

UG

UNSERE GENERATION

ÖSTERREICH'S 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.

FOTO: ISTOCK BY GETTY IMAGES



Die PVÖ- Vorteilswelt

Als PVÖ-Mitglied haben Sie es gut!

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



Hervis
SPORTS

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

Gegen Vorweis des Mitgliedsausweises. Ausgenommen:
1. Preis-Artikel, Bestseller, E-Bikes, Serviceleistungen, Gutscheine.
80 x in Österreich.

www.hervis.at



10 % RABATT FÜR PVÖ-MITGLIEDER*

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

ADLER
ALLES PASST

www.adlermode.at



**Wein, Kultur,
Uhren & Schmuck**

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

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

www.taggenbrunn.at

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

TAGGENBRUNN
WEINGUT

KOLPING WIEN-ZENTRAL



€44,50 p.P. im DZ/NF

**Ihr Haus
für Ihren
Aufenthalt
in Wien**

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

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

www.kolping-wien-zentral.at



Tageskarten für PVÖ-Mitglieder*

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

12 x in Österreich.

METRO

www.metro.at

RONACHER



CATS

25 %

**ERMÄSSIGUNG FÜR
PVÖ-MITGLIEDER*****

auf Eintrittskarten für
„Cats“ oder „Miss Saigon“

Buchung:

Online über pvoe.musicalvienna.at
mit dem Code PVOE

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

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

www.musicalvienna.at

DIE BEWEGENDSTE
LIEBESGESCHICHTE UNSERER ZEIT



MISS
Saigon

RAIMUND THEATER

NEUROTH
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN



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

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

www.neuroth.com

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

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

YOUR LIFE. YOUR DECISION.

spermidine^{LIFE}[®]
Memory+

Vergesslich?

JETZT
-20%
SPAREN

01.05.-30.06.2022



Herd
abschalten!

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

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



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

In Kooperation mit
der Universität Graz



zur sache

VON PVÖ-PRÄSIDENT DR. PETER KOSTELKA



FOTO: BUBU DUJMIC

Unsere Geduld hat Grenzen

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

50 EURO NETTO MEHR

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

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

SPÜRBAR UND RASCH

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

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

ALTERSDISKRIMINIERUNG

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

PVÖ ERBLÜHT

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

Ihr

Dr. Peter Kostelka, Präsident
des Pensionistenverbandes Österreichs

Liebe Leserinnen und Leser! Diese Ausgabe ging ab 4.5.2022 in den Versand. Die Post ist verpflichtet, Monatszeitschriften innerhalb von 5 Tagen (ausgenommen Sa. u. So.) zuzustellen! Bei Zustellungsproblemen wenden Sie sich bitte an Ihren Briefträger oder Ihr PVÖ-Landessekretariat. Jede Ausgabe von UG – *Unsere Generation* ist bereits einige Tage vor dem postalischen Erscheinen online auf der Homepage pvoe.at abrufbar. **Die nächste Ausgabe erscheint Mitte Juni 2022.**

Neu!

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

Aktiv durchs Leben, preiswert ans Ziel!

Unser WESTaktivpreis:

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

WESTaktivpreis

Wien – München

€ 39,99*

Da steig ich ein.

Gleich Tickets buchen auf westbahn.at
Der WESTaktivpreis ist online, in WESTshops
und in teilnehmenden Trafiken erhältlich.

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





Die ältesten Anfeurer der Welt

Akrobatische Glücksbringer.

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

welt

unsere

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.



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

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

Drei Fragen an

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

Wie funktioniert die gesetzliche Erbfolge?

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

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

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

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

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



Gemeinsam mit 99 Organisationen informiert Vergissmeinicht zu Erbrecht & Testament

Gratis-Erbrechtsratgeber:

Download: vergissmeinicht.at

Anfordern:

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

Ein Herz für kranke Menschen

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

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

Breite Hilfspalette

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

„Schach dem Herztod“

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Bitte um Anmeldung:
info@vergissmeinicht.at, 0800 700 111
[Info: vergissmeinicht.at/aktuelles](http://vergissmeinicht.at/aktuelles)



unsere interessen

WAS UNS BEWEGT UND WAS WIR WOLLEN

Aus für Wegwerf-Akkus

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



Über € 140.000,- zurückgeholt

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



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

70 Jahre Pensionistenverband Niederösterreich – eine Erfolgsgeschichte!

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

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



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

PENSIONISTENVERBAND TIROL

Gemeinsam aktiv in die Zukunft!

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



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



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

ALTERSDISKRIMINIERUNG

Erster Erfolg

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



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

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

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

ES GEHT AUCH ANDERS

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




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

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

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

VIELSCHICHTIGES PROBLEM

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

Es gibt noch viel zu tun!

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

Versicherungen ...

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



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

Die öffentliche Hand ...

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

Banken ...

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



Versteht die Welt nicht mehr: Bankkundin, der gekündigt wird

Die Wirtschaft ...

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

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

TATEN? – BITTE WARTEN

Wenn man nicht mehr weiterweiß ...

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



Bundeskanzler Nehammer zeigte den Seniorenvertretern die kalte Schulter



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



Finanzminister Brunner schiebt die Teuerungsprobleme in Arbeitskreise



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

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

REKORD-TEUERUNG


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

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

Die Pensionistenverbandsforderung ist zielführender: ein Vorgriff auf die nächstjäh-

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

50 EURO MEHR

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

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



FOTO: PICTUREDESK (4), STEFAN JOHAM

ENDLICH WIEDER FRÜHLING

Der PVÖ blüht auf

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

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

VIELE HILFSAKTIONEN

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

VIELE NEUE AKTIVITÄTEN

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

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

VIELE NEUE MITGLIEDER

Auch die PVÖ-Mitglieder-

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

Euer Andreas Wohlmuth

PVÖ-GENERALSEKRETÄR
Andreas Wohlmuth

GESAGT – GETAN

FOTO: PVÖ / LUDWIG SCHEDL

WESTbahn fährt jetzt bis nach München

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

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

SNELL, KOMFORTABEL UND AUCH NOCH GÜNSTIG

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

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

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



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

FOTO: WESTBAHN/LUDWIG SCHEDL

PVÖ-WERBEAKTION SCHLÄGT EIN:

Jetzt GRATIS Schnitzel holen!

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

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.

AKADEMISCHER GRAD VORNAME (LAUT REISEPASS)

FAMILIENNAME (LAUT REISEPASS, BITTE IN BLOCKBUCHSTABEN)

☐ M ☐ W
GESCHLECHT

POSTLEITZAHL

WOHNORT

TAG MONAT JAHR
GEBURTSDATUM

☐ J ☐ N
ZEITUNGS-
BEZUG

☐ A ☐ _____
ÖSTERREICH ANDERE
STAATSBÜRGER-
SCHAFT

STRASSE, HAUSNUMMER, STIEGE, TÜRNUMMER

TELEFONNUMMER

E-MAIL

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

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

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

Die Datenschutzinformationen habe ich gelesen.

DATUM

PERSÖNLICHE UNTERSCHRIFT

Vom PVÖ
auszufüllen

MONAT JAHR
BEITRITTSDATUM

BEZIRKSORGANISATION

ORTSGRUPPE

ZAHLORGANISATION



Unsere Immobilien-Profis informieren und beraten:

Dr. Wolfgang Schöberl

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

Eva Kalenczuk

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


RAUS AUS ÖL UND GAS – TEIL 2

Vor- und Nachteile verschiedener Heizsysteme

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

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

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

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


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



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

AB JULI STRENGERE REGELN

Wer kaufen will, braucht Eigenkapital

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

AUTOTÜRE MIT DER RECHTEN HAND ÖFFNEN

Kopf drehen, Radfahrer*innen sehen!

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

Der holländische Griff



VON 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 & SCHÖNBERG'S

MISS Saigon

NUR BIS JUNI 2022

TM © 1991 RUG LTD. FOTO © VSW/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

Sozialrechts- angelegenheiten

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

Lohnsteuer- angelegenheiten

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

Gelebtes Engagement

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

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

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

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

Wir freuen uns auf Sie!
Heinz Hillinger und Jutta Kepplinger

Verdiente Auszeichnung

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



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

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

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

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

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



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

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

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

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

KULTURTIPP BRUCKNERHAUS LINZ



Women in Jazz

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

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



Schumann Quartett

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

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



Die Bande à Franck

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

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

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

Mixed-Turnier im Asphaltstockschießen

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

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

Am ersten Tag holte sich in der Gruppe A die Moarschaft aus Schwertberg, gefolgt von St. Martin und 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 Diplomausbildung befähigt, gesundheitsorientierte Bewegungsstunden im Bereich 50Plus (mit älteren Menschen) zu planen, vorzubereiten, durchzuführen und zu evaluieren, mit besonderem Augenmerk darauf, diese nach den zukünftigen Teilnehmerinnen und Teilnehmern auszurichten.

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



ANKÜNDIGUNGEN

Landes-Nordic-Walking-Wandertag

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

Landesradwandertag

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

Landesbergwandertag

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

TERMINE UND ANMELDUNG

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

ASKÖ Bewegungszentrum, Hölderlinstraße 26, 4040 Linz

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

Landessportschule Linz, Auf der Gugl 30, 4020 Linz

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

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

Altersdiskriminierung im Banken- und Versicherungsbereich

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

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

PENSIONISTINNEN UND PENSIONISTEN ALS KREDITNEHMER – NEIN, DANKE

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

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

STEIGENDES ALTER BRINGT HÖHERE UNFALLGEFAHR – TATSÄCHLICH?

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




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

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

SO SIND WIR NICHT – ODER DOCH?

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

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

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

DeutschkursleiterInnen



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

Anforderungen:

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

Wir freuen über Ihre Kontaktaufnahme:

telefonisch: 0732/66 11 71

per Mail: service@vhsooe.at

oder über unser Bewerbungsformular:

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

WUND THERAPIE Zentren

Ordinationen und Hausbesuche in Wien, Niederösterreich,
Oberösterreich und Burgenland

Chronische Wunden brauchen spezielles Wissen

Genau das bieten Ihnen unsere WUNDTHERAPIE Zentren:

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



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

Peter Kurz
Wundexperte



Wund Therapie Zentren der WPM

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

BEZAHLTE ANZEIGE

Der richtige Auftritt

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

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

SCHUHE, DIE PASSEN

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

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

PFLEGE, DIE GESUND HÄLT

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

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

115

Jahre Neuroth Jahre Vorteile

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

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

Jetzt bis zu

230€

Rabatt sichern!*

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

Neuroth:
22 x in Oberösterreich
Vertragspartner aller
Krankenkassen

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

neuroth.com

 **NEUROTH**
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN

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

BEZAHLTE ANZEIGE

Erhalten Sie die Unterstützungen, welche Ihnen wirklich zustehen?

Wir helfen Ihnen, indem wir unter anderem ...

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

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

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



its

PFLEGE MANAGEMENT

Frühlingszauber für Ihr Bad



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



viterma

zaubert Wohlfühlbäder

3D Planungswochen

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

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

Jetzt Termin vereinbaren!



Berichte aus den Ortsgruppen

Linz-Stadt • Linz-Land

Linz-Stadt

LINZER QUETSCHNSPÜLA

Der erste Stammtisch in diesem Jahr fand am 23. April mit vielen Freunden und Bekannten im Volkshaus Ebelsberg statt. Ein gemütlicher Nachmittag im gewohnten Ambiente mit Musik und Tanz.

Termine: 26.5., 15.30 Uhr, Konzert im Kurpark Bad Hall, 28.5., 14 Uhr, Stammtisch im Volkshaus Ebelsberg, Einlass um 13 Uhr. Geplant ist noch ein Konzert am Linzer Südbahnhof, den Termin werden wir rechtzeitig bekanntgeben. Wir freuen uns auf ein Wiedersehen und zahlreichen Besuch.

ALTSTADT-TAUBENMARKT

Mit 31. März endete das Vereinsleben unserer Ortsgruppe im Hotel „Zum Schwarzen Bären“. Der Vorstand war bemüht, die Ortsgruppe nicht aufzulösen, sondern der

OG Franckviertel zu überstellen. Vors. Pauline Grims und ihr Team haben sich dazu bereit erklärt. Unsere Ortsgruppe wurde mit 1. April von der Ortsgruppe Franckviertel übernommen. Alle Belange werden in Zukunft dort wahrgenommen. Es wurden zahlreiche Mitglieder geehrt: Werner Binder, Brigitte Steinheimer, Heinrich Hofbauer, Franz Wokatsch, Margarita Scheibelhofer und Elfriede Ziegler. Rosina Hinterhötzl, Florian Erwin Walter, Christine Haas, Christa Reinl, Maria Schuster, Anna Traxler, Josefine Wokatsch und Heinrich Pfleger waren nicht anwesend, sie erhielten die Urkunden und Nadeln auf dem Postweg. Mit einem Abschlusssessen und einem gemütlichen Beisammensein ließen wir den Nachmittag im Hotel „Zum Schwarzen Bären“ ausklingen. Vom Chef des Hauses wurden wir zum Abschied auf ein Glas Sekt eingeladen. Wir freuen

uns auf ein Wiedersehen in der OG Franckviertel.

Termine: Tagesfahrten mit der OG Franckviertel auf Anfrage.

Wir gratulieren: Dr. Friedrich Wepner zum 82., Gerda Ablinger 83., Franz Wokatsch 86., Ottilie Kühhas 94., Luise Pozniak 95., Werner Binder 70., Elfriede Ziegler 80., Elfriede Platzer 81., Wilhelmine Baumgartner 96., Anna Hofinger 101. Geburtstag sowie allen Mitgliedern, die im April und Mai Geburtstag feiern.

AUWIESEN

Nach einem telefonischen Rundruf und einer Einladung zur März-Zusammenkunft starteten wir am 11. März mit vielen Zusagen. Mit einem warmen Buffet, Kaffee und selbstgemachten Mehlspeisen von Brigitte und Rosi wurden wir verwöhnt. Elfi trug ihre Berichte vor und ehrte die Geburtstagskinder.

Reiseleiter Hans stellte das Reiseprogramm 2022 vor.

Termine: 13.5., Muttertagsfeier. Bitte schaut euch das neue Reise- und Ausflugsprogramm an und meldet euch baldigst an.

Wir gratulieren: Herta Schmitzberger zum 90. Geburtstag und allen im Mai geborenen Mitgliedern.

BINDERMICHL

Am 10. März machten wir unsere erste Wanderung zum Bärlauchpflücken rund um den Weikerlsee. 18 Personen genossen das schöne Wetter, den frischen Bärlauch und das gute Mittagessen beim Charly. Nach langer coronabedingter Pause veranstalteten wir unsere Mitgliederversammlung am 14. März im Volkshaus Keferfeld. Mehr als hundert Personen nahmen daran teil. Mit Berichten, Musik und guter Laune verging der Nachmittag wie im Flug.



AUWIESEN: Erste Zusammenkunft



ALTSTADT-TAUBENMARKT: Abschlusssessen im Hotel Zum Schwarzen Bären



ALTSTADT-TAUBENMARKT: Schön war's



AUWIESEN: Gratulation unseren Geburtstagskindern



BINDERMICHL: Auf zum Bärlauchpflücken am Weikerlsee



BINDERMICHL: Streckenbesichtigung in Ernsthofen



CHEMIE: Beim Stift Lambach



BINDERMICHL: Beim Heurigen in Wien

Ob die Mitgliederversammlung am 2. Juni im Volkshaus Bindermichl stattfindet oder wir nochmals ins Volkshaus Keferfeld ausweichen müssen, steht noch nicht fest. Daher unsere Bitte, informiert euch auf der Homepage, in den Schaukästen, beim Vorsitzenden oder bei seinen Stellvertretern. Unsere Märzfahrt ging nach Wien. Zuerst besuchten wir das Schneekugelmuseum, wo wir einen

interessanten Vortrag hatten, und fuhren anschließend nach Grinzing zu einem Heurigen.

Termine: Mo., 9.5., VH Keferfeld, Mitgliederversammlung mit Ehrungen, Mutter- und Vatertagsfeier (Mitgliedsausweis bitte mitbringen). Mi., 11./18.5., Fr., 13./20.5., 14 Uhr, Ersatztermine Kegeln im VH Kleinmünchen. Do., 12.5., Muttertagsausflug Bad Reichenhall (Reisepass nicht vergessen),

Süßigkeiten-Werksverkauf, Mittagessen in Wals, Freilichtmuseum in Großmain, Do., 19.5. Wanderung Roßleithen-Sonnwendkogel. Mi., 1./8./15.6., Fr., 3./10.6., 14 Uhr, Ersatztermine Kegeln im VH Kleinmünchen. Do., 2.6., Mitgliederversammlung (Termin könnte sich noch ändern). Do., 9.6., Tagesausflug Attersee, Rundfahrt auf dem See. Mo., 13.6., 14 Uhr, VH Bindermichl (kleiner Eingang), Klub.

Wir gratulieren: Maria Gaber zum 91., Elisabeth Simon 90., Katharina Klingseisen 86., Johann Lechner 86., Zäzilia Binder 85., Herma Blohberger 85., Margarete Lichtenauer 85., Dipl. Ing. Ladislav Osvaldik 83., Friedrich Schnetzinger 83., Ingeborg Stadler 83., Sieglinde Forstner 81. Geburtstag.

CHEMIE

Bei der Jahreshauptversammlung am 11. März wurde Günter Reindl

einstimmig zum neuen Vorsitzenden gewählt. Raimund Duregger bleibt der Ortsgruppe als Vors.-Stellvertreter erhalten. Weiters stehen ihm Theresia Wagner als Kassierin und Führung des Sozialreferats, Elisabeth Merscher als Kassierin-Stellvertreterin, Siegfried Palmethofer als Schriftführer, Elfriede Hain als Schriftführer-Stellvertreterin, Karl Sturm als Reiseleiter sowie Roswitha Specht mit der Mitgliederbetreuung und Renate Heftberger mit dem Sportreferat zur Seite. Die Kontrolle liegt in den Händen von Alfred Kirnberger und Luise Sturm. Der neu gewählte Vorsitzende bedankte sich bei Raimund Duregger für die jahrelange vorzügliche Leitung der Ortsgruppe.

Termine: Fr., 13.5., 15 Uhr, Monatsversammlung. Mi., 18.5., Tagesfahrt nach Frankenmarkt zur Gärtnerei Bergmoser. Mittagessen und Besuch der Frucht & Sinne



CHEMIE: Wanderung in Lambach



EBELSBERG-PICHLING: 25, 30 und 35 Jahre Mitgliedschaft



EBELSBERG-PICHLING: Der neue Vorsitzende Christian Morandell



EBELSBERG-PICHLING: Kurzwanderung nach Ansfelden



EBELSBERG-PICHLING: Wanderung Burg Piberstein



FRANCKVIERTEL: Bei der Firma SonnenMoor

Schokoladenmanufaktur. Abf. 8.20 Uhr Rennerhof, 8.30 Uhr Bahnhof-ABC. Mi., 25.5., Wanderung Elisabeth-Waldweg in Bad Ischl/Pfandl. Treffpunkt: 6.50 Uhr Hbf. bei der Info. Fr., 10.6., 15 Uhr Monatsversammlung. Mi., 15.6., Tagesfahrt zum Steirischen Bodensee, Mittagessen im Forellenhof, Schnaps-Idee in Windischgarsten, Abf. 8.10 Uhr Rennerhof, 8.20 Uhr Bahnhof-ABC. (Im Jahresprogramm steht irrtümlich 16. Juni.)

Wir gratulieren: Maria Funke zum 98., Angela Ebner 94., Helene Breitschopf 92., Karl Wewerka 89., Helmuth Friedl 83., Hannelore Fries 83., Wilhelm Poimer 81., Gertrude Schörghuber 81. Geburtstag.

EBELSBERG-PICHLING

Endlich konnten wir mit unseren Aktivitäten wieder durchstarten. Mit 32 Teilnehmern wanderten wir bei wunderschönem Frühlingswetter

auf dem Pferdeeisenbahnweg nach Gallneukirchen. Das 13 Kilometer entfernte Ziel, für einige etwas zu anstrengend, erreichten wir nach drei Stunden. Auch bei der zweiten Märzwanderung hatten wir Sonnenschein und blauen Himmel. Wir wanderten von Helfenberg zur Ruine Piberstein. Auch die Kurzwanderer sind alle 14 Tage unterwegs. Die Kartenrunde trifft sich wieder im Volkshaus solarCity im Club Aktiv. Die Jahreshauptversammlung am 18. März stieß auf reges Interesse. Es wurde über die Jahre 2019, 2020 und 2021 berichtet. Höhepunkt war die Neuwahl des Vorstandes. Zum neuen Vorsitzenden wurde Christian Morandell, zum Stellvertreter Helmut Gschiel gewählt. Unsere langjährigen Mitglieder wurden für 25, 30 und 35 Jahre Mitgliedschaft geehrt.

Termine: Di., 17.5., Rundwanderung Steyr. Di., 24.5., Kurzwande-

rer, Botanischer Garten. Di., 31.5., Rottenegg-Runde. 24.6., Tagesausflug Königssee – es sind noch Plätze frei, Anmeldeschluss 8. Juni.

Wir gratulieren: Maria Linsboth zum 93., Berta Sommerhuber 90., Maria Graf 87., Hildegard Berghammer 86., Johanna Mühlböck 86., Frieda Kogler 85., Cäcilia Winkler 85., Amalia Felbermayr 84., Hedwig Hrusca 84., Sigrid Scherrer 84., Angela Fröschl 83., Melitta Hackl 83., Elsa Wakolblinger 83., Franz Gasselseder 82., Resi Hetzmannseder 82., Friedrich Kiesenhofer 82., Gerhard Koschler 82., Erna Paulmair 82., Albert Kapun 81., Hans Jörg Sicklinger 81., Herta Bauer 80., Inge Edstadtler 80., Berta Hofstadler 80., Gisela Horvath 80., Franz Kroiß 80., Hermann Purrer 80., Wilhelmine Weinberger 80., Erwin Grünberger 75., Ing. Friedrich Hofmann 75., Giovanni Selva 75. Geburtstag.

FRANCKVIERTEL

Unsere Faschingsfahrt ging nach Putzleinsdorf. Tanzen war leider noch nicht erlaubt. Aber mit gutem Essen und gemütlichem Beisammensein mit Musik und guter Laune war es ein schöner Tag. Die Wandergruppe machte sich bei Sonnenschein auf den Weg von Traun zur Oedtsee-Umrandung mit Einkehr im Seerestaurant. Die Monatsversammlung im März war sehr gut besucht. Dabei durften wir Gäste aus der ehemaligen Ortsgruppe Altstadt begrüßen. Einige von ihnen wechselten im April zu unserer Ortsgruppe – wir heißen sie herzlich willkommen. Die Tagesfahrt im März führte uns nach Anthering bei Salzburg zur Firma SonnenMoor. Bei einer Führung und anschließender Informationsveranstaltung wurde uns erklärt, wie wir durch die Heilkraft von Kräutern und Mooren unsere



FRANCKVIERTEL: Monatsversammlung im März



FRANCKVIERTEL: Tagesfahrt Putzleinsdorf



FRANCKVIERTEL: Wanderung Oedter See



FROSCHBERG: Geburtstagsgratulation an Josefine Kresl und Erika Watzl



FROSCHBERG: Reges Interesse an Vorsorgeartikeln



FROSCHBERG: Vortrag von Christian Kloibhofer

Gesundheit unterstützen können. Weiterfahrt ins Innviertel zu einem gemütlichen Essen.

Termine: Mi., 11.5., 14 Uhr, Monatsversammlung (Muttertagsfeier) im Volkshaus Franckviertel. Do., 19.5. Muttertagsfahrt nach Seitenstetten und Hochbärneck. Mi., 8.6., 14 Uhr, Monatsversammlung im Volkshaus Franckviertel.

Wir gratulieren: Antonia Brandecker zum 88., Hermine Gassner 87., Johann Riegler 83., Rosa Freigner 81., Sieglinde Rameseder 78., Peter Salzbacher 76., Hans Peter Waschelevski 71. Geburtstag.

FROSCHBERG

Bei unserer Versammlung im März ging es um das Thema Eigenvorsorge für den Fall eines längeren Stromausfalls. Ziel war es, die Mitglieder zu sensibilisieren und vor allem zu informieren, wie sie

sich im Fall des Falles von äußeren Umständen unabhängig versorgen können und vor allem auch darum, welche Verhaltensweisen in Notsituationen erforderlich sind. „Jeder Bürger soll mindestens 14 Tage autark leben können, somit das Haus in dieser Zeit nicht verlassen müssen und keine fremde Hilfe benötigen“, so Vorsorgeexperte Christian Kloibhofer vom OÖ Zivilschutzverband bei seinem Vortrag im Volkshaus Froschberg. Über die rege Wohnbautätigkeit am Froschberg informierte Walter Giritzer mit einem Videovortrag. Eine gewisse Enttäuschung kam insofern auf, dass bei all diesen Wohnbauten der soziale Wohnbau keine Beachtung findet. Eigentumswohnungen mit einem Quadratmeterpreis an die 7.000 Euro sind für unsere Klientel ohnehin nicht oder kaum erschwinglich. Vors.-Stellvertreterinnen Sonja Grufeneder und Hilde

Summerauer gratulierten Josefine Kresl und Erika Watzl zu ihren runden Geburtstagen.

Termine: Mi., 11.5., Tagesfahrt nach Scharnstein und zum Almsee. Fr., 10.6., 14 Uhr, Volkshaus Froschberg, Monatsversammlung mit Informationen.

Wir gratulieren: allen Mitgliedern, die im Mai Geburtstag haben.

HARBACH

Bei der Monatsfahrt am 25. Februar besichtigten wir die Bio-Brauerei in Neumarkt. Den Nachmittag verbrachten wir in St. Martin mit Musik und lustigen Geschichten. Die Jahreshauptversammlung im März besuchten 97 Mitglieder. Die Geburtstagsgratulationen und Ehrungen führten Landessekretärin Jutta Kepplinger und Vors. Elfriede Pfund durch.

Am 16. März wanderten 22 Teilnehmer die Bürgermeisterrunde

in Bad Leonfelden.

Termine: 13.5., Monatsversammlung. 18.5., Monatswanderung Gramastetten-Walding.

Wir gratulieren: Rosa Rebhandl zum 96., Jakob Reiter 93., Irmgard Gallas 83., Helga Prischl 82., Helga Pankraz 81., Franz Reichl 75., Roswitha Janout 70. Geburtstag.

KEFERFELD

Am 18. Februar starteten wir mit unseren heurigen Versammlungen. 110 Mitglieder ließen sich von den Bildern der Veranstaltungen und Versammlungen des vergangenen Jahres verzaubern. Es war ein gelungener Neustart in das Jahr 2022 mit unserem Jahresrückblick.

Auch unsere Tagesfahrten nehmen wieder Fahrt auf. Die erste Ausfahrt am 25. Februar nach Salzburg war mit über 50 Teilnehmern gut gebucht.



HARBACH: Ehrung langjähriger Mitglieder



HARBACH: Geburtstage im März



HARBACH: Wanderung Bad Leonfelden



KEFERFELD: Beim Regattaverein Ottensheim



KEFERFELD: Wanderung rund um Ottensheim



LINZ AG: Auf der Fähre

Die Versammlung am 11. März war mit 60 Teilnehmern nur mäßig besucht. Ein spannender Diavortrag von Karl Weixelbaumer zum Thema Südamerika stand auf dem Programm. Die Wanderung am 17. März wurde bei tollem Wanderwetter von 21 Teilnehmern in Anspruch genommen. Begleitet von Karl Weixelbaumer, wurde eine Strecke von ca. 12 Kilometern bewältigt – rund um Ottensheim, Regattastrecke und Donauauen.

Termine: sofern die Corona-Bestimmungen es erlauben. Fr., 13. 5., 14 Uhr, Muttertagsfeier mit kleinem Imbiss im VH Keferfeld. Do., 19. 5., Wandern, Näheres wird bei Versammlung bekanntgegeben. Mi., 25. 5., Fahrt nach Tragöß (Grüner See), Abf. 8 Uhr, Rückfahrt ca. 17 Uhr, Ankunft in Linz ca. 20 Uhr. Fr., 10. 6., 14 Uhr, Versammlung im Volks-

haus Keferfeld – Tanzspiele für Junggebliebene mit Britta & Peter. Mi., 15. 6., Wandern, Näheres wird bei Versammlung bekanntgegeben. Wir turnen jeden Mittwoch von 16 bis 17 Uhr im Volkshaus Keferfeld. Stockschißen: jeden Dienstag von 18.30 bis 20.30 Uhr in der Stocksporthalle Keferfeld (Wieningerstr. 7, 4020 Linz). 9./20./27. 5. (Juni Sommerpause), 14–17 Uhr, Kegeln im Volkshaus Kleinmünchen.

Wir gratulieren: Karin Rechberger zum 55., Andreas Fragner 65., Hilde Mühlparzer 70., Elfriede Nöbauer 82., Irmgard Heiduck 83., Anna Kaisermair 86., Christina Krenmayr 88., Hildegard Wasenbelz 94. Geburtstag.

KLEINMÜNCHEN

Wir gratulieren: Edeltraud Gruber zum 95., Franz Knoll 95., Maria Praher 91., Christl Hummer 88.,

Edith Schuster 88., Wilhelm Kriechbaum 87., Fred Magerl 87., Margit Nagy 87., Maria Gross 83., Alfred Kronabithleitner 83., Margot Munz 83., Elfriede Pichl 83., Margarethe Höglinger 82., Karl Neidl 82., Edith Höllinger 80., Anita Cernelc 75., Friderika Hegen 75., Christine Stellnberger 75., Karl Reidinger 70., Sieglinde Sander 70. Geburtstag.

LINZ AG

40 Personen fanden sich am 16. Februar teilweise maskiert zu unserer Faschingsfahrt ein. Den Vormittag verbrachten wir in einer Schnapsbrennerei, wo uns der Hausherr die Technik des Schnapsbrennens sowie die Herstellung hochwertiger Edelbrände und Liköre unter dem Motto „Vom Feld in die Flasche“ erklärte. Anschließend fuhren wir nach St. Veit zum Mittagessen und verbrachten

dort einen Faschingsnachmittag mit Musik und Tanz. Eine gemütliche Wanderung machten wir am 23. Februar vom Bahnhof Ottensheim, entlang der Donau, über das Kraftwerk Ottensheim-Wilhering, den Fischlehrpfad entlang und mit der Fähre retour nach Ottensheim. Am 9. März fuhren unsere Wanderer mit dem Bus nach Altenberg und wanderten dann nach St. Magdalena.

In der Villa sinnereich in Rohrbach bekamen wir in kleinen Gruppen interessante und erstaunliche Eindrücke zu den Exponaten zur Wahrnehmung und Sinnestäuschung. Diese wurden von der Linzer Kunstuniversität und anderen Künstlern entworfen. Nach dem Mittagessen in Helfenberg ging es quer durchs Mühlviertel wieder zurück nach Linz.

Termine: siehe unser aktuelles



LINZ AG: Die Teilnehmer der Faschingsfahrt



LINZ AG: In der Villa sinnereich



MULDENSTRASSE: Bugfield Leitungsteam



MULDENSTRASSE: Eröffnungstanz beim Frühlingsfest



NEUE HEIMAT: Elisabeth Heinrich, 90. Geburtstag

Programm auf www.pvlinz.at/ortsgruppe-linz-ag

MULDENSTRASSE

Nach zwei Jahren Corona-Pause konnten wir endlich unser Bugfield Frühlingsfest abhalten. Beim gemeinsamen Linedance, gutem Essen, tollen Mehlspeisen und bei guter Unterhaltung konnten wir das Fest so richtig genießen.

Termin: sofern die Corona-Bestimmungen es erlauben. Fr., 16. 9., Fahrt zum Sensenschmiedemuseum Micheldorf und zur Schwimenden Almhütte, Abf. 8.30 Uhr EKZ Muldenstraße.

Wir gratulieren: Prof. Antonius Hochgatterer zum 88., Brigitta Schmidberger 83., Rosa Wieser 81., Hedy Gross 78., Pauline Rametsteiner 76., Heidemarie

Foschi 75., Christine Spreitz 75., Alexander Spreitz 75., Christa Vater 71., Ingrid Eidenberger 71. Geburtstag.

NEUE HEIMAT

Der erste Ausflug nach langer Zeit ging zur Pralinenwelt in Allhaming. Ein Erlebnis – im Zentrum der Pralinenwelt erhebt sich der höchste Schokoladenbrunnen

der Welt. Eine Tonne Schokolade, 12,27 m hoch. Die süßeste Versuchung, seit es Schokolade gibt. Wir durften kosten, schmecken und genießen – ein Paradies für Naschkatzen. Natürlich haben wir auch eingekauft. Anschließend fuhren wir nach Sipbachzell zum Mittagessen. Am Nachmittag besuchten wir das Stift Kremsmünster. Geistliches Zentrum mit vielen



NEUE HEIMAT: Stift Kremsmünster



NEUSTADT: Gratulation den Geburtstagskindern



NEUSTADT: Nähstube im Gallhuberhof



NEUE HEIMAT: Rosina Waidhofer 90., Josef Waidhofer, 85. Geburtstag



NEUE HEIMAT: Schokoladenbrunnen in der Pralinenwelt



NEUSTADT: Gipfelkreuz auf dem Pfenningberg



PVA: Bei der Statue Johannes Nepomuks



PVA: Rast bei der Eichendorff-Gedenkstätte

kulturellen Schätzen. Im Rahmen einer Führung bekamen wir einen Einblick in die Geschichte und Gegenwart des Klosters.

Termine: Mi., 11. 5., Tagesfahrt (Muttertagsfahrt) nach Niedersulz, Dorfmuseum, Reisebegleitung: Ludwig Hengl. Fr., 10. 6., Monatsversammlung (Ort wird noch bekanntgegeben). Bitte beachtet unsere Aushänge in den Schaukästen. Wandern: Mi., 18. 5., Route: Aurundweg in Schlierbach/Krems. Mi., 8. 6., Route: Neumarkt im Mühlkreis – Unterweisersdorf. Kaffeenachmittag und Singkreis im Mai entfallen.

Wir gratulieren: allen Mitgliedern, die im Mai ihren Geburtstag feiern.

NEUSTADT

Langsam beginnt das Vereinsleben wieder in Schwung zu kommen. So fand am 11. März die Vorstandswahl statt. Der bisherige Vorstand mit Vorsitzender Magda Oberranzmeier wurde wiedergewählt. Für die ausgetretene Kassiererin wurde Gertraude Neumann einstimmig gewählt.

Der erste Wandertag 2022 führte uns auf den Pfenningberg, wo wir beide Gipfelkreuze besuchten. Die Wanderung war anstrengend, aber alle waren stolz über den Gipfelsieg.

Der Tagesausflug am 16. März führte uns über St. Florian, wo

wir zu Mittag einkehrten, nach Dietach.

Das Bauerntechnikmuseum Gallhuberhof ist eine Schatzgrube mit einer Vielzahl von Exponaten aller Lebensbereiche. Vom größten Traktor der Welt über Oldtimer, Bauernmöbel bis zu bäuerlichen Geräten war alles zu sehen.

Termine: 13. 5./10. 6., Versammlungen. 18. 5., Tagesfahrt nach Bad Zell, Besichtigung der Erlebnistherme Lebensquell, Hedwigsbründl, historische Marktführung in Bad Zell und Führung durch das Kaolinum in Allerheiligen. 30. 5.–3. 6., Frühlingssfahrt nach Vornau, umfangreiches Besichtigungsprogramm, wie z. B. eine Fahrt auf den Schneeberg.

Wir gratulieren: Anna Werner zum 94., Rosa Natschläger 92., Leopoldine Gerstorfer 87., Maria Schatzdorfer 84., Margit Hueber 81. Geburtstag und allen im Mai geborenen Mitgliedern.

PVA

Die erste Wanderung 2022 brachte uns auf den Gipfel des Mursberges. Vom Bahnhof Walding ging es an der Statue des heiligen Nepomuk vorbei über die Rodlbrücke. Über einen Forstweg wanderten wir auf die Kuppe des Mursberges, von dort konnten wir einen ausgiebigen Rundblick über das Eferdinger Becken genießen. Anschließend führte uns Wolfgang

durchs Käferbachtal hinauf zum Mostbauern, zum Franzosenkreuz und zum Tierpark Walding. Beim Abstieg kamen wir an der Eichendorff-Gedenkstätte vorbei, wo wir das von Freiherr von Eichendorff getextete Lied „Wem Gott will rechte Gunst erweisen“ anstimmten. Jetzt war es nicht mehr weit zum Ausgangspunkt unserer Wande-

rung, wo der gemütliche Abschluss mit Speis und Trank stattfand.

Termine: Do., 12. 5., 7.45 Uhr, ehem. ABC-Buffer, Abfahrt zum Tagesausflug nach Salzburg. Di., 7. 6., 15 Uhr, Gasthaus „Zum Schiefen Apfelbaum“, Mitgliederversammlung.

Wir gratulieren: allen im Mai geborenen Mitgliedern.

Ich und meine Chefin sind ein gutes Team!

Mit dem Auftrag zur Pflege Ihres Grabes an uns können Sie eine Sorge abgeben – und ich habe den Arbeitsplatz, von dem ich immer geträumt habe!



STILLES GEDENKEN STILVOLL GESTALTET

Die Verbundenheit zu verstorbenen Angehörigen oder Freunden kann in der liebevollen Gestaltung des Grabes einen schönen Ausdruck finden.

DIE GANZE SAISON IN GUTEN HÄNDEN

Wählen Sie aus unseren Paket-Angeboten für ein ganzes Jahr, oder Ihr individuell zusammengestelltes Wunschpaket. Unseren Kundinnen und Kunden bieten wir Qualität und ein faires Preis-Leistungsverhältnis.

WIR HANDELN FÜR DEN GUTEN ZWECK

Unsere Gärtnerei schön&bunt bietet Menschen mit Beeinträchtigungen einen Arbeitsplatz. Die Überschüsse aus unseren integrativen Tätigkeiten fließen in unsere gemeinnützigen Einrichtungen für Menschen mit Beeinträchtigungen zurück.

Ihre Grabpflege mit sozialem Mehrwert am Barbarafriedhof

Wir kooperieren im Sinn der Integrativen Beschäftigung mit
Schön für besondere Menschen
www.hhg.at | T: 0664 - 8837 0758



SCHIFFSWERFT: Vorsitzübergabe mit den Ehrengästen



SPALLERHOF: Unsere Nordic Walker

SCHIFFSWERFT

Zu einem Vorsitzwechsel kam es bei der Jahreshauptversammlung am 4. März. Der langjährige Vorsitzende Fritz Feichtinger legte seine Funktion zurück, ebenso einige Mitglieder des Vorstandes. Fritz Feichtinger übernahm 2010 die OG Schiffswerft. Er leitete diese mit Herz und viel Engagement und unterstützte auch die SPÖ-Sektion Innenstadt-Ost-Schiffswerft. So ganz nebenbei führte er mit seinem handwerklichen Geschick viele immer wieder anfallende Reparaturen in den Vereinsräumlichkeiten beim Posthof durch. Fritz Feichtinger bedankte sich für die Unterstützung und gute Zusammenarbeit. Zur neuen Vorsitzenden wurde einstimmig Helga Eilmsteiner gewählt. Helga Eilmsteiner war bis 2021 Gemeinderätin und Vorsitzende der SPÖ-Sektion

Innenstadt-Ost-Schiffswerft und dadurch den Mitgliedern der Ortsgruppe bereits bekannt. Sie bedankte sich bei Fritz Feichtinger und versprach ihm, mit vollem Einsatz seine Arbeit weiterzuführen. Auf dem Bild zu sehen: Helga Eilmsteiner, Fritz Feichtinger, Vbgm.ⁱⁿ Karin Hörzing, Bez.-Vors. NR Dietmar Keck.

Termine: Mi., 11. 5., 3-Seen-Tour. Mi., 8. 6., Wachsfigurenkabinett Wien.

Wir gratulieren: Brigitte Gröbner zum 74., Ulrike Hauser 69., Alois Preslmayr 76., Hermann Baumgartner 69., Lydia Kaltenbrunner 61., Regina Weinberger 81., Hans Hermann Multenberger 75., Emerich Höllinger 83. Geburtstag.

SPALLERHOF

Unser Seniorencafé im März war sehr gut besucht. Leider mussten wir unseren Ausflug wegen Corona

wieder absagen. Wir planen vom 18. bis 25. Juni eine Wanderwoche beim Andlwirt in St. Andrä im Lungau. Interessenten werden gebeten, sich wegen Zimmerreservierung bei Wanderreferent Roland Klaushofer, Tel. 0650/409 58 50 anzumelden (siehe Homepage Wanderwoche).

Termine: Fr., 13. 5., 13 Uhr, Muttertagsfeier im Pfarrsaal der Pfarre St. Peter (Wallenbergstr. 20). Do., 19. 5., 9 Uhr, Kittenberger Erlebnissgärten. Fr., 3. 6., 13 Uhr, Seniorencafé im Activ Club.

Wir gratulieren: Anna Gaisbauer zum 93., Ingeborg Lindlbauer 89., Erika Altenhofer 87., Elfriede Grabner 87., Angela Spendlingwimmer 87., Wilhelm Knogler 85., Maria Höglinger 83., Elfriede Öhner 82., Wilhelm Ringler 82., Anneliese Affenzeller 81., Alfred Müller 75., Sieglinde Schütz 75. Geburtstag.

STEG-DORNACH-AUHOFF

Für die Versammlung im März konnte Landessekretärin Jutta Kepplinger gewonnen werden. Sie stellte sich unserer Ortsgruppe vor und referierte über ihre Aufgaben im Pensionistenverband. Weiters gab sie uns einen Einblick in die einzelnen Sparten der Organisation und einen Überblick über die geplanten sportlichen und kulturellen Ereignisse im Jahr 2022. Das Interesse unserer Mitglieder war groß, zumal die Jahre davor in dieser Hinsicht coronabedingt sehr dürrig ausfielen. Auf Initiative von Inez Kykal wurde für die Opfer des Ukraine-Krieges eine Spendenaktion gestartet, bei der die stattliche Summe von 1.000 Euro übergeben werden konnte. Wir danken allen unseren Spendern für diese großartige Hilfeleistung.



SPALLERHOF: Seniorencafé



STEG-DORNACH-AUHOFF: Unsere Mitglieder beim Tagesausflug



STEG-DORNACH-AUHOFF: Vors. Manfred Comoli mit Landessekretärin Jutta Kepplinger



TABAK: Helene Gabriel, 80. Geburtstag



TABAK: Wir trainieren unsere Konzentration



URFAHR-OST: Denkmal des Kufsteinliedes

Die Tagesfahrt im März führte uns bei traumhaftem Wetter nach Rabenstein an der Pielach zum Steinschalerhof. Dort konnten wir angeregt von den gelb blühenden Dirndlsträuchern vom nahenden Frühling träumen und uns an den verschiedenen Produkten des Dirndlstrauches versuchen. So manches Naturerzeugnis fand dann auch Einzug in unsere Einkaufstaschen.

Terminänderung: Das Sommerfest findet organisationsbedingt nicht am 1. Juli, sondern am 8. Juli im Volkshaus Ferdinand-Markl-Straße statt.

TABAK

Vor der Monatsversammlung am 2. März führte Renate Gratzl eine SelbA-Schnupperstunde durch, bei der sechs interessierte Mitglieder mit viel Spaß bei der Sache waren. Im Anschluss

stand dieser Nachmittag ganz im Zeichen des Aschermittwochs. Bei einem kleinen Imbiss mit verschiedenen Aufstrichen und einem Glas Sekt unterhielten sich die 30 Anwesenden bestens. Beim Ausflug zur Firma Wenatex am 16. März haben sich die 18 TeilnehmerInnen sehr wohl gefühlt.

Termine: Mi., 11. 5., Fahrt nach St. Willibald zur Fa. Guschlbauer. 1. 6., Monatsversammlung. Mi., 8. 6., Fahrt nach Ardagger, Haubiversum und Mostbirnhaus.

Wir gratulieren: Alois Scharrer zum 95., Renate Gratzl 71., Richard Müllegger 75., Josef Weiszengruber 85., Helene Gabriel 80., Karoline Heiler 96., Rosina Schmitt 96., Rebecca Kampl 38., Michaela Lindinger 57., Daniela Christensen 37., Hildegard Amersdorfer 92. und Willibald Bauer zum 91. Geburtstag.

URFAHR OST

Der Besuch auf der AlpakaFarm am Sonnseitnhof in Bad Großpertholz war ein großer Erfolg. Die mit voller Begeisterung vom Besitzer vorgebrachten Ausführungen über seine Alpakas fanden reges Interesse bei den Mitgliedern. Es gab unzählige Fragen und Antworten. Diese edlen Tiere mit ihren süßen Gesichtern, ihrem streichelweichen vielfarbigen, superfeinen Fell waren einfach zum Verlieben. Eine Wanderung mit den Alpakas war wegen der ungünstigen Schneelage leider nicht möglich, so machten wir einen Spaziergang im Hof. Im Hofladen wurde fleißig eingekauft. Es folgte ein Mittagessen im berühmtesten Gasthof in Großpertholz.

Die nächste Fahrt ging nach Kufstein. Vom Busparkplatz spazierten wir entlang des Inns bis vor das Denkmal des Komponisten des Kufsteinliedes, Karl Ganzer, natürlich mit dem Absingen des Liedes. Durch das Auracher Löchl ging es weiter in die wunderschöne Altstadt Kufsteins. Unsere Führerin erzählte von der bewegten Geschichte der Stadt und zeigte uns viele Sehenswürdigkeiten, bevor wir im Bräustüberl zu Mittag aßen. Auf der Heimfahrt machten wir eine Kaffeepause in Grünau bei Wals.

Termine: Fr., 13. 5., 14 Uhr, Mitgliederversammlung, Mi., 18. 5., 8 Uhr, Tagesausflug Rossbrand bei Radstadt, Fr., 10. 6., 12 Uhr, Mitgliederversammlung und Sommerfest, Mi., 15. 6., 8 Uhr, Tagesfahrt Lachtal, Klosterneuburger Hütte.

Wir gratulieren: Erna Kaschparak zum 103., Rosemarie Amon 100., Marlies Lahnsteiner, 87., Friedrich Baumgartner 86., Gertraud Kolrus 86., Hertha Weidinger 86., Manfred Mörtenschlag 83., Horst Schlipfänger 83., Erika Breiteneder 82., Hertha Bruckmüller 81., Annemarie Lehner 81., Karl Weidenauer 81., Edeltraud Hauseder 80., Herbert Staiger 75. Geburtstag.

WIR TRAUERN IM BEZIRK

Bindermichl: Josefine Zimmer 91, Maria Palmethofer 81, Brigitte Greindl 72, Ernst Ellinger 95.

Ebelsberg-Pichling: Johann Felbermayr 90, Maria Esterbauer 87, Helmut Zachhuber 72, Gudrun Trully 81.

Kleinmünchen: Anna Niederhauser 98.

Linz AG: Erika Karadag 66.

Neue Heimat: Hilde Schnuderl 103, Adalbert Tertsch 94.

Spallerhof: Alfred Schneidergruber 96.



URFAHR-OST: AlpakaFarm Sonnseitn



ALKOVEN: Reisegruppe Filzmoos



ASTEN: Ausflug ins Dirndltal

LinZ-Land

ALKOVEN

An einem wunderschönen Märztag machten 29 Mitglieder eine Tagesfahrt nach Filzmoos. Ankunft um 11 Uhr am Hammerhof, wo uns die Pferdeschlitten erwarteten, die uns zur Oberhofalm brachten. Eine schöne Fahrt in dieser großartigen Landschaft mit Blick auf die Bischofsmütze. In der Oberhofalm genossen wir das Mittagessen. Anschließend ging es zurück zum Hammerhof, wo wir bei herrlichem Sonnenschein eine Kaffeejause im Freien genossen. Mit wunderschönen Eindrücken traten wir die Heimreise an. Alle freuten sich sehr über dieses Zusammensein, das wir so lange vermisst haben.

Auch unsere Klubnachmittage werden wieder möglich sein.

Termine: Mi., 11.5., 11 Uhr, Muttertagsfeier im Kulturtreff., Do., 19.5., 17 Uhr, Kegeln im Gasthaus David. 10./17./24./31.5., 13.30 Uhr, Sport.

Wir gratulieren: Friedrich Wittmann zum 70., Friederike Sulzbacher 75., Ludwig Penz 81., Brigitte Schacherleitner 85., Johanna Fadl 86., Edeltraud Andrejak 86. Geburtstag.

ANSFELDEN

Die Rosenmontagsfeier fand als Faschingssitzung in der Tagesheimstätte Ansfelden statt. Eine Wanderung führte uns vom Saunaparkplatz Ebelsberg entlang der Traun, vorbei am Weikerlsee,

durch die solarCity und über den Schlossweg zurück nach Ebelsberg, mit Einkehr im Gasthof Strauß. Beim ersten Tagesausflug besuchten wir die Schaufleischerei Zalto, wo wir einen Einblick in die Fleischproduktion erhielten. Nach der Vorführung gab es eine Kostprobe aus dem Wurstkessel. Weiters besichtigten wir den Mühlviertler Dom in Niederkappel sowie eine Backvorführung im Panoramacafé Bauer.

Termine: Do., 23.6., Tagesausflug Krippenstein – Bratlessen mit Panoramablick (Anmeldeschluss 2.6.). Spielenachmittag: jeden letzten Donnerstag im Monat um 14 Uhr, Tagesheimstätte Ansfelden.

Wir gratulieren: Helga Findling, Erwin Kaltenberger, Floarea Potopea, Erich Schulz und Ingrid Stieger zum 65., Ernst Retl 70., Christine Eder und Wolfgang Halm 75., Maria Eichhorn 81.,

Helene Hinterdorfer und Gisela Kapeller 82., Elisabeth Luger 83., Karl Dolzer, Franz Dullnigg, Berta Habershauer und Otto Haghofer 85., Friedrich Hinterdorfer 88., Wilhelmine Maier 91. Geburtstag.

ASTEN

Der erste Ausflug führte uns bei herrlichem Wetter nach Rabenstein im Pielachtal. Bei einem Vortrag im Gasthaus Steinschaler erfuhren wir Interessantes über die Dirndlsträucher und die Dirndl. Nach einer Rundfahrt im Dirndltal und dem Mittagessen im Steinschalerhof machten wir einen Spaziergang durch die Anlage und beendeten den Ausflug mit Kaffee und einer Dirndlschnitte.

Unsere langjährige Karteiführerin Ingrid Atteneder feierte ihren 80. Geburtstag und wurde im Rahmen einer kleinen Feier vom Vorstand und von den VorturnerInnen geehrt.

Kostenlose Beratung im Bezirk

Asten	Mi., 18.5.	15.15 Uhr	Seniorenklub
Asten	Mi., 15.6.	15.15 Uhr	Seniorenklub



ANSFELDEN: Rosenmontag in der Tagesheimstätte



ANSFELDEN: Rundwanderung Ebelsberg



ASTEN: Ingrid Atteneder mit dem Vorstand, 80. Geburtstag



DOPPL-HART: Ehrung langjähriger Funktionärinnen



DOPPL-HART: Faschingsgaudi mit einer Travestieshow



ENNS: Beim Singenden Wirt in Ainring

Termin: Mi., 18.5., 15.15 Uhr, Sozialsprechtag mit Referent Franz Dastl im Seniorenklub (Eigenheimstraße 4), telefonische Anmeldung, 0676/319 65 96.

Wir gratulieren: Josef Raml zum 85., Hermine Eder 83., Norbert Forster 83., Theresia Welser 83., Franz Stutz 82., Gottfried Welser 81., Hermann Felkl 80., Helmut Haslinger 80., Elfriede Riederer 80., Christine Frank 75., Heinz Diesenreiter 70., Marianne Egger 70., Sieglinde Maria Narovnick 70., Wilhelm Prammer 70., Maria Pernegger 65., Karin Reisinger 60. und Helmut Wahl 60. Geburtstag.

DOPPL-HART

Bei der ersten Veranstaltung im heurigen Jahr am Faschingsdienstag war Lachen angesagt: Die Adler-Travestieshow besuchten rund 30 Mitglieder. Während eines ausgiebigen Frühstücks konnten

wir bei einer Modenschau die neueste Mode beurteilen und anschließend kaufen. Nach dem Mittagessen ging es heiß her mit Sascha und seiner Frau.

Die Gmundner Keramik war das Ziel der Busreise im März. Bei einer interessanten Führung bestaunten wir die handwerkliche Kunst. Zwei mutige Damen versuchten sich beim Bemalen einer Schale und mussten zugeben, dass es doch zwei Lehrjahre braucht, bis man die dekorativen Muster auf die Tasse bringt. Weiterfahrt mit der Traunsee-Tram nach Kirchham zum Bratlessen im Gasthaus Pöll. Zum Abschluss flanieren wir noch auf der Gmundner Esplanade.

Unsere Mitgliederversammlung fand am 1. April im Doppl:Punkt statt. 70 Mitglieder nahmen daran teil. Langjährige Mitglieder wurden geehrt, unter ihnen die Betreuerinnen Marianne Blumenschein

und Aloisia Kraus, die sich nach jahrelanger Funktionärstätigkeit verabschiedeten.

Termin: Do., 19.5., Busfahrt nach Passau, mit 3-Flüsse-Fahrt.

Wir gratulieren: Helmut Neubauer zum 82., Maria Jordan 89., Anna Fischnaller 94., Ludmilla Egler 88., Notburga Spissak 80., Katharina Rider 85., Margarethe Gangl 88., Maria Müller 89., Helga Edlauer 75., Matia Bauer 70., Hertha Herzog 87., Robert Fischnaller 75. Geburtstag.

ENNS

Im März machten wir einen Ausflug zur Firma Wenatex – Haus der Stoffe in Salzburg. Wir erhielten Informationen über die neuesten Erkenntnisse der Schlafforschung und besichtigten Walkjanker, die neue Frühjahrsmode sowie die neuesten Stoffe für Haus und Garten. Anschließend fuhren wir ins Berchtesgadener Land nach Ainring. Bei einem zünftigen Brat'l in der Rein beim Singenden Wirt unterhielten wir uns im wahrsten Sinne köstlich.

Termine: Do., 12.5., Frühlingssfahrt Edlbach. 22.-24.6., Steiermark, Graz, Apfelstraße.

Wir gratulieren: Hedwig Hame-tinger zum 65., Johann Ring 75., Gerhard Fertl 75., Annemarie Wildauer 75., Rudolf Aschauer 75., Danuse Schneckenreither 75., Leopoldine Oyrer 80., Herlinde

Reisinger 80., Horst Eitelhuber 81., Aloisia Hofer 81., Herbert Lipkovich 82., Herma Knoll 82., Theresia Kiebler 83., Herbert Kiebler 84., Gertrude Zeindlinger 86., Johann Lasch 87., Berta Barth 88., Anna Huber 88., Franz Kopacka 89., Johanna Reinthaler 90., Johanna Hochbaumer 91., Gerhard Danninger 93., Helene Schmöll 90., Pauline Schauer 90., Hildegard Atteneder 90., Wolfgang Riest 89., Erna Happl 88., Frieda Kraml 87., Günter Haslinger 86., Maria Rippatha 85., Eva Neilinger 84., Johann Frühwirt 84., Johanna Hochradner 84., Leopoldine Hainthaler 83., Margarete Janecek 83., Walter Barth 83., Franz Hametner 82., Ilse Brunbauer 82., Edmund Wandl 81., Erich Penz 81., Edith Fleischanderl 81., Fritz Leitner 80., Rudolf Hizmann 80., Erwin Grünwald 75. Geburtstag sowie Elisabeth und Alois Fischer zur Eisernen Hochzeit.

HAID BEI ANSFELDEN

Am Faschingsdienstag veranstalteten wir eine kleine Feier in der Tagesheimstätte. Aufgrund aktueller Erkrankungen leider nur in einer abgespeckten Form. Trotz nicht idealer Rahmenbedingungen hatten wir viel Spaß.

Auch die Ausflüge entwickeln sich langsam wieder in Richtung Normalität. Im März fuhren wir zur Fa. Adler, wo wir die neuen Modetrends



DOPPL-HART: Jimmy Czaczetka feierte den 80. Geburtstag



ENNS: Elisabeth und Alois Fischer, Eisernen Hochzeit



HAID BEI ANSFELDEN: Besuch einer Modenschau



HAID BEI ANSFELDEN: Faschingsdienstag in der Tagesheimstätte



HOFKIRCHEN IM TRAUNKREIS: Unsere Eisstockschiützen

besichtigten, und anschließend weiter nach Allhaming zur Confi-serie Wenschitz. Dort erfuhren wir Wissenswertes über Pralinen und Schokolade. Nach der Degustation fuhren einige mit einem Kalorien-überschuss nach Hause.

Wir gratulieren: Paula Brenner zum 92., Helene Dettling 80., Walter Forstner 65., Josef Gruber 81., Anna Hager 86., Edith Kron 82., Friedrich Kron 87., Anna Minixhofer 98., Hermine Neuhofer 94., Sigrid Pangerl 60., Hermine Schurer 82., Magdalena Weiterschan 94., Rosmarie Atzmüller 80., Hermann Gatterbauer 75., Franz Jirik 82., Christine Malonga 75., Mathilde Neuböck 65. Geburtstag.

HOFKIRCHEN IM TRAUNKREIS

Bei herrlichem Wetter wanderten am 10. März 30 sonnenhungrige Mitglieder zum Weikerlsee, wo,

in zwei Gruppen aufgeteilt, eine wunderbare Tour gemacht wurde. Gerhard Luckeneder und Jakob Haumann organisierten einen stärkenden Abschluss beim Hauermandl in Pichling.

Unsere Spielenachmittage nehmen wieder an Fahrt auf und beim Eisstockschießen fand am 21. März ein Wettbewerb zweier Moarschaften in der Goldberghalle statt. Jeden Dienstag gibt es Seniorenturnen im Gemeindezentrum. Neu im Vorturnerteam ist Heidi Lambrecht.

Termine: Di., 10.5., 7.30 Uhr, Gemeindezentrum, Ausflug Grünberg. Mi., 11.5., 14 Uhr, Spielenachmittage im Gemeindezentrum. Mi., 25.5./8.6., Spielenachmittage am Sportplatz. Mo., 13.6., 16 Uhr, Klubnachmittag im Gasthaus Pickl.

Wir gratulieren: Maria Bruckner zum 65., Josef Buchberger 65., Siegfried Wagner 87., Wilhelm Stöttner 80. Geburtstag.

HÖRSCHING

Das neue Jahr ist erst ein paar Monate alt und der PVÖ Hörsching hat bereits einige Reisekilometer auf dem Tacho. Im Jänner besuchten wir Wenatex. Nachdem wir unseren Shoppinghunger gestillt hatten, waren unsere Akkus ziemlich leer. Die Reserven haben wir beim Singenden Wirt in Ainring wieder aufgeladen.

Im Februar stand die Stübl Schafwollmanufaktur auf dem Programm. Als zweiten Tageshöhepunkt besuchten wir die Essigmacherinnen in Tragwein. Sowohl die Besichtigungstour im Familienunternehmen Stübl als auch die Essigmacherinnen beeindruckten uns sehr. Unsere Eva und Gatte Helmut Lehner haben sich bereits Gedanken über den Wander- bzw. Radausflugsplan gemacht. Aufgrund der Jahreszeit beschränkte sich der erste Ausflug auf eine Spazier-

runde. Die Radkovsky-Teiche in Alkoven haben uns Anfang März bei Traumwetter eine schöne Kulisse geboten.

Auch sonst ist uns nicht langweilig. Schon öfters sind wir im Hörschinger Gasthaus Cagitz zum Fischesen zusammengekommen. Auch eine Lesung von Martha Fröschl konnten wir genießen.

Eine große Rolle spielt bei uns auch die Kultur. Regelmäßig besuchen wir Kulturveranstaltungen wie z. B. Mitte März das Musiktheater „Der Graf von Luxemburg“.

Wir gratulieren: Gertrude Schaffhauser zum 95., Hermine Schmidt 88., Anna Breiteneder 85., Elisabeth Brandecker 84., Fritz Kobelhirt 82., Helmut Lehner 82., Gisela Lehner 81., Ottilie Rammerstorfer 81., Viktoria Kuster 75., Herbert Horninger 70., Anneliese Brunmayr 65., Werner Stickler 65., Elke Packy 55. Geburtstag.



HOFKIRCHEN IM TRAUNKREIS: Wanderung Weikerlsee



HÖRSCHING: Ausflug zur Stübl Schafwollmanufaktur



HÖRSCHING: Gemeinsamer Kulturgenuss



HÖRSCHING: Margarethe Roithmair, 90. Geburtstag



KEMATEN-PIBERBACH: Der neu gewählte Vorstand

KEMATEN-PIBERBACH

Am 2. März fand unser traditionelles Aschermittwoch-Wandern statt. Route: Kematen – Kleebrunner – Pachner – Mühlbachsiedlung – entlang der Bahn nach Kematen bis zum In-Biss Gust. Dort trafen wir uns mit weiteren Mitgliedern zum Heringsschmaus.

Die Lohnsteuerberatung von der Arbeiterkammer wurde gut angenommen.

Am 12. März fand unsere Jahreshauptversammlung mit Neuwahl im Gasthaus Kirchenwirt statt. Vors. Helmut Oberhammer konnte als Ehrengäste u. a. Landespräs.-Stv. Franz Röhrenbacher und Bez.-Vors. Heinz Leitl begrüßen. Nach den Berichten wurden Mitglieder und Funktionäre geehrt. Die Wahlvorschläge wurden einstimmig angenommen. Vors. Helmut Oberhammer hat nach neun Jahren den Vorsitz abgege-

ben, er wurde zum Ehrenvorsitzenden ernannt. „Wir danken dir, Helmut, für die lange Zeit, in der du unsere Gruppe so erfolgreich mit viel Engagement und Herzblut geführt hast. Wir wünschen dir vor allem Gesundheit und dass du jetzt mehr Zeit für deine Familie, Freunde und Freizeitaktivitäten hast. Ein großes Danke auch an deine Frau, die dich und uns in all den Jahren tatkräftig unterstützt hat.“ Danke an Rosemarie Berger und Hertha Hieslmair, die nach vielen engagierten Jahren die Aufgaben der Schriftführerin und Frauenreferentin abgegeben haben. Dem neu gewählten Vorsitzenden Gerhard Buchegger wünschen wir einen erfolgreichen Start ins neue Vereinsleben.

Termine: Mi., 11. 5., Abf. 8.30 Uhr Parkpl. Kematen, Wandertag in Leonstein. Sa., 21. 5., Ausflug

zum Romantik Theater in Hadres. Di., 31. 5., 14–17 Uhr, Pibersaal in Piberbach, SPV-Einzahlung und Kaffeetreff. Mi., 1. 6., 13 Uhr, Abmarsch Hörtenhuber, Wandernachmittag (Ersatz 2. 6.). Do., 2. 6., 8.30 Uhr Bhf. Kematen-Piberbach, Zug 9.05 Uhr nach Kirchdorf, Radwandertag. Mo., 13. 6., 14–17 Uhr, SPV-Einzahlung im Gasthaus Kirchenwirt. Sa., 15. 6., 14–18 Uhr, Bezirksball im Gasthaus Templ, St. Marien, Abf. 13.30 Uhr Parkpl. Kematen. Weitere Infos und Abfahrtszeiten zu den Veranstaltungen siehe Jahresprogramm.

Wir gratulieren: Frieda Ensfelder zum 93., Christine Leutgeb 85., Rosemarie Berger 82., Helga Ribeiro 70., Erich Oberhammer 70., Christa Klanner 65., Josef Leutgeb 60. Geburtstag sowie Gertrude und Michael Durstberger zur Goldenen Hochzeit.

KRONSTORF-HARGELSBERG

Einen schönen Tag erlebten wir bei der von Willi Höfler ausgesuchten Wanderung rund um St. Florian mit Einkehr im Gasthaus „Zum Goldenen Löwen“.

In der Therme Ptuj in Slowenien genoss unsere Reisegruppe fünf wunderschöne Wellnessstage, organisiert von Platzl Reisen und Rosa Gabriel.

Die Faschingsfeier wurde aus Solidarität zur Ukraine abgesagt. Aber die Heringsjause, organisiert von Gisela Ohnmacht mit Team, fand im Klubraum statt. Mit den Einnahmen wurden Artikel für die Ukraine gekauft, welche mit einem Sammeltransport von Familie Auing, Familie Weber und Willi Bühringer zur Grenze der Ukraine gebracht und dort übergeben wurden.

Termine: 11. 5., Konzert im Brucknerhaus Linz. Die letzte Gymnastikstunde war am 4. April, wir



KEMATEN-PIBERBACH: Ehrengäste mit den ausscheidenden FunktionärInnen



KEMATEN-PIBERBACH: Vorsitzübergabe an Gerhard Buchegger



KRONSTORF-HARGELSBERG: Rosa und Kurt Brunner, Goldene Hochzeit



KRONSTORF-HARGELBERG: In der Therme Ptuj



KRONSTORF-HARGELBERG: Ukrainehilfe unserer Ortsgruppe



LANGHOLZFELD-WAGRAM: Stimmungsvoller Auftakt in Rechberg

danken Vorturner Heinz Gattringer für die Organisation und Betreuung. Beginn wieder am 3. Oktober.

Wir gratulieren: Johann Birkhuber 91., Johann Neundlinger 87., Heinz Hundsdoerfer 83., Klaus Lichtenberger 82., Max Hofmann 80., Erna Kuffner 75., Monika Ludwig 75., Eva-Maria Auinger 70., Paula Ebner 70., Gisela Ohnmacht 70., Regina Schuhmann 65., Renate Schuster-Winkler 60. Geburtstag.

LANGHOLZFELD-WAGRAM

Die beliebte Zusammenkunft jeden Montag ist wieder möglich. Wir können uns nun im Pfarrheim Langholzfeld von 13.30 bis 17 Uhr zum gemütlichen Plausch treffen. Am Rosenmontag war unsere erste größere Zusammenkunft. Bei Kaffee und Krapfen verbrachten wir gemütliche Stunden. Das heurige Veranstaltungsprogramm startete mit einem Ausflug

Mitte März nach Rechberg zum Gasthof Haunschmid „da goscherte Wirt“. Ende März wanderten wir auf dem Symphonieweg von Anselden nach St. Florian. Im April stand eine Fahrt in die Wachau mit Führung im Stift Melk auf dem Programm und anschließend reiste eine große Gruppe zum Frühlings-treffen nach Kreta.

Termine: Mi., 25.5., Wolfgangsee, Blinkingmoos und Bürglweg. Fr., 10.6., Weißenbachtal/Nixenfall. Mi., 9–10 Uhr, Gymnastik 55 plus, Treffpunkt im großen Saal, Volksheim TiL. Do., 9–10 Uhr, Geher- und Nordic-Walking-Gruppe, Treffpunkt VS Langholzfeld.

Wir gratulieren: Anton Klein zum 93., Martin Helm 87., Amalia Linzner 86., Rosa Mernik 85., Elisabeth Krenn 85., Adam Ries 85., Hanna Rauch 81., Gudrun Sames 81., Friedrich Lamb 80., Erwin Steiner 65. Geburtstag.

LEONDING

Der erste Ausflug ging zur Firma austrosleep in Salzburg. Nach hervorragender Bewirtung hatten wir einen Vortrag über Schlafsysteme mit anschließender Einkaufsmöglichkeit. Am Gaisbergspitz aßen wir zu Mittag. Der Vortrag der Polizei Leonding über Sicherheit, Diebstahl, Einbruch usw. war sehr interessant. Wir konnten dabei auch den Alkomat ausprobieren. Ein Danke an die Polizei Leonding.

Termine: 7.5., 14 Uhr, Muttertagsfeier, ASKÖ-Stuben. 13.5., Fa. Megaflex und Almsee, **Wir gratulieren:** Franz Klafböck zum 88., Franz Lesiak 83., Ulrike Allhutter 87., Friedrich Kern 70., Irene Solimann 81., Waltraud Pucher 83., Franz Hennerbichler 65., Angela Satzinger 83., Reinhold Kullmann 81., Margaretha Reitingner 87., Alois Brunmayr

75., Ernestine Bachinger 80., Frieda Wögerbauer 84., Elisabeth-Helga Apalhy 75., Marianne Wohlschlager 70., Alfred Reitingner 86., Waltraud Preining 80. Geburtstag.

NETTINGSDORF

Im März besuchten wir die Firma Wenatex, wo wir über Schlafsysteme informiert wurden. Nach dem Vortrag gab es eine Einladung zum Mittagessen im Hofbräuhaus in Berchtesgaden. Bei musikalischer Unterhaltung und einem traditionellen Gstanzlänger verging der Nachmittag wie im Flug.

Termin: Mi., 11.5., Besuch der Firma austrosleep mit Schiffsfahrt auf dem Mattsee.

Wir gratulieren: Rudolf David zum 82., Anton Nagy 75. Geburtstag.

NEUHOFEN-ALLHAMING

Zahlreiche Mitglieder trafen sich im



LANGHOLZFELD-WAGRAM: Wanderung Symphonieweg



LEONDING: Der Alkomat wurde getestet



NETTINGSDORF: Bei der Firma Wenatex



NEUHOFEN-ALLHAMING: Hilde und Wilhelm Koppenberger, „Diamantene“



NEUHOFEN-ALLHAMING: Wanderung Traunfall-Rundweg



NIEDERNEUKIRCHEN: Dr. Roman Prühlinger und Marion Greindl mit Spenden für die Ukraine

März zu geselligen und gemütlichen Gesprächen beim Pensionistennachmittag.

In den letzten zwei Monaten wanderten wir in Roitham den Traunfall-Rundweg und in Micheldorf wurde der Kienberg-Rundweg erwandert, natürlich mit gemütlichem Abschluss.

Die Radfahrer erkundeten die Umgebung von Neuho fen und bringen nach der Winterpause bereits 45 Kilometer auf den Tacho.

Wir gratulieren: Gertraud Fellinger zum 81., Erna Klingmayr 81., Siegfried Leherbauer 83., Barbara Heinrich 83., Adolf Haudum 83., Ilse Walser-Bendl 85., Johanna Philip 88., Erika Schreiner 81. Geburtstag.

NIEDERNEUKIRCHEN

Es herrscht Krieg in Europa, der Konflikt in der Ukraine sorgt für Angst, Verzweiflung und uner-

messliches Leid. Täglich hören und erleben wir Dinge, die vor kurzem noch unvorstellbar waren. Die große Solidarität für Menschen aus und in der Ukraine ist überwältigend. Ich danke allen UnterstützerInnen für ihr Engagement. Für die vielen Ukraine-Spenden, die ihr Dr. Prühlinger gebracht hat, Marion Greindl, die zwei PKWs voll beim Doktor abgegeben hat, und Marions Arbeitgeber, dem dm-Verteilzentrum in Enns. Es macht mich stolz, wenn sich unsere Mitglieder bei einem Spendenaufruf so zahlreich beteiligen.

Termine: Mi., 18. 5., Besichtigung Paneum in Asten und Wanderung nach Niederneukirchen. 1./15./29. 6. Wanderungen. Zweiter Montag im Monat, 12 Uhr, Mittagessen bei Caro. Zweiter Freitag im Monat, Kegeln im Gasthaus Schörlinghumer/

Hargelsberg. Do., 9. 6., Ausflug zur Burg Strechau.

Wir gratulieren: Richard Huemer 60., Franz Ebner 82., Anna Spielauer 88. Geburtstag.

OEDT

Am 22. März fand unsere Jahreshauptversammlung mit Wahl statt. Wir durften 80 Mitglieder begrüßen. Nach dem Totengedenken folgte die Wahl des Vorstandes und des Ausschusses, alle wurden in ihren Funktionen bestätigt. Bei Kaffee und Kuchen wurden langjährige Mitglieder geehrt.

Termin: 19. 5., Fahrt nach Schärding zum Knödelessen.

Wir gratulieren: Berta Fuchs zum 81., Helga Lafleur 85., Helmut Mader 65., Katharina Manhart-eder 82., Victor Pühringer 70., Maria Schellauf-Kranz 83., Hermine Sommerhuber 84., Margarete Wick 81. Geburtstag.

OFFERING

Anfang März konnten wir unsere Jahreshauptversammlung mit Neuwahl durchführen. Der umfangreiche Bericht des Vorsitzenden zeigte, dass in den letzten drei Jahren trotz Corona zahlreiche Aktivitäten stattgefunden haben. Der Vorstand und der Ausschuss wurden einstimmig gewählt. Die Frühlingssfahrt Mitte März führte uns ins Innviertel. Am Vormittag besichtigten wir das Sägewerk Reisecker in Fraham und am Nachmittag das private Heimatmuseum von Josef Gottfried in Roßbach. Der Eigentümer des Museums wusste zu vielen seiner überaus interessanten Ausstellungsstücke Anekdoten zu erzählen.

Wir gratulieren: Herbert Reichardt zum 88., Elfriede Eggersberger 83., Siegfried Kellermayr, Johann Gruber 82., Ingeborg Behringer, Gudrun Pöschko 80. Geburtstag.



OEDT: Ehrungen bei der Jahreshauptversammlung



OEDT: Konrad Manchen, 80. Geburtstag



OFFERING: Beim Sägewerk Reisecker



PASCHING: Ripperlessen im Burgstallerhof



PUCKING: Anna Brunnbauer, 90. Geburtstag



PUCKING: KTM Motohall in Mattighofen

PASCHING

Gut angenommen wurden unsere Ausflüge mit Ripperlessen am 22. und 25. März im Gasthaus Burgstallerhof. Ein Dankeschön an Reiseleiterin Monika Koll für die gute Organisation.

Termin: Mi., 25.5., Fahrt zur Firma Wenatex und zum Königssee.

Wir gratulieren: Hermine Wurm zum 95., Elfriede Müllner 90., Friedrich Stangl 90., Franz Obermayr 87., Hermine Bruckner 84., Irmgard Bruckner 83., Rosemarie Lehner 83., Helga Böhm 83., Margarete Hörtenhuber 82., Margarete Haider 80. Geburtstag.

PUCKING

Nach dem Besuch der Firma Wenatex fuhren wir zum „Singen den Wirt“ nach Ainring. Nach einem ausgezeichneten Essen und einer Gesangseinlage traten wir gut gelaunt die Heimreise an.

Der nächste Ausflug ging nach Braunau. Bei einer Stadtbesichtigung erfuhren wir Interessantes über das alte Braunau. Am Nachmittag besuchten wir die KTM Motohall, wo wir viele interessante Geschichten über KTM hörten. Nach einem köstlichen Abendessen fuhren wir mit vielen schönen Eindrücken nach Hause.

Termine: Mi., 11.5., 14 Uhr, Mitgliederversammlung mit Neuwahl und Mitgliederehrung. Mi., 18.5., Tagesausflug Kriminalmuseum, Forellenhof, Tierpark Grünau.
Wir gratulieren: Leopoldine Wein-gartsberger zum 98., Anneliese Geiser 83., Richard Koch 75., Erich Tairyh 94., Johann Kugler 82., Helga Knoll 80., Alois Österreicher 89., Margareta Fischill 84. Geburtstag.

ST. FLORIAN

Wir trauern um unseren Vorsitzen-

den Sepp Ganglbauer-Buchner, der am 7. März im 85. Lebensjahr verstorben ist. Seit 1993 war er mit viel Herzblut und außerge-wöhnlichem Einsatz für unsere Ortsgruppe als Vorsitzender im Einsatz. Wir verbrachten nicht nur schöne Tagesausflüge gemein-sam – besondere Höhepunkte waren die Frühjahrstreffen mit ihm als Reiseleiter, die 6-Tage-Reisen im Frühsommer und unsere Gesundheitswochen in der Thermenregion in Slowenien. Gemeinsames Wandern, Radfahren, Kegeln und Theaterbesuche waren ihm ebenso wichtig. Unzählige Krankenbesuche und Gratulationen zählten zu seinen Aufgaben. Er war immer unterwegs und stets bemüht, alle Anliegen von uns ernst zu nehmen. Er widmete sich vor allem jenen Personen, die es nicht so leicht hatten. Sozial- und Rechtsberatungen waren ihm ein



ST. FLORIAN: Wir trauern um Josef Ganglbauer-Buchner



ST. MARIEN: Anna Berger, 98. Geburtstag



ST. FLORIAN: Georg Kapplinger, 90. Geburtstag



ST. FLORIAN: Johann Furtmayr, 80. Geburtstag



ST. FLORIAN: Radausfahrt nach Mauthausen



ST. MARIEN: Edeltraud Semijalac, 80. Geburtstag



ST. MARIEN: Johann Remplbauer, 93. Geburtstag



ST. MARTIN BEI TRAUN: Ehrungsfeier

großes Anliegen. Sepp engagierte sich im gesamten Bezirk Linz-Land. Der Bezirkswandertag anlässlich der 50-Jahre-Feier der Ortsgruppe bereitete ihm große Freude. Auch die Talente seiner Mitglieder präsentierte er bei der Ausstellung „Pensionisten kreativ“. Er war dankbar für die Unterstützung seiner Marianne und der FunktionärInnen. Jetzt sagen wir Danke – du wirst immer in unserer Mitte sein.

Wir gratulieren: Margaretha Kirchmair zum 65., Franz Brunbauer 80., Gerhard Lauer 65., Katharina Brandstetter 80., Berta Füreder 85., Josef Birner 84., Irmgard Burgstaller 82., Hannelore Gierlinger 81., Franz Seltenhofer 83., Christine Feichtner 98., Margot Mattl 70., Wilhelm Pichler 88., Karl Krentl-Mitterbauer 86., Adolf Lengauer 84., Hannelore Gierlinger 81. Geburtstag.

ST. MARIEN

Der erste Ausflug in diesem Jahr ging zum Paneum, wo wir Interessantes über die Geschichte des Brotes erfuhren. Die Kunst- und Kulturobjekte aus 9.000 Jahren und vielen Teilen der Welt versetzten uns in Staunen. Nach dem Mittagessen im Märzenkeller in Ebelsberg fuhren wir zum Schlossmuseum Linz. Einige haben dort die Sonderausstellung „Kosmos“ von Gehard Haderer besichtigt, andere waren mehr an der Kultur- und Technikgeschichte interessiert.

Termine: Sa., 14. 5., 14 Uhr, Gasthaus Templ, Jahreshauptversammlung. Mi., 15. 6., 14 Uhr, Gasthaus Templ, Bezirksball.

Wir gratulieren: Edeltraud Adelsmair zum 65., Arno Angleitner 60., Edeltraud Ferner 80., Franz Leblhuber 81., Ingeborg Schütz 70., Gertrude Unterholzner 60. Geburtstag.

ST. MARTIN BEI TRAUN

Lustig ging es zu am Rosenmontag im Seniorentreff. Viele Mitglieder kamen mit bunten Masken. Bei unserer fröhlichen Ehrungsfeier am Faschingsdienstag gratulierten wir Vors. Peter Schorn, Maria Humer, Erich Tanczos, Josef Eichinger zum 80., Philomena Lackner und Rosa Uhlir zum 85. Geburtstag.

Im März machten wir unseren ersten Tagesausflug zur Fa. Styx Naturkosmetik in Ober-Grafendorf/NÖ. Interessante Betriebsführungen auf dem weitläufigen Firmenareal, genüssliche Verkostungen aus der vielfältigen Produktpalette erfreuten Bier- wie auch Schokoladefreunde. Auch nostalgische Eisenbahnexponate der Mariazellerbahn im Eisenbahnclub der Mh.6 bewunderten wir. In Unterwölbling am Weingut Fink ließen wir den Tag ausklingen.

Termine: Mi., 15. 6., Tagesausflug Grüner See. Mo., 20. 6., Gratisfahrt zu Fa. Wenatex und Gaisberg.

Wir gratulieren: Helmuth Fehringer zum 81., Herbert Orthacker 81., Adolf Forinek 82., Adolf Paminger 83., Paula Lehner 86., Alfred Gastelsberger 88., Elfriede Riedelberger 88., Friedrich Unger 89., Alfred Fehringer 92. Geburtstag.

TRAUN

Am 28. Februar feierten wir Fasching im Seniorentreff. Gut gelaunte Mitglieder kamen kostümiert und maskiert zur Veranstaltung.

Unsere Wandergruppe war fleißig unterwegs. Jeden ersten und dritten Dienstag im Monat treffen wir uns um 13.30 Uhr am Trauner Hauptplatz vor der Sparkasse. Wir würden uns auf viele Mitwanderer freuen. Ab Mai starten wir mit unseren



ST. MARTIN BEI TRAUN: Tagesausflug Styx und Mh.6-Eisenbahnklub



ST. MARTIN BEI TRAUN: Vors. Peter Schorn, 80. Geburtstag



TRAUN: Berta Salgrig, 95. Geburtstag



TRAUN: Unsere Wandergruppe



WILHERING: Anita Eder und Christina Mühlböck



WILHERING: Rosen zum Weltfrauentag

Tagesfahrten. Die Reiseleitung freut sich über zahlreiche Teilnahme.

Termin: Mi., 11.5., Mutter- und Vaterschaftsfahrt nach Grein und Mostbirnhaus.

Wir gratulieren: Maria Dorsch zum 82., Maria Fürpass 82., Hildegard Groß 83., Wolfgang Hraback 65., Margarete Köglberger 89., Sofia Muraier 82., Adolf Rebhandl 82., Adolfine Schinerl 85., Liselotte Schlägl 80., Franz Sutter 87., Hermine Thurner 82., Karl Tiefenböck 83., Anita Wolf 60. Geburtstag.

WILHERING

Nach einer langen Durststrecke konnte das monatliche Treffen wieder stattfinden. Eine größere Runde traf sich im Café Dörnbach. Und los ging es mit Neuigkeiten, Programmvorschau und vielem mehr. Alles mit der Hoffnung, dass die Einschränkungen bald vorbei sein werden. Zu unserer Überraschung besuchten uns Vizebürgermeisterin Christina Mühlböck und Gemeinderätin Anita Eder, sie überreichten den Frauen zum Weltfrauentag eine Rose.

WIR TRAUERN IM BEZIRK

Alkoven: Lothar Weiser 80, Franz Kappler 88, Frieda Ackerbauer 93.

Asten: Melitta Christ 67, Klara Panholzer 97, Harald Schweiger 61, Franz Schmid 84.

Enns: Karl Peterleitner 75, Josef Gruber 83, Luise Giegler 86, Eleonora Bruckner 82, Stefan Schober 84.

Langholzfeld-Wagram: Herbert Lotz 88.

Neuhofen Allhaming: Johanna Schimpfhuber 79, Katharina Kühner 94.

Oedt: Irene Fritz 81.

Pasching: Herbert Lotz 88.

St. Florian: Ernest Franzmeir 89, Josef Ganglbauer-Buchner 84.

St. Marien: Engelbert Haslehner 84.

Traun: Edith Gensty 97, Georg Bokesch 98, Katharina Breitenfellner 83, Josefa Greisinger 95, Pauline Landa 86.

WILLKOMMEN LEBENSLUST

WIENS EINZIGARTIGER SENIORENCLUB



Achtung, neuer Termin:

19.-22. OKT. 2022 MESSE WIEN

Eine Veranstaltung von
x expo experts austria

Mehr Infos auf www.lebenslust-messe.at

**DEM GLÜCK
EINE CHANCE
GEBEN**



GLÜCK IST, WENN MAN GEMEINSAM AKTIV IST



Wohnen ohne Schadstoffe

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

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



Stromfresser im Haushalt aufspüren

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

unser leben

GESUND & AKTIV DURCH DEN FRÜHLING



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

GÜNSTIG UND UMWELTBEWUSST UNTERWEGS

„Pöffi“-Gruppe auf Schiene

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

HERZPATIENTEN

Revolution am Handgelenk

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

www.herzstiftung.de/smartwatches-herzpatienten



Hochwertige Smartwatches: durchaus nützlich, ersetzen aber nicht den Arzt



Stimmung!

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



FRÜHJAHRSTREFFEN 2022

Wieder dabei!

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



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

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



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



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

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



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**

Stimmung.
Service.
Sicherheit.



Istrien

Wie immer wird das **Herbsttreffen 2022** als Busreise organisiert.

Rabac an der Südostküste der Halbinsel Istrien ist von allen Punkten Österreichs aus bequem zu erreichen. Kein heimischer Ort ist weiter als 750 Straßenkilometer entfernt.

Reisetermine

1. Turnus	18.09.-25.09.2022
2. Turnus	25.09.-02.10.2022
3. Turnus	02.10.-09.10.2022
4. Turnus	09.10.-16.10.2022



Inkludierte Ausflüge

1x ganztags Rovinj & Limfjord

Stadtrundgang in den malerischen Gassen und Schiffsfahrt im Naturschutzgebiet.

1x ganztags Opatija

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

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



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**

Stimmung.
Service.
Sicherheit.



Luxus

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

Mit Seniorenreisen sind Sie dabei.



HERBSTTREFFEN IN ISTRIEN:

KuK Kur-Kultur

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

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

WO KAISER UND KÖNIGE ZUR KUR WAREN

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

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

GROSSE GESCHICHTE ERLEBEN

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

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

5 Thailand: Kultur und Traumstrände

Fernreisen 2022/23

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

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

IN PLANUNG:
Peru & Bolivien



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

Brennpunktthema: Durchschlafen

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

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

WENN SCHLAFMITTEL KEINE OPTION SIND

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

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

INNOVATIVE LÖSUNG

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

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

NEU AM MARKT

DR. BÖHM® EIN- UND DURCHSCHLAF AKUT SPRAY

- Einfache und praktische Anwendung
- Rascher Wirkeintritt
- Angenehmer Pfefferminzgeschmack



Nahrungsergänzungsmittel

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



Das geht aber in die Muskeln!

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

2

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

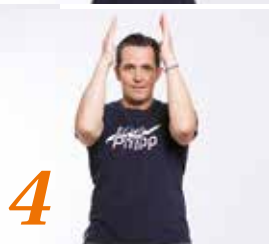


3



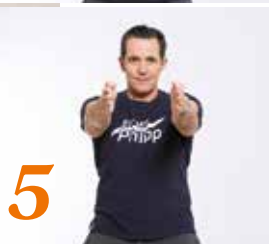
Jetzt öffnen Sie beide Arme in dieser angewinkelten Position nach außen, Spannung halten.

4



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

5



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

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



Donauinselfest 2022: Da kommen Sie in Schwung!

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

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

donauinselfest.at

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

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

Größte Live-Bewegungseinheit Österreichs mit Philipp

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

Wissen Sie,
was sich
richtig gut
anhört?



Hervorgehobene
Sprache



TV-Ton
direkt im Ohr



Freisprech-
Telefonie

Jetzt
kostenlos
testen!

Was neueste Hörgeräte
alles können!

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

Hansaton. Hört sich gut an!



PHONAK
Audéo Paradise



Hansaton 
Hörkompetenz-Zentren

Neueste Hörgeräte hören sich gut an



Der TV-Ton wird in
die Hörgeräte gestreamt



Hörgeräte als
Freisprecheinrichtung

TV-Ton direkt im Ohr

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

Freisprech-Telefonie

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

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

Kostenlos bei Hansaton probieren

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

BETRIFFT GÜRTELROSE

Das unterschätzte Leiden

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

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

EXTREME SCHMERZEN ÜBER WOCHEN

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

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

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


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



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

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

AUCH HIER GILT: IMPFEN SCHÜTZT!

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

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

115

Jahre Neuroth Jahre Vorteile

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

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

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

neuroth.com



QR-Code
scannen und
Termin online
buchen

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

Neuroth-Fachinstitut
über 140 x in Österreich

Vertragspartner aller
Krankenkassen

 **NEUROTH**
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN

Jetzt bis zu
230€
Rabatt sichern!*

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



Die Hauptstädte der ersten 12 EURO-Staaten

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

BEZAHLTE ANZEIGE



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

Ø je ca. 33 mm



Gemeinsame Rückseite

Mit kostbarer
Feingoldauflage
(999/1.000)
veredelt!

**KEINE WEITEREN
VERPFLICHTUNGEN!**

Produkt-Information

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

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

Repräsentatives
Album für Ihre
Sammlung **GRATIS!**



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

GRATIS FÜR SIE!

Ein hochwertiges
Steakmesser-Set

- Scharfe Klinge mit einseitigem Wellenschliff
- Gefertigt aus rostfreiem Edelstahl



Große Nachfrage erwartet. Jetzt bestellen!

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

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

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

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

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

Schnell und bequem per Telefon bestellen:

0800 / 07 09 19

Rufen Sie uns gleich kostenlos an!

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

Meine Anschrift:

☐ Frau

☐ Herr

★ 739A - 02

Vorname, Name

Straße, Hausnummer

Postleitzahl

Wohnort

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

Datum

Unterschrift

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

ÖSTERREICHISCHES
MÜNZKONTOR®



VON PVÖ-
BUNDESSPORT-
REFERENTIN
Uschi Mortinger

Radln mit Köpfchen

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

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



FOTOS: BUBU DUJMIC, ISTOCK BY GETTY IMAGES

Gut gewartet, gut gefahren

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

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

Ein E-BIKE BRAUCHT BESONDERE PFLEGE

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

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

DER VERGLEICH LOHNT SICH

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

Wandern & Radeln im Salzbu

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

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

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

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



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

Es ist genug Platz für alle

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

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

KEINE ANGST, ABER RESPEKT

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



Kühe mit Sicherheitsabstand umgehen

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

Salzburger Lungau



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



Der UNESCO-Biosphärenpark ist ein Paradies für Radfahrer.

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

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

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

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



KURZENTRUM
LUDWIGSTORFF

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



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

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

Gesund mit
**Österreichs stärkster
Jod-Schwefelquelle**

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

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

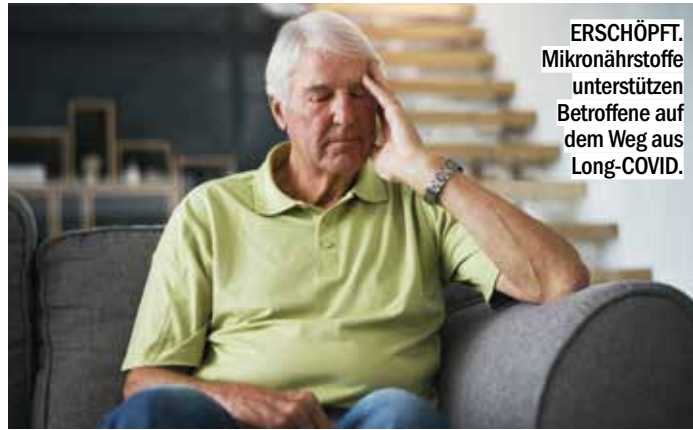
MIT MIKRONÄHRSTOFFEN ZU NEUER LEBENSQUALITÄT

Das hilft bei Long-COVID

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

GROSSER LEIDENSDRUCK

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



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

gen, Depressionen und Ängste genannt.

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

MIKRONÄHRSTOFFE HELFEN

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

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

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

BEZAHLTE ANZEIGE

**BETRIFFT MICH
GÜRTELROSE?**

**JA.
UND SO FÜHLT
SICH DAS AN.**

GÜRTELROSE-INFO.AT Impfen schützt!

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

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

Sind Sie 50 oder älter?

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

Weitere Informationen: www.guertelrose-info.at



PR, FOTO: ISTOCK BY GETTY IMAGES

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

Die Heilpflanze für den Blutdruck

Bluthochdruck betrifft immer größere Teile der Bevölkerung.

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



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

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.



Dr. Böhm®

ALLES FÜR MEINEN BLUTDRUCK

Dr. Böhm® Blutdruckformel

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

60 Tabletten

Nahrungsergänzungsmittel

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

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

Qualität aus Österreich.

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

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



VON LEBENS- UND
SOZIALBERATERIN

Mag. Gabriela Fischer
www.gabifischer.com



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

MARIE VON
EBNER-ESCHENBACH

Danke, geht schon!

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

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

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

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

Die PVÖ-Lebenshilfe ist bei allen Problemen unter Tel.: 01/313 72-0 erreichbar.

Die Beratungen finden nach telefonischer Voranmeldung telefonisch, per E-Mail oder persönlich in der PVÖ-Verbandszentrale, Gentzgasse 129, 1180 Wien, statt.

BEZAHLTE ANZEIGE

Sonnenschein



**MULTI
vitDK®**



VITAMIN D3 & K2

FÜR KNOCHEN UND IMMUNSYSTEM
MIT PRAKTISCHER DOSIERPUMPE



Palmölfrei



Glutenfrei



Laktosefrei



BPA-frei



Vegetarisch

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

Aufheilen der Farbtöne	Camping-utensil Un-geziefer	▽	▽	sportlich in Form Schiffs-ladung	▽	besitz-an-zeigendes Fürwort	Landes-sprache: russische Stadt
▽	▽			▽			▽
Teil der Kirche	▷					weibl. Vorname	
Zorn							
▽			Gleich-klang im Vers	▷			
			Europäerin	▽			
▽					ägypt. Sonnengott	▷	
					Tropen-baum	▽	
Speise-würze	heiße Erdzone	▷					
asiat. Völ-kergruppe	Neigung, Vorliebe	▽					
▽				ugs.: in Betrieb	▷		lediglich
				arabischer Sackmantel	▽		
Chronik	▷						
Abk.: angeblich							
▽			Kfz.-Z. Bruck-Mürz-zuschlag	▷		chem. Zeichen f. Wasser-stoff	
Bürg-schaft	▷						

Die diesmal zu findende Lösung nennt ein Sternzeichen.



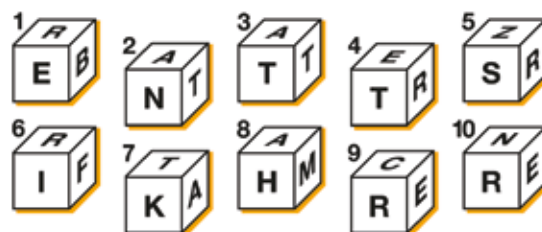
Die 8 Buchstaben der farbigen Kästchen – in richtiger Reihenfolge eingetragen – ergeben die Lösung.

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 Könnern ihrer Zunft zu hören**, die zeigen, dass Blasmusik alles andere als altmodisch ist. Mit: Happaranka (F), Orchestre Roger Halm (F), S.o.B.-Kapell (D), Gemeindemusik Götzis 1824 (Ö), Blaskapelle EBB (Ö), Musikverein Katsdorf (Ö), Brauereimusic Zipf (Ö), JOB Brand (Ö). **Eintritt freie Spende**, Informationen unter: **www.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 Edeltaud und Helmut verheiratet, im April war ihr Hochzeitstag – da geht es mit vielen Herzerln in den Augen zur Party im Garten! Sie trägt ein zartgelbes Shirt mit Blumenmuster, 3/4-Hosen und taillierte Kunstleder-Jacke in Apricot (alles C&A) mit modischen Riemchen-Sandalen (Pat Calvin, Humanic). Auch auf Helmut's Hemd blühen zarte Frühlingsblumen; es wird mit einem leichten Pullover in Koralle, Freizeit-hosen in Beige und braunen Schnürschuhen kombiniert (alles C&A).



Sonnentag am See.

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



Auf nach Italien!

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



Flott auf 2 Rädern.

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

Lust auf Siesta?

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



Wohnoasen im Garten



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

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

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

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

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

Gemütlichkeit im Schatten.

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



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



DER GURU
oder **Der Weg ins Shangri La La La!**
Ein Esoterical von Christian Deix & Olivier Lendl
12.6. - 14.8.2022 Samstag & Sonntag 16.30 Uhr

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) ...

FOTO: SABINE HAUSWIRTH

**PVÖ-SONDERVORSTELLUNG
UND KARTEN GEWINNEN!**

**Vorteils-
klub**

KULTURSOMMER LAXENBURG 2022

Der Guru oder Der Weg ins Shangri La La La

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

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).

LÖSUNGEN

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

Die Lösung lautet: ZWILLING

Sudoku:

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

Würfelrätsel:

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

Schlusslösung:

Aus vollen Taschen ist gut schenken.

Lust auf mehr Rätselvergnügen?

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



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

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



**Nur
€ 2,80**

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

Kunst & Kultur

ANGEBOTE EXKLUSIV FÜR UNSERE MITGLIEDER

10 % ERMÄSSIGUNG FÜR PVÖ-MITGLIEDER



GEWINNEN SIE
3 X 2 FREIKARTEN!

SOMMERSPIELE SCHLOSS SITZENBERG

Der Unbestechliche

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

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

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

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



GEWINN:
**3 X 1
BUCH**

Wolfgang Ambros Lebensrückblick.

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

3x1 Buch gewinnen (Kw. „Ambros“)!



GEWINN:
**3 X 1
BUCH**

Faszination Weltall Astronomie.

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

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

3x1 Buch gewinnen (Kw. „Weltall“)!

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



EMMAUS – GESCHICHTE EINES L(I)EBENDEN

Das Leben Jesu

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

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

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

Die PVÖ-Wanderwelt

Wanderjacke

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

€ 70,-



Baumwoll-Polo

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

€ 17,-

Premium Rucksack

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

€ 46,-



Premium-Funktionsshirt, unisex

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

€ 26,-



FOTOS: PVÖ, PIXABAY.COM

Jetzt rasch bestellen!

Bestellungen ganz einfach mit diesem Kupon an:

Pensionistenverband Österreichs, 1180 Wien, Gentzgasse 129

Oder per Mail an: angela.dobritzhofer@pvoe.at

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

☐ Ja, ich bestelle

Rucksack ____ Stück

Wanderjacke S: __, M: __, L: __, XL: __, 2XL: __, 3XL: __, 4XL: __, 5XL: __ Stk.

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

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

Unterschrift: _____

Wenn unzustellbar, Retouren an Postfach 100, 1350 Wien



UG – Unsere Generation
Gentzgasse 129, 1180 Wien
E-Mail: redaktion@pvoe.at
Internet: pvoe.at
Österreichische Post AG
Zulassungsnummer: MZ 02Z032701M
DVR-Nr: 0047040

Ausgabe: Mai 2022

