinen 80. Geburtstag. Vom Vorstand besuchten einige Mitglieder den Jubilar. Sie wurden sehr gut mit Weißwürsten und warmen Brezen bewirtet. Natürlich auch mit Kaffee und Kuchen. Anton war

ein leidenschaftlicher Asphaltstockschießer, der an vielen Turnieren teilnahm, jetzt betreibt Franz den Sport mehr hobbymäßig. Sein zweites Hobby ist jetzt Puzzlebauen. Er baute sich sogar einen eigenen Bus (s.S. rechts). Am 25. März fand unsere Jahreshauptversammlung mit Mittagstisch im Gasthaus Hubinger statt. Es wurden die einzelnen Punkte besprochen. Vors. Pauline Fuchs brachte einen Überblick der geplanten Termine. Es war ein geselliger und gemütlicher Nachmittag.

Wir gratulieren: Theresia Meilinger zum 81., Berta Osterkorn 75., Johan Vermeulen 75., Marianne Kaiser 70. Geburtstag.

HAIBACH BEI SCHÄRDING

Am Aschermittwoch, dem 2. März fand unser Monatstreffen statt, zugleich war auch unser traditi-



EGGERDING: Stammtisch im Café Guad einkehrt



ENZENKIRCHEN: Wir trauern um Helene Weidlinger



ENZENKIRCHEN: Wir trauern um Ludvig Mauernböck



ESTERNBERG: Anton Buchner, 80. Geburtstag



ESTERNBERG: Mitgliederehrungen



HAIBACH BEI SCHÄRDING: Traditioneller Heringschmaus

oneller Heringschmaus und der Sozialsprechtag. Zahlreiche Mitglieder ließen sich zu Mittag einen Fisch oder später den Heringskäse schmecken. Zwischendurch hatten die Mitglieder die Gelegenheit, eine Beratung bei Sozialreferentin Hildegard Wögerer wahrzunehmen.

Der Erikastammtisch fand am 16. März im Gasthaus Hareth mit 22 Mitgliedern statt.

Termin: Sa., 21. 5., 9 Uhr, Bezirkswandertag in Taufkirchen an der Pram.

Wir gratulieren: Johann Grill zum 84., Bärbel Langer 82., Gerda Zulehner 81., Helmut Promersberger 80., Willibald Bauer 65. Geburtstag.

KOPFING

Unser Stammtisch im Gasthaus Oachkatzl war sehr gemütlich. Das Schnitzel schmeckte hervorragend. Wir hoffen, dass wir nun trotz Pandemie oft gemütlich

beisammensitzen können.

Termin: Do., 12. 5., 11.30 Uhr, Gasthof Oachkatzl, Muttertagsfeier.

MÜNZKIRCHEN

Wir gratulieren: Ernestine Wurmsdobler zum 81., Karl Dipplinger 86. Geburtstag.

RAINBACH BEI SCHÄRDING

Am Aschermittwoch veranstalteten wir unseren Sozialsprechtag mit Sozialreferent Wolfram Schichting. Dieser wurde sowohl von unseren Mitgliedern als auch von anderen Ortsgruppen gut angenommen. Am 3. März fand ein Stammtisch im Gasthaus Hauzinger statt. 13. Personen folgten unserer Einladung und wir konnten einige gemütliche Stunden verbringen.

Zur Jahreshauptversammlung am 26. März begrüßte Vors. Alfred Ablinger neben zahlreichen Mitgliedern auch unseren Ehrengast Bez-

Vors. Josef Weljacsek. Anschließend hielten wir ein Totengedenken. Es folgten die Berichte vom Kassier, von der Schriftführerin und vom Vorsitzenden. Wir wurden auch über das Gemeindegeschehen und über Aktivitäten in der SPÖ Rainbach informiert. Nach den Berichten hielt der Bezirksparteivorsitzende ein interessantes Referat über den Pensionistenverband. Es folgten die Ehrungen langjähriger Mitglieder. Geehrt wurden für zehn Jahre Mitgliedschaft: Aloisia Schneebauer, Josef Lorenz, Elke Gruber, Johann Gruber, Christine Grünberger, Theresia Bichler. 15 Jahre: Hilde Ablinger, Maria Lang, Rudolf Moritz, Maria Schneebauer, Maria Falkner. 20 Jahre: Maria Steinkress. 25 Jahre: Erika Fischer, Erna Jansko, Maria Maier. 30 Jahre: Maria Lachtner, Anna Lorenz. 35 Jahre: Aloisia Wolf. Jedes Mitglied bekam einen 15-Euro-Gutschein



RAINBACH BEI SCHÄRDING: Josef Niedermaier, 85. Geburtstag



RAINBACH BEI SCHÄRDING: Maria Maier, 90. Geburtstag



KOPFING: Schnitzleressen im Oachkatzl



RAINBACH BEI SCHÄRDING: Bei der Jahreshauptversammlung



ST. FLORIAN AM INN: Vorsitzübergabe an Günter Stockenhuber



ST. FLORIAN AM INN: Bei der Knödelmanufaktur Jenichl in Altheim



SCHÄRDING: Schön, uns wieder zu treffen

für Essen und Getränke. Mit einem geselligen Beisammensein endete diese Veranstaltung.

Termine: Fr., 20. 5., Muttertagsfahrt. Do., 2. 6., 14 Uhr, Stammtisch im Gasthaus Hauzinger.

Wir gratulieren: Johann Kinzlbauer zum 65., Maria Lachtner 85., Marianne Niedermaier 80., Alois Schmid 83., Hildegard Steinkreß 84., Maria Steinkreß 81. Geburtstag.

RIEDAU

Weil die Weihnachtsfeier wegen Corona nicht abgehalten werden konnte, wurden die Mitglieder im Februar zu einem Mittagessen ins Gasthaus Bahnwirt eingeladen. Anschließend stellte der Vorsitzende das Jahresprogramm 2022 vor. Für die erkrankten Mitglieder gab es Gutscheine im Wert des Mittagessens.

Termin: Fr., 3. 6., 14 Uhr, Monatsversammlung im Gasthaus Bahnwirt.

Wir gratulieren: Franz Wielandner zum 82., Hildegard Wessely 65. Geburtstag sowie Marianne und Johann Hatzmann zur Goldenen Hochzeit.

ST. FLORIAN AM INN

Der erste Tagesausflug in diesem Jahr führte uns zuerst nach Roththalmünster zur Kerzenwelt Kopschitz, wo wir die Möglichkeit hatten, schöne Kerzen zu erwerben. Wegen der aktuellen Corona-Bestimmungen

konnten wir den Betrieb leider nicht besichtigen. Weiterfahrt zur Knödelmanufaktur Jenichl nach Altheim. Nach einer interessanten Führung durch den Schweine- und Schlachtbetrieb gab es die köstlichen Innviertler Knödel zum Verkosten. Nachmittags fuhren wir zur Firma Hargassner, wo wir Europas modernste Biomasse-Heiztechnik kennenlernten. Die Führung durch das moderne Werk war beeindruckend. Beim Mosttheurigen Jenichl in Geinberg fand dieser Ausflug einen gemütlichen Ausklang.

Am 1. April wurde im Landhotel St. Florian am Inn unsere Jahreshauptversammlung mit Neuwahl abgehalten. Erfreulich war die Teilnahme von 85 Mitgliedern. Als Ehrengäste konnten wir Bez.-Vors. Josef Weljacsek, Bez.-Ehrevorsitzenden Konsulent Max Murauer und SPÖ-Bezirksgeschäftsführer Hannes Bogner begrüßen. Nach 19 Jahren beendete Hans Högl seine Tätigkeit als Vorsitzender und übergab dieses Amt Günter Stockenhuber. Der weitere Vorstand: Vors.-Stellvertreter Hans Zeilinger, Kassierin Herta Mandl, Schriftführer Hans Zeilinger, Wanderreferentin Herta Mandl und Kontrollvors. Gertrude Moser. 21 Mitglieder wurden für ihre langjährige Mitgliedschaft geehrt. Die Ehrengäste bedankten sich beim scheidenden Vorsitzenden Hans Högl für die gute Zusammenarbeit. Bez.-Vors. Josef Weljacsek

überreichte ihm eine Ehrenurkunde, in der er zum Ehrevorsitzenden ernannt wurde. Für die musikalische Umrahmung sorgten die Florianis (Herta und Otto Mandl). Nach einem gemeinsamen Essen und angeregter Unterhaltung endete die Veranstaltung.

Termin: Do., 12. 5., Tagesausflug zur Firma Wenatex und Fahrt auf den Schafberg.

Wir gratulieren: Herbert Strasser zum 85., Theresia Bründl 84., Rosa Eymannsberger 84., Erhard Benedikt 83., Maria Pichler 80., Alfred Trausinger 75. Geburtstag.

ST. ROMAN BEI SCHÄRDING

Am 25. Februar holten wir unsere wegen Corona ausgefallene Weihnachtsfeier nach. Anna Grüneis wurde für 25 Jahre, Josef Kriegner für 35 Jahre und Anton Stingl für 35 Jahre Mitgliedschaft geehrt. Wir verbrachten einen gemütlichen Nachmittag.

Wir gratulieren: Berta Mitterbauer zum 75. Geburtstag.

ST. WILLIBALD

Nach längerer Zeit konnten wir am 10. März unseren monatlichen Stammtisch abhalten. Eine kleine nette Runde traf sich zu interessanten Gesprächen, auch über Corona und über den Krieg in der Ukraine wurde diskutiert.

Wir gratulieren: Albert Beham zum 81., Alfred Buchbauer 70. Geburtstag.

SCHÄRDING

Unsere Ausschusssitzung fand am 15. Februar bei Heidi und Peter statt. Zu besprechen hatten wir reichlich. Ausflugsziele und Termine wurden fixiert und unsere Monatstreffen möchten wir interessant und unterhaltsam gestalten. Wir bedanken uns für die Bewirtung und die Gastfreundschaft im Hause Doblhammer. Am Aschermittwoch gab es nach langer coronabedingter Pause wieder ein Treffen. Es war ein herzliches Wiedersehen mit einigen Veränderungen. Unsere seit vielen Jahren in der Küche arbeitende unentbehrliche Hilde muss sich einer Knieoperation unterziehen und fällt für längere Zeit aus. Vorsitzende Anneliese bedankte sich mit einem Blumengruß. Als Ersatz konnten wir unsere jungen, dynamischen Schwestern Elfi Wimmer und Maria Fischer vorstellen. Danke euch beiden. Heidi spendierte anlässlich ihres Geburtstages Sekt. Traudi kochte köstlichen Erdäpfelkas – vielen Dank dafür. Anneliese lieferte uns Informationen und verteilte das Ausflugsprogramm. Wir konnten uns mit Kaffee, Kuchen, Heringskäs- und Erdäpfelkas-Brotten stärken. Hoffentlich müssen wir nicht mehr pausieren, denn in unserem Alter sind menschliche Kontakte sehr wichtig. Wir wollen nicht vereinsamen – wir fühlen uns in unserem Verein bestens aufgehoben.



SCHÄRDING: Anneliese bedankte sich bei Hilde mit Blumen



SCHÄRDING: Ausschusssitzung bei Familie Doblhammer



TAUFKIRCHEN AN DER PRAM: Mitgliederehrungen

Termine: Jeden ersten Mittwoch im Monat, 13.30 Uhr, Pensionisten-nachmittag in der Arbeiterkammer. Mi., 11. 5., Muttertagsfahrt: Traun-Ager-Alm-Region, Freilichtmuseum Hackenschmiede, Bad Wimsbach-Neydharting. Pralinenwelt Wenschitz (Fahrpreis inkl. Eintritt und Maut € 38,-). Di., 14. 6., Bienenhof am Attersee, Postalm (Fahrpreis inkl. Eintritt und Maut € 27,-). Mi., 13. 7., Adler Moden, Flughafen Linz (Fahrpreis inkl. Mittagessen und Flughafenführung € 35,-). Fr., 2./Sa., 3. 9., 2-Tage-Ausflug ins weststeirische Weinland – Bad Gams und Umgebung, 1. Tag: Erlebnis- und Genusshof Farmer-Rabensteiner, Buschenschank, Übernachtung Weststeirischer Hof. 2. Tag: Biohof-käserei Deutschmann, Bärnbach Hundertwasserkirche, Gaberlstraße Hohentauern (Fahrpreis inkl. Eintritt und Halbpension € 142,-). Do., 13. 10., Fahrt ins Blaue (Fahrpreis

€ 33,-). Sa., 10. 12., Weihnachtsfeier. Danke an Reiseleiterin Christine Weissenberger für das tolle Ausflugsangebot.

Wir gratulieren: Angela Kellnen zum 60. Geburtstag.

TAUFKIRCHEN AN DER PRAM

Am 18. Februar wurde die geplante kleine Runde für den Bezirkswandertag getestet. Anschließend fand die Besprechung bei Gulaschsuppe zum Selbstkostenpreis statt. Wir planen zwei sehr schöne Rundwanderungen (3 und 6 Kilometer). Bei der Jahreshauptversammlung am 5. März wurden 16 Mitglieder für ihre lange Mitgliedschaft (10, 15, 20, 25, 30 Jahre) geehrt. Leider konnten wegen Corona und Quarantäne nicht alle vor Ort geehrt werden.

Termin: Sa., 21. 5., Bezirkswandertag, Start: 9 Uhr, Piffer-Busgarage in Schwendt.

Wir gratulieren: Berta Dorn zum 75., Cäcilia Dorn 84., Adalbert Halas 75., Aloisia Tischlinger 80. Geburtstag.

WERNSTEIN

Am 18. Februar konnten wir endlich wieder eine Faschingsgaudi im SPÖ-Heim, natürlich unter Einhaltung der Corona-Regeln, veranstalten. Ein Höhepunkt

war die Tombola mit den vielen schönen Preisen. Familie Höft spielte zum Tanz auf. Hiermit möchte ich mich bei Katharina Stadler entschuldigen, dass ich sie um ein Jahr älter gemacht habe. Frau Stadler feierte ihren 91. Geburtstag.

Wir gratulieren: Kurt Wendl zum 87., Walter Huber 85., Katharina Spieler 80. Geburtstag.

WIR TRAUERN IM BEZIRK

Andorf: Franziska Sperz 69, Johann Lauterbrunner 72.

Enzenkirchen: Helene Weidlinger 73. Ludwig Mauernböck 83.

Esternberg: Franz Gras 75.

Kopfung: Maria Schmiedseder 67.

Riedau: Elfriede Hartl 75.

St. Roman: Resi Schardinger 87.

Schärding: Theresia Walch 84.

Taufkirchen an der Pram:

Paulina Kasbauer 89, Josef Leitner 79.



TAUFKIRCHEN AN DER PRAM: Ein Geschenk für Geehrte



SCHÄRDING: Elfi und Maria, die neuen Küchenhilfen mit Hilde und Heidi



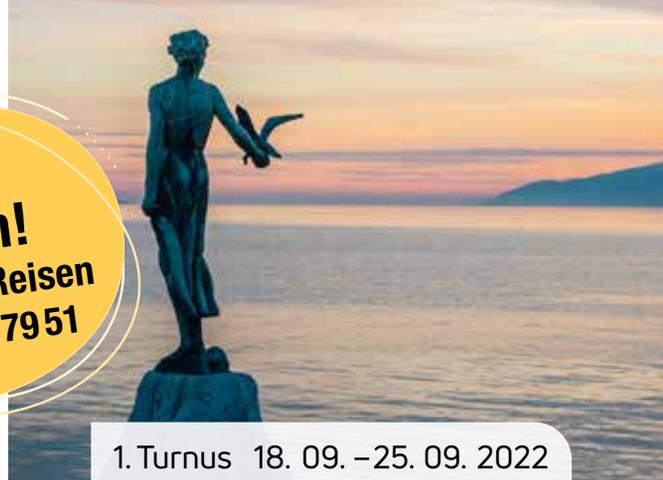
TAUFKIRCHEN AN DER PRAM: Besprechung nach der Streckenbegehung



TAUFKIRCHEN AN DER PRAM: Streckenbegehung Bezirkswandertag



**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 Ljimford (ohne Mittagessen)
- * 1 Ganztagesausflug: Opatija
- * Deutschsprachige ReiseführerInnen während der Ausflüge
- * Betreuung im Hotel
- * Alle Eintritte während der Ausflüge
- * Medizinische Betreuung durch ein deutschsprachiges Ärzteteam
- * Umfassendes Versicherungspaket von SeniorenReisen

Nicht inkludiert sind:

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

Preise

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

**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



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 Störenfriede rasch wieder loszuwerden. Mit Tipps zur Vermeidung von Schimmelbildung, Minimierung von Elektrosmog und Bekämpfung von Haushaltsschädlingen. **3 x 1 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 „Zsammsitzen“ einlädt.

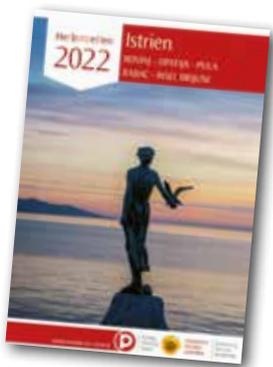


FOTOS: SENIOREISEN



**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 mondänsten 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.



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. 📍

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

5 Thailand: Kultur und Traumstrände



Fernreisen 2022/23

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

- 1 20.09.–04.10.2022 **Chile & Argentinien**
- 2 13.10.–26.10.2022 **Japan**
- 3 18.10.–06.11.2022 **Neuseeland**
- 4 20.11.–01.12.2022 **Ägypten total**
- 5 22.01.–07.02.2023 **Thailand**

IN PLANUNG:
Peru & Bolivien



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



2 Japan: Moderne trifft Tradition



3 Neuseeland: Reise ans „andere Ende der Welt“



4 Ägypten: von Alexandria bis Abu Simbel

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 Xantho-

mol. Dieser wirkt beruhigend und entspannend. Besonders interessant: Als Hopfen früher noch von Hand gerernt 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).



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**

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

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



PHONAK
Audéo Paradise



Hansaton. Hört sich gut an!

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 „Schaflattern“ 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: ACCELENT, 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 Jubiläumssrabatt 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

*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
Feingoldaufgabe

(999/1.000)
veredelt!

**KEINE WEITEREN
VERPFLICHTUNGEN!**

Produkt-Information

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

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

Repräsentatives
Album für Ihre
Sammlung **GRATIS!**



GRATIS FÜR SIE!

Ein hochwertiges
Steakmesser-Set

- Scharfe Klinge mit einseitigem Wellenschliff
- Gefertigt aus rostfreiem Edelstahl



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

Große Nachfrage erwartet. Jetzt bestellen!

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

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

Ich gehe 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, Leubernstrasse 6, CH-8280 Kreuzlingen

Datum Unterschrift

Coupon ausfüllen und sofort abschicken an:

ÖSTERREICHISCHES MÜNZKONTOR® • Senderstraße 10 • 6961 Wolfurt

ÖSTERREICHISCHES
MÜNZKONTOR®



VON PVÖ-
BUNDESPORT-
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 kontrolliert er, 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 Viehtrieb. 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 Ludwigstorff
in Bad Deutsch-Altenburg
Tel.: +43 2165 626 17-0

e-mail: rezeption@kur-l.at
www.kur-l.at

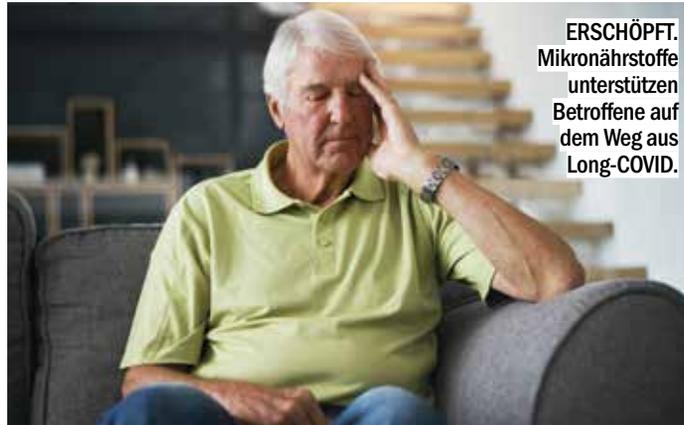
MIT MIKRONÄHRSTOFFEN ZU NEUER LEBENSQUALITÄT

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

PR. FOTO: ISTOCK BY GETTY IMAGES

**BETRIFFT MICH
GÜRTELROSE?**

**JA.
UND SO FÜHLT
SICH DAS AN.**

GÜRTELROSE-INFO.AT Impfen schützt!

gsk

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

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.gürtelrose-info.at



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

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.

FOTOS: ENGELBRECHT, ISTOCK BY GETTY IMAGES



Dr. Böhm®

ALLES FÜR MEINEN BLUTDRUCK





NEU!

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 sollte, 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



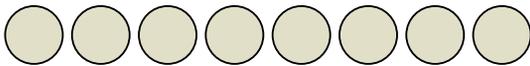
BPA-frei



Vegetarisch

Aufhellen 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.



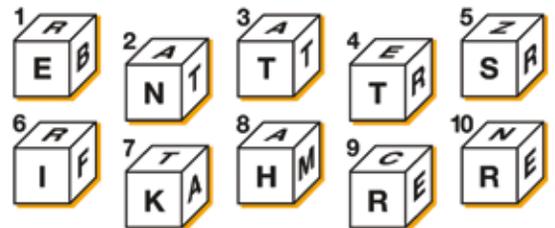
Die 8 Buchstaben der farbigen Kästchen – in richtiger Reihenfolge eingetragen – ergeben die Lösung.

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. Lenkrad, 3. Begabung, 4. Schaltknopf, 5. Spaß, 6. Schutzanstrich, 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), Brauereimusik Zipf (Ö), JOB Brand (Ö). **Eintritt freie Spende**, Informationen unter: **www.derboehmischetraum.at**

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

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



Liebe liegt in der Luft

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

Fotos: Bubu Dujmic.

Weitere Fotos:

iStock by Getty Images (2),

Pixabay (2), Pexels.

Styling und Make-up:

Martina Gaa

Bezugsquellen:

C&A, Mariahilfer Straße

96-98, 1070 Wien;

Humanic, Mariahilfer

Straße 94, 1070 Wien.

Weitere Filialen in

Österreich & Online-Shops:

www.c-and-a.com/at/de/

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).



Sonntag 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).



Wohnoasen im Garten

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

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

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

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

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



Gemütlichkeit im Schatten.

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

**PVÖ-SONDERVORSTELLUNG
UND KARTEN GEWINNEN!**

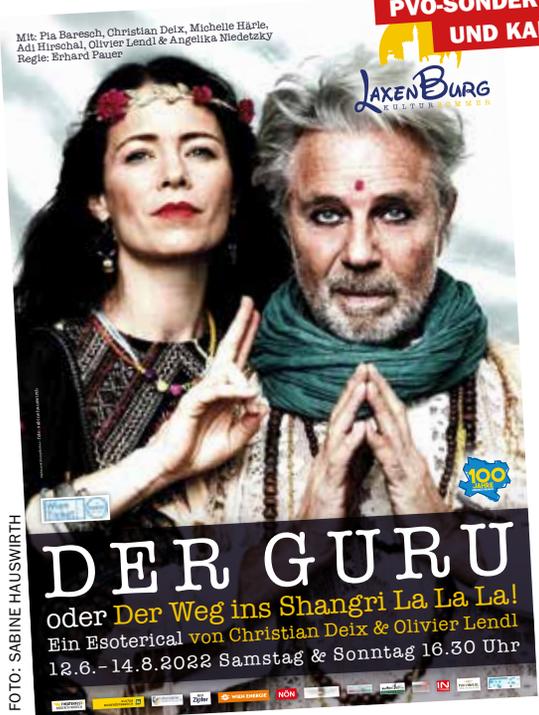


FOTO: SABINE HAUSWIRTH

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 Befreiungstrummeln, 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

Lust auf mehr Rätselvergnügen?

Österreichs beliebteste Rätselzeitung ist farbig, unterhaltsam und innovativ. Für Denksportler, Tüftler, Kinder



oder Rätselprofis – die Rätsel-Krone macht einfach mehr Spaß!



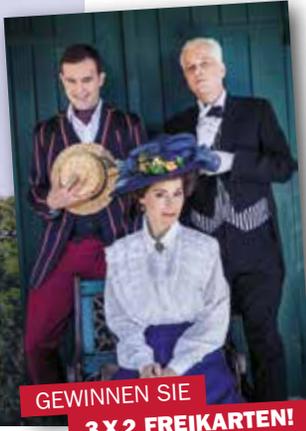
Und das um nur € 2,80 in Ihrer Trafik und im Zeitschriftenhandel.

IMPRESSUM: UG - *Unsere Generation*, das Magazin des Pensionistenverbandes Österreichs (PVÖ), Datenschutz-Nr. 0047040. **Medieninhaber & Herausgeber:** Pensionistenverband Österreichs, 1180 Wien, Gentzgasse 129, Tel.: 01/313 72-0, E-Mail: redaktion@pvoe.at, 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 Mörtinger. **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 Techtelmechtel 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.meiboek@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

Funktionshirt 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

