

UG

UNSERE GENERATION

ÖSTERREICH'S GRÖSSTES SENIORENMAGAZIN



Besuchen Sie uns
auf Facebook:

**Pensionistenverband
Österreichs**

Jungbrunnen PVÖ

Alleinsein muss nicht sein. Warum eine Gemeinschaft wie beim Pensionistenverband Österreichs wichtig für „unsere Generation“ ist. Und wie dabei Handy, Tablet & Co. das Miteinander einfacher machen.

FOTO: GETTY IMAGES



Wirtschaft braucht Strom.

BEZAHLTE ANZEIGE

www.apg.at

Austrian
Power
Grid



zur sache

VON PVÖ-PRÄSIDENT DR. PETER KOSTELKA



FOTO: BUBU DUJMIC

Wer, wenn nicht wir?

Sieht man sich die vergangenen Wahlergebnisse an, ist erkennbar: Die Menschen sind „angefressen“. Die Regierenden werden abgestraft, die Wähler*innen suchen sich Alternativen. Ein Grund dafür – so höre ich es bei vielen Veranstaltungen des Pensionistenverbandes – ist, dass sich die Leute im Stich gelassen fühlen. Corona gibt es noch immer, und zwar als Krankheit, aber auch als tiefe Kluft in der Gesellschaft. Der Krieg Putins gegen die Ukraine belastet die Stimmung und vor allem die Geldbörsen. Denn durch diesen Angriffskrieg Russlands entstand ausgehend von den Energiekosten eine Preisspirale nach oben – wie schon seit mehr als 50 Jahren nicht mehr. Und dagegen wurde nur wenig, und wenn dann zumeist das Falsche, unternommen.

GIERFLATION

Während andere Länder bei Lebensmitteln, bei Öl und Gas, bei den Mieten etc. regulierend eingegriffen haben und dementsprechend die Inflation einigermaßen drücken konnten, ist sie bei uns in Österreich in vielen Bereichen nach wie vor zweistellig. Die Folge: Menschen verstehen einfach nicht, dass Energieunternehmen Milliardengewinne machen während sie weiterhin horrenden Rechnungen bezahlen müssen. Diese „Gierflation“ springt auf andere Branchen über – essen (gehen) wird zum absoluten Luxus.

REGIERUNG IST SÄUMIG

Gerade im Pensionist*innen-Bereich ist die Regierung säumig: Zwei Jahre durchgehender Kaufkraftverlust durch völlig unzureichende Anpassungen. Hier fordert der Pensionistenverband, dass Pensionistinnen und Pensionisten im heurigen Sommer bereits einen Teil der nächstjährigen Anpassung vorgezogen erhalten. Unserem Vorschlag haben sich endlich auch andere Seniorenvereinigungen angeschlossen, die an der Leine ihrer Regierungspartei sind. Bei der Anpassung für Neu-Pensionisten gelang uns zumindest ein Erfolg für zwei Jahre. Die erste Pensionsanpassung im Jahr 2024 (für den Pensionsjahrgang 2023) und im Jahr 2025 (für den Pensionsjahrgang 2024) wird in vollem Umfang gewährt.

Immerhin. Aber wir haben mittlerweile eine Drei-Klassen-Gesellschaft bei den Neupensionisten: jene, die die volle Anpassung erhalten, jene, die nur eine anteilige Anpassung erhalten haben, und jene, die nicht wissen, was sie erhalten werden. Deshalb die klare Forderung des Pensionistenverbandes: Die sogenannte Aliquotierung bei der Anpassung im ersten Pensionsjahr muss sofort, dauerhaft und rückwirkend abgeschafft werden. Wo bleiben denn Gerechtigkeit und Gleichheitsgrundsatz, wenn man nur wegen eines „ungünstigen“ Geburtsdatums zehntausende Euro verliert?

Beim Thema „Arbeiten in der Pension“ war die Regierung Anfang des Jahres „gschäftig“. Was ist seither passiert? Nichts außer zwei Arbeitskreissitzungen. Der Pensionistenverband hat einen klaren Vorschlag präsentiert: In der Pension arbeiten soll durch steuerliche Maßnahmen attraktiviert werden, damit netto mehr übrig bleibt. Auch in der Pflege tut sich nichts. Der ab Mitte des Jahres kommende Pflege-Angehörigen-Bonus wurde so gestaltet, dass ihn möglichst viele pflegende Angehörige partout NICHT in Anspruch nehmen können.

LASSEN NICHT LOCKER

Der Pensionistenverband wird nicht lockerlassen und konsequent die Interessen seiner Mitglieder und der älteren Menschen vertreten. Es gelingen immer wieder Erfolge: Kredite dürfen Senioren nicht mehr verweigert werden, Ausgleichszulagen-Bezieher*innen bekommen eine Nachzahlung, Neupensionist*innen erhalten in den nächsten beiden Jahren die volle Anpassung. Ohne den Pensionistenverband wäre das alles nicht geschehen! Und daher auch der logische Schluss: Wann, wenn nicht jetzt, ist die beste Zeit, neue Mitglieder zu werben!

Ihr

Dr. Peter Kostelka, Präsident
des Pensionistenverbandes Österreichs

Liebe Leserinnen und Leser! Diese Ausgabe ging ab 3.5.2023 in den Versand. Die Post ist verpflichtet, Monatszeitschriften innerhalb von 5 Werktagen zuzustellen! Bei Zustellungsproblemen wenden Sie sich bitte an Ihren Briefträger oder Ihr PVÖ-Landessekretariat. Jede Ausgabe von UG – *Unsere Generation* ist bereits einige Tage vor dem postalischen Erscheinen online auf der Homepage pvoe.at abrufbar. **Die nächste Ausgabe erscheint Ende Juni 2023.**

Gut gerüstet für den Berg

Druck
möglich

€ 99,- *

€ 46,-

€ 19,-

€ 17,-

€ 12,-

€ 19,-

Premium Wanderjacke (Nr. 3140)

Sportliche Softshell-Funktionsjacke, winddicht, wasserabweisend und atmungsaktiv. Kordelzug im Bund und verstellbare Ärmelbündchen. Verlängerter Rücken und Reflektorpaspeln an Ärmeln und Rücken. Einstellbare, abnehmbare Kapuze. Kragen mit Fleecefutter.

Größen: S – XXXL

Wandersocken (Nr. 2998)

Die idealen Sportsocken für Outdooraktivitäten. Perfekt an die anatomische Struktur der Füße angepasst. Antibakteriell, umweltfreundlich, schnell trocknend und schweißabsorbierend. Mischgewebe.

Größen: 35 – 38 / 39 – 42

€ 13,-

FOTOS: PVOÖ / ANDREAS MARINGER



Premium Rucksack (Nr. 3010)

Ein qualitativ hochwertiger Touren- und Wanderrucksack. 30 l Fassungsvermögen und hervorragender Tragekomfort. Reflektierendes Logo auf der Vorderseite.

Premium Sportkappe (Nr. 3180)

Laufkappe, stirnanliegend, atmungsaktiv und schnell-trocknend. Kontrastfarbene und reflektierende Einsätze.

Premium Kappe (Nr. 3190)

Elegante Kappe, Rückseite komplett geschlossen. Flexfit®-Band ohne Schließe.

Größen: S + L

PVÖ-Erste-Hilfe-Kit (Nr. 2918)

Das Erste-Hilfe-Kit mit deutscher Markenware ist unerlässlich für die Erstversorgung und Dank der kompakten Verpackung ideal für unterwegs.

PVÖ-Thermosflasche (Nr. 2917)

Edelstahl-Thermosflasche, mit Doppelschicht und Kupfer-Vakuumisolierung. Wärme- und Kälteschutz: 12 bzw. 48 Stunden. Fassungsvermögen 500 ml.

* Gegen einen Aufpreis von € 4,- ist es möglich den Namen der Ortsgruppe einzudrucken.

Bestellungen: Josef Hartl, Tel. 0732/66 32 41-20,
E-Mail: josef.hartl@pvoe.at

Für Bestellungen, die wir per Post versenden, berechnen wir eine Mindestpostgebühr von 8 Euro.



Ein künstlerischer Freigeist

Klaus Maria Brandauer. Kraft holt sich der Oscar-nominierte und Golden Globe- ausgezeichnete Schauspieler und Regisseur bei regelmäßigen Spaziergängen rund um seinen Heimatort Altaussee. Seine Wurzeln sind auch Quelle der Inspiration. Am 22. Juni feiert Brandauer seinen 80. Geburtstag: „Ich bin gern auf der Erde, ich bin gern auf der Welt.“



Die 86-jährige Steirerin Erika Swoboda schwört auf Yoga (o.) – wie auch Dagmar Koller (r.). Lange Beweglichkeit ist garantiert!



Yoga hält ein Leben lang fit

Jungbrunnen. Viele meinen, dass Yoga nichts mehr für sie ist. Doch heute werden Kurse angeboten, die auf gesundheitliche Vorerkrankungen im Bewegungsapparat besonders eingehen. Auch beim PVÖ gibt es viele Bewegungs-Angebote! Fragen Sie in Ihrer Ortsgruppe nach. Neben der Stärkung des Stützapparates und Förderung der Beweglichkeit wirkt Yoga durch die bewusste Atmung und meditative Spannung und Entspannung der Muskulatur auch bei Schmerzen, Rückenbeschwerden, Migräne oder Übergewicht. Fit wie ein Turnschuh bis ins hohe Alter zu bleiben – diesen Beweis tritt Erika Swoboda (86) aus der Steiermark an. Täglich macht sie ihre Übungen und begeistert auch noch andere vom sanften Sport. „Das Wesentliche im Alter ist nicht die Dehnung, sondern die Kraft aufzubauen“, betont Swoboda. „Wichtig beim Yoga ist allerdings eine professionelle Begleitung, um die Übungen nicht falsch einzustudieren.“



Legendärer bayrischer Witz

Monika Gruber. „Ich wollte mich selbst finden, habe lange gesucht und wenig gefunden“, spottet Monika Gruber über sich selbst und fragt sich in „Irgendwas is' immer“, ob es stimmt, „dass Glück im Wesentlichen aus ein bisschen Gesundheit und viel schlechtem Gedächtnis besteht?“ Ihr bayrischer Witz ist legendär und das Soloprogramm aus 2015 gilt mittlerweile als Klassiker. Zu sehen am 29.5., 22.30 Uhr, ServusTV.“



Üamals

Idole der „Baby Boomer“-Generation: Pink Floyd (o.) schufen mit „The Dark Side of the Moon“ (r.) einen musikalischen Meilenstein



Mondsüchtig mit Pink Floyd

The Dark Side of the Moon. Vor 50 Jahren stürmte Pink Floyds achtes Studioalbum die Hitparaden; bis heute zählt das Werk zu einem der meistverkauften und einflussreichsten der Welt. Kritisch hinterfragte die Band in ihren Songtexten Themen wie Krieg, Isolation, die Herrschaft des Geldes und die Hektik der Gegenwart – ein zeitloser „Klassiker“. Wer nochmals in den Jugendjahren schwelgen möchte: Zum Jubiläum gibt es Sets mit DVDs, LPs, CDs, Buch u. v. m. (Warner Music).

Und „Action“: Beim PVÖ ist immer etwas los. Auf Ausflügen oder interessanten Exkursionen findet man in der Gruppe schnell Anschluss.

Jungbrunnen PVÖ

Alleinsein muss nicht sein. Warum eine Gemeinschaft wie beim Pensionistenverband Österreichs wichtig für „unsere Generation“ ist. Und wie dabei Handy, Tablet & Co das Miteinander einfacher machen.

Der Pensionistenverband Österreichs steht für Gemeinschaft und Zusammenhalt. Seit seiner Gründung 1949 ist in den Statuten des Verbands fest verankert, dass gerade ältere Menschen vor Einsamkeit bewahrt werden sollen. Soziale Kontaktmöglichkeiten und Austausch mit Gleichgesinnten werden durch das vielfältige Freizeitangebot und die zahlreichen Aktivitäten in den Ortsgruppen, Bezirks- und Landesorganisationen geboten.

SOZIALER KONTAKT HÄLT KÖRPER UND GEIST GESUND UND SCHÜTZT UNS

Der Mensch ist bekanntlich ein „Herdentier“. Dass wir den Kontakt zu anderen für unser psychisches und körperliches Wohlbefinden brauchen, wird an einigen Fakten

deutlich. Einsamkeit ist nachweislich genauso schädlich für den Körper, wie wenn man täglich 15 Zigaretten rauchen würde.

Sozialer Kontakt stärkt das Immunsystem, schützt vor Depressionen oder anderen psychischen Erkrankungen, Infektionen, Schlafstörungen und beugt Bluthochdruck, Problemen mit der Blutgerinnung und erhöhten Entzündungswerten im Körper vor. Die Stressresistenz verbessert sich, sie wird sogar erhöht und dadurch werden gleichzeitig Herz und Kreislauf gestärkt.

Dass uns Einsamkeit gesundheitlich zu schaffen machen kann, führt uns ein einfaches Beispiel vor Augen: Wer in einer Gruppe ausgegrenzt wird, empfindet nicht nur seelischen, sondern auch körperlichen Schmerz.

WER LANGE OHNE KONTAKT ZU ANDEREN IST, VERLIERT IMMER MEHR ENERGIE

Vor allem die Zeit der Isolation während der Corona-Lockdowns hat deutlich gemacht, wie wichtig es ist, andere Menschen zu treffen und sich mit anderen auszutauschen. Die Zahl der psychischen Erkrankungen wie Depressionen oder Angstzustände stieg deutlich, vor allem bei Kindern, Jugendlichen und älteren Menschen.

Interessant ist ein weiterer Aspekt, der in einer aktuellen Studie der Universität Wien angeführt wird: Acht Stunden ohne soziale Kontakte können zu einem ähnlichen Energieabfall führen wie acht Stunden ohne Essen. Ein Mangel an sozialen Kontakten löst ein dem Hunger vergleichbares Verlangen in unserem Gehirn aus, das uns dazu



Lebenslanges Lernen hat auch im Pensionistenverband einen großen Stellenwert. Kurse werden z. B. auch für den Umgang mit Smartphone und Tablet angeboten.



Alles im Netz!

pvoe.at – immer und überall dabei!

Noch informativer, regionaler, noch mehr Vorteilsclub-Angebote und Gewinnspiele für PVÖ-Mitglieder und sogar ein eigener Mitglieder-Bereich: Unter pvoe.at werden PVÖ-Mitglieder immer über die neuesten Aktivitäten im und über die Arbeit des Pensionistenverbandes als Interessenvertretung am Laufen gehalten. Über das Menü auch für Ihr jeweiliges Bundesland auszuwählen – gleichgültig, wo Sie sind, abrufbar von Smartphone, Tablet und Co.

Mein PVÖ und Freunde werben

Ein eigener Bereich nur für registrierte PVÖ-Mitglieder und PVÖ-Funktionär*innen stellt unter dem Menüpunkt „Mein PVÖ“ exklusive und praktische Inhalte, Formulare und vieles mehr zur Verfügung. Sie möchten Freunde für eine Mitgliedschaft im PVÖ werben? Unter „Mitglied werden“ steht ein entsprechendes Anmeldeformular zur Verfügung. Nähere Informationen zur Mitglieder-Werbeaktion finden Sie auch auf den Seiten 16 und 17.

Voll digital: Newsletter & Facebook

Um immer gut informiert zu bleiben, können Sie sich auch für den PVÖ-Newsletter anmelden (ebenfalls über die Internetseite) und unsere Aktivitäten auf Facebook verfolgen.

pvoe.at

facebook.com/Pensionistenverband.



Gemeinsam macht es mehr Spaß: Die PVÖ-Klubs in den Ortsgruppen und Bezirken bieten einen guten Anlaufpunkt, um neue Leute kennenzulernen

motiviert, wieder Kontakte zu knüpfen. Studien-Teilnehmer*innen berichteten, dass sie sich in der Zeit der Isolation antriebslos und energielos fühlten und auch von starker Müdigkeit befallen wurden.

BEIM PVÖ BEKOMMT MAN WIEDER RICHTIG ENERGIE

Ältere Menschen leiden deutlicher unter Einsamkeit. Freunde oder Partners sind manchmal schon verstorben und Familienangehörige wohnen zu weit weg, um auf ein „Plauscherl“ vorbeizuschauen.

Eine Mitgliedschaft wie beim Pensionistenverband Österreichs bietet gerade Senior*innen viele Möglichkeiten, neue Freunde zu finden oder sogar der Liebe wieder zu begegnen. Bei Sportangeboten, Klubtreffen, Kulturveranstaltungen, gemeinsamen Ausflügen,

Diskussionen und auch bei den wunderschönen Reisen von Senioren Reisen gibt es unzählige Möglichkeiten, Gleichgesinnte zu finden, gemeinsam Spaß zu haben und Erlebnisse zu teilen. Und sich wieder voller Energie und auch „jung“ zu fühlen.

Diese Vielfalt, um ältere Menschen vor Einsamkeit zu bewahren und ihnen eine Plattform des aktiven Miteinanders zu geben, ist eine wichtige Rolle des Pensionistenverbandes.

PVÖ-Präsident Peter Kostelka betont: „Wer, wenn nicht wir, kümmert sich um ältere Menschen,

hilft, unterstützt und lindert die Einsamkeit.“ Der Pensionistenverband bringt Menschen zusammen und setzt dadurch einen wichtigen Schritt in der Bekämpfung der Alterseinsamkeit in unserer Gesellschaft.

Wir sind für Sie da!

„Gemeinsam statt einsam“ ist ein Motto des PVÖ, das tagtäglich in den Orts- und Bezirksgruppen gelebt wird. Angebote finden Sie auf: **pvoe.at**



Wann, wenn nicht jetzt!



Bewegung, Bewegung, Bewegung: Der PVÖ bietet ein breites Spektrum an Sportangeboten – für jedes Können. Eine gute Gelegenheit, neue Freunde zu finden.




Die Welt entdecken: Mit SeniorenReisen besuchen Sie die schönsten Plätze der Welt – natürlich in der Gruppe! Allein bleibt dabei niemand ...

► WIE HANDY, TABLET & CO ZUR GEMEINSCHAFT BEITRAGEN

Können Sie sich noch an das Wählscheibentelefon erinnern? Und Viertelnummern? Wie oft hat man Anläufe starten müssen, um endlich bei Freunden oder Familie durchzukommen und nicht nur ein Besetztzeichen zu hören. Die Technik hat sich gerade in den letzten Jahrzehnten rasch weiterentwickelt. Die digitale Welt ist kein Fluch, sondern ein Segen, wenn es um die Bekämpfung der Alterseinsamkeit geht. Wie schnell kann man heute durch Videotelefonie am Smartphone oder Tablet mit der Familie oder Freunden plaudern – und sich dabei auch noch sehen!

Mittlerweile ist das Handy schon 40 Jahre alt (s. Kasten rechts) und im Pensionistenverband Österreichs hat Information und Austausch über Internet und soziale Medien eine immer größere Bedeutung gewonnen. Mit der neu gestalteten Internetseite pvoe.at ist ein weiterer Schritt in Richtung

Zukunft gemacht, um PVÖ-Mitglieder noch besser zu informieren und schneller miteinander zu verbinden (s. dazu Kasten S. 7). In vielen Ortsgruppen und Bezirken gibt es eigene WhatsApp-Gruppen, in denen zum wöchentlichen Nordic-Walking-Treff eingeladen oder die nächste Reise mit SeniorenReisen geplant wird.

Über das Internet können Menschen „gefahrlos“ neue Kontakte knüpfen. Seiten und Foren, auf denen man sich über gemeinsame Interessen austauscht oder neue Freunde für gemeinsame Freizeitaktivitäten findet, sind ein erster Schritt. Wer Scheu vor der Technik hat – keine Sorge, auch hier hilft der Pensionistenverband weiter: Vergünstigte Kurse zum Umgang mit Smartphone und Tablet machen aus Anfängern schon bald Könnern in der digitalen Welt. Und im nächsten Schritt trifft man sich dann im nahe gelegenen PVÖ-Klub – denn sozialer Kontakt ist uns allen ein menschliches Urbedürfnis! 



40 Jahre Mobiltelefon

Informatives und Skurriles rund um das Handy

Im Juni 1983 kam das erste richtige Handy auf den Markt: das Motorola DynaTAC 8000X. Es wog 800 Gramm, war länger als eine DIN-A4-Seite – das gab ihm den Beinamen „Knochen“. Übrigens: Das erste mobile Telefon fürs Auto war mehr als unhandlich. Das Hauptgerät musste im Kofferraum verstaut werden und wog satte 16 Kilogramm.

Die weltweit **erste SMS wurde am 3. Dezember 1992 verschickt**. Ingenieur Neil Papworth hat in der ersten Textnachricht der Welt seinen Kollegen fröhliche Weihnachten gewünscht.

Mittlerweile gibt es **in der EU mehr Handys als Menschen**. Und weltweit besitzen mehr Personen ein Handy als eine Zahnbürste!

Die weltweite Anzahl der Smartphone-Nutzer belief sich im Jahr 2022 auf rund **3,9 Milliarden** (Weltbevölkerung: ca. 8 Milliarden).

Handys haben sich auch als Sportgeräte etabliert. Regelmäßig werden Weltmeisterschaften im Handy-Weitwurf abgehalten.

Der Rekord liegt bei 101,46 Metern!

Beste Ausrede: Nach der Verhängung eines Bußgeldes wegen unerlaubter Handynutzung beim Autofahren, gab der betroffene Lenker an, dass er das Handy als Stütze für seinen wackeligen Kiefer benötigt! Die Strafe musste er trotzdem zahlen.

Rettung bei Technik-Problemen

Wer kennt das nicht? Der Fernseher spinnt, das Handy macht nicht, was es soll, und der Drucker will schon wieder nicht drucken. Guter Rat und wertvolle Hilfe vom Profi müssen dabei nicht teuer sein.


Heutzutage ist man immer öfter auf Computer & Co angewiesen. Als gewöhnlicher Anwender stößt man dabei aber regelmäßig an seine Grenzen. Dabei könnten moderne Geräte viel Nutzen und Freude stiften, wenn man sie richtig bedienen kann.

GÜNSTIGE UND PROFESSIONELLE HILFE

Nun hat UG – *Unsere Generation* einen Anbieter aufgefunden gemacht, der günstige UND professionelle Hilfe bietet: Die Firma HELPERLINE ist auf Hausbesuche bei Technikproblemen spezialisiert. Gebucht wird bequem per Anruf; zum vereinbarten Zeitpunkt kommt ein sympathischer Profi-Techniker zu Ihnen nach Hause, der rasch alle Probleme löst (Erfolgsquote: 99,2%). HELPERLINE bietet auch eine unabhängige

ge Kaufberatung und hilft bei der Installation der neuen Geräte. Dabei ist der Service von HELPERLINE äußerst günstig: Die Dienstleistung kostet nur € 17,- pro Viertelstunde. Die Anfahrt in allen Landeshauptstädten ist gratis und die Arbeitszeit müssen Sie nur bezahlen, wenn das technische Problem behoben werden konnte.

SYMPATHISCH UND VERTRAUENSVOLL

In der Praxis hat sich herausgestellt: Fragen zur Bedienung von Computer, Smartphone, Fernseher und Co beantworteten die Technik-Helferlein geduldig und verständlich. Bei weiteren Terminen können Sie sich auf Wunsch „Ihr“ Helferlein zuteilen lassen, das Sie bereits kennen. Als Anwender fühlt man sich rundum gut betreut. 



Jetzt HELPERLINE ausprobieren:

Ob Vor-Ort-Service oder Hilfe am Telefon:
Bei Ärger mit der Technik ist HELPERLINE rasch zur Stelle und löst Ihre Probleme!

Kosten: € 17,- pro Viertelstunde
Anfahrt in allen Landeshauptstädten gratis
Anfahrt außerhalb abfragen: www.helferline.at/plz
Mindestverrechnungsdauer: 30 Minuten
Buchung: 050 55 7000
(Mo.-Fr., 10–18 Uhr)
E-Mail: info@helferline.at
Website: www.helferline.at



Kostenlose Lebens- und Sozialberatung über den PVÖ

Bei aller Hilfe, die einem zuteil wird, kann der **seelische „Knacks“** oder **gar Zusammenbruch doch einmal kommen.**

Einsamkeit, Zukunftsängste, Sorge um nahe Angehörige ... Die Liste ließe sich noch lange fortsetzen. Wenn einem die Probleme über den Kopf wachsen, ist es gut, wenn man Beistand erhält. Und auch den gibt es im Rahmen des Pensionistenverbandes.

Mag.^a Erika Torner ist Psychotherapeutin sowie Lebens- und Sozialberaterin. Sie hilft PVÖ-Mitgliedern in schwierigen Lebenssituationen und bietet **kostenlos** für ganz Österreich persönlich, telefonisch oder per E-Mail Beratungen an. Ihr Ansatz liegt dabei ganz auf den Sorgen und Nöten der Hilfesuchenden.

Psychologische Beratung und Unterstützung in schwierigen Lebenssituationen werden für folgende Schwerpunkte gegeben:

- Sinnkrise – Sinnfindung
- Einsamkeit
- Überforderung und Erschöpfung
- Krankheit und Tod naher Angehöriger

Angeboten werden von Mag.^a Erika Torner:

- Einzel-, Paar- und Familienberatung
- psychologische Beratung und Begleitung
- Krisenintervention
- Psychotherapie



„Ich gebe Ihnen keine Lösungen vor, sondern durch gezielte Fragestellungen werden Sie Ihren persönlichen, maßgeschneiderten Weg und Ihre neue Perspektive finden. Ich helfe Ihnen gerne dabei.“

MAG.^a ERIKA TORNER,
Psychotherapeutin sowie Lebens- und Sozialberaterin

INFO: Die Beratungen finden telefonisch oder persönlich nach Terminvereinbarung unter ☎ **01/313 72-0** oder per E-Mail über ✉ torner@chello.at statt.



Ärzte ohne Grenzen behandelt weltweit rund zwölf Millionen Patienten pro Jahr, wie z.B. in einem medizinischen Zug in der Ukraine.



Shaloms Mutter Fridah ist unendlich dankbar, dass CBM ihrer Tochter die Augenoperation ermöglicht hat.



Drei Fragen an

MAG. TERESA MURSCH-EDLMAYR, NOTARSUBSTITUTIN IN LINZ

Wie sieht das gesetzliche Erbrecht des Ehegatten aus?

Die Höhe des Erbanteils für Ehegatten hängt davon ab, welche Angehörigen der Verstorbene sonst noch hinterlässt. Sind beispielsweise Kinder vorhanden, beträgt der Anteil ein Drittel, neben Eltern erbt der Ehepartner zwei Drittel des Nachlasses.

Was ist das sogenannte „gesetzliche Vorausvermächtnis“?

Dieses besagt, dass der verbliebene Ehegatte weiterhin das Recht hat, in der gemeinsamen Wohnung zu leben und alle zum Haushalt gehörenden Dinge zu nutzen. Dieses Recht gilt lebenslang.

Ist der geschiedene Ehegatte auch erbberechtigt?

Nein, denn mit der rechtskräftigen Scheidung erlischt automatisch jegliches Erbrecht. Für den seltenen Fall, dass ein Ehepartner während einem noch laufenden Scheidungsverfahren stirbt, gilt im Verlassenschaftsverfahren das, was die Ehegatten während der Scheidung ausgemacht haben.

Hilfe auch über das eigene Leben hinaus

Gemeinsam mit ihren (Testaments-)Spendern sorgen Organisationen wie **Ärzte ohne Grenzen** und die **Christoffel-Blindenmission** für medizinische Behandlungen von Menschen in Not.

Lesen und schreiben lernen – nichts wünschte sich die kleine Shalom aus Uganda sehnlicher. Doch das Mädchen war wegen ihres „Grauen Stars“ fast blind, die rettende Operation für ihre Familie unbezahlbar. Dass ihr Wunsch nun doch in Erfüllung geht, verdankt sie der Christoffel-Blindenmission (CBM). Im Projekt „Augenlicht schenken“ setzt sich diese dafür ein, dass blinde und sehbehinderte Menschen ihr Augenlicht (zurück)erhalten.

Grauer Star ist die häufigste Ursache für Blindheit: 17 Millionen Menschen sind wegen dieser Augenkrankheit vollkommen blind, 83 Millionen mittelgradig bis schwer sehbehindert. In den ärmsten Ländern der Welt sind bereits viele Kinder betroffen, denn Infektionskrankheiten während der Schwangerschaft und Mangelernährung spielen mit eine Rolle. Eine Operation kann Erkrankte vor lebenslanger Blindheit bewahren. CBM baut zudem Spitäler und bildet Ärzte aus.

Das Überleben sichern

Gerade in Krisen- und Kriegsgebieten wie der Ukraine, Afghanistan oder dem Südsudan sowie nach Naturkatastrophen wie den schweren Erdbeben in der Türkei und Syrien ist die medizinische Versorgung oft gänzlich zusammengebrochen: Ärzte ohne Grenzen leistet hier rasch Nothilfe. Der Bedarf ist enorm. Die medizinische

Nothilfeorganisation war im letzten Jahr mit rund 63.000 Mitarbeitern in 85 Ländern im Einsatz. Neben medizinischer und psychologischer Hilfe stellt Ärzte ohne Grenzen sauberes Trinkwasser zur Verfügung, verteilt Hilfsgüter und bekämpft Mangelernährung.

Für ihr Ziel – die Situation ihrer notleidenden Patienten zu verbessern – brauchen Organisationen wie Ärzte ohne Grenzen und CBM Spenden. Immer mehr private Unterstützer nutzen dabei die Chance, durch ein Vermächtnis über ihr eigenes Leben hinaus zu helfen. „Ich fühle mich erleichtert zu wissen, dass etwas übrigbleibt und sinnvoll verwendet wird“, begründet etwa die Wiener Malerin Elisabeth Philips-Slavkoff, warum sie ihr Erbe Ärzten ohne Grenzen widmet. Menschen wie sie hinterlassen etwas, das unschätzbaren Wert hat.



Sie möchten Infos zum Erbrecht & zur Initiative Vergissmeinnicht? Gratis-Ratgeber inkl. Einladung zur Gratis-Testamentsberatung bei einem Notar Ihrer Wahl bestellen unter Grathotline: 0800 700 111, info@vergissmeinnicht.at Testamentsrechner: www.vergissmeinnicht.at

Besuchen Sie unsere Gratis-Notar-Veranstaltungen im Mai!
Anm.: 01/2765298-16,
info@vergissmeinnicht.at

Stmk, Wien, NÖ, Beginn 17:00
10.5. Graz, Quartier Leech,
Leechgasse 24
16.5. Klosterneuburg, Pfalzhof,
Rathausplatz 18

Wien Konzerthaus, Beg. 17:45
25.5., 1030, Lothringerstr. 24

Tirol, Beginn 17:00
30.5. Kitzbühel, Kolpinghaus,
Josef-Pirchl Str. 16
31.5. Wörgl, KOMMA VAZ,
KR. Martin-Pichler Str. 21A



Medikamente: Auf das Datum achten!

Die eigene Hausapotheke sollte regelmäßig überprüft werden! Alle Medikamente erreichen früher oder später das Ende ihrer empfohlenen Verwendungsdauer und gehören dann entsorgt (bitte in der nächsten Apotheke abgeben, Kartonverpackung selbst entsorgen) und durch neue ersetzt. Am besten überprüft man seine Hausapotheke ein- bis zweimal jährlich. Tipp: Lagern Sie die Medikamente am besten kühl, trocken und lichtgeschützt. Das Badezimmer oder die Küche sind aufgrund der großen Temperaturunterschiede nicht geeignet.



Pflege-Ausbildung finanziell sichern

Derzeit sind viele Maßnahmen wie die Übernahme von Ausbildungskosten, der Ausbildungsbonus oder das Pflegestipendium für Umsteiger*innen zeitlich auf 2 bis 3 Jahre befristet. Wie es danach weitergeht, ist noch offen. Hier müssen nachhaltige Lösungen gefunden werden, die Sicherheit schaffen. Denn wir benötigen mehr Menschen, die den Pflegeberuf ergreifen. Und diese brauchen verlässliche Rahmenbedingungen in der Ausbildung.

unsere interessen

WAS UNS BEWEGT UND WAS WIR WOLLEN



Interessant und leicht umsetzbar: Wer musiziert und/oder bewusst Musik hört, tut damit etwas für den Erhalt der geistigen Fitness (siehe auch Lebenshilfe Seite 30).

Musik bremst Abbau von Gehirnfunktionen

Musikliebhaber bleiben geistig fitter!

Selbst musizieren oder aktiv, bewusst Musik hören, bremst bei älteren, gesunden Menschen den Abbau der geistigen Leistungsfähigkeit. Erfreuliche Nachrichten für alle Musikant*innen und Musikliebhaber*innen – und ebenso interessant für alle, die es vielleicht noch werden wollen. Schweizer Forscher*innen teilten 132 Pensionist*innen zwischen 62 und 78 Jahren in zwei Gruppen ein. Eine Gruppe ging einmal pro Woche zur Klavierstunde, die zweite erhielt Unterricht im „aktiven Hören“. Das bedeutet, dass man die Musik bewusst hört, versucht Instrumente zu erkennen und die Werke zu analysieren. Nach sechs Monaten wurde festgestellt, dass bei beiden Gruppen die graue Gehirnschicht in vier besonders wichtigen Wahrnehmungszentren, den Gedächtniszentren des Kleinhirns, zugenommen hat. Betont werden muss allerdings: Die musikalischen Aktivitäten eignen sich nicht dazu, das Gehirn zu „verjüngen“, aber in einigen Regionen wird die Alterung dadurch deutlich verlangsamt.

Kredit: Diskriminierung jetzt verboten!

80 Prozent der über 55-Jährigen sehen derzeit eine Diskriminierung bei der Kreditvergabe. Doch damit ist jetzt Schluss!

Mit 1. Mai ist die Novelle zum Hypothekar- und Immobilienkreditgesetz, für die sich der Pensionistenverband so vehement eingesetzt hat, endlich in Kraft. Senior*innen darf jetzt – nur aufgrund ihres Alters – kein Kredit mehr verweigert werden. Dass dieses Gesetz überfällig war, zeigt auch eine Studie von „Marketagent“ im Auftrag von „Infina“. Demnach sehen 8 von 10 Befragten derzeit eine Altersdiskriminierung bei der Kreditvergabe zur Immobilienfinanzierung.



40 Prozent der über 55-Jährigen ziehen die Aufnahme eines Kredits in den nächsten fünf Jahren in Betracht. Das neue Gesetz macht es leichter.

PENSIONSANPASSUNG VORZIEHEN

Wann, wenn nicht jetzt?



Unfassbare Teuerungs-Rekorde in Österreich: Wie lange will die Regierung noch tatenlos zusehen?

Jetzt sind auch alle anderen Seniorenvereinigungen der Pensionistenverbandsforderung gefolgt: Es muss was geschehen! Und zwar schnell. Die Pensionsanpassung 2024 soll teilweise vorgezogen werden!



Gelungen: Schulterchluss im Österreichischen Seniorenrat: Die Vertreter*innen ALLER Pensionistenorganisationen haben der bereits im Vorjahr vom Pensionistenverband (PVÖ) erhobenen Forderung nach einer vorgezogenen Pensionsanpassung zugestimmt. Dem Pensionistenverband ist damit gelungen, auch die Seniorenvertreter der ÖVP und der Grünen, die seit Jahren hauptsächlich regierungstreu agieren, auf seine Seite zu bringen. Jetzt sind alle für die Pensionistenverbandsforderung nach einer vorgezogenen Pensionsanpassung.

Mit diesem Bündnis stehen nun deren Parteikollegen, darunter der (grüne) Sozial- und der ÖVP-Finanzminis-

ter, unter Zugzwang. Können diese unter den geänderten Voraussetzungen den Pensionistinnen und Pensionisten weiterhin die kalte Schulter zeigen? Und sind die Seniorenvertreter*innen von ÖVP und Grünen in der Lage, entscheidenden Einfluss auf die Entscheidungsträger in ihren Parteien zu nehmen?

PENSIONISTENVERBAND ERHÖHT DRUCK

„Der Pensionistenverband bleibt jedenfalls voll dran. Nach dem Zusammenschluss im Seniorenrat geht es jetzt darum, Regierung und Parlament zu überzeugen“, gibt PVÖ-Präsident Dr. Peter Kostelka die Linie vor. ►

PREISALARM

Die Preise für preisgünstige Lebensmittel gehen im Jahresvergleich von März 2022 bis März 2023 durch die Decke!

Das hat die AK erhoben.

Hier zwölf Beispiele von häufig
gekauften Waren:


Produkt	März 22	März 23	Teuerung
Tiefkühlpizza (1 kg)	2,42	4,62	91%
Sonnenblumenöl (1 l)	1,70	3,01	77%
Feinkristallzucker (1 kg)	0,82	1,40	72%
Pommes frites (1 kg)	1,09	1,85	70%
Fischstäbchen (1 kg)	4,36	7,21	66%
Tomaten (1 kg)	1,58	2,49	58%
Gouda-Käse (1 kg)	6,09	8,20	35%
Mehl (griffig, 1 kg)	0,67	0,85	27%
Reis (Langkorn, 1 kg)	0,82	1,25	53%
Mischbrot (1 kg)	1,35	1,60	19%
Zahnpaste (100 ml)	0,58	0,92	57%
Seife (Stück/100 g)	0,54	0,79	46%

► TEUERUNG BLEIBT HOCH

Kostelkas Argumente liegen auf der Hand: Zwei Jahre bescherte die ÖVP-geführte Regierung den Pensionistinnen und Pensionisten einen massiven Kaufkraftverlust. Darüber können auch die Einmalzahlungen nicht hinwegtäuschen, die – wie der Name schon sagt – eben nur einmalig wirken und keine nachhaltige Einkommensstärkung darstellen. Die Teuerung hingegen bleibt nach Expertenmeinung anhaltend hoch. Vor allem die Kosten der existenziellen Bereiche Nahrungsmittel, Energie und Wohnen sind durch die Decke gegangen. Und seitens der Regierung wurde so gut wie nichts unternommen, hier preisdämpfend einzugreifen, wie dies in anderen Staaten sehr wohl erfolgt ist. Dementsprechend hat Österreich auch eine der höchsten Inflationsraten.

10 % ERHÖHUNG – DAVON 5 % VORZIEHEN

Die nach gültigem Gesetz zugrunde liegende Berechnung der 2024er-Pensionsanpassung entwickelt sich in Richtung 10 Prozent. Noch fehlen 4 Monatswerte (von 12), aus denen dann der Anpassungswert als Durchschnitt berechnet wird (siehe Tabelle unten).

„Wir können nicht bis zum 1. Februar 2024 warten (mit diesem Datum langt die erste 2024er-Monatspension auf den Bankkonten ein, Anm.). Daher fordert der Pensionistenverband, dass die Hälfte der 2024er-Anpassung, also 5 Prozent, bereits ab Sommer 2023 zur Auszahlung gelangt. Das ist auch nicht neu, das hat es sowohl unter Kreisky als auch unter Faymann gegeben, als Pensionsanpassungen auch unterm Jahr vorgenommen wurden“, erläutert Pensionistenverbands-Präsident Dr. Peter Kostelka seine Forderung. Die nächsten Wochen sind entscheidend, ob die Regierung bereit sein wird, dieses Vorhaben Realität werden zu lassen. 

Monat	Jahr	Teuerungsrate
August	2022	9,3
September	2022	10,6
Oktober	2022	11,0
November	2022	10,6
Dezember	2022	10,2
Jänner	2023	11,2
Februar	2023	10,9
März	2023	9,2
April	2023	offen
Mai	2023	offen
Juni	2023	offen
Juli	2023	offen
Mittelwert aktuell		10,4



Der Pensionistenverband ist schon zweimal für ein stärkeres Pensionsplus auf die Straße gegangen. Es wird nicht das letzte Mal gewesen sein, denn der Pensionistenverband ist hartnäckig!

FOTO: BUBU DUJMIC

So wird die Pensionsanpassung berechnet

Die jährliche Pensionsanpassung erfolgt laut Allgemeinem Sozialversicherungsgesetz (ASVG) rückwirkend und damit zeitverzögert. Für die 2024er-Anpassung werden die 12 Monatswerte der Teuerung (Inflation) vom August 2022 bis Juli 2023 herangezogen und der Durchschnitt (Mittelwert) daraus ergibt den Anpassungswert für 2024.

Noch fehlen 4 Monatswerte. Bei erwartbar anhaltender Teuerung wird der Pensionsanpassungswert 2024 rund 10 Prozent betragen.

PENSIONSANPASSUNG IM ERSTEN PENSIONSJAHR

VOLL und DAUERHAFT

Der Pensionistenverband ist auch die Interessenvertretung der neuen Pensionisten und für alle, die vor der Pension stehen. Das zeigt sich an der Forderung nach VOLLER erster Pensionsanpassung nach Pensionsantritt.

Die ERSTE Pensionsanpassung nach Pensionsantritt – ein Flickwerk der Regierung. Denn es gibt nun drei Arten von Pensionisten: jene, die im ersten Jahr nach Pensionsantritt die volle Pensionserhöhung bekommen, jene, die nur eine Teilanpassung erhalten haben, und jene, die nicht wissen, wie es weitergeht.

Aktueller Stand der Dinge: Der Pensionistenverband hat auf die dramatischen Verluste

hingewiesen, die man als Pensionist im Laufe seines Pensionistenlebens erleidet, wenn man keine oder nur eine reduzierte Anpassung im ersten Pensionsjahr bekommt.

ZEHNTAUSENDE EURO MINUS

Ein Verlust, den man nie mehr aufholen kann, der sich auf zehntausende Euro kumuliert und bei den aktuell höheren Anpassungswerten schwer wiegt.

VERBESSERUNGEN ERREICHT

Aber: Der Pensionistenverband hat 200.000 künftigen Pensionisten VIEL Geld gebracht. Nämlich dem 2023er- und 2024er-Pensionsjahrgang. Für diese beiden Jahrgänge haben wir erkämpft, dass sie (2025 bzw. 2026) den vollen Anpassungswert bekommen werden.

FLICKWERK BEENDEN

Ein wichtiger Erfolg, zweifellos. Tausende Euro wert! Aber



PVÖ-GENERALSEKRETÄR
Andreas Wohlmuth

GESAGT – GETAN

natürlich fühlen sich jene benachteiligt, die 2023 nicht die volle Anpassung bekommen haben. Und: Wie geht's mit den 2025er-Pensionisten weiter?

Für den Pensionistenverband ganz klar: Die sogenannte Aliquotierung bei der Anpassung im ersten Pensionsjahr muss sofort, dauerhaft und rückwirkend abgeschafft werden!

Euer

Andreas Wohlmuth

Zahnimplantate



Dr. Konrad Jacobs

Zertifizierter Implantologe

Wien 1, Kärntner Straße 10

☎ 01/512 46 27

Sofortimplantate – jahrzehntelange Erfahrung

Schonende blutungsarme SAFE-Plant Stanz-Operation bei Risikopatient & Gerinnungsmittel, Diabetes, Raucher & Parodontitis

Knochenaufbau & Sinuslift Experte

Festsitzende, fix verschraubte Kronen und Brücken in jedem Alter. Gute Fixierung von Prothesen mit Steg oder Mini-Implantaten

Ästhetische hochwertige fixe Zähne in jedem Alter

Passgenaue Implantate, Sofortprovisorium – nie ohne Zähne. Feste Zähne auch bei wenig Knochen in kritischen Fällen. Holen Sie sich eine umfassende, seriöse Zweitmeinung vom Experten.

Kostenlose unverbindliche Beratung mit fairem Kostenplan

☎ 01/512 46 27 www.jacobs-implantate.at

bitte heben Sie diese Anzeige auf, irgendwann freuen Sie sich über schnelle Zahnhilfe

„Fixe Zähne,- ja bitte“

Auch bei wenig Knochen möglich?

Diese Frage wird oft an uns herangetragen.

In spezialisierten Ordinationen sind heute Zahnimplantate auch bei wenig Knochen möglich. Auf der einen Seite gibt es heute Kurzimplantate bei Knochenschwund im Oberkiefer. Zum Anderen kann der Knochenaufbau direkt in einer Sitzung nach dem Ziehen der Zähne erfolgen. Hier wird die Selbstheilung des Kiefers ausgenutzt.

DIE VORTEILE LIEGEN AUF DER HAND

Kurze Behandlungszeit, kein Tag ohne Zähne, kein Gaumen, kein Bügel = mehr Lebensqualität. Angst verfliegt im sanften Dahindösen, sie spüren nichts

und sind schon wenige Stunden nach der Implantation glücklich zu Hause.

ZAHNIMPLANTATE SIND HEUTE KOSTENEFFIZIENT, LEISTBAR UND NACHHALTIG

Die Implantate halten durch die natürliche Kaubelastung den Knochen fest. Für schwache Knochen oder bei Parodontose gibt es spezielle Implantatformen.

Lassen Sie sich von einem erfahrenen Experten beraten, die Entscheidung für ein Implantat verbessert Ihre Lebensqualität enorm.

Ihre

Zahnimplantate GmbH



So sieht er aus, der Danke-Gutschein, einzulösen bei SenioreReisen-Veranstaltungen, der Ihnen vom PVÖ zugesandt wird

DIE NEUE PVÖ-WERBEAKTION

Komm, mach mit, es ist ein Hit!

Bringen Sie dem PVÖ ein neues Mitglied. Oder gleich mehrere! Dafür bekommen Sie dann pro Werbung einen Gutschein für unseren Reiseveranstalter SenioreReisen.

Wogibt es die versprochene Paella oder die Souvlaki? – Das wurden wir nach Erscheinen der letzten Ausgabe tatsächlich gefragt. Wir klären gerne auf:

Es war symbolisch gemeint, denn mit der Ersparnis von 14 Euro, die ein SenioreReisen-Gutschein bringt, könnte man sich Paella oder Souvlaki kaufen. Beim Frühjahrstreffen zum Beispiel. Sie können das durch

den Gutschein ersparte Geld aber auch anders verwenden. Fest steht auf jeden Fall: Für jede erfolgreiche Werbung eines Neumitglieds gibt es ab sofort einen Gutschein für eine Reise, die vom verbandseigenen Reise-Experten SenioreReisen veranstaltet wird.

DOPPELT HOHE PRÄMIE!

Mit dem nominellen Wert von 14 Euro ist die Werbeprämie für

2023 beinahe doppelt so hoch, wie sie 2022 war. Und Sie können das Ersparte verwenden, wo, wie und wofür Sie wollen!

Ein weiterer Vorteil der Werbeaktion 2023.

WANN, WENN NICHT JETZT!

2023 gehen abertausende Vertreter*innen der sogenannten Babyboomer-Generation in Pension. Das ist ein riesiges Potenzial, aus dem wir PVÖ-

Mitglieder möglichst viele neue Freund*innen für unseren Verband gewinnen sollten. Denn viele neue Mitglieder bedeuten auch viele neue Möglichkeiten.

Jede*r Einzelne zählt. Für den PVÖ und natürlich auch für Sie. Denn es gibt für jedes einzeln neu geworbene Mitglied einen Gutschein für die*den Werber*in. UND für das neue Mitglied. Mitmachen!

Jetzt Mitglieder werben!



Stimmung. Service. Sicherheit.

SenioreReisen ist der beste Reisepartner für „unsere Generation“

Seit 50 (!) Jahren sammelt SenioreReisen Erfahrungen bei Reisen mit „unserer Generation“. Weit mehr als eine Million Reisegäste haben die Stimmung, den Service und vor allem auch die Sicherheit einer Reise von und mit SenioreReisen kennen und schätzen gelernt.

Gerade in Zeiten wie diesen braucht man einen zu hundert Prozent verlässlichen Partner, wenn es ums Reisen geht. Deshalb: SenioreReisen.

Wann, wenn nicht jetzt!



Aller Anfang ist ...

... **ganz einfach!** Neues Mitglied werben,
Formular unten ausfüllen, absenden und bald
kommen die Gutscheine zu Ihnen. **Infos zur
Aktion auch auf: pvoe.at/mitglied-werden**



**PENSIONISTEN
VERBAND
ÖSTERREICHS**



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**

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: datschutzbeauftragter@pvoe.at

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

DATUM

PERSÖNLICHE UNTERSCHRIFT

Vom PVÖ
auszufüllen

MONAT JAHR
BEITRITTSDATUM

BEZIRKSORGANISATION

ORTSGRUPPE

ZAHLORGANISATION



Bankomatbehebungen, Kredite, Kontoführungsgebühren und Co werden immer teurer, während die Zinsen auf Ersparnis immer noch extrem niedrig sind. Das muss sich ändern!




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




BANKEN SOLLEN ALLE ZINSERHÖHUNGEN WEITERGEBEN

Wir fordern: Mehr Zinsen fürs Sparen

Die Kreditzinsen steigen merklich. Jetzt müssen auch die Sparzinsen wieder höher werden. Der Pensionistenverband fordert die Banken auf, die Zinserhöhungen endlich auch an die Kund*innen weiterzugeben. Die Europäische Zentralbank erhöht seit einigen Monaten immer wieder den sogenannten „Leitzins“. Dadurch erhalten Banken mehr für ihre Einlagen, bezahlen aber auch mehr, wenn sie sich Geld ausborgen. Die steigenden Kreditzinsen gaben sie sofort an die Kund*innen weiter, Kredite wurden und werden immer noch deutlich teurer und liegen im Schnitt bereits bei über 8 Prozent Zinsen. (Im Vergleich: Noch vor wenigen Jahren bekam man Kredite teilweise mit nur rund 1 Prozent Verzinsung.) Was sich aber noch nicht geändert hat: Die Zinsen für Sparbücher und Co bleiben extrem niedrig. Für täglich fällige Sparbücher bekommt man derzeit durchschnittlich 0,01 Prozent Zinsen bei Filial-Banken und 0,75 Prozent bei Online-Banken. Damit verdienen sich die Banken ein ordentliches Körbergeld, während die Sparer*innen kaum Zinsen erhalten. Der Pensionistenverband fordert: Die Banken müssen dazu verpflichtet werden, Zinssteigerungen auf Einlagen an ihre Kund*innen weiterzugeben. 

GESETZ GEGEN DISKRIMINIERUNG GEFORDERT

Versicherungen: Schluss mit „zu alt“!

Immer wieder melden sich hilfeschuchende PVÖ-Mitglieder, die Fälle von Altersdiskriminierung durch ihre Unfallversicherungen oder Krankenversicherungen beklagen. Da werden plötzlich Prämien erhöht, Leistungen gekürzt oder der Vertrag wird gleich komplett gekündigt. Ein richtungsweisendes Urteil des Obersten Gerichtshofs (OGH) hat bereits vor über drei Jahren altersdiskriminierende Klauseln der Merkur Unfallversicherung für gesetzeswidrig erklärt. Leider hat sich dadurch kaum etwas verändert. Nicht jede/r Betroffene kann oder will den Weg vor Gericht alleine gehen und schon gar nicht auf eigene Kosten. Der Pensionistenverband Österreichs fordert daher ein Gesetz, das der Altersdiskriminierung durch Versicherungen einen Riegel vorschiebt. 



Viel Ärger und Sorgen, wenn die Versicherung plötzlich die Prämien erhöht, Leistungen kürzt oder den Vertrag sogar einfach kündigt



Schluss mit Mogelpackungen

Der Preis ist gleich, die Packungsgröße auch – aber der Inhalt ist weniger geworden. Dieser mehr als ärgerliche „Trend“ mancher Lebensmittelhersteller wird „Shrinkflation“ genannt (shrink = schrumpfen) und bedeutet für Konsument*innen: weniger Inhalt fürs gleiche Geld, aber geschickt getarnt. Dieser Täuschung will die Politik nun einen Riegel vorschieben. Der PVÖ unterstützt daher die Forderung der SPÖ, dass der Preis je Maßeinheit (z.B. 100 Gramm) deutlich ausgeschildert werden muss und Änderungen bei der Füllmenge direkt auf der Verpackung (Vorderseite) gekennzeichnet werden müssen. Weiters braucht es – wie in Deutschland – ein Gesetz gegen Mogelpackungen. Hier darf nur ein gewisser Prozentteil der Verpackung leer sein.



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



UG-SERIE

IMMOBILIEN

GEMEINSAMER WOHNSTZ IM TODESFALL DES PARTNERS – TEIL 3

Kann ich in unserer Wohnung bleiben?

Im letzten Teil unserer Serie erklären unsere Expert*innen, was man beachten sollte, damit man auch nach dem Tod des Partners bzw. der Partnerin in der gemeinsamen **Miet-, Genossenschafts- oder Gemeindewohnung verbleiben kann.**

Sind beide Partner*innen als Mieter*in in den Mietverträge eingetragen, so wird der Mietvertrag nach dem Tod eines der Mieter mit dem überlebenden Mieter fortgesetzt. Aber auch wenn die*der verstorbene Partner*in alleinige*r Mieter*in war, braucht man keine Angst haben, die Wohnung zu verlieren.

EINTRITT IN DEN MIETVERTRAG

Bei Mietwohnungen sieht § 14 MRG (Mietrechtsgesetz) nämlich ein Eintrittsrecht des überlebenden Partners in den Mietvertrag vor. Voraussetzung ist, dass man ein dringendes Wohnbedürfnis hat und mit der*dem verstorbenen Mieter*in in der Wohnung im gemeinsamen Haushalt gelebt hat. Bei Lebensgefährt*innen muss dieser gemeinsame Haushalt mindestens drei Jahre gedauert haben; bei Ehepaaren gibt es keine zeitliche Mindestfrist. Das „dringende Wohnbedürfnis“ bedeutet insbesondere, dass keine andere, eigene Wohnmöglichkeit zur Verfügung steht. Dieses Eintrittsrecht geht der sonstigen Erbfolge vor und greift auch dann, wenn z. B. die Kinder (weitere) Erben sind: Das Mietrecht kommt trotzdem der*dem überlebenden Partner*in alleine zu. Um zu vermeiden, dass die*der Vermieter*in nach dem Tod des Hauptmieters eine – erfolglose – Aufkündigung einbringt, sollte man der*dem Vermieter*in bzw. der

Hausverwaltung so rasch wie möglich mitteilen, dass man als Ehepartner*in bzw. Lebensgefährt*in im gemeinsamen Haushalt mit der*dem Hauptmieter*in gelebt hat, ein dringendes Wohnbedürfnis hat und vom Eintrittsrecht in den Mietvertrag Gebrauch macht.

KEINE ANGST VOR MIETERHÖHUNGEN

Im Regelfall muss man sich beim Eintritt in den Mietvertrag nicht vor einer Mieterhöhung fürchten. Wurde der Mietvertrag nach dem 1.3.1994 abgeschlossen, darf die*der Vermieter*in den Mietzins nämlich gar nicht erhöhen. Handelt es sich hingegen um einen älteren Mietvertrag, so besteht das generelle Recht zur Anhebung des Mietzinses auf € 2,81 pro Quadratmeter bei Kategorie-A-Wohnungen, falls der Mietzins zuvor niedriger gewesen sein sollte. Dies ist aber in der Regel nur beim sogenannten „Friedenszins“ der Fall.

GLEICHES RECHT BEI GEMEINDE- UND GENOSSENSCHAFTSWOHNUNGEN

All das gilt auch für Gemeindewohnungen, es gibt diesbezüglich keine Besonderheiten. Und bei Genossenschaftswohnungen verweist § 20 WGG (Wohnungsgemeinnützigkeitsgesetz) auf § 14 MRG, sodass auch hier genau dieselbe Rechtslage besteht.

Auch wenn die*der verstorbene Partner*in alleinige*r Mieter*in war, braucht man keine Angst zu haben, die Wohnung zu verlieren. Wichtig ist, dass man der Hausverwaltung bzw. der*dem Vermieter*in möglichst bald und am besten auch schriftlich mitteilt, dass man ein dringendes Wohnbedürfnis hat und in den Mietvertrag eintreten möchte.

Die PVÖ-Vorteilswelt

PVÖ-Mitglieder können jetzt **richtig Geld sparen!**



10 %
Rabatt für
PVÖ-Mitglieder*

Gegen Vorweis des PVÖ-Mitgliedsausweises.

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.

ADLER
ALLES PASST

24 x in Österreich
www.adlermode.at



€ 5,-

SOFORTRABATT*
ab 50 Euro Einkauf für PVÖ-Mitglieder

Gegen Vorweis des Mitgliedsausweises. Ausgenommen:

1. Preis-Artikel, Bestseller, E-Bikes, Serviceleistungen, Gutscheine.

80 x in Österreich.

www.hervis.at



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.
www.metro.at



NEUROTH
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN

Hört sich doch gut an, oder?

Vereinbaren Sie jetzt Ihr kostenloses Beratungsgespräch und machen Sie unverbindlich einen Gratis-Hörtest. Gemeinsam mit Ihnen finden wir die perfekt an Ihre Bedürfnisse angepasste Hörlösung.

- 5%
Rabatt auf
eine Neuroth
Hörlösung*

Lärm ist nicht gleich Lärm

Erhalten Sie vielfältige Gehörschutz-Lösungen der Marke Earwear: individuell gefertigt, langlebig und perfekter Sitz im Ohr. Unsere Hörakustiker*innen beraten Sie gerne!

- 10%
Rabatt
auf einen
angepassten
Gehörschutz*

* Gegen Vorlage des PVÖ-Mitgliedsausweises. 5 % Rabatt gültig für Hörlösungen mit Eigenanteil. Pro Person nur 1 Gutschein einlösbar.
www.neuroth.com



€ 44,50*
p.P. im DZ/NF

Ihr Haus für Ihren Aufenthalt in Wien

- gegen Vorweis des PVÖ-Mitgliedsausweises
- 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

* Gültig bis auf Widerruf, zumindest aber bis 31.12.2023.

Keine Barauszahlung, Rechtsweg ausgeschlossen. Nicht mit anderen Aktionen und Rabatten kombinierbar.

Die romantische Liebesgeschichte von „Rebecca“ entwickelt sich nach und nach zu einem packenden Thriller mit vielen Intrigen und dunklen Geheimnissen.



Musical-Hits in Wien

„Rebecca“ und „Disneys Der Glöckner von Notre Dame“.
Gönnen Sie sich einen Aufenthalt in Wien und tauchen Sie in die fantastische Welt der großen Erfolgs-Musicals der Vereinigten Bühnen Wien ein!

Seit September 2022 begeistert „Rebecca“ das Publikum im Wiener Raimund Theater. Aufgrund des großen Erfolges mit über 200.000 verkauften Tickets wurde die Spielzeit bis Jänner 2024 verlängert. Eine gute Gelegenheit, um bei einem Ausflug nach Wien die fantastische Eigenproduktion der Vereinigten Bühnen Wien aus der Feder von Michael Kunze & Sylvester Levay selbst live zu erleben.

Basierend auf dem weltberühmten Roman von Daphne du Maurier schildert „Rebecca“ eine ergreifende Liebesgeschichte, die sich nach und nach zu einem spannungsreichen Thriller voller Intrigen und dunkler Überraschungen entspinnt. Eine fesselnde Handlung, berührende Melodien und eindrucksvolle Special Effects – der Musicalthriller „Rebecca“ wird Sie vollkommen in seinen dramatischen Bann ziehen!



DISNEYS DER GLÖCKNER VON NOTRE DAME

Verpassen sollten Sie auch nicht „Disneys Der Glöckner von Notre Dame“. Bis Ende Juni haben Sie noch die Möglichkeit, die internationale Erfolgsproduktion nach dem packenden Roman von Victor Hugo live im Wiener Ronacher zu erleben.

Im Musical wird die berührende Geschichte des Glöckners Quasimodo erzählt, der abgeschirmt von der Welt im Glockenturm der Kathedrale Notre Dame lebt und bisher durch die Menschen nur Ausgrenzung erfahren hat. Alles scheint sich jedoch zu ändern, als er auf die mutige Esmeralda trifft ... Lassen Sie sich diesen erstklassigen Musicalabend mit einer Geschichte voller Liebe, Sehnsucht, Leidenschaft und unvergesslichen Disney-Songs nicht entgehen! 📍

Esmeralda liebt das Leben, Quasimodo ist ein Ausgestoßener – kann Liebe dieses ungleiche Paar zusammenführen?

20 % Ermäßigung für Senioren ab 60 bei ausgewählten Vorstellungen

So kommen Sie zu Ihrer Ermäßigung:

- Vorverkaufsstellen der VBW (MusikTheater an der Wien/MuseumsQuartier Halle E, Raimund Theater, Ronacher) mit Lichtbildausweis
- Telefonisch bei WIEN-TICKET 01/588 85-111 mit Nennung von Aktionscode „Senioren-ermäßigung“ und Geburtsdatum
- Am WIEN-TICKET Pavillon (bei der Staatsoper) mit Lichtbildausweis
- ONLINE – bitte wählen Sie im Shop die Ermäßigungsstufe „Senioren ab 60 Jahre -20 %“ aus

senioren.musicalvienna.at



Man ist nie zu alt für Schmetterlinge im Ohr

Liebe auf den ersten Ton



Mit Hörgeräten von Hansaton können Sie auch sanft geflüsterte Worte Ihrer Liebsten wieder besser verstehen.

Ein kostenloser Hörtest schafft Klarheit. Je früher Hörgeräte zum Einsatz kommen, desto besser können die Hörprobleme ausgeglichen werden. Moderne Hörgeräte mit intelligenter Spracherkennung heben gezielt hervor, was das Gegenüber sagt, und dämpfen Hintergrundgeräusche ab.

Kostenlos probieren

Die Hörakustiker:innen von Hansaton laden Sie ein, neueste Hörgeräte kostenlos Probe zu tragen. Infos und Termine unter **0800 880 888** (kostenlos) oder online auf **hansaton.at**

Was gibt es Schöneres, als liebevoll ins Ohr geflüsterte Worte des oder der Liebsten zu hören? Eine Verschlechterung des Hörvermögens

kann sich allerdings negativ auf das Zusammensein auswirken. Man versteht sich im wahrsten Sinne des Wortes nicht mehr richtig.

Hört sich gut an!



Hervorgehobene Sprache

Besser hören und verstehen in jeder Umgebung



Freisprech-Telefonie

Handy-Anrufe mit nur einem Finger annehmen



TV-Ton direkt im Ohr

Fernsehen in der für Sie idealen Lautstärke

**Jetzt
kostenlos
testen!**

neu

PHONAK
Audeo Lumity

Medizinprodukt



Jetzt Termin vereinbaren und ausprobieren!



0800 880 888



hansaton.at

Hansaton



LANDESPRÄSIDENTIN
Birgit Gerstorfer



Unser Oberösterreich

DAS WICHTIGSTE AUS UNSEREM BUNDESLAND

PVOÖ-SPRECHTAGE

Landesorganisation Oberösterreich

Wiener Straße 2, 4020 Linz
☎ 0732/66 32 41-13

Beratungen finden nach
Terminvereinbarung statt.
Bringen Sie bitte alle erforder-
lichen Unterlagen mit.

Rechtsberatung

Notar Dr. Walter Dobler
Di., 6. Juni 2023, 9 Uhr

Sozialberatung

Eva Breitenfellner
Mi., 7. Juni 2023, 9 Uhr



Lohnsteuerberatung

Leopold Pichlbauer
Mi., 17. Mai 2023, 13 Uhr
Mi., 31. Mai 2023, 13 Uhr
Mi., 14. Juni 2023, 13 Uhr
Mi., 12. Juli 2023, 13 Uhr

Neue Bürozeiten

Seit Mai 2023 haben wir
neue Bürozeiten:
Mo. bis Do., 8–16 Uhr
Freitag, 8–12 Uhr

Liebe Pensionistinnen, liebe Pensionisten!

Ich freue mich über das entgegengebrachte Vertrauen bei der Landeskongress. Danke an alle, die mich mit ihrer Stimme unterstützt haben und mir zeigen, dass ich gut im Pensionistenverband angekommen bin. Ich freue mich auch, dass die Kongress so positiv verlautet ist. Die ausgeschiedenen Funktionärinnen und Funktionäre wurden würdig verabschiedet und die neuen mit offenen Armen willkommen geheißen.

Nun beginnt die Arbeit und somit ein neuer Abschnitt für mich und auch für den PVOÖ, und ich freue mich wirklich. Es ist mir ein ganz besonderes Anliegen, mich für die „Generation mit viel Erfahrung“ einzusetzen. In Kürze wird eine Präsidiumsklausur stattfinden. Gemeinsam mit dem Team möchte ich unter dem Titel „Bewährtes weiterführen und Neues entwickeln“ die Strategie und wichtige Vorhaben für die nächsten vier Jahre festlegen.

Eines ist mir dabei besonders wichtig und wird einen Schwerpunkt darstellen: die Gewinnung neuer Mitglieder. Denn nur wenn wir eine große Gemeinschaft sind, sind wir auch stark genug, unsere Interessen durchzusetzen. Wir möchten MIT der und FÜR die Generation mit viel Erfahrung arbeiten. Ihre Bedürfnisse und Vorstellungen sollen sich in unserer Arbeit widerspiegeln. Als starke Mitgliedergemeinschaft wollen wir gesellschaftspolitisch mitreden und mitgestalten.

Also, liebe Freundinnen und Freunde, ich bin motiviert, die Herausforderung anzugehen. Gemeinsam mit dem starken Team des Landesvorstandes, den vielen engagierten Funktionärinnen und Funktionären in den Bezirken und Ortsgruppen werden wir vieles bewegen.

*Ich freue mich darauf. Starten wir durch:
Wann, wenn nicht jetzt!
Birgit Gerstorfer*

Verstärkung im PVOÖ

Robert Dinu, neuer Mitarbeiter im Landesbüro. Nachdem Andrea Kalod ihren wohlverdienten Ruhestand angetreten hat, verstärkt nun Robert Dinu das Team in der Wiener Straße. Robert ist 33 Jahre alt und hat nach seiner Lehre als Buch- und Medienwirtschaftler bei der Sozialversicherung der Selbstständigen im Bereich des Pensionskontos als Sachbearbeiter gearbeitet. Robert wird als Assistent der Landessekretärin und der Landespräsidentin tätig sein und sich nach einer Einschulungsphase auch um den Bereich der Kulturveranstaltungen kümmern. Er ist montags von 8 bis 16 Uhr, Dienstag bis Mittwoch von 8 bis 13.30 Uhr, Donnerstag 8 bis 13 Uhr und Freitag von 8 bis 12 Uhr erreichbar.



KULTURTIPPS

Theater Phönix



Ein bescheidener Vorschlag

Mi., 24. Mai 2023, 19.30 Uhr

Von Hannelore Schmid und Thomas Toppler

Eine Produktion des Herminentheaters in Kooperation mit dem TAG Theater Wien. Bucklig, dreckig, mit fehlenden Gliedmaßen treten sie auf die Bühne und wollen geliebt werden. Sie beginnen ein Spiel, bei dem alles erlaubt ist – oder auch nicht.

Tickets: Als PVOÖ-Mitglied können Sie eine Eintrittskarte zum Preis von 15 Euro erwerben. Reservierungen unter dem Kennwort „PVOÖ“. Per E-Mail: ✉ tickets@theater-phoenix.at oder telefonisch: ☎ 0732/66 65 00.

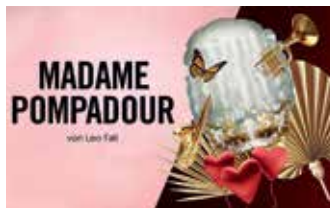


Rückkehr nach Linz

Fr., 2. Juni 2023, 19.30 Uhr
Do., 8. Juni 2023, 19.30 Uhr

Outdoor-Veranstaltung: Das Theater Phönix lädt zu einem theatralen Spaziergang durch sein Viertel ein. An ungewöhnlichen Spielorten entspinnen sich persönliche Geschichten, Beziehungen, Rückblicke, Ausblicke, verwunschene Augenblicke rund um das Thema „Rückkehr“.

Lehár Festival Bad Ischl



Madame Pompadour

Do., 20. Juli 2023, 15.30 Uhr
So., 6. August 2023, 15.30 Uhr

Operette von Leo Fall

Die Geschichte der Madame Pompadour wird beim Lehár Festival zu einem rauschenden Operettenerlebnis mit großen Tanznummern, einem prominenten Ensemble und der unvergleichlichen Musik von Leo Fall.

Tickets und Preise:

PVOÖ-Mitglieder erhalten für diese Vorstellung einen Rabatt von 25 Prozent.

☎ 06132/238 39

✉ info@leharfestival.at

🌐 leharfestival.at

Aspacher Gstanzlsingen



Veranstaltungszentrum Danzer

Sa., 14. Oktober 2023, 13.30 Uhr

Hochklassische Volksmusikerinnen und -musiker verstehen es, das Publikum zu begeistern und auch die Lachmuskeln zu strapazieren.

Veranstaltungszentrum Danzer

(Hönnharter Straße 19, 5252 Aspach)

Tickets: Bei Eva Hoschek

☎ 0732/66 32 41-23,

✉ eva.hoschek@pvooe.at

Preise: € 23,-/€ 26,-

Brucknerhaus Linz



Huelgas Ensemble

Sonntag, 4. Juni 2023, 18 Uhr

Waghalsige Experimente aus Mittelalter, Renaissance und Barock, gesungen vom weltberühmten Huelgas Ensemble.



Kieran Carrel & Daniel Gerzenberg

Dienstag, 20. Juni 2023, 19.30 Uhr

Begleitet vom deutsch-russisch-jüdischen Pianisten Daniel Gerzenberg debütiert der junge deutsch-britische Tenor Kieran Carrel im Brucknerhaus Linz. Auf dem Programm stehen dabei ausgewählte Werke von Franz Schubert, Robert Schumann und Hugo Wolf.



Stefan Gottfried & Concentus Musicus Wien

Sonntag, 25. Juni 2023, 11 Uhr

Sonntagmatinee: Ein musikalisches Porträt des Revolutionärs Mozart präsentiert das Instrumental-Ensemble Concentus Musicus Wien unter der Leitung von Stefan Gottfried, der auch Solist des Klavierkonzerts sein wird.

Tickets: Für die Vorstellungen oben kann die Karte gegen Vorlage des Mitgliederausweises zum Preis von 10 Euro erworben werden. Brucknerhaus Linz Service-Center, ☎ 0732/77 52 30, ✉ kassa@liva.linz.at, (bei elektronischer Bestellung bitte Ausweis einscannen).

Landesbergwandertag in Micheldorf

Das Landessportreferat des PVOÖ hat gemeinsam mit der Ortsgruppe Kirchdorf-Inzersdorf zwei sehr schöne Wanderstrecken ausgesucht.

Festes Schuhwerk, Getränke und ein wenig Grundkondition sind empfehlenswert. Start und Ziel ist beim Freizeitpark Micheldorf (Ziehbergstraße 9, 4563 Micheldorf), wo im Festzelt um ca. 13 Uhr der gemütliche Abschluss mit Musik, Siegerehrung und Mittagessen stattfindet. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden gebeten, bei der Abschlussfeier anwesend zu sein. Für das leibliche Wohl sorgt der Veranstalter. Der Pensionistenverband freut sich über eine rege Beteiligung und auf einen fröhlichen Ausklang.

KURZE STRECKE: 7,3 Kilometer, Gehzeit: ca. 2 Std.

Vom Freizeitpark Micheldorf (444 m) wandern wir über Heiligenkreuz – entlang des Flugfeldes – Firma RIKÄ – unter der Bundesstraße durch – entlang des Wanderweges bis zum Einstieg Georgiberg (469 m) – am Georgiberg-Kreuzweg hinauf zur Kirche (594 m) – retour entlang der Straße zur Labestelle (Kreuzung kurze/ lange Strecke). Von der Labestelle hinunter bis zur markierten Abzweigung (Friedhof) – weiter zum Kirchenplatz – zur alten Hauptstraße – über die Brücke und entlang des markierten Weges und der Krems bis zum Start.



LANGE STRECKE: 9,9 Kilometer, Gehzeit: ca. 2,5 Std.

Die lange Strecke führt gemeinsam mit der kurzen Strecke bis zur Labestelle am Georgibergsattel (534 m). Von dort wandern wir entlang des Wanderweges auf 621 m Seehöhe mit Blick auf den Georgiberg, hinunter über den Musikersteig bis zur markierten Abzweigung (Friedhof). Dann geht es den gleichen Weg zurück wie bei der kurzen Strecke.

Infos & Anmeldung

Freitag, 16. Juni 2023, Start und Nachmeldungen: 8–9.30 Uhr, Startgeld: 2 Euro

Gruppenanmeldungen über den Bezirk, Einzelanmeldungen im Landessportreferat Oberösterreich bei Roland Adami, 0664/88 455 324, roland.adami@pvooe.at

Bitte bei der Anmeldung die oder den älteste*n Teilnehmer*in mit Geburtsdatum, die Gruppengröße sowie den Anreiseweg in Kilometern für unsere Ehrungen angeben.

Terminvorschau



Mi., 5. Juli 2023
Landes-Nordic-Walking-Wandertag
in Ried im Innkreis

Fr., 22. September 2023
Landesradwandertag in Moosdorf

NEUER LANDESSPORTREFERENT Ing. Erich Hackl

Über 20 Jahre hat Konsulent Johannes Nistelberger das Landessportreferat geprägt. **Mit der Landeskonzferenz übernahm Ing. Erich Hackl dieses Amt.**



Für den langjährigen Bürgermeister von Wartberg ob der Aist und Eisenbahner war der Sport der Auslöser seiner politischen Karriere. Hätte er nicht als Obmann des Sportvereines in Wartberg den Bau des neuen Sport- und Freizeitparks vorangetrieben, wäre er nicht in den Gemeinderat gekommen und zum Bürgermeister aufgestiegen. Noch heute betreibt er viel Sport: Wandern, Radtouren, Skifahren und noch vieles mehr stehen auf seinem sport-

lichen Kalender. Seine Ziele für das Landessportreferat liegen in der Professionalisierung der Landessportveranstaltungen, in der Einführung neuer, altersgerechter Sportarten und vor allem soll es in jedem Bezirk eine*n aktive*n Bezirkssportreferent*in geben, um das Sportangebot im Bundesland so breit wie möglich anbieten zu können. Landessportreferent Erich Hackl ist montags von 8 bis 12 Uhr im Landessekretariat erreichbar.

KONSUMENTENSCHUTZ

Schon einmal etwas von „Shrinkflation“ gehört?



Haribo hat in Deutschland bereits die Goldbären-Packung „geshrinkt“. Jetzt sind auch im österreichischen Onlinehandel Haribo-Sackerl mit 175 statt wie bisher 200 g Füllmenge aufgetaucht – zum gleichen Preis, aber mit elf Gummibärchen weniger.

Im Grunde handelt es sich hierbei um eine **Taktik zur versteckten Preiserhöhung**, bei der weniger Inhalt zum gleichen Preis verkauft wird.

Wenn der Preis gleich hoch bleibt, der Produktinhalt aber kleiner bzw. weniger wird und das nicht gleich erkennbar ist, kommt die Teuerung einfach durch die „Hintertür“. Als ob die Teuerungsraten bzw. die Inflation über 10 Prozent nicht genug Belastung für die Konsument*innen wären, nun werden diese auch noch über kaum erkennbare Änderungen von Verpackungsgrößen bzw. mittels gleicher Verpackungsgröße mit geringerem Inhalt zur Kasse gebeten.

Häufig im Lebensmittelbereich, aber auch bei Drogeriewaren wird ausgenutzt, dass beim Einkauf nur selten auf den genauen Füllinhalt von Verpackungen und kaum auf Abänderungen geachtet wird, wenn das bekannte Produkt scheinbar „so wie immer“ aussieht.

Hand aufs Herz: Wie oft achten Sie beim Einkauf auf den Füllinhalt einer Verpackung? Wahrscheinlich weniger oft als Sie es sollten, denn genau diesen Umstand nutzen viele Lebensmittelkonzerne derzeit beinahe aus.

DER TRICK

Packungsgröße und Preis bleiben gleich, der Füllinhalt wird aber weniger. Bei der „Shrinkflation“, einer besonderen Art der Mogelpackung, ändert sich also der Produktpreis nicht, sehr wohl jedoch der Grundpreis. Dieser gibt an, welchen Preis ein Lebensmittel bzw. eine Ware hat. Dieser bezieht sich auf eine bestimmte Menge oder ein bestimmtes Volumen, angegeben in Euro pro Kilogramm oder Liter etc. Der Grundpreis muss zwar am Regal angegeben werden, findet


jedoch oft wenig Beachtung, da er eher klein dargestellt wird und bei gleicher Verpackungsgröße der geänderte Inhalt kaum auffällt.

BEISPIELE GEFÄLLIG?

Pringles Original 185 g statt 200 g, Thea-Margarine 400 g statt 500 g, Knabbernossi Family-Pack elf statt zwölf Würstchen usw.

Finden sich bald auch die Gummibären auf der Artenschutzliste?

Da „kuscheln“ sich in einer Gummibärenpackung nur mehr 175 g statt bisher 200 g bei gleichem Preis zusammen, also bekommt man elf Bären weniger als zuvor. Weitere Beispiele gibt es auf der Homepage des Vereins für Konsumentinformation: vki.at (über die Suchlupe kann dort „Mogelpackungen“ eingegeben werden).

Mit der „Shrinkflation“ soll im Wesentlichen verhindert werden, dass beim Einkauf aus Preisgründen zu günstigeren Alternativen gegriffen wird. Die Arbeiterkammer fordert daher eine verpflichtende Kennzeichnung der Änderung von Füllmengen und größere Grundpreisauszeichnungen bzw. gut erkennbare Füllmengenangaben auf der Vorderseite, um mehr Transparenz und bessere Lesbarkeit zu erreichen. 

Tipp des AK-Konsumentenschutzes

Achten Sie besonders bei Änderungen des Verpackungsdesigns, aber auch bei Sondereditionen ganz genau auf die Inhaltsangaben und die Grundpreisangaben am Regal. Weitere Informationen und Tipps finden Sie auf der Homepage des Konsumentenschutzes der AK Oberösterreich: oe.konsumentenschutz.at

Mit Sicherheit gesund

Neue Referate in der Landesorganisation Oberösterreich. Mit der Landeskonzferenz fand nicht nur ein Generationenwechsel an der Spitze statt, sondern wurden, den Zeichen der Zeit gehorchend, neue Referate geschaffen.

Um der zunehmenden Sorge um die eigene und der allgemeinen Sicherheit Raum zu geben, wurde das Referat Sicherheit ins Leben gerufen und

mit Mag. Erwin Fuchs, ehem. stv. Landespolizeidirektor, ein Fachmann gefunden.

Dass Gesundheit im Alter ein Thema ist, ist keine neue Erkenntnis und es ist daher nur

logisch, auch ein entsprechendes Referat zu schaffen. Andrea Wesenauer, ehem. Direktorin der OÖGKK, kennt das Gesundheitswesen in Oberösterreich ganz genau.



Gesundheit liegt mir am Herzen

Mag.ª Dr.ª
ANDREA WESENAUER

Darf ich mich vorstellen: Andrea Wesenauer – ich bin 55 Jahre alt und stamme aus Mondsee. Für das Studium der Betriebswirtschaftslehre übersiedelte ich nach Linz, später promovierte ich – berufsbegleitend – in Klagenfurt. Mittlerweile lebe ich mit meinem Mann in Leonding. Unsere 23-jährige Tochter steht kurz vor dem Abschluss zur Gebärdensprachdolmetscherin.

Gesundheit und Gesundheitsförderung liegen mir sehr am Herzen. Diese Themen dominierten auch mein Berufsleben. In der OÖGKK leitete ich zunächst die Ressorts Kunden-

service und Medizinische Einrichtungen, bevor ich 2011 Direktorin wurde. Diese Funktion hatte ich bis zur Zusammenlegung der Gebietskrankenkassen zur „Österreichischen Gesundheitskasse“ im Jahr 2020 inne. Dort baute ich das „Strategische Controlling“ auf. Aktuell bin ich Obfrau der „Österreichischen Gesellschaft für Care und Case Management“.

Gesundheit – gerade im Alter – und eine gute medizinische Versorgung sind extrem wichtig. Deshalb freue ich mich schon sehr auf meine neue Aufgabe im Pensionistenverband. Als Gesundheitsreferentin werde ich mich vor allem für die Themen Gesundheitsleistungen und Gesundheitsförderung einsetzen. Auch privat stehen bei mir Gesundheit und Menschen im Mittelpunkt: Ich bin sehr gern aktiv in der Natur und oft bei kulturellen Veranstaltungen anzutreffen. Ganz wichtig sind mir zudem meine Familie und meine Freunde.



Meine Expertise für den PVOÖ

Mag. ERWIN FUCHS

Ich bin in Eferding aufgewachsen, habe dort die Grundschule besucht und war als talentierter Fußballer im jugendlichen Alter in der Kampfmannschaft von Eferding. Bei der Firma Leha absolvierte ich die Lehre zum Großhandelskaufmann. Ab 1. November 1975 besuchte ich die Polizeischule in Linz. Nach Abschluss der Grundausbildung absolvierte ich die Arbeitermittelschule und holte die Matura nach. Es folgte ein Studium der Rechtswissenschaften, und das alles neben meiner Tätigkeit als Polizeibeamter im Wachzimmer Kaarstraße.

Wir haben drei erwachsene Kinder und seit ein paar Monaten ein Enkel. Wir bauten ein Haus und sind 1990 nach Linz gezogen. In meiner Freizeit spielt Sport eine große Rolle. Ich bin mehrere Marathons gelaufen, als Highlight soll Berlin erwähnt werden. Ich war auf vielen Berggipfeln in Österreich, mit dem Großglockner an der Spitze. Radtouren, Skifahren, Langlaufen und Tourengehen gehören zu meinen Leidenschaften.

Als mich der alte und die neue Landespräsident*in des PVOÖ fragten, ob ich ehrenamtlich mitarbeiten möchte, stimmte ich sofort zu. Ich möchte meine Expertise aus 46 Jahren Polizeidienst, vom provisorischen Polizeiwachmann bis zum Landespolizeidirektor-Stellvertreter, einbringen. Gerade die ältere Generation ist oft Zielgruppe von Straftätern. Durch Präventionsmaßnahmen möchte ich die Zahl der Opfer von „Personen in den besten Jahren“ reduzieren. Ich freue mich auf eine gute Zusammenarbeit.

JETZT BAD RENOVIEREN UND SICHER INVESTIEREN!



viterma
zaubert Wohlfühlbäder

- ✦ Zuverlässige Renovierung in 5 Tagen durch unser Profi-Handwerker-Team
- ✦ Individuelle Maßanfertigung für bodenebene Duschen
- ✦ Ein neues Bad steigert den Wert Ihrer Immobilie
- ✦ Schimmelfreie, langlebige, pflegeleichte Materialien

Fachbetrieb in OÖ
Infos & Beratungstermin:
0800 20 22 19
www.viterma.com

Jetzt Termin vereinbaren!



Elektro- und Installationsarbeiten werden gemeinsam mit befugten Partnerfirmen für Sie umgesetzt.

BEZAHLTE ANZEIGE

Erlebe jetzt HÖRSTÄRKE auf einem neuen Level.

Angebot
sichern und
bis zu **600€
sparen!***

Aktion gültig bis
31.07.2023



Mit innovativer
BrainHearing™
Technologie.

**Entdecke
Oticon More.™**

Mit bis zu 24h
Akkulaufzeit.

**Gratis testen &
sofort mitnehmen!**



BEZAHLTE ANZEIGE



QR-Code scannen &
Termin online buchen.
neuroth.com

Wir sind für Sie da. Ihre Neuroth-
Fachinstitute, 21 x in Oberösterreich.
Service-Hotline: 00800 8001 8001

NEUROTH
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN

Berichte aus den Ortsgruppen

Grieskirchen-Eferding • Vöcklabruck • Wels

Grieskirchen-Eferding

AISTERSHEIM

Am Aschermittwoch besuchten wir den Heringsschmaus im Landgasthof Mauernböck, wo es eine große Auswahl am Fischbuffet gab.

Mit 25 Personen besuchten wir die Firma Mayer Schokoladen in Meggenhofen. Dort wurde uns alles vom Einkauf der Kakaobohne bis zur Herstellung von handgeschöpfter

Schokolade und der Pralinen erklärt. Natürlich durften wir auch die vielen Köstlichkeiten verkosten und konnten diese im Anschluss erwerben. Den Abschluss genossen wir im Gasthaus Waldesruh in Gallspach.

ASCHACH-HARTKIRCHEN-HAIBACH

Unser Faschingskehras mit toller Musik war wieder sehr gut

besucht, danke an die befreundeten Gruppen, die zur Veranstaltung gekommen sind. Höhepunkt war sicher der Einmarsch der Hartkirchner Musikkapelle mit dem Bgm. Wolfram Moshammer als Kapellmeister. Für die Tombola haben die ortsansässigen Firmen wieder großzügig gespendet, danke dafür.

Termine: 5.-12.5. Frühjahrstreffen in Ibiza. Mi., 17.5., Mi., 7.6., Di., 13.6. Vereinsnachmittage. Mi.,

21.6. Fahrt ins Blaue. Do., 15.6. Radwandertag.

BAD SCHALLERBACH

Am Faschingsdienstag besuchten wir den Ball der OG Aschach und genossen ein paar Stunden Musik und gute Unterhaltung.

Unsere erste Wanderung im heurigen Jahr führte uns zur Jausenstation Reinhart am Hierenberg.

Termine: 8.5. Frauenstammtisch. 9.5., Café Viktoria, Spielenach-



ASCHACH-HARTKIRCHEN-HAIBACH: Faschingstanz mit dem Bürgermeister



ASCHACH-HARTKIRCHEN-HAIBACH: Faschingstanz mit Musikkapelle



EFERDING-PUPPING: Fritz Dittlbacher im Gespräch



EFERDING-PUPPING: Eisstockschießen Nachbesprechung



EFERDING-PUPPING: Lesung Fritz Dittlbacher

mittag, 11. 5. Mutter- und Vater-
tagsfahrt, Fa. Megaflex. 22.-25. 5.
4-Tage-Fahrt ungarische Höhepunk-
te. 6. 6. gemütlicher Nachmittag.
12. 6. Frauenstammtisch. 15. 6.
Spielenachmittag. 22. 6. Wandertag
zum Moar in der Leithen.

EFERDING-PUPPING

Eine lustige Eisstockpartie veran-
staltete die OG am 21. März in

der Eisstockhalle Schickerbauer.
Natürlich durfte danach auch eine
Stärkung im Gasthaus nicht fehlen.
Am 22. März fuhren ca. 15 Mitglie-
der im Rahmen einer PV-Kulturfahrt
zur Lesung von ORF-Chefreporter
Fritz Dittlbacher in den Kulturtreff
Alkoven.
Am 26. März fuhren etliche Teil-
nehmer unserer Ortsgruppe zur
Aufführung der Operette „Gräfin



FRAHAM: Ausflug ins Mühlviertel

Mariza“ ins Musiktheater Linz.
Termine: Mi., 10. 5., 11 Uhr Abfahrt
beim Badparkplatz, PV-Muttertags-
fahrt mit Besichtigung Modelleisen-
bahnklub und Schnitzessen. Do.,
25. 5., 14 Uhr, Abfahrt beim Bad-
parkplatz, PV-Radausflug Untermühl,
Aschach. Di., 6. 6., 14 Uhr, Pensio-
nisten-Club V.S.O.P., Degustation
zum Vatertag „Käse und Wein“. Mi.,
14. 6., 6.45 Uhr Abfahrt von den

Zusteigstellen, PV-Frühjahrsausflug
Wien – Parlament und ORF.
Anmeldungen zu allen Veranstal-
tungen bis jeweils zwei Wochen vor
dem Termin bei Wolfgang Kriech-
baum, Mobil: 0664/150 21 63
oder Mail: w.kriechbaum@liwest.at

FRAHAM

Unser Frühjahrsausflug am
23. März führte uns zur Krapfen-



GALLSPACH: Neuwahl Ausschuss



GEBOLTSKIRCHEN: Ehrungen Jahreshauptversammlung



FRAHAM: Kutschenfahrt



GEBOLTSKIRCHEN: Wanderung



GRIESKIRCHEN: Alois Ammerstorfer,
95. Geburtstag



GRIESKIRCHEN: Gertrude Sinn, 95. Geburtstag



NEUMARKT-KALLHAM-PÖTTING-WENDLING: Ehepaar Humer



NEUMARKT-KALLHAM-PÖTTING-WENDLING: Lotte Angermair, 90



PEUERBACH: Josef Klaffenböck, 90. Geburtstag

schleiferei nach Tragwein. Dort durften wir beim Krapfenschleifen zusehen und im Anschluss die leckeren Krapfen mit Kaffee verkosten. Gestärkt fuhren wir nach Königswiesen zur Moser Alm. Bei sehr schönem Wetter bestiegen wir anschließend die Kutschen und erkundeten die Gegend rund um Mönchdorf. Am Nachhauseweg machten wir noch Station bei der Fa. Holzmann und deckten uns mit Nudeln ein.

GALLSPACH

Am 4. März fand die JHV der OG mit Neuwahlen statt. Vors. Englbart Penninger konnte dabei Günter Irkuf als PV-Bezirksvertreter, Vertreter der Ortpolitik und 48 Mitglieder des Pensionistenverbandes begrüßen. Die Wahlen wurden von Altbgm. Siegfried Straßl durchgeführt und Vors. Penninger mit seinem Team einstimmig gewählt.

Kassier Peter Jalowetz und Stv. Georg Payrhuber beendeten ihre Funktion und wurden durch Klaus Aigner und Astrid Schöffner ersetzt. Sonst bleiben alle Personen in ihrer Funktion.

Termine: Mi., 24.5., 18 Uhr, Restaurant Gusto, Stammtisch. Sa., 3.6., 13 Uhr, Reitplatz Obergallspach, Stöbeltturnier. Mi., 7.6., 14 Uhr, Hotel Austria, Pensionisten-nachmittag. Do., 15.6., 7.30 Uhr, Ausflug Oberhofalm – Hochfilzen. Mi., 21.6., 18 Uhr, Restaurant Gusto, Stammtisch.

GASPOLTSHOFEN

Bei unserem Nachmittag hatten wir ein lustiges Ostereierpecken. Danke an Birgit Bürstinger für die gespendeten Eier.

GEBOLTSKIRCHEN

Am 7. März unternahmen wir eine Wanderung in Haag/Hausruck.

Der Heringsschmaus im Gasthaus Mayrhuber war gut besucht. Bei der JHV am 9. März konnten wir 56 Mitglieder begrüßen. Wir besuchten die Firma Adler Moden und die Pralinenwelt Wenschitz. Nach Wien ins Raimund Theater ging es per Bus zum Musical „Rebecca“.

Termine: 9.5. Mutter- und Vaters-tagsausflug. 6.6. Wanderung. 22.–25.6. 4-Tage-Ausflug in die Tiroler Täler.

GRIESKIRCHEN

Termine: Fr., 12.5. Wandertag. Mi., 14.7. Tagesausflug Tierpark Grünau, Hochberghaus und Almsee.

NEUMARKT-KALLHAM-PÖTTING-WENDLING

Zu unserem Heringsschmaus am 10. März besuchten uns 77 Mitglieder, es war ein lustiger Nachmittag. 22 Mitglieder wurden

für ihre langjährige Mitgliedschaft mit Urkunden geehrt. Leopoldine Förch, Hilde Zach und Helmut Hölzl sind schon 45 Jahre bei unserer Ortsgruppe, danke dafür.

PEUERBACH

Die 2. Fitwanderung fand am 15. Februar in Neumarkt/K. statt. Am 17. März hatten wir die 3. Fitwanderung bei gutem Wanders-wetter. Der Abschluss war im GH Schrank.

Die JHV mit Neuwahl fand am 18. März um 15 Uhr im ASKÖ-Sportheim Bruck statt. Vors. Alfred Freilinger konnte einige Ehrengäste begrüßen. Die Neuwahl wurde von Bez.-Vors. Gottfried Tröbinger durchgeführt. Alle wurden einstimmig wiedergewählt. Maria Entholzer als Vors.-Stv.ⁱⁿ ist neu dazugekommen. 22 Mitglieder wurden für ihre langjährige Treue zum PV



PEUERBACH: Ehrungen Jahreshauptversammlung



PEUERBACH: Wandergruppe Asing



SCHLÜSSLBERG: Stärkung nach der Wanderung beim Wastlbauer

geehrt. Hilde Neuweg und Maria Angerbauer erhielten für 30 Jahre, Maria Baumgartner und Maria Antlinger für 35 Jahre die Treuenadel in Gold und Urkunde. Als kleiner Dank fürs Kommen gab es einen Imbiss und mit Tombola und Programmorschau für 2023 wurde die JHV beendet.

Vors. Alfred Freiling und Betreuerin Frieda Ortbauer gratulierten Josef Klaffenböck zum 90. Geburtstag.

Termine: Di., 6. 6., GH Samhaber, Frauenrunde. Mi., 17. 5. Wanderung. Mi., 24. 5. Muttertagsausflug. Mi., 24.-26. 6. 3-Tage-Ausflug. Fr., 16. 6. Landesbergwandertag Micheldorf.

PRAMBACHKIRCHEN

Am 21. März starteten wir bei herrlichem Wetter mit 17 Mitgliedern unsere erste Frühjahrswanderung rund um Prambachkirchen.



WALLERN AN DER TRATTNACH: In Vyšší Brod

Termin: Mi., 10. 5., 7.30 Uhr, Muttertagsausflug zum Mattsee.

SCHLÜSSLBERG

Am 23. Februar führte uns die Wanderung bei angenehmem Wetter vom Mostheurigen zur Fatima-Kinderkapelle. Der Altar besteht aus 130 verschiedenen Hölzern, die aus der ganzen Welt stammen. Nach der Wanderung stärkten wir uns beim Wastlbauer.

Unser Ausflug am 15. März führte uns nach Ansfelden und Allhaming. Dort besuchten wir die erste Pralinenwelt Österreichs. Wir bestaunten den höchsten Schokobrunnen, genossen köstliche Pralinen und kauften Vorräte für Glücksmomente.

WAIZENKIRCHEN

Der letzte lustige Ballbesuch im Fasching war in Aschach mit acht Teilnehmern. Am 23. Februar und



WEIBERN: Der neue Vorstand nach der Jahreshauptversammlung

23. März nahmen 42 Pensionisten an den Wanderungen in Waizenkirchen sowie Neumarkt mit anschließender Einkehr ins Wirtshaus teil. Bei den Sozialsprechtagen am 3. und 24. März wurden knapp 40 Personen gut beraten. Das Fischessen im GH Luger in Kramesau am 17. März hat 36 Teilnehmern gut geschmeckt.

Termine: Di., 6. 6., 14 Uhr, Gemeindehaus, Pensionistennachmittag. Do., 15. 6., 12 Uhr, Sommerfest im Bauhof Waizenkirchen. Do., 22. 6. Wanderfahrt mit dem Bus.

WALLERN AN DER TRATTNACH

Die erste Kurzwanderung in diesem Jahr gab's am 8. Februar nach Bad Schallerbach. Über den Kurpark ging's wieder gemütlich, nach einem kurzen Einkehrschwung und einer kleinen Stärkung in der Jausenstation „Moar in der Leithen“, zurück nach Wallern. Am 8. April fand der erste Ausflug statt und Vors. Franz Zacherl und Reiseleiter Franz Schrangl durften dazu 58 Teilnehmer*innen begrüßen. Die Reise führte uns zuerst nach Bad Leonfelden zur Lebzelterei Kastner. Bei der Rückfahrt besichtigten wir noch die Schafwollerzeugung Stübl in Pregarten und dort wurden wir noch mit einer Nachmittagsjause und stimmungsvoller Begleitmusik verköstigt.

Termin: Mi., 14. 6. Fahrt nach Klaus und auf die Wurzeralm.

WEIBERN

Am 4. März wurde bei der JHV Maria Pointner zur neuen Vorsitzenden und Gottfried Zauner zu ihrem Stellvertreter gewählt. Das gesamte Team wurde ebenso neu aufgestellt und einstimmig gewählt. Beim Sozialsprechtag wurden die anwesenden Pensionisten von Kons.ⁱⁿ Eva Breitenfellner gut beraten und in ihren Anliegen unterstützt. Dem ältesten Mitglied, Theresia Bruckmüller, gratulieren wir herzlich zum 96. Geburtstag.

Termine: 13. 5., 14 Uhr, GH Roitinger, Muttertagsfeier. 17. 5. Muttertagsausflug zum Gleinkersee. 7. 6. Wanderung in Weibern, Einkehr Malvent.

WIR TRAUERN IM BEZIRK

Aschach-Hartkirchen-Haibach:

Ehrenvorsitzender Friedrich Lesczak 95.

Bad Schallerbach: Hildegard Buchegger 96.

Gallspach: Hildegard Pramen-dorfer 83.

Peuerbach: Herbert Kaufmann 79.

Prambachkirchen: Ferdinand Gaisbauer 99, Mathilde Gaisbauer 96.

Schlüßlberg: Kreszenzia Stock-reiter 69, Heinz Scheiböck 73.

Taufkirchen-Hofkirchen an der Trattnach: Berta Haidinger 89.



ATTNANG-PUCHHEIM: Vbgm. Ernst Ennsberger beim Faschingsfest



DESSELBRUNN: IT-Workshop



DESSELBRUNN: Wanderung in Pilsbach

Vöcklabruck

AMPFLWANG

Termine: Di., 16. 5., 14 Uhr, Holzwirt in Puchkirchen, Tanznachmittag. 14.–17. 6., 4-Tage-Fahrt zum Gardasee. Do., 15. 6., 16 Uhr, Marine di Massa, gemütliche Einkehr.

ATTERSEE

Nach langer Pause, aufgrund des Vorstandwechsels, fand am 8. März wieder ein Pensionistentreff im GH Hemetsberger statt. Dort unterhielten wir uns bei Speis und Trank in gemütlicher Runde. Wir konnten 12 Mitglieder begrüßen. Geschäftsführender Vors. Erwin Emhofer führte durch das Programm. Es gab vieles

zu berichten. Wir verbrachten einen gemütlichen Nachmittag. Nach dem Motto „Gemeinsam statt einsam“ sind alle Pensionist*innen herzlich eingeladen.

ATTNANG-PUCHHEIM

Ein lustiges Faschingstreiben fand am Faschingsmontag erstmals wieder nach der Pandemie in der Tagesheimstätte statt. Die Mitglieder bewiesen, dass sie im Herzen jung geblieben sind und es immer noch verstehen, ausgiebig zu feiern. Ebenso konnte am Aschermittwoch beim Heringsschmaus die geschäftsführende Vors. StRⁱⁿ Renate Kerschbaummayr viele Mitglieder sowie Bgm. Peter Groß, Vbgm. Kons.

Ernst Ennsberger und StR Dietmar Kapeller begrüßen.

Termine: Sa., 13. 5., 14 Uhr, Mutter- und Vaternachtsfeier. Do., 25. 5., 7.30 Uhr, Fa. Adler und Katrinseilbahn. Do., 22. 6., Besichtigung des Flughafens Salzburg und Hangar-7.

DESSELBRUNN

Am 7. Februar marschierten zwölf gut gelaunte Wanderer rund um den Almsee. Bei herrlichem, aber kaltem Winterwetter war die Runde für alle ein Erlebnis. Neben dem vielen Schnee kam es auch bei den Zuflüssen zu großartigen Eisbildungen. Eine gelungene Winterwanderung mit einer kleinen Stärkung auf dem Nachhauseweg tat der Seele gut. Unser IT-Workshop mit Roland Messics startete am 14. Februar für zwei Tage mit jeweils zwei Stunden. Wir haben dabei nach der allgemeinen Einführung in die Welt des Internets auch Smartphone, Tablet

und Laptops besser kennengelernt. Am 19. April trafen wir uns zum dritten Workshop, von 10 bis 12 Uhr, im Gemeindeamt von Desselbrunn. Am 23. Februar trafen sich 16 Mitglieder zum Wandern in den Auen der Aurach/Ager in Wankham am Bahnhof. Bei gutem Wanderwetter machten wir uns auf der Ostseite der Aurach auf und marschierten vorbei an der Mündung in die Ager zur Deutenhamer Wehr. Dort überquerten wir die Brücke und gingen am Westufer zurück zu unseren Autos. Nach der 6-km-Runde trafen wir uns in Schwanenstadt, wo wir im GH Gruber einkehrten. Bei herrlichem, warmem Frühlingswetter trafen wir uns am 22. März nachmittags zu einer kleinen Wanderung. In Pilsbach marschierten wir eine gemütliche Runde von 3,8 Kilometern ohne wesentliche Steigung und noch dazu asphaltiert. Trotzdem für alle Teilnehmer ein interessanter Weg (Brainwalk Pilsbach), da große Schautafeln mit diversen Landschaften von der dortigen Gemeinde ausgestellt wurden. Eingekehrt wurde hinterher beim Radlbockwirt in Oberpilsbach.

Kostenlose Beratung im Bezirk

Vöcklabruck	Mi., 21. 6. 2023, 9 Uhr	AK Vöcklabruck
Aurach am Hongar	Di., 4. 7. 2023, 17 Uhr	Gasthaus Pflar
Frankenmarkt	Mi., 2. 8. 2023, 14 Uhr	Gasthaus Kogler Greisinger
Attersee	Mo., 28. 8. 2023, 9 Uhr	Gemeindeamt



DESSELBRUNN: Winterwanderung rund um den Almsee



FRANKENBURG: Ehrung langjähriger Mitglieder

FORNACH

Termin: Fr., 2. 6., 9 Uhr, Kaffeehaus Holzinger in Frankenmarkt, Pensionistenfrühstück.

FRANKENBURG

Zur JHV am 11. März im GH Preuner konnte unser Vors. Willi Brandstätter Bez.-Vors. Kons.ⁱⁿ Gertraud Eisterer



GAMPERN: Faschingsgaudi



HOLZLEITHEN-HAUSRUCKEDT: Bundesmeister AK 5, Josef Bichl



LENZING: Pauline Löffler, 90. Geburtstag



LENZING: Huberta und Walter Strasser, 65. Hochzeitstag

begrüßen. Nach dem Totengedenken berichteten die Funktionäre über das abgelaufene Jahr und stellten das neue Jahresprogramm vor. Für langjährige Treue zum Verband wurden 19 Mitglieder geehrt.

Termine: Do., 11. 5., Tagesfahrt Friedenskircherl am Stoderzinken. Di., 6. 6., Tagesfahrt Megaflex und Schiederweiher. Do., 15. 6., Wanderung zum GH Wenninger, Treffpunkt Gemeinde Redleiten.

GAMPERN

Die Faschingsgaudi am 16. Februar war eine sehr nette Veranstaltung. Nach drei Jahren wieder gemütlich zusammensitzen, haben alle sehr genossen. Einige von unseren Mitgliedern hatten eine lustige Verkleidung. Gutes Essen in unserem Stammlokal war natürlich super. Die Mehlspeisen wurden heuer von unseren fleißigen Damen hergestellt und schmeckten wunderbar. Danke

für eure Mithilfe. Der Höhepunkt war eine Tombola mit tollen Preisen. Am späten Nachmittag ging unsere Faschingsgaudi dem Ende zu und alle waren zufrieden und haben sich gut unterhalten.

HOLZLEITHEN-HAUSRUCKEDT

Unser Mitglied Josef Bichl nahm bei den Bundesmeisterschaften in Langlauf des PV in Petzen/Kärnten teil. Er konnte die Strecke von 7,5 km in der Zeit von 30:09 min, in der AK 5, für sich entscheiden.

LENZING

Nach Erscheinen dieser Ausgabe werden wir bereits unser neues Klubheim bezogen haben. Wir stecken bereits in den Vorberreitungen.

Termine: Do., 25. 5., Tagesfahrt Straußenhof Ebner und Donauschiffsfahrt. So., 25. 6., Tagesfahrt

zum Almrauschblütenfest auf der Reiteralm.

MONDSEELAND

Wir hatten einen Vortragsnachmittag von unserem Mondsee-Postbus-Shuttle. Es wurde uns erklärt, wie die Bestellung am Handy per App und jetzt auch am Telefon über eine Hotline funktioniert. Es gibt alle 300 bis 400 Meter eine Haltestelle von den Gemeinden Oberhofen, Zell am Moos, Mondsee, Innerschwand, Tiefgraben, St. Lorenz bis nach Oberwang. Es ist eine gute Sache speziell für die ältere Generation, da auch eine Hausabholung mit Antrag bei den Gemeindeämtern angeboten wird. Der Vortrag war sehr gut besucht und mit dem Shuttle-Bus wurde eine kleine Runde angeboten. Danke an das Techno-Z, wo wir den Seminarraum benutzen durften.

Termine: Do., 11. 5., 12 Uhr, Hotel Krone, Mutter- und Vaternachtsfeier. Do., 25. 5., 14 Uhr, Hotel Krone, Pensionistennachmittag. Mi., 31. 5., 14 Uhr, Strobl Wirt, Stammtisch. Do., 15. 6., 9 Uhr Abfahrt Feichtinger, Ausflug Sonnenalm. 16.-17. 6. Hobby-Ausstellung im Schloss Stauff.

PUCHKIRCHEN

Unser monatlicher Wandertag führte uns bei schönem, aber sehr windigem Wetter durch Gampern. Wir ließen uns aber die anschließende Jause in Kreuzers Wirtshaus trotzdem gut schmecken. Bei gemütlichem Beisammensein hatten wir am 10. März im GH Schnöztlinger unsere vierteljährliche Geburtstagsfeier.

REGAU

Nach dem Rücktritt aus gesundheitlichen Gründen von EV Eleonore Hampl war eine Neuwahl erforder-



MONDSEELAND: Vortrag Postbus-Shuttle



PUCHKIRCHEN: Geburtstagsfeier



REGAU: Neu gewählter Vorstand



SCHÖRFLING AM ATTERSEE: Fasching 2023



SCHÖRFLING AM ATTERSEE: Spontanwanderer Lichtenberg

lich. Diese fand am 17. März mit einer JHV statt. Nach dem Totengedenken, einem umfassenden Tätigkeitsbericht mit Rückschau auf die vielen Aktivitäten der letzten drei Jahre, eindrucksvoll mit einer Power-Pointpräsentation von René Lahner gestaltet, und dem anschließenden Kassabericht, wurde die Neuwahl des neuen Vorstandes von Bez.-Vors. Kons.ⁱⁿ Eisterer, durchgeführt. Unter großer Beteiligung der Mitglieder in Bergi's Himmelreich wurde der eingebrachte Wahlvorschlag einstimmig angenommen.

ST. GEORGEN IM ATTERGAU

Unsere Zusammenkünfte wie Stammtisch, Kegeln fanden wie gewohnt mit reger Beteiligung statt. Am Rosenmontag gab es die Fahrt nach Ansfelden zur Fa. Adler. Wir hatten die Begleitung von „royalen Persönlichkeiten“ und einer hohen Geistlichkeit mit Ministranten und

auch ein Clown durfte nicht fehlen. Nach dem Frühstück gab es die Prämierung der Masken. Der erste und zweite Preis ging an die St. Georgener Pensionisten und wurde mit großem Applaus bedacht. Anschließend wurde das Modehaus gestürmt und eingekauft. Nach der Stärkung mit dem Mittagessen wurde fleißig getanzt. Am späten Nachmittag ging es mit Faschingslaune nach Hause.

Termine: Do., 11.5., Fahrt ins Tal der „Dirndl“, Pielachtal, Abfahrt 7 Uhr. 1.–4.6. Fahrt in den Bayerischen Wald. Mo., 19.6., Fahrt auf den Grünberg/Gmunden mit Bratlessen und Schiffsfahrt.

SCHÖRFLING AM ATTERSEE

Unser Klubbetrieb läuft wieder regelmäßig wie vor der Pandemie. Alle 14 Tage treffen wir uns im Klublokal und genießen die gemütlichen Stunden zum Plaudern, Feiern und

zum Austausch wichtiger Informationen. Besonders lustig war es am Faschingsdienstag bei unserem traditionellen Pensionistenfasching mit einem köstlichen Buffet beim Heringsschmaus.

Die Spontanwanderer erkundeten bei der Märzwanderung den Lichtenberg mit seiner Aussichtswarte und genossen den Abschluss bei einem wohlschmeckenden Mittagessen im Café-Rest. Gassner in St. Georgen. Auch in diesem Jahr konnte Ludwig Arnitz beim Riesentorlauf der PVOÖ-Landesmeisterschaft im Skifahren den Sieg in seiner Altersklasse einfahren und landete damit als Gesamt-Zweitschnellster nur knapp hinter dem Landessieger. Herzlichen Glückwunsch!

Termine: Do., 11.5., GH Zenz'n Stub'n, Muttertagsfeier. Do., 1.6., Wanderfahrt für alle zur Wurzeralm. Sa., 24.6., Frühschoppen im Alten Posthof.

SCHWANENSTADT

Die Winterwanderung am 15. Februar führte nach Stadl-Paura. 16 Mitglieder marschierten bei kühlem, aber schönem Wetter entlang des Traunuferweges. Der Abschluss fand im Café Mairei in Schwanenstadt statt. Am Faschingsdienstag trafen wir uns leicht maskiert bei unserem Klubnachmittag und verbrachten einige lustige Stunden miteinander. Um uns über die neueste Mode zu informieren, fuhren wir am 15. März zu Adler Moden Ansfelden. Nach Frühstück und Modeschau hatten die Mitglieder Zeit zum Bummeln und Einkaufen, bevor es noch ein Mittagessen gab. Anschließend ging es zum Flughafen Hörsching, wo wir in einer geführten Besichtigungstour über den Flughafen informiert wurden.

Termine: Fr., 12.5., Mutter- und Vattertagsfahrt. Mi., 14.6., „Natur und Genuss“ im Innviertel.



SCHWANENSTADT: Am Faschingsdienstag



SCHWANENSTADT: Flughafen Hörsching



SCHWANENSTADT: Winterwanderung



SEEWALCHEN: Frida und Gilbert Haller, Diamantene Hochzeit



SEEWALCHEN: Mathilde Stinzel, 90. Geburtstag



SEEWALCHEN: Michael Kasper, 90. Geburtstag



ST. GEORGEN IM ATTERGAU: Frieda Binder, 90. Geburtstag

SEEWALCHEN

Am Faschingsmontag lud unsere Vorsitzende zu einem gemütlichen Nachmittag ein. Beinahe alle waren ein wenig maskiert. Leider mussten wir ohne Musik auskommen. Wir unterhielten uns trotzdem sehr gut.

STEINBACH AM ATTERSEE

Am 22. März hielten wir wieder unser traditionelles Eierpecken in der Nixe

in Weißenbach ab und freuten uns über den zahlreichen Besuch.

TIMELKAM

Unser Ausflug am 21. März führte uns, wie jedes Jahr, zu Adler Moden nach Anselden. Das Nachmittagsprogramm war aber heuer ein besonderes. Landessekretär a.D. Hans Eichinger zeigte uns in einer dreistündigen Busrundfahrt seine

Heimatstadt Linz. Auf kurzweilige Weise lernten wir so unsere Landeshauptstadt neu kennen und staunten über die beeindruckenden Neubauten, welche diese Stadt in den letzten Jahrzehnten enorm veränderten. Vielen Dank an Hans für diese äußerst interessante Führung. Zum Abschluss kehrten wir noch zu Kaffee und Kuchen im Traditionscafé Traxlmayr auf der Promenade ein.

Herzlichen Glückwunsch an unser Mitglied Dorothea Twertek. Sie hat die Abschlussprüfung zur diplomierten Bewegungstrainerin erfolgreich bestanden und leitet seit 22. März das Seniorenturnen unserer OG. Jede und jeder ist eingeladen, jeden Mittwochnachmittag von 14 bis 15 Uhr bei dieser gesundheits-erhaltenden Turnstunde im Kulturzentrum mitzumachen.



TIMELKAM: Stadtrundfahrt Linz



VÖCKLABRUCK: Beim Gschnas



VÖCKLAMARKT-PFAFFING: Frankenburg



SEEWALCHEN: Beim Fasching



ST. GEORGEN IM ATTERGAU: Das royale Paar



TIMELKAM: Dorothea mit Turnerinnen



VÖCKLAMARKT-PFAFFING: Turnerfasching

Termine: Di., 9. 5., 9 Uhr, Ausflug Grüne Erde und Gmundnerberg. Mi., 25. 6., 7.30 Uhr, Ausflug Schladming Loden Steiner und Schafalm.

UNGENACH-PILSBACH

Wandern, Kegeln und Tischkegeln fanden mit vielen fleißigen Sportlerinnen und Sportlern mit viel Freude statt.

Termin: Fr., 16. 6., Tagesausflug.

VÖCKLABRUCK

Am Faschingsdienstag beim Faschingsgshnas des Seniorenklubs gab es eine große Tombola mit 330 Gewinnen. Er war sehr gut besucht. Es herrschte gute Stimmung und wurde gesellig gefeiert. Anwesend waren mehr als 100 Personen; ein besonderer Gruß galt Herrn Bgm. DI Schobesberger. Der gut besuchte Heringsschmaus am Aschermittwoch im GH Auerhahn mit 85 Teilnehmern und

hervorragendem Buffet begeisterte alle Gäste.

Jeden Dienstag findet von 14 bis 18 Uhr der Klubnachmittag statt. Der Sozialsprechtag jeden 2. und 4. Mittwoch von 9 bis 10.30 Uhr.

Termine: Fr., 12. 5., Muttertagsfeier in der AK. 25.-26. 5. Romantik Theater Hadres. 11.-17. 6. Rad- und Badewoche Lenti. Do., 22. 6., Bezirkswandertag Vöcklamarkt.

VÖCKLAMARKT-PFAFFING

Beim Faschingsball in Frankenburg waren wir mit 23 Personen die größte Gruppe und wie immer nützten wir das Ereignis eifrig zum Tanzen.

Unser eigener Ball war ebenfalls ein großer Erfolg mit vielen Gästen, es gab schöne Preise zu gewinnen und die Stimmung war großartig. So wohltuend nach den Ausfällen in den Corona-Jahren.



VÖCKLAMARKT-PFAFFING: Wanderschnapserl

Auch bei den Turnerinnen gab es Faschingsstimmung, ebenso wie beim Montagscafé. Der Wandertag im Jänner führte uns bei frischem Wetter über Walchen, Haid nach Reichenthalheim und wieder zurück zum gemütlichen Zusammensein im GH Gerbl. Beim Pensionisten-Café am Montag wurden im März unsere beiden neuen Vorturnerinnen Margit Neudorfer und Josefine Ziller für ihre in Linz bestandene Prüfung gebührend gefeiert. Die Turnerinnen der Ortsgruppe sind dankbar, dass diese beiden die Mühe des monatelangen Lernens und den anstrengenden Prüfungstag auf sich genommen haben. Der Wandertag im März führte uns bei schönem Wetter über den Panoramaweg nach Frankmarkt, wo wir in der Bäckerei Holzinger eine sehr interessante Besichtigung der Backstube und anschließend

diverse Köstlichkeiten im Café genossen. Unterwegs wurden wir bei unserem Vors. Heli mit einem Wanderschnapserl gestärkt.

Termine: Mi., 31. 5., 8 Uhr, Gemeindeamt, Ausflug zu Gmundner Keramik und Laudachsee, Fr., 16. 6., 15 Uhr, Schloss Stauff, Hobbyausstellung. Sa., 17. 6., 11 Uhr, Schloss Stauff, Frühschoppen. Do., 22. 6., 9 Uhr, Dorfhalle Pfaffing, Bezirkswandertag.

WOLFSEGG-KOHLGRUBE

Termine: Di., 9. 5., 14 Uhr, GH Brandl, Muttertagsfeier. Mo., 15. 5., 14 Uhr, Pensionistenraum, Stammtisch und Kaffeeklatsch. Mi., 17. 5., Kegeln. Do., 25. 5., 17 Uhr, Treffen in Pizzeria Sorrento.

ZELL AM PETTENFIRST

Für die Teilnahme bei der Bezirksmeisterschaft im Kegeln wird schon eifrig trainiert. Da am nächsten Tag



VÖCKLAMARKT-PFAFFING: Vorturnerinnen-Ablosung



VÖCKLAMARKT-PFAFFING: Winterwanderung



WEYREGG AM ATTERSEE: Katharina Gebetsroither, 94. Geburtstag



ZELL AM PETTENFIRST: Kegeln im GH Firzinger



ZIPF-NEUKIRCHEN: Landesmeisterschaft auf der Wurzeralm



ZIPF-NEUKIRCHEN: Wanderung Jochling

der Valentinstag war, überraschte uns Evelin mit Rosen. Die Freude war groß.

Termin: Do., 15.6., GH Moshammer, Brunau, Stammtisch und halbjährige Geburtstagsfeier.

ZIPF-NEUKIRCHEN

Wir sind erfreut, dass bei den diesjährigen Skimeisterschaften auf der Wurzeralm erneut Franz Brandt, Georg Stallinger sowie Johann Stallinger erfolgreich teilgenommen haben. Georg Stallinger fuhr auch bei den Bundesmeisterschaften in Petzen (Kärnten) mit und belegte

dort den ausgezeichneten 4. Platz in seiner Altersgruppe.

Die Stammtische im heurigen Jahr sind nach wie vor sehr gut besucht und bieten die Möglichkeit für nette Konversation im gemütlichen Rahmen.

Am 22. März hatten wir unsere erste Wanderung. Bei herrlichem Frühlingswetter wanderten wir von Jochling über Haag zum Sportplatz in Puchkirchen, wo wir natürlich auch auf den Aussichtsturm hinaufgestiegen sind. Weiter ging die Wanderung dann nach Brandstatt und zurück zum Ausgangspunkt

Jochling. Dort gab es einen gemütlichen Ausklang mit sehr guter Jause beim Fischer Heinz.

Termine: Do., 11.5., 14 Uhr, Wanderung Grafensteindenkmal. Mi., 31.5., 14 Uhr, Wanderung Erlebnisweg Oberwang. Mi., 24.5., 8 Uhr, Ausflug Wildschönau. Mi., 10.5., 14 Uhr, Mutter- und Vaterschaftsfeier, Brauhaus Zipf.

WIR TRAUERN IM BEZIRK

Ampflwang: Waltraud Neubauer 82.

Attnang-Puchheim: Franz Höfler 70, Eleonora Obermayer 88.

Gampern: Ernst Schimek 82.

Lenzing: Johann Fait 85, Manfred Laage 83.

Schwanenstadt: Wilhelm Peter Mayer 80, Franz Falkner 83.

Timelkam: Johann Schuster 95.

Ungenach-Pilsbach: Franz Hattinger 84, Ernst Katherl 90.

Vöcklabruck: Katharina Schneider 84.

Vöcklamarkt-Pfaffing: Peter Egger 85, Rosi Fritz 68.

DEM GLÜCK
EINE CHANCE
GEBEN



österreichische LOTTERIEN | DER PARTNER DER SENIORENHILFE

GLÜCK IST, WENN MAN GEMEINSAM AKTIV IST



BAD WIMSBACH-NEYDHARTING: Bäckerberg



BAD WIMSBACH-NEYDHARTING: Eisene Hochzeit



BUCHKIRCHEN: Faschingsspaß

Wels

BACHMANNING

Termine: Sa., 6.5., Gasthaus Sterrer, Muttertagsfeier. Fr., 16.6., Bezirkswandertag Gunskirchen. Sa., 17.6., Ausflug mit PV Offenhausen nach Seitenstetten und ins Mostviertel.

BAD WIMSBACH-NEYDHARTING

20 Personen wanderten im Februar von der Ortschaft Hagenmühle auf den Bäckerberg. Oben angekommen, genossen wir einen schönen Ausblick. Um unseren Hunger und Durst zu stillen, kehrten wir ins Gasthaus Derischleiten ein, wo wir bestens versorgt wurden. Wanderführer war unser Pepi

Nöbauer, herzlichen Dank. Im März wanderten 24 Personen den Traunuferweg in Stadl-Paura und Lambach. Bei etwas windigem Wetter, aber strahlendem Sonnenschein genossen wir die gemütliche Wanderung. Eingekehrt wurde im Anschluss im Gasthaus Lampadini. Wir gratulierten der Familie Mayr zur Eisernen Hochzeit.

BUCHKIRCHEN

56 Teilnehmer kamen zur JHV 2023 der Ortsgruppe. Bgm. Nikon Baumgartner besuchte die Versammlung und berichtete vom aktuellen Geschehen in der Gemeinde. Vorsitzender Oswald bedankte sich für die Förderung und den raschen reibungslosen

Umzug des Gemeindetreffs ins Betreubare Wohnen als neue Begegnungsmöglichkeit. Neuwahlen wurden durchgeführt, 11 treuen Mitgliedern zur 20-, 25-, 30- und 40-jährigen Mitgliedschaft zum PV gratuliert und unserer über 20 Jahre waltenden Kassierin Ingrid Ortner zum Abschied gedankt. Mit einem Bildbericht über die Aktivitäten des vergangenen Jahres endete die Sitzung.

EBERSTALZELL

Mit Februar trat Helmut Schwarzenbrunner von seiner langjährigen Funktion als PV-Vorsitzender zurück. Fritz Baumgarten hat sich bereit erklärt, den Pensionistenverband zu übernehmen. Zu seinem Team gehören Erich Lintner, Christine Springer, Theresia Pühringer, Rosa Hemetmayr, Franz Gebetshuber und Margit Baumgarten. Wir bedanken uns bei Helmut

und seiner Gattin Greti für ihren unermüdlichen Einsatz und ihr großes Engagement.

GUNSKIRCHEN

Die Jahreshauptversammlung der Ortsgruppe fand im März statt. Die Vorsitzende bedankte sich bei allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern für die ehrenamtlich geleistete Mitarbeit. Als Ehrengäste waren LR i.R. Birgit Gerstorfer, Vbgm. Christian Renner und weitere Personen anwesend. Bei der Hauptversammlung wurden 46 Personen für ihre langjährige Mitgliedschaft geehrt. Im Anschluss wurden die Mitglieder noch auf einen kleinen Imbiss eingeladen. Herzliche Gratulation zum Geburtstag. Hildegard Hofer wurde 100 Jahre. Dieser Anlass wurde im Seniorenwohn- und Pflegeheim in Gunskirchen gefeiert. Landespräsident Konsulent Heinz

Kostenlose Beratung im Bezirk

Wels	Mo., 5.6.2023, 8 Uhr	Lichtenegger Treff
Wels	Mo., 3.7.2023, 8 Uhr	Lichtenegger Treff



BUCHKIRCHEN: 20 Jahre OG-Kassierin



BUCHKIRCHEN: Luitgard Brunnbauer, 90



GUNSKIRCHEN: Frau Hofer, 100. Geburtstag



GUNSKIRCHEN: Birgit Gerstorfer, Vbgm. Christian Renner und die Vors. Ingrid Mair



KRENLBACH: Die Reisegruppe auf dem Flughafen Wien-Schwechat



LAMBACH: Fischessen im Stiftskeller

Hillinger und Ortsgruppenvorsitzende Ingrid Mair ließen es sich nicht nehmen, Hildegard Hofer persönlich zu gratulieren. Frau Hofer ist seit 40 Jahren Mitglied des Pensionistenverbandes der OG Gunkskirchen. Gemeinsam mit der Familie und dem Pflegepersonal wurden gemütliche Stunden verbracht.

KRENLBACH

Bei herrlichem Frühlingswetter fuhren wir im März mit 31 Personen zum Flughafen Wien-Schwechat. Zunächst erkundeten wir bei einer Busrundfahrt das Flughafen-Vorfeld, konnten das Geschehen hautnah miterleben und Starts und Landungen aus nächster Nähe beobachten. Anschließend wurde uns im Erlebnisraum mittels multimedialer Installation ein Flug aus der Cockpit-Perspektive, der Weg des Koffers und die

Sicht eines Fluglotsen am Tower nähergebracht. Den Abschluss bildete die Besucherterrasse. Nach dem Mittagessen fuhren wir zu den Schlumberger Kellerwelten. Nach einer interessanten Führung und Verkostung wurde noch fleißig eingekauft. Mit bleibenden Eindrücken traten wir die Heimreise an.

Termin: Do., 22.6., Firma Wenatex und Schafberg.

LAMBACH

Am Aschermittwoch gab es das traditionelle Fischessen der Pensionisten im Stiftskeller Lambach. Zu dem gemütlichen und entspannten Zusammensein wurde auch der Tradition gedacht. Nach katholischem Brauchtum bedeutet der Aschermittwoch das Ende des Faschings mit seinen ausgelassenen Feiern und der Völlerei. Er stellt den Beginn der

40-tägigen Fastenzeit dar, welche daran erinnern soll, wie Jesus Christus 40 Tage in der Wüste verbrachte, um dort zu fasten und zu beten. Gleichzeitig gilt die Fastenzeit als Vorbereitungszeit auf das Osterfest, an dem die Auferstehung Jesu Christi gefeiert wird. Diesem althergebrachten Brauch folgend nahmen über 80 Pensionist*innen daran teil und erfreuten sich an der reichhaltigen Auswahl köstlicher Fischgerichte.

Termine: Do., 11.5., Wanderung zum Nixenfall. Do., 25.5., Mutter- und Vaternachmittag zur Hirschalm.

MARCHTRENK

Rege angenommen werden unsere Seniorennachmittage am 1. Dienstag jeden Monats in der Tagesheimstätte Full-Haus. Hier treffen wir uns bei selbstgebackenen Mehlspeisen mit viel guter

Laune zum Austausch und werden von der Leiterin Margarethe natürlich bestens bewirtet.

Termine: Do., 11.5., Mutter- und Vaternachmittag Fa. Guschlbauer und Moldaublick. Do., 25.5., Männerausflug Obertrum/Uttendorf. Do., 15.6., Floßfahrt Enns.

OFFENHAUSEN

Im März fand unsere diesjährige Jahreshauptversammlung statt. Zahlreiche Mitglieder konnten begrüßt werden. Nach den Berichten der Funktionäre hielt Manfred Zaunbauer, SPÖ-Vors. und Mitglied des PVÖ, einen Vortrag über unsere Gemeindepolitik. Anschließend ehrten Vors. Josef Feichtengruber und Manfred Zaunbauer langjährige Mitglieder. Leider war diese Jahreshauptversammlung unsere letzte Zusammenkunft im Gasthaus Kinzl, da das Lokal mit April 2023 geschlossen wird.



KRENLBACH: Pauline Hüttmair, 90



MARCHTRENK: Franz Kammerer, 90



MARCHTRENK: Gertraud Negele, 90



MARCHTRENK: Margareta Horninger, 92. Geburtstag



MARCHTRENK: Rosa Wimmer, 90

OFFENHAUSEN: Katharina Stiefmüller,
30 Jahre Mitglied

SIPBACHZELL: Jahreshauptversammlung

PICHL BEI WELS

Am 15. März hatten wir beim Bruckwirt in Pichl eine sehr informative und gesellige Jahreshauptversammlung. Langjährige Mitglieder sowie die ehrenamtlichen Funktionäre erhielten ein kleines Dankeschön-Geschenk. Im Anschluss gab es ein gutes Mittagessen und noch viele nette Gespräche.

SIPBACHZELL

Im Jänner hatten wir unseren ersten PV-Nachmittag 2023. Rupert Weigerstorfer präsentierte uns einen Diavortrag über die Aktivitäten des vergangenen Jahres. Wir verbrachten einen unterhaltsamen und gemütlichen Nachmittag. Vors. Erna Bachner, Gerlinde Nösterer und Elfriede Ecker gratulierten dem Jubelpaar Christine und Josef Gebesmair zur Goldenen Hochzeit.

STADL-PAURA

Am Faschingssamstag fuhren wir mit einer größeren Gruppe bei der Winterroas der Firma Fröch mit. Es ging nach Oberwang bei Mondsee zum Wirtshaus „Zum fidelen Bauern“. Nach dem Mittagessen spielte eine Zweimann-Band flotte Tanzmusik und zwei Komiker brachten mit ihren Späßen den ganzen Saal zum Lachen. Zwischendurch war auch Zeit für einen Spaziergang in der wunderschönen Umgebung. Es war ein rundum vergnüglicher, lustiger Nachmittag. Die monatliche Wanderung im Februar begann bei der Pfarrkirche in Bad Wimsbach und führte uns über Neydharting in die Almau zum Penningersteg. Zurück ging es entlang der Alm in den Ort und am Sportplatz vorbei in die Kastanienallee wieder zur Kirche. Den Abschluss machten wir im

Stadlwirt bei einem köstlichen Bratln in der Rein. Beim Ausflug in die Pralinenwelt Wenschitz im März in Allhaming waren 26 Schokoladefans dabei. Hr. Wenschitz persönlich begrüßte uns und gab uns einen Einblick in die süße Welt der Schokoladeproduktion. Wir konnten den höchsten Schokoladenbrunnen der Welt mit 12 Metern bestaunen. Wir erfuhren viel Wissenswertes über die Produkte und konnten uns nach Herzenslust durch das Sortiment kosten. Im hauseigenen Shop wurde dann noch kräftig eingekauft. Auf der Heimfahrt kehrten wir noch zu einer gemütlichen Rast im Restaurant Kinski in Lambach ein. Ganz besonders gratulieren wir unserer Jubilarin Martha Zeilinger zum 101. Geburtstag. **Termine:** Do., 11. 5., Radausfahrt. Mi., 17. 5., Mutter- und

Vatertagsschiffsfahrt. Do., 25. 5., Wanderung. Di., 6. 6., ab 14 Uhr Pferdezentrum, Pensionisten-nachmittag. Do., 15. 6., Ausflug Austrosleep, Bratlessen, Gaisbergspitze. Do., 15. 6., Radausfahrt.

STEINERKIRCHEN-FISCHLHAM

Im März hielten wir im Gemeindezentrum Fischlham unsere sehr gut besuchte Jahresversammlung ab. Da keine Neuwahlen anstanden, waren neben einem positiven Kassabericht die Ehrungen vieler Mitglieder ein Hauptbestandteil der JHV. Wir konnten uns bei 19 Mitgliedern für langjährige Treue (10 bis 50 Jahre) zum PV bedanken. In den Ausführungen der Bez.-Vors. Ingrid Mair wurde unter anderem auf die vielfältigen Möglichkeiten hingewiesen, sich beim PV einzubringen. Vors. Burgi Berger bedankte sich für

SIPBACHZELL: Christine und Josef Gebesmair,
Goldene Hochzeit

STADL-PAURA: Pralinenwelt



STADL-PAURA: Winterroas



STEINERKIRCHEN: Mathilde Kubista, 50 Jahre PV



WEISSKIRCHEN: Kegelgruppe



WELS-NEUSTADT: Marianne und Wolfgang Fritsch, 60. Hochzeitstag

die gute Zusammenarbeit in der Ortsgruppe sowie mit dem Bezirk. Im Anschluss an die JHV gab es Würstel und Getränke.

Termin: 10.5. Muttertagsausflug.

WEISSKIRCHEN

Anfang März hatten alle Kulturinteressierten einen vernünftigen Abend bei der Aufführung „Chefs und andere Katastrophen“ der Theatergruppe Weißkirchen. Unsere diesjährige Schneeschuhwanderung führte uns im März mangels Talschnee, dafür bei Kaiserwetter, auf die Tauplitzalm. Seit Ende 2022 sind wir wieder beim Kegeln sportlich aktiv. Mit einer Gruppe von derzeit 15 Personen trainieren wir 14-täglich mit großer Begeisterung und Fleiß. Unser erster großer gemeinsamer Auftritt ist die Teilnahme bei den OÖ-Bezirksmeisterschaften Ende März in Lambach.

Einen interessanten Fachvortrag über Gesundheitsprodukte erhielten wir von der Firma Rehamed im Rahmen unseres 14-täglichen Dienstagstreffens im März.

Termin: 1. 6. Ausfahrt nach Lunz am See.

WELS-LICHTENEG

Zum 90er wünschen wir unserem Kollegen Rudi Zeilberger alles Gute und viel Gesundheit. Rudi ist noch immer bei den Keglern sowie auf der Eisbahn anzutreffen.

Termin: 12. 7. Fahrt Tauplitzalm.

WELS-NEUSTADT

Im März ging unser Tagesausflug ins Innviertel. Zuerst besuchten wir in Lambrechten Schneiderbauer Gewürze mit Führung durch den Betrieb. Anschließend fuhren wir zum Mittagessen ins Wirtshaus Mesnersölde. Am Nachmittag besichtigten wir die Furthmühle

als noch einzige erhaltene von ehemals 43 Mühlen am Oberlauf der Pram.

WELS-VOGELWEIDE

Der erste Ausflug in diesem Jahr führte uns zum Adler Modemarkt. Die Tische waren schon gedeckt fürs Frühstück und anschließend wurden uns die neuen Frühlingsmodelle vorgeführt. Die Möglichkeit zum Einkaufen haben wir fest genutzt. Nach dem Mittagessen fuhren wir weiter zum Schokoladeerlebnis, wo wir an einer Führung mit Kostproben teilnahmen. Schokohasen und andere Köstlichkeiten wechselten den Besitzer.

Termine: Fr., 2. 6., Ausflug Megaflex und Almsee. Fr., 19. 5., 14 Uhr, gemütlicher Nachmittag im KFV. Jeden Donnerstag Seniorengymnastik 16.30 Uhr im HS Turnsaal.

WIR TRAUERN IM BEZIRK

Gunskirchen: Johann Luttinger 73, Ewald Möseneder 92.

Krenglbach: Elfrieda Winter 88, Katharina Korntner 88.

Lambach: Aloisia Hörzi 90.

Marchtrenk: Karl Kienbauer 85, Johann Kalteis 94, Hermann Köhrer 98.

Sipbachzell: Reinhilde Riedler 78.

Stadl-Paura: Karoline Scholl 102.

Steinerkirchen: Margarethe Fuchshuber 95.



WEISSKIRCHEN: Schneeschuhwandern



WELS-LICHTENEG: Rudi Zeilberger, 90. Geburtstag



WELS-NEUSTADT: Beim Schneiderbauer



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**

SeniorenReisen Austria

4020 Linz, Wiener Straße 2

Tel. 0732/66 79 51

seniorenreisen-ooe@pvoe.at

seniorenreisen.cc



seniorenreisen.cc

Sizilien

Mi, 11. – Mi, 18. Oktober 2023

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

Die Königin des Mittelmeeres

Vor der atemberaubenden Kulisse des Ätna erkunden Sie die antiken Stätten Siziliens. Griechen, Römer und Normannen – alle haben ihre sichtbaren Spuren auf der größten Insel im Mittelmeer hinterlassen. Die barocken Prachtbauten in Syrakus, das Tal der Tempel bei Agrigent und die Goldmosaike im Normannenpalast in Palermo machen die Insel zu einer Schatzkammer der Geschichte.

Preise

Pro Person im Doppelzimmer: € 1.399,-

Einzelzimmerzuschlag: € 239,-

Nichtmitgliederzuschlag: € 50,-

Storno- und Reiseversicherung: € 92,-

Inkludierte Leistungen

Hin- und Rückflug (internationale Fluglinie), Flughafen- und Sicherheitsgebühren, Flughafenbetreuung, Bustransfers in Österreich (ab 25 Personen) und Rundreise mit modernem Reisebus laut Programm, 7x Nächtigung in 3* – 4*-Hotels (Landeskategorie), Halbpension, Ausflüge und Besichtigungen laut Programm, Tagesausflug zu den Ägadischen Inseln (inkl. Mittagessen), Weingut Gambino (Verkostung sizilianischer Spezialitäten), Stadtführungen in Agrigent, Syrakus und Palermo, deutschsprachiger Reiseführer während der Ausflüge, Betreuung durch medizinisches Personal von SeniorenReisen.



PVÖ-Kollektion

fit & fun

**Premium
Winterjacke**
Nr. 3160
S – XXXL

€ 90,-

Druck
möglich



€ 99,-

Druck
möglich

**Premium
Wanderjacke**
Nr. 3140
S – XXXL

Jacken

Premium Winterjacke (Nr. 3160): Ab auf die Piste und rein ins Schneevergnügen! Diese Wintersportjacke vereint Funktionalität mit bestmöglicher Bewegungsfreiheit. Die Jacke ist rundum wind- und wasserabweisend mit einer abnehmbaren Kapuze. Für Stauraum sorgen vier Fronttaschen mit Reißverschluss, eine Innentasche sowie eine innere Netztasche.

Premium Wanderjacke (Nr. 3140): Sportliche Softshell-Funktionsjacke, winddicht, wasserabweisend und atmungsaktiv. Kordelzug im Bund und verstellbare Ärmelbündchen. Verlängerter Rücken und Reflektorpaspeln an Ärmeln und Rücken. Einstellbare, abnehmbare Kapuze. Kragen mit Fleecefutter.

Gilet (Nr. 3007): Das bequeme Gilet ist wattiert, ohne Ärmel und von ausgezeichnetem Tragekomfort. Mit reflektierendem Stick hinten und vorne.
S – XXXL



€ 65,-

Druck
möglich

Polos und Shirts

Premium Polo (Nr. 3100)
Piqué-Sport-Polo, Nackenband, Dreiknopfleiste mit Kontrastpaspel weiß, Seitenschlitze in Kontrastfarbe.

Premium Funktionsshirt unisex (Nr. 3120)
Modisches Sportshirt mit Designaufdruck und Dreiknopfleiste. COOL-DRY®-Material für angenehmen Tragekomfort.

Premium Funktionsshirt weiblich (Nr. 3130)
Das modische Funktionsshirt mit Designaufdruck gibt es auch für Frauen.



Gegen einen Aufpreis von € 4,- ist es möglich den Namen der Ortsgruppe einzudrucken.
Für Bestellungen, die wir per Post versenden, berechnen wir eine Mindestpostgebühr von 8 Euro.



**Premium
Rucksack
Nr. 3010**

€ 46,-



**Premium Sportkappe
Nr. 3180**

€ 19,-

**Premium Kappe
Nr. 3190 / S + L**

€ 17,-

**PVÖ-Thermosflasche
Nr. 2917**



€ 19,-

**PVÖ-Erste-Hilfe-Kit
Nr. 2918**



€ 12,-



Wandersocken Nr. 2998

€ 13,-



**Strandtasche
Nr. 3200**

€ 20,-

FOTOS: PVÖÖ / ANDREAS MARINGER

Accessoires

Strandtasche (Nr. 3200)

Segeltuchtasche im stilvollen Design, geeignet für Urlaub, Strand oder Stadt. Größe: L 50 cm x B 18 cm x H 36 cm

Premium Rucksack (Nr. 3010)

Ein qualitativ hochwertiger Touren- und Wanderrucksack. 30 l Fassungsvermögen und hervorragender Tragekomfort. Reflektierendes Logo auf der Vorderseite.

Premium Sportkappe (Nr. 3180)

Laufkappe, stirnanliegend, atmungsaktiv und schnelltrocknend. Kontrastfarbene und reflektierende Einsätze.

Premium Kappe (Nr. 3190)

Elegante Kappe, Rückseite komplett geschlossen. Flexfit®-Band ohne Schließe.

PVÖ-Thermosflasche (Nr. 2917)

Edelstahl-Thermosflasche, mit Doppelschicht und Kupfer-Vakuumisolierung. Wärme/Kälteschutz: 12 bzw. 48 Stunden. Fassungsvermögen 500 ml.

PVÖ-Erste-Hilfe-Kit (Nr. 2918)

Das Erste-Hilfe-Kit mit deutscher Markenware ist unerlässlich für die Erstversorgung und Dank der kompakten Verpackung ideal für unterwegs.

Wandersocken (Nr. 2998)

Die idealen Sportsocken für Outdooraktivitäten. Perfekt an die anatomische Struktur der Füße angepasst. Antibakteriell, umweltfreundlich, schnell trocknend und schweißabsorbierend. Mischgewebe. Größen: 35 – 38 / 39 – 42



Premium Polo Nr. 3100 / S – XXL

**Druck
möglich**

€ 25,-



**Premium Funktionsshirt
unisex Nr. 3120 / S – XXL**

**Premium Funktionsshirt
weiblich Nr. 3130 / M – XL**

**Druck
möglich**

€ 26,-



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**

SeniorenReisen Austria
4020 Linz, Wiener Straße 2
Tel. 0732/66 79 51
seniorenreisen-ooe@pvoe.at
seniorenreisen.cc

Bad Gleichenberg

Kur, Wellness und Erholung im Hotel Allmer,
direkt am Kurpark in Bad Gleichenberg.

4*-Wellnesshotel Allmer

Kaiser-Franz-Josef-Straße 12, 8344 Bad Gleichenberg

Die Familie Pfeiler und ihr Team hat sich ganz und gar dem Thema Gesundheit und Erholung verschrieben. Von der täglichen Wassergymnastik über Fango- und Moorpackungen, dem eigenen Massage-, Kosmetik- und Fußpflegeprogramm bis zum Panoramahallenbad auf der Dachterrasse stehen Ihnen alle Möglichkeiten offen, sich in jeder Beziehung in Form zu bringen. Es erwarten Sie zwei großzügige Wellnessbereiche mit Saunen, Kräuterdampfbad, Laconium, einer Solegrotte, Alphaliegen und Ruhebereiche, die zum Verweilen einladen.

Preise

Frühlingserwachen / Sommerfrische und „Herbstklopfen“

14 Übernachtungen p. P. im DZ mit HP plus € 1.250,-
Doppelzimmer zur Alleinbenützung € 280,-

Weihnachten und Silvester

14 Übernachtungen p. P. im DZ mit HP plus € 1.750,-
Doppelzimmer zur Alleinbenützung € 280,-
7 Übernachtungen p. P. im DZ mit HP plus € 875,-
Doppelzimmer zur Alleinbenützung € 140,-

Kein Einbettzimmerzuschlag!

Zuschlag für Nichtmitglieder € 50,-
Storno: Bearbeitungsgebühr p. P. € 35,-

Frühlingserwachen

Do, 25. 5. – Do, 8. 6. 2023

Sommerfrische und „Herbstklopfen“

Do, 10. 8. – Do, 24. 8. 2023

Do, 24. 8. – Do, 7. 9. 2023

Weihnachten und Silvester

Do, 21. 12. 2023 – Do, 4. 1. 2024

Weihnachten und Silvester

Do, 21. 12. – Do, 28. 12. 2023

Weihnachten

Do, 28. 12. 2023 – Do, 4. 1. 2024

Silvester

Halbpension plus

Reichhaltiges Frühstücksbuffet,
Mittagssnack mit Suppe, Salatbuffet und
Tagesgericht. Abends verwöhnen wir Sie
mit einem fünfgängigen Wahlmenü,
bestehend aus einem gutbürgerlichen
Gericht, Fisch oder Vegetarisch.

Transfer Der Transfer (Sammelstellen)

Linz – Bad Gleichenberg – Linz
wird durch die Hotellerie durchgeführt.



Kopfsache Jung

Anti-Aging mit Kraft der Gedanken.

Prof. Dr. Markus Metka, Arzt und Präsident der Österreichischen Anti-Aging-Gesellschaft, zeigt in seinem Buch die neuesten faszinierenden Erkenntnisse der medizinischen Forschung über die natürlichen Quellen der Jugend und Schönheit. Mit konkreten Übungen, die den Alterungsprozess nicht nur verlangsamen, sondern teilweise auch wieder rückgängig machen können (edition a, € 26,-).

3 x 1 Buch gewinnen (Kw. „Jung“)!



Achtung: Zecken!

FSME-Impfung. Alle 3 Jahre sollten Personen ab 60 Jahren die Zeckenschutz-Impfung auffrischen lassen: ein einfacher Schutz gegen eine Entzündung von Gehirn und Gehirnhaut nach dem Biss durch eine Zecke. Gerade in den letzten Jahren sind unsere Winter immer milder geworden. Paradiesische Bedingungen für eine Zeckenplage ab dem Frühsommer! Die Impfung schützt nicht vor Borreliose, hier hilft eine Behandlung mit Antibiotika. Nach einem Spaziergang im hohen Gras, bei Sträuchern und in Mischwäldern immer einen „Zecken-Check“ machen!

unser leben

GESUND & AKTIV DURCH DEN FRÜHLING



Auch Frau Sipek war von Verwachsungen im Bauchraum betroffen. Bei einem minimal-invasiven Eingriff wurden die schmerzenden Verwachsungen in Präzisionsarbeit gelöst

Verwachsungen im Bauchraum

Hilfe bei „verklebten Organen“

Nicht leiden. Neben früheren Operationen können Verwachsungen im Bauchraum (Adhäsionen) auch die Folge von Bestrahlungen, Endometriose oder Entzündungen sein. Irgendwann können sie unbestimmte Bauchschmerzen, Druckgefühl, Rückenschmerzen oder Stuhlprobleme auslösen. So mancher Patient schreckt dann vor einer wichtigen Operation oder vor einer Darmspiegelung zurück. Durch einen minimal-invasiven Eingriff (Schlüsselloch-Technik) kann man diese Verwachsungen gut in den Griff bekommen. Prim. Dr. Johannes Stopfer, Chirurgievorstand am Evangelischen Krankenhaus Wien: „Das Problem besteht bei jedem zweiten Patienten, der einen größeren Eingriff im Bauchraum hatte. Verwachsungen dürfen heute kein Grund mehr sein, auf nötige Eingriffe oder wichtige Vorsorgeuntersuchungen zu verzichten.“

Wenn Kilos zu rasch purzeln ...



Ein Blick auf die Waage macht sicher: Gewichtsverlust kann für Senior*innen ein Risiko sein

Gesundes Gewicht. Normalerweise freut man sich, wenn man abnimmt. Doch ein Gewichtsverlust von 5 Prozent kann laut einer aktuellen Studie der Monash University in Australien bei Menschen über 70 Jahren das Sterberisiko erhöhen, vor allem bei älteren Männern. Oft ist ein derartiges Purzeln der Kilos noch dazu ein Hinweis auf den Beginn einer schwereren Erkrankung (wie z. B. Krebs, Demenz, ...), da der Appetit durch Entzündungen und Hormone beeinflusst werden kann. Dann lieber zwei, drei Kilos mehr haben ...

SOS

Wenn es drängt ...

Blasenschwäche – und die damit oft einhergehende Harninkontinenz – ist nicht nur ein Frauenthema. Man(n) muss darunter nicht „still“ leiden.

Männer leiden im Alter fast gleich häufig an unfreiwilligem Harnabgang wie Frauen. Auslöser können eine vergrößerte Prostata, Erkrankungen wie Diabetes oder Schädigungen der Nerven im Unterleib oder Gehirn sein. Und auch nach einer Prostata-Operation kann in der Folge eine Harninkontinenz auftreten.

WENN DIE PROSTATA DRÜCKT ...

Häufiger Harndrang, nächtliche Gänge zur Toilette und das Gefühl, dass die Blase nie ganz leer wird sind typische Beschwerden einer gutartig vergrößerten Prostata. Das langsame Wachstum der Prostata ist jedoch ein normaler Teil des Alterns. Manche Männer können mit den Veränderungen im Alltag (z. B. öftere Toilettengänge) gut umgehen, doch einige fühlen sich in ihrer Lebensqualität stark eingeschränkt. Beraten Sie sich mit einem Facharzt!

NICHT SCHÄMEN – HILFE SUCHEN!

Harninkontinenz ist das Tabuthema

für Männer schlechthin. Eine Scham, die Mann das Leben unnötig schwer macht. Je früher Sie Rat und Hilfe suchen, desto besser lässt sich Harninkontinenz behandeln!


Für Männer sollte neben der jährlichen Prostata-Untersuchung der Gang zum Urologen beim Auftreten von Problemen mit Harnverlust oder Schmerzen beim Harnlassen selbstverständlich sein. Dabei wird die Form und Ursache der Inkontinenz mit einer eingehenden Untersuchung und unter Berücksichtigung weiterer Erkrankungen festgestellt. Danach wird über verhaltens- und physiotherapeutische, medikamentöse oder gegebenenfalls chirurgische Behandlungen entschieden.

WAS MANN SELBST TUN KANN

Trinken Sie weniger in der Zeit vor dem Schlafengehen, damit Sie in der Nacht nicht so oft auf die Toilette müssen. Empfohlen werden 1,5 Liter Flüssigkeit, die man gleichmäßig über den Tag verteilt trinkt. Meiden Sie stark entwässernde

Flüssigkeiten (wie z. B. Alkohol, Kaffee, Grün- oder Schwarztee).

Nach dem Wasserlassen einen Moment warten, dann noch einmal versuchen zu urinieren. So erhöht sich die Wahrscheinlichkeit, dass die Blase leer wird. Die Speicherfähigkeit der Blase trainieren Sie, indem Sie den Toilettengang regelmäßig etwas hinauszögern und nicht sofort zur Toilette gehen.

Sinnvoll ist es auch, gemeinsam mit dem behandelnden Arzt die Medikamente durchzugehen, die man nimmt. Manche Medikamente können entwässernd wirken oder die Blasenmuskulatur beeinflussen (z. B. Diuretika, krampflösende Medikamente, bestimmte Medikamente zur Behandlung von Allergien, Depressionen oder Parkinson). 

Information und Beratung:

Medizinische Kontinenzgesellschaft Österreich (MKÖ)
Beratungstelefon: 0810/10 04 55 (zum Ortstarif)
E-Mail: info@kontinenzgesellschaft.at
inkontinenz.at

Wo die Natur helfen kann

Auch Heilpflanzen und -kräuter können bei Prostatavergrößerungen und Harninkontinenz eine große Unterstützung sein, um Symptome zu lindern.



Heublumen

Gut gegen Harninkontinenz ist ein Umschlag aus Heublumen. Bereiten Sie einen warmen Sud zu, tranken Sie darin ein Leintuch und legen Sie dieses auf die Blasenregion. Achten Sie auf die Hitze!

Kürbissamen (Arzneikürbis)
Entzündungshemmend und harntreibend, positive Wirkung bei Prostatavergrößerungen und infolge bei Blasenschwäche. 1 bis 2 Esslöffel täglich mit etwas Flüssigkeit verzehren.



Preiselbeeren

Unterbinden das Festsetzen von Bakterien an der Schleimhaut der Blasenwand und in den Harnwegen. Beugen Blasenentzündungen vor, die zu verstärktem Harndrang führen. Als Tee genießen.

Brennnessel
Verlangsamt das Fortschreiten einer Prostatavergrößerung und wirkt entzündungshemmend und schmerzlindernd. 3- bis 4-mal täglich als Tee trinken.



Goldrute

Enthält Flavonoide und ätherische Öle, die das Bakterienwachstum hemmen. Wirkt beruhigend und entzündungshemmend auf die Blase (bei Dranginkontinenz). Als Tee, Kapseln oder Tabletten. Vorsicht bei eingeschränkter Herz- oder Nierentätigkeit!

Schwerpunkt Prostata: Endlich Schluss mit nächtlichem Harndrang

Es beginnt oft schon mit 40 und ab 50 ist nahezu jeder zweite Mann davon betroffen. Die Prostata beginnt zu wachsen – ein normaler, altersbedingter Prozess, der im Grunde harmlos ist. Die Folgen dieser gutartigen Prostatavergrößerung machen sich jedoch oft unangenehm bemerkbar.



Nämlich dann, wenn die Prostata beginnt, die Harnröhre einzunengen: Dadurch kann der Harn nicht mehr ungehindert fließen und ein Rest davon bleibt in der Blase zurück. Genau dieser Rest sorgt dann schnell wieder für das Gefühl, auf die Toilette zu müssen – besonders nachts ist dies sehr störend. Für den Betroffenen, aber nicht selten auch für die Partnerin, äußerst mühsam – der eine wird immer wieder durch den Harndrang geweckt, die andere aufgrund der nächtlichen Wanderungen. Viele schlafen nur mehr schwer ein und sind dann tagsüber müde und erschöpft.

-40%
nächtlicher
Harndrang¹

dass speziell die Inhaltsstoffe der Kerne des Steirischen Ölkürbis besonders viel bewirken können. Sie haben positive Effekte auf die Blase und Prostata und unterstützen einen normalen Harnfluss.¹ Dies wirkt sich wiederum merkbar auf den nächtlichen Harndrang aus. Apotheker empfehlen hier die Kürbis-Tabletten von Dr. Böhm® – nur 1 Tablette enthält den 20-fach konzentrierten Extrakt steirischer Kürbiskerne und unterstützt so Blase und Prostata auf effektive Weise.

SCHNELL HANDELN

Eine gutartige Prostatavergrößerung wirkt sich anfangs nur langsam auf den Harnfluss aus, doch die Probleme beim Harnlassen werden schleichend stärker. Daher gilt: Besser früher als später gegensteuern. Fragen Sie gleich in Ihrer Apotheke nach den Dr. Böhm® Kürbis Tabletten!

¹Terado T. et al, Jpn J Med Pharm Sci 2004; 52(4): 551-61.



UNSER TIPP AUS DER APOTHEKE

DR. BÖHM® KÜRBIS 1X TÄGLICH

- Bei nächtlichem Harndrang
- Unterstützt den normalen Harnfluss
- Nur einmal täglich



Nahrungsergänzungsmittel

Anzeige



VON PVÖ-
BUNDESPORTREFERENT
Willi Binder

So kommen Sie fit in den Frühling

Körperliche Aktivitäten bringen Sie fit in den Frühling. Runter vom Sofa und auf zum Sport und in die Natur. Der Pensionistenverband bietet Ihnen dazu so ziemlich alle Möglichkeiten. Nehmen Sie sich Zeit, haben Sie ein offenes Auge für die Natur und sehen Sie wie schön es ist, sich im Freien zu bewegen. Dazu brauchen Sie keine spezielle Ausrüstung. Meist genügt schon ein gutes Schuhwerk. Die Dauer der Aktivität können Sie selbst gestalten.

Gegen den inneren Schweinehund helfen auch Verbündete, die Sie bei uns leicht finden. Gemeinsam macht es mehr Spaß. Verabreden Sie sich mit Freunden und Bekannten, am besten immer zu einem festen Termin. Wie oft aber soll man sich idealerweise bewegen? Zwei- bis dreimal die Woche 30 bis 40 Minuten sind ideal. So kann man nach dem langen Winter wieder Kondition aufbauen und die Bewegung macht dann auch mehr Freude. Mit Fitnessgeräten und Gymnastik reichen schon 15 bis 20 Minuten. Überfordern Sie sich aber dabei nicht. Dazu ein kleiner Ernährungstipp: Frisches Obst, Naturjoghurt, eine kleine Portion Müsli oder auch ein fettarm belegtes Vollkornbrot reichen oft schon.


Unsere PVÖ-Ortsgruppen haben sicher das richtige Angebot für Sie. Dem PVÖ ist es wichtig, dass Sie gesund und fit bleiben.

Gut (aus)gerüstet mit der PVÖ-Kollektion

Schön, funktionell, praktisch. Mit diesen Teilen machen Sie überall gute Figur, ob beim Radeln, Wandern, Turnen oder Golfen. Und: Sie werben für den Pensionistenverband. Wann, wenn nicht jetzt!

Frühlingserwachen – kaum ein Wort ist so lebensbejahend wie dieses. Und es ist ja auch so, dass der Zauber des Neubeginns uns mit Energie erfüllt und es uns hinaus drängt: Wandern, Rad fahren, golfen – man kann in den ersten sonnigen Wochen gar nicht genug davon bekommen. Das ist gut so, birgt aber auch Gefahren.

LANGSAM AN BELASTUNG GEWÖHNEN

Im Winter bleibt die Ausdauer naturgemäß etwas auf der Strecke. Somit ist man zu Beginn der Saison herz-kreislaufmäßig nicht in der Verfassung, wie man es noch im Herbst war. Erhöhen Sie daher erst nach und nach die Länge Ihrer Radtour oder (Berg-)Wanderung – auch wenn angesichts des herrlichen Wetters die Verlockung noch so groß ist, noch ein bisschen was dranzuhängen. Ihr Körper gibt Ihnen in der Regel ohnehin zu verstehen, wann es genug ist. Sie müssen nur „hineinhören“. 

Die abgebildeten Produkte können unter ☎ 0732/66 32 41-20, ✉ josef.hartl@pvooe.at bestellt werden.



Die ganze PVÖ-Kollektion finden Sie unter „Unsere Angebote“ auf [pvooe.at/oberoesterreich](https://www.pvooe.at/oberoesterreich)



NEU!

PVÖ-Radpolo mit Zipp

Atmungsaktiv, feuchtigkeitsregulierend, ergonomisch verlängertes Rückenteil mit Anti-Rutschgummi und Tasche.

€ 32,-

Premium-Rucksack

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

€ 46,-



Premium-Polo, unisex

Auch – aber nicht nur – für sportliche Aktivitäten.

Piqué-Sport-Polo

€ 25,-



8. PVÖ-Golftage vom 25. bis 29. Juni 2023

Das beliebte PVÖ-Golftreffen in St. Michael im Lungau ist die ideale Gelegenheit für erfahrene Spielerinnen und Spieler, in Gesellschaft mit Gleichgesinnten ihr Können zu verbessern. Und „Noch-nicht-Golferinnen und Golfer“ wird ein günstiger Einstieg zur Erringung der Platzerlaubnis oder der ÖGV-Platzreife geboten.

Informationen und Anmeldung: Renate Lagler, Sportreferat & Mitgliederbetreuung
☎ 01/319 40 12 Dw. 16, ✉ renate.lagler@pvooe.at

Spürbare Ergebnisse bei Gelenkproblemen

Die Hauptursache von Gelenkbeschwerden sind meist Abnutzungerscheinungen – auch Arthrose genannt. Besonders häufig sind die Knie betroffen. Schonende Bewegung und bestimmte Nährstoffe können helfen, die Gelenke wieder zu kräftigen.

Knapp die Hälfte aller Menschen über 45 Jahren leidet unter schmerzenden Gelenken, insbesondere Arthrose. Die Beschwerden machen sich etwa beim Stiegensteigen, Anziehen oder In-die-Hocke-gehen bemerkbar.

Die Ursache ist in der Regel folgende: Die Knorpelschicht, die gesunde Gelenke vor Druck und Reibung schützt, geht mit der Zeit verloren. Sobald diese Schicht weniger wird, werden die Knorpel rau und spröde. Auch die Gelenkschmiere wird weniger, wodurch die Gelenkknocken aneinanderreiben. In der Folge „rosten“ die Gelenke immer mehr ein und fühlen sich steif an.

WENN DER SCHMERZ NICHT MEHR GEHT

Die Beschwerden kommen nicht von einem Tag auf den anderen, sondern schleichen sich heran. Typisch ist der sogenannte Anlaufschmerz, der vor allem am Morgen nach dem Aufstehen oder nach längerem Sitzen auftritt und nach kurzer Zeit wieder besser wird.

Nach und nach melden sich die Gelenke immer häufiger, vor allem bei längerer Bewegung oder stärkeren Belastungen. Hierbei unterscheidet


sich die Arthrose auch von der ähnlich klingenden Arthritis. Letztere macht sich aufgrund einer Entzündung in den Gelenken auch im Ruhezustand bemerkbar.

Während hier entzündungshemmende Schmerzmittel oder auch pflanzliche Arzneimittel wie Tabletten mit hochdosiertem Teufelskrallen-Extrakt helfen, brauchen die Gelenke bei Arthrose eher eine langfristige Unterstützung. Dies geht einerseits mit genügend schonender Bewegung und andererseits mit der richtigen „Gelenknahrung“.

BEWÄHRTE NÄHRSTOFFE

Damit die Gelenke nachhaltig beweglich bleiben, müssen sie ausreichend mit Nährstoffen versorgt werden. Dazu zählt etwa Glucosamin als wesentliches Strukturelement für einen gesunden Knorpel oder Chondroitin, das den Knorpel vor dem Austrocknen schützt. Kollagen wiederum wirkt wie eine „Kittsubstanz“ im Gelenk und sorgt so für Druckfähigkeit und Elastizität.

Auch Hyaluronsäure ist wichtig, denn sie reduziert die Reibung zwischen den Gelenken. Zuletzt sollte dem Knorpel auch regelmäßig organischer Schwefel (oft ab-

gekürzt als MSM) zugeführt werden. Idealerweise wird ein Kombinationspräparat, das alle diese Nährstoffe in sich vereint, eingenommen. So kann man selbst einiges dafür tun, um die Gelenke trotz Arthrose so gut wie möglich fit und beweglich zu halten. 



VON MAG. LUCIE SOUCEK
NÄHRSTOFF-EXPERTIN



Dr. Böhm®

EXTRA STARK FÜR DIE GELENKE

Gelenks complex intensiv

Knorpel, Knochen und Bandscheiben
Calcium und Mangan für normale Knochen
Vitamin C für normale Knorpelfunktion
Plus 5 wesentliche Gelenksbestandteile

30 Beutelchen Brausegranulat

Nahrungsergänzungsmittel

Wenn sich die Gelenke weniger belastbar anfühlen, müssen sie mit den richtigen Nährstoffen versorgt werden. Genau dafür wurde mit führenden Orthopäden Dr. Böhm® Gelenks complex intensiv entwickelt.

- ✓ Mit Vitamin C für den Knorpel und Mangan für die Knochen
- ✓ Plus Glucosamin, Chondroitin, MSM u.v.m.
- ✓ Nur 1 x täglich

-20% Rabatt

Dr. Böhm® – Die Nr. 1 aus der Apotheke¹

¹Apothekenumsatz lt. IQVIA® Österreich OTC Offtake seit 2012

Dr. Böhm® Gelenks complex Tabletten UND Getränk. Gültig im Mai 2023 in Ihrer Apotheke.

Fit in den Frühling

Aktiv sein! Jetzt ist wieder sporteln im Freien angesagt. Und noch mehr Spaß machen (Berg-)Wandern, Rad fahren, Tennis und Co. mit der nötigen Fitness und Beweglichkeit. Mit diesen Übungen von Philipp Jelinek, dem Vorturner der Nation, verbessern Sie Ihr Wohlbefinden und sind auch bestens trainiert für Ihren Lieblingssport.



1

Standwaage

Gerade hinstellen, Beine hüftbreit, die Arme parallel und gerade nach oben strecken. Nun führen Sie ein Bein leicht nach hinten, Fuß auf der Zehenspitze absetzen, das Gewicht lastet auf dem Standbein. Spannen Sie die Rumpfmuskulatur an.



2

Mit geradem Rücken die Hüfte beugen und beginnen, den Oberkörper nach vorne unten abzusenken. Einsteiger heben das freie, gestreckte Bein leicht an. Spannung einige Sekunden halten, freies Bein wieder absenken und aufrichten (bei gespannter Gesäß- und Oberschenkelmuskulatur).



3

Geübtere dürfen sich weiter vorwaggen und bringen beim Absenken des Oberkörpers Kopf, Rücken, Arme und freies Bein in eine fast waagrechte Linie. Spannung wieder einige Sekunden halten, dann aufrichten. 8 Mal pro Bein wiederholen, kurze Pause, 3 Serien.

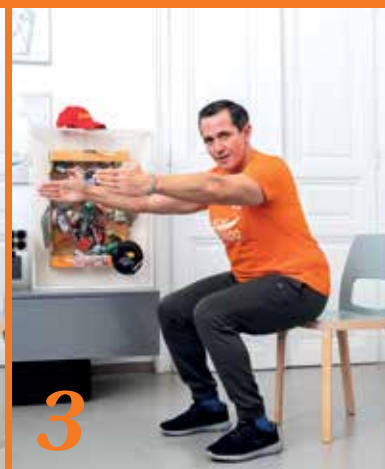


Auf dem „heißen Stuhl“

Stellen Sie sich mit geradem Rücken vor einen Stuhl. Die Arme sind waagrecht und parallel nach vorne gerichtet. Beginnen Sie, leicht in die Knie zu gehen. Mit vorgestreckten Armen ist diese Übung für Beginner einfacher durchzuführen.



2



3

Bauchmuskeln leicht anspannen und langsam tiefer gehen. Achten Sie darauf, dass der Po nach unten geht, nicht nur die Knie gebeugt werden. Die Knie sollten bei der Beugung nicht nach innen fallen oder über die Fußspitzen hinausragen. Die Fersen auf dem Boden und den Rücken immer gerade und gestreckt halten.

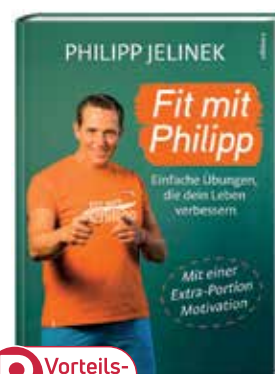
Ungeübte können nun ganz kurz auf dem Stuhl Platz nehmen (so, als wäre der Sessel brennend heiß) und stehen dann wieder langsam auf. Fersen fest auf den Boden pressen, den Po so tief wie möglich halten beim Ausführen der Übung.

TIPP FÜR GEÜBTERE: Geübtere führen die Übung mit vor der Brust verschränkten Armen durch und setzen den Po nicht auf dem Stuhl ab, das Hinsetzen wird nur angedeutet. Für mehr Kraft die Übung in 5-10 Serien 1 bis 5 Mal wiederholen.



Beinschwingen

- 1 Stellen Sie sich für die Ausgangsposition mit geradem Rücken und geschlossenen Beinen hin, die Arme sind seitlich gerade abgesenkt. Nun atmen Sie tief ein und spannen die Bauchmuskulatur an.
- 2 Führen Sie ein Bein gestreckt so weit wie möglich nach vorne, das Gewicht lagert auf dem Standbein, ...
- 3 ... schwingen Sie es dann so weit wie möglich nach hinten. Achten Sie dabei darauf, dass Sie kein Hohlkreuz machen und dass Sie die Hüfte nicht mitdrehen (sollte gerade nach vor schauen). 20-mal vor- und zurückschwingen, in 2 Serien. Dann Beinwechsel.
- 4 Danach den „Beinschwinger“ auch seitlich ausführen, wieder 20-mal pro Bein in 2 Serien wiederholen. Ungeübtere können sich bei diesen Übungen an einer Wand abstützen.



Jetzt als Buch: PHILIPP MACHT SIE FIT!

TV-Star Philipp Jelinek zeigt in seinem Buch („Fit mit Philipp, edition a, € 22,-), wie sich der „innere Schweinehund“ überwinden und das Wohlbefinden mit kurzen, einfachsten Übungen deutlich verbessern lässt. Dabei erzählt er, wie er selbst trotz schwerer gesundheitlicher und beruflicher Rückschläge immer weitergemacht hat und Bewegung Teil seines Lebens blieb, bis er seine Berufung fand.

3x1 Buch zu gewinnen
(Kw. „Philipp“, Teilnahme s. Vorteilsklub)!



Zehenspitzen-Stand

Stellen Sie sich aufrecht hin, die Füße parallel.

Heben Sie beide Fersen langsam vom Boden ab. Achten Sie auf eine gleichmäßige Spannung in den Beinen und im Po.

Stellen Sie sich auf die Zehenspitzen. Halten Sie diese Position für einige Sekunden und senken Sie die Fersen dann wieder ab.

**TIPP FÜR
GEÜBTERE:**
die Fußwippe –
abwechselnd auf
Zehenspitzen und
Fersen stellen



VON LEBENS- UND
SOZIALBERATERIN

Mag. Gabriela Fischer
www.gabifischer.com



*Musik und Rhythmus
finden ihren Weg
zu den geheimsten
Plätzen der Seele.*

PLATON

Seelenfutter Musik


Ich bekam ein kleines, mit dem Internet verbundenes Gerät geschenkt, mit dem ich spreche und eine Frauenstimme antwortet. Auch Musikwünsche werden erfüllt und regen zum Mitsingen an. Freunde kamen zum Abendessen und zur fortgeschrittenen Stunde und den jeweils gewünschten Liedern sangen wir alle laut, falsch aber mit Begeisterung. Es war ein wirklich gelungener Abend.

Wann haben Sie das letzte Mal bewusst Musik gehört, selbst musiziert oder aus vollem Herzen gesungen?

Musik hat Einfluss auf Körper, Geist und Seele. Sie spüren die Wirkung sofort. Musik kann in kürzester Zeit unsere Stimmung heben, den Wunsch nach Bewegung auslösen,

uns zum Lächeln bringen, uns nachdenklich, aber auch aggressiv werden lassen. Denn Musik wirkt auf allen Ebenen unseres Gehirns und hat direkten Zugang zu unseren Emotionen. Die Art der Musik beeinflusst, welche Hormone ausgeschüttet werden und sich auf unsere Stimmung auswirken.

Musik ist nicht nur schön, sie dient auch der Heilung. Sie wird unter anderem in der Schmerztherapie, bei Tinnitus, Schlaganfall, Depression, Parkinson und Demenz eingesetzt, um gesundheitsfördernde Effekte zu erzielen. Musik kann somit Balsam für Körper und Seele sein, unseren Alltag bereichern und zu einem positiveren bzw. fröhlichen Lebensgefühl beitragen.

Probieren Sie es aus, am besten gleich jetzt. 

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.

BIOF(R)ISCH BEI MEINL AM GRABEN



Freiner BIOFISCH

FRISCHER FISCH AUS KRISTALLKLAREM BERGWASSER

www.freinerfisch.at

www.meinlamgraben.at

**Wäsche waschen.**

Die kleinste „Waschmaschine“ der Welt. Innenliegende Noppen erzeugen einen „Waschbrett-Effekt“; nach 3 Minuten rubbeln sind T-Shirt oder Bluse wieder sauber.

Gesehen bei:
globetrotter.at



Genießen. Frühstückskaffee für Feinschmecker*innen. So klein wie eine Taschenlampe, so fein wie vom Barista. Funktioniert mit Pads und gemahlenem Kaffee. Mittels Handpumpe wird das heiße Wasser mit 16 bar (!) durch den Siebträger gedrückt.

handpresso.com



Abenteuer in Sicht!

Das Campen erlebt einen Boom! Waren in unserer Jugend oft finanzielle Überlegungen der Grund, so ist es jetzt ein angesagtes Lebensgefühl von Abenteuer und Freiheit. Auch für „unsere Generation“. Und das mit hohem Komfort-Faktor.

Multifunktionale Solardusche.

Campingduschen gab es früher schon – aber nicht so super praktische! Packsack, wasserdichter Schwimmbeutel oder Solardusche; ein wandelbarer Sack mit 10 oder 15 Liter Volumen.

reiseregen.com

**Stolper-Stopp.**

Damals wie heute lästig und auch gefährlich: das nächtliche Stolpern über Spannleinen und Co. Jetzt ist Schluss damit: Fluoreszierende Elemente zum Aufklipsen schützen Sie. Laden sich in der Sonne auf, leuchten zuverlässig die ganze Nacht.

ropescout.com

**Kochen & mehr.**

Damit das Wasser für die „Waschmaschine“ warm und für den Espresso heiß wird, gibt es diesen kleinen tragbaren Holz- (bzw. Pellets-) Ofen, der 1l Wasser in 5 Min. zum Kochen bringt und nebenher Akkus lädt. Genial!

bioliteenergy.com



Der Weiße Turm ist das Wahrzeichen der nord-griechischen Metropole Thessaloniki, die im Rahmen eines ganztägigen Ausflugs besucht wird.

Herzlichkeit ist das Markenzeichen jedes Frühjahrestreffens. Ob in Spanien oder in Griechenland – was zählt ist das Wohlergehen der SeniorenReisen-Gäste.



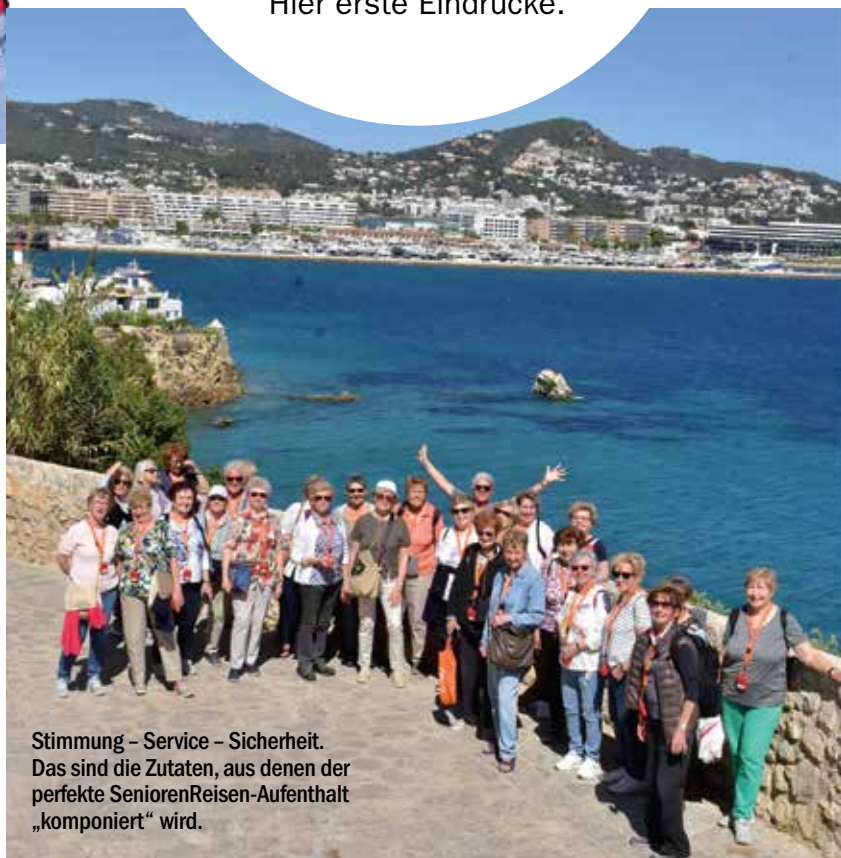
FRÜHJAHRSTREFFEN 2023

Herzliche Grüße

Es ist wieder so weit: Das Frühjahrestreffen des Pensionistenverbandes hat begonnen und wird bis Mitte Mai tausende österreichische Pensionistinnen und Pensionisten nach Ibiza (Spanien) und Chalkidiki (Griechenland) bringen. Hier erste Eindrücke.



Zwei PVÖ-Urlauber posieren vor den Speeren und Schilden, mit denen der makedonische König Philipp II. und sein Sohn Alexander der Große enorme militärische Erfolge feiern konnten. Unsere „Krieger“ sind auch tapfer, aber durch und durch friedlich!



Stimmung – Service – Sicherheit. Das sind die Zutaten, aus denen der perfekte SeniorenReisen-Aufenthalt „komponiert“ wird.



Natürlich ist es auch auf Ibiza nicht dauernd schön. Aber während zu Hause der April eher die kalte Schulter zeigte, konnte man auf Ibiza schon Sommer pur genießen.

Einmal etwas anderes: Urlaub an der See statt zu Hause am See. Die Neusiedler Pensionist*innen genießen die spanische Meeresbrise sichtlich in vollen Zügen.

Keine Angst! SeniorenReisen-Gäste müssen nicht mitarbeiten. Aber der griechische Hotelmanager war so freundlich, ein kleines Problem gleich selbst zu erledigen.



Mit wehenden Fahnen wurde von unseren Pensionist*innen die Altstadt von Ibiza eingenommen!



Oben: So sieht gute Laune „made by SeniorenReisen“ aus!

Unten: und so Verbundenheit: „Steirerbua“ Stefan Teveli ...



... war schon 2010 beim Treffen in Chalkidiki dabei. Und er ist es heuer wieder.

So charmant kann Service sein! Aber wer jetzt denkt, dass die junge Kollegin das einmalige SeniorenReisen-Kofferservice allein bestreiten musste, der irrt! Da gab es schon einige griechische Jünglinge, die halfen.



In jeder Gruppe sorgt ein Dreierteam für die perfekte Betreuung der Gäste: Deutsch sprechende Reiseleiterin und Fremdenführerin sowie der österreichische Reisegruppenleiter.

Auch das gehört zu einem Frühjahrs-treffen: Zeit zum Ausspannen in einer angenehmen Umgebung. In Griechenland ist alles gleich ein bisschen entspannter.



Dass ein Frühjahrs-treffen ein generationen-übergreifendes Fest ist, dafür sorgen junge und jüngste Reiseleiter im Team der „Roten Engel“.



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**



- ❶ Rogaška Slatina und sein einladender Kurpark
- ❷ Die Weinkeller in Ptuj gehören zu den ältesten. Sie beherbergen ...
- ❸ ... auch handverlesene Qualitätsweine aus der Umgebung von Jeruzalem
- ❹ Ebenso wohlschmeckend: eine herzhafte slowenische Jause



Slowenien

Rogaška Slatina

Weltbekannter Kurort durch seine Thermalquellen und sein Mineralwasser

HERBSTTREFFEN IN SLOWENIEN:

Die Mischung macht's

Von wegen „das kennen wir ohnehin“ – Slowenien hat eine große Vielfalt zu bieten: an Landschaften, an Sehenswürdigkeiten und auch an Erlebnissen. Kommen Sie mit auf Entdeckungsreise.

Es ist, wie es oft in der nächsten Nachbarschaft so ist: Man kennt es, aber meist nur „vom Vorbeifahren“. Auf Slowenien trifft diese Tatsache in hohem Maße zu: Abgesehen von den vielbesuchten touristischen Höhepunkten wie Postojna mit seiner riesigen Grotte, dem malerischen Küstenstädtchen Piran und den einladenden Thermen rund um Moravske Toplice gibt es noch viele Orte in Slowenien, die man zwar vom Hörensagen (bzw. als Autobahn-Abfahrt) „kennt“, tatsächlich aber noch nie dort war. Hunderttausende Österreicher*innen fahren jährlich auf ihrem Weg an die Ostküste der Adria durch Slowenien und bleiben oft nur bei der wahrschein-



lich größten Krapfen-Station der Welt am Trojane-Pass stehen. – Das ist schade, denn Slowenien hat wesentlich mehr zu bieten als all das Genannte.

ENTDECKER-TOUR

Mit SeniorenReisen können Sie beim kommenden Herbsttreffen viele interessante Orte in Slowenien ausführlich kennenlernen, an denen Sie bisher vielleicht oft nur vorbeigefahren sind. Und auch wenn Sie einen der angesteuerten Orte gut kennen, werden Sie dennoch in dieser Woche Interessantes kennenlernen. SeniorenReisen hat ein vielfältiges Programm zusammengestellt und Sie werden sehen: Die Vielfalt, die Mischung, macht den Reiz Sloweniens aus! ⓘ

Reisetermine

1. Turnus	10. 9. bis 16. 9. 2023
2. Turnus	16. 9. bis 22. 9. 2023
3. Turnus	22. 9. bis 28. 9. 2023
4. Turnus	28. 9. bis 4. 10. 2023

Inkludierte Leistungen

An- und Abreise in modernen Reisebussen – Unterbringung in gehobenen 4-Sterne-Hotels auf Basis Vollpension – im Hotel und bei allen Ausflügen deutschsprachende Reiseleiter*innen – medizinisches Team u. Ärzte aus Österreich vor Ort.

Inkludierte Ausflüge

1x ganztags Ptuj & Jeruzalem

Die älteste Stadt der historischen Steiermark mit mittelalterlicher Altstadt und die bekannteste Weinbauregion Sloweniens.

1x ganztags Maribor

Die slowenische Drau-Metropole hat eine interessante historische Altstadt mit einigen Barock-Juwelen als Sehenswürdigkeit.

Preis für PVÖ-Mitglieder auf Basis DZ inkl. VP und Ausflügen

€ 899,-
p. P. im DZ

Für Nichtmitglieder: 949 Euro, EZZ: 265 Euro

STIMMUNG, SERVICE, SICHERHEIT


Weltweit

Ägypten total, 19.11.–30.11.2023

Urlaub mit SeniorenReisen ist nicht nur bei den Frühjahrs- und Herbsttreffen ein besonderes Reiseerlebnis. Die Ziele sind ein wenig ausgefallener, die Gruppen kleiner. Aber das **einmalige SeniorenReisen-Service** ist bei allen Touren inkludiert!

Die gute Laune müssen Sie zwar zu Reisebeginn selbst mitnehmen, aber alle Mitarbeiter*innen von SeniorenReisen geben – von der Planung bis zur Durchführung – ihr Bestes, um die Stimmung während der Reise immer möglichst hochzuhalten. Eine wesentliche Voraussetzung dafür ist Unbeschwertheit. Für diese sorgen Service und Sicherheit,

die bei SeniorenReisen großgeschrieben sind: Zu jeder Zeit ist eine Deutsch sprechende Reiseleitung in Ihrer Nähe, stets mitreisendes medizinisches Personal von SeniorenReisen ist auch bei den Mittel- und Langstrecken-Destinationen immer dabei.

Wenn Sie also Lust verspüren, die Welt zu erkunden, dann tun Sie es. Am besten mit SeniorenReisen. 

Vorschau auf das Programm für 2024

21.1.–5.2.	Thailand
9.2.–23.2.	Panama & Costa Rica
18.2.–3.3.	Vietnam
20.2.–7.3.	Bali & Singapur
21.2.–28.2.	Israel
Februar 2024	Kenia



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**

Informationen und Buchungen: SeniorenReisen Reisebüro Wien, Gentzgasse 129, 1180 Wien

Öffnungszeiten: Montag bis Donnerstag, 9–13 Uhr

☎ 01/313 72/Dw. 60 bzw. ✉ seniorenreisen@pvoe.at

🌐 www.seniorenreisen.cc und www.facebook.com/SeniorenReisenAustria

UNSERE REISEPROGRAMME SENDEN WIR IHNEN AUF WUNSCH GERNE ZU!



Baden & Aktiv Side, 28.9.–12.10.2023



Japan, 1.11.–14.11.2023



Holland, 31.7.–7.8.2023



Brasilien, 8.9.–24.9.2023



Amalfiküste, 17.6.–24.6.2023

Fotos: Bubu Dujmic.
Styling und Make-up:
Martina Gaa.
Bezugsquellen:
Mango, 1070 Wien,
shop.mango.com/at/
Humanic, 1070 Wien
www.humanic.net

1

Flower Power. Die bezaubernde Claudia in einem kurzen Baumwoll-Gilet mit Blumenprint und Rundhalsausschnitt, pastelllila Jeans mit hoher Taille und aufgesetzten Vordertaschen (die 1970er lassen grüßen!), texturierter Baumwollbluse mit Ballonärmeln und Bindebändern (alles Mango). Dazu sommerliche Textilsandalen mit geknüpften Schnurdekorationen und Blockabsatz (Kate Gray) sowie einer Schultasche aus Textil (Lazzarini, beides Humanic).

NEW ROMANTIC

Blumen und verspielte
Rüschen auf zarten Stoffen:
Ein Hauch Romantik weht
durch den Kleiderschrank –
präsentiert von UG-Leserin
Claudia (62)!

Maschenfein. Auf's Ausgehen freut sich unsere charmante UG-Leserin in einem leichten Sommerpulli mit apartem Lochmuster, kombiniert mit einem ausgestellten Plissée-Rock mit floralem Muster (beides Mango). Perfekt wird die Kombination mit einer Glattleder-Mini-Tasche in Gold und Bast-Optik (Pat Calvin) und Bast-Pantofeln mit Stassriemchen (Kate Gray, beides Humanic).



Rüschenspiel. Ein schattiges Plätzchen genießt die sportliche Wienerin in einer zarten Bluse mit Puffärmeln und Volant-Details, lässiger Baumwoll-Hose mit Kordelzug in Mint, Sonnenhut aus Naturfaser, Gürtel aus Raffiabast (alles Mango), Schultertasche in Bastoptik (Joop Jeans) und luftigen Textil-Keilsandalen (Pat Calvin, beides Humanic).



Blütenzauber. Claudia betreut ehrenamtlich ältere Menschen, da hat sie für einen sommerlichen Spaziergang auch gleich das richtige Outfit bereit: Leinenkleid mit üppigem Blütenmuster und Knopfleiste und – für windiges Wetter – einen grobmaschigen Sommerpullover in gedecktem Grün (beides Mango).



4



5


Rankenmuster. Ein wunderschönes Wickelkleid mit Hemdkragen und kurzen Ärmeln mit Umschlag präsentiert uns unser Model noch zum Abschluss. Für den Stadtbummel haben wir als Accessoires Keilsandalen mit Flechtabsatz in Gold und eine Basttasche mit Lederelementen ausgewählt (alles Mango). Très chic!

Ein tolles Regal, das
wirklich keiner hat,
lässt sich aus alten
Büchern herstellen



Bücher-Bücher-Regal

Bevor Bücher, die keiner mehr will, im Altpapier landen: Bauen wir ein Regal damit! Für Fortgeschrittene mit Bohrmaschine.

Wer Werkzeug-Einsatz nicht scheut, wird diese Idee mögen: Lassen sich alte Bücher weder verschenken noch spenden, so können sie uns als Design-Regal erfreuen! Es empfiehlt sich, das Video-Tutorial (siehe rechts unten) dafür anzusehen! 



MAN BRAUCHT:

- gleich große Bücher mit starkem Einband
- Schraubzwinge
- Bohrmaschine und starken Bohrer, Durchmesser M6 oder darüber
- geeignete Arbeitsmöglichkeit (z. B. Werkbank)
- lange Schrauben und Flügelmutter
- (Regal-)Bretter
- Wasserwaage
- Winkeleisen

UND SO GEHT'S:

1. Zwei oder drei gleich große Bücher mit starkem Einband mithilfe von Schraubzwingen zu einem „Bücher-Ziegel“ fest zusammenspannen.
2. Jeden Ziegel viermal – in gleichem Abstand zu den Ecken – durchbohren.
3. In jedes Loch eine Schraube stecken und von der anderen Seite jeweils eine Flügelmutter festdrehen.
4. Je nach Tiefe des Regalbrettes zwei oder vier verschraubte Bücher-Ziegel aufstellen. Regalbrett darauflegen, Wasserwaage ansetzen, gegebenenfalls mit einem Stück Karton austarieren.
5. Je nach Geschmack eine zweite und dritte Ebene aufsetzen. Am Schluss jedes Regalbrett mit Winkeleisen und Schrauben an der Wand fixieren.

Viel Freude mit dem tollen Design!

Video-Anleitungen zum Nachmachen



Weitere gute
Ideen auf
pvoe.at/selfmaid
und selfmaid.at



Wir alle brauchen: Liebe, Liebe, Liebe!

All we need is Love“, wussten schon die Beatles, und an dieser Feststellung hat sich bis heute nichts geändert. Einem humoristischen Zugang hat sich der Kultursommer Laxenburg vor der Kulisse der romantischen Franzensburg verschrieben. Das gleichnamige Paartherapeutical von Christian Deix und Olivier Lendl, unter der Intendanz von Adi Hirschal ist ein herzerfrischender Angriff auf Ihre Lachmuskeln.

PAARTHERAPEUT IN LIEBESNÖTEN

Auch ein Paartherapeut mit Verhaltensauffälligkeiten (Adi Hirschal) will in Sachen Liebe Gutes tun und bringt dabei versehentlich ein irrwitziges Beziehungsdrama in Gang. Eine Terminschlamperei ist der Grund, warum sich der heillos über-

forderte Love-Coach mit zwei therapiebedürftigen Ehepaaren herumschlagen muss, obwohl er selbst gerade in ärgsten Beziehungsnot steckt. Eine wirtschaftliche Schieflage, ein folgenschweres, amouröses Missverständnis und eine akute Schwedenphobie sorgen für zusätzlichen Zündstoff.

Mit Adi Hirschal, Angelika Niedetzky, Pia Baresch, Christian Deix, Michelle Härle und Olivier Lendl.

Gewinnspielmöglichkeit für PVÖ-Mitglieder: 4 x 2 Karten für Samstag, 24. 6. 2023, 16.30 Uhr, und 4 x 2 Karten für Sonntag 25. 6. 2023, 16.30 Uhr.

Kennwort: „Laxenburg“, Teilnahmebedingungen und Einsendeschluss siehe vorletzte Seite.

Beim Kultursommer Laxenburg steht die Liebe im Mittelpunkt. Für PVÖ-Mitglieder gibt es wieder eine Sondervorstellung.



Süßes Laisser-faire: So lässt es sich leben – bei der Tochter!

Kino-Gutscheine zu gewinnen!

Für den hier vorgestellten Film verlosen wir **15 x 2 Kino-Gutscheine!** Senden Sie einfach **unter Angabe Ihres Namens, Ihrer Adresse und des Kw. „Kino“** eine Postkarte an Pensionistenverband Österreichs, Gentzgasse 129, 1180 Wien oder eine E-Mail an service@pvoe.at **Einsendeschluss: 22. 5. 2023**

In „Mamma ante portas“ macht es sich Jacqueline bei ihrer Tochter gemütlich. Da gibt es keine ruhige Minute mehr!

Dass die Kinder gerne die Annehmlichkeiten des „Hotel Mama“ so lange wie möglich genießen möchten, ist heute eine ganz eigene „Problematik“. Doch was passiert, wenn sich die Mutter bei der Tochter „einnistet“?

Regisseur Éric Lavaine nimmt in der Komödie die „Mamma ante portas“ das umgekehrte Nesthocker-Thema auf und sorgt beim Publikum für Lachtränen. Das Verhalten der

„Dauerbesitzerin“ – egozentrisch und um Aufmerksamkeit heischend – wird zur Belastungsprobe familiärer Bande.

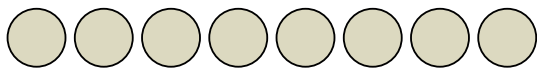
MAMA MISCHT DEN ALLTAG AUF

Pensionistin Jacqueline (Josiane Balasko) lässt ihre Wohnung renovieren, in die auch ihr Freund Jean (Didier Flamand) einziehen soll. Ein Streit zerstört jedoch den Traum vom gemeinsamen Wohnungsglück.

Jacqueline braucht kurzfristig eine Unterkunft, denn die Renovierung wird noch Wochen dauern. Da liegt es nahe, dass sie zu einem ihrer Kinder zieht. Tochter Carole (Mathilde Seigner) ist von der Idee wenig begeistert: Paartherapie und Jobstress belasten gerade ihren Alltag. Doch da Bruder Nicolas (Philippe Lefebvre) gerade selbst Beziehungsprobleme hat, fällt ihr das Los zu. Und so landet Jacqueline bei Carole. Es sieht ganz danach aus, als würde sie mehr als nur drei Tage bleiben wollen – die „ruhige Zeit“ ist vorbei! Ab 25. Mai im Kino.

plötzlich erscheinen veraltet: Entwendung	▽	▽	Ver- brechen	Salben- grundlage Abk.: Religion	▽	▽	Erkältungs- erscheinung Um- garnung
▽				▽			▽
▽			Schmiede- herd				
			Heilige Schrift				
häufig			▽				
Servier- platte	▷						
▽				männl. Kurzname	▷		
				dringend			
Kosename für Vater		Glied- maße (Mz.)	▷				
Glanz, Schimmer		Märchen- gestalt					
▽		▽				Auto- mobil- bauform	
nicht dunkel	▷				Kurzform: von unten chem. Zeichen für Ruthenium	▷	
▽			Staat in Vorder- asien	▷			
Abk.: mexi- kanisch Vorliebe	▷						

Die diesmal zu findende Lösung
nennt eine beliebte Frühlingsblume.



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

LÖSUNGEN SIEHE SEITE 42

SUDOKU

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

RECHENAUFGABE

Ergänzen Sie
die fehlenden
Zahlen, sodass
richtige
Rechnungen
entstehen.

208	:		=	26
-		x		+
	+	14	=	
=		=		=
180	-		=	

ERGÄNZUNGSRÄTSEL

. OLIN . - . ISIK . - . ANAN . -
. EKUR . - . OMAT . - . NNUN . - . LSTE .

Jedem dieser Wortfragmente ist ein Anfangs- und ein
Endbuchstabe hinzuzufügen, wodurch sinnvolle Wörter
entstehen. Die ergänzten Buchstaben ergeben, aneinander-
gereiht, den Titel einer Operette von Carl Zeller † 1898.



Die umfassende
Schau im MAMUZ
gibt Einblick in das
Leben der Kelten

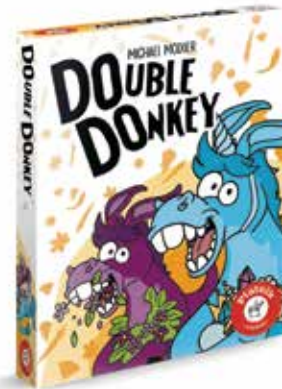
GEWINN:
3 x 2 KARTEN

Ausstellung. Der Begriff „Kelten“ hat seit
jeher die Fantasie der Menschen angeregt.
Sie werden ab der Antike bis heute als
furchterregende Krieger, als „edle Wilde“,
als versierte Handwerker oder als Hüter
geheimen Wissens dargestellt. Doch welche
Vorstellungen treffen die Wahrheit? Die
Ausstellung „Kelten“ vermittelt anhand von
zahlreichen außergewöhnlichen archäolo-
gischen Funden ein neues Bild vom Alltag,
vom Glauben und vom Schicksal der Men-
schen zur Keltenzeit und bricht mit stereo-
typen Vorstellungen. **Bis 26. 11., MAMUZ
Museum Mistelbach, www.mamuz.at**
3 x 2 Eintrittskarten gewinnen (Kw. „Kelten“,
Teilnahme s. Vorteilsklub, vorletzte Seite)!



Bei diversen Themenführungen kann man die einzigartigen Kunstschatze des Stifts Altenburg kennenlernen. Immer einen Ausflug wert!

**GEWINNE
5 x 2 KARTEN!**



Bei „Double Donkey“ stellt sich schnell heraus, wer den Titel des „größten Esels“ erhält. In diesem Spiel ist weniger eindeutig mehr!

**GEWINNE
3 x 1 SPIEL**

Barock im Waldviertel

STIFT ALTENBURG. Vor 878 Jahren gegründet, gilt das Benediktinerstift Altenburg (NÖ) heute als Fixpunkt für Barockliebhaber. Die prachtvolle, 50 Meter lange Stiftsbibliothek, das einzigartige „Kloster unter dem Kloster“ und natürlich die barocke Kunstsammlung sind nur einige der Glanzlichter, die es zu erkunden gilt. 2023 liegt ein besonderer Fokus auf Themenführungen – von der „Sammlung Arnold“, der Ausstellung „CRUX“, der von Anton Pflieger geschaffenen Orgel in der Stiftskirche bis hin zur Kräutervielfalt in den Stiftsgärten. Im neuen Ausstellungsraum „Schwarzes Kabinett“ lässt sich barocke Kunst außerdem auf unvergleichliche Weise erleben. **Do.–So. sowie feiertags, 10–17 Uhr, www.stift-altenburg.at**

5 x 2 Eintrittskarten zu gewinnen (Kw. „Altenburg“)!

Wer ist der größte Esel?

KARTEN-WÜRFELSPIEL. Wütende Esel, bunte Doppelesel und natürlich der größte Esel tummeln sich in diesem kurzweiligen Mix aus Karten und Würfeln. Mit „Double Donkey“ präsentiert Piatnik einen raffinierten Familienspaß für 2 bis 5 Personen ab 8 Jahren im handlichen Taschenformat. „Double Donkey“ (UVP € 9,90) fordert geschicktes Taktieren und etwas Risikobereitschaft, denn es gilt, die eigenen Karten möglichst schnell loszuwerden. Für dieses Ziel ist ein kluges Auswählen der Würfel und Karten notwendig, um niedrige Werte zu erreichen. Lieber zurückhaltend spielen oder doch riskant zocken? Das müssen die einzelnen Teilnehmer*innen dann selbst entscheiden ...

3 x 1 Spiel zu gewinnen (Kw. „Double Donkey“)!

FOTOS: STIFT ALTENBURG, PIATNIK

LÖSUNGEN

■ A U ■ ■ V H ■
M U N D R A U B
O F T ■ E S S E
■ T A B L E T T
V A T I ■ L E O
■ U ■ B E I N E
S C H E I N ■ R
■ H E L L ■ V U
M E X ■ I R A N
■ N E I G U N G

Die Lösung lautet: VEILCHEN

Sudoku:

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

Rechenaufgabe:

$$\begin{array}{rcl} 208 & : & 8 = 26 \\ - & \times & + \\ 28 & + & 14 = 42 \\ = & & \\ 180 & - & 112 = 68 \end{array}$$

Ergänzungsrätsel:

DOLINE – RISIKO –
BANANE – REKURS –
TOMATE – INNUNG – ELSTER

Schlusslösung:
Der Obersteiger

Lust auf mehr Rätselvergnügen?

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



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



**Nur
€ 3,10**

Und das um nur € 3,10 in Ihrer Trafik und im Zeitschriftenhandel.

IMPRESSUM: UG – Unsere Generation, das Magazin des Pensionistenverbandes Österreichs (PVÖ), Datenschutz-Nr. 0047040. **Medieninhaber & Herausgeber:** Pensionistenverband Österreichs, 1180 Wien, Gentzgasse 129, Tel.: 01/313 72-0, E-Mail: redaktion@pvoe.at, Internet: pvoe.at. **Chefredaktion:** Andreas Wohlmuth, Heinz Haubenwallner. **Chefs vom Dienst:** Michaela Görlich/Claus Funovits. **Redaktionelle Mitarbeit:** Mag.^a Susanne Ellmer-Vockenhuber, Dr. Harald Glatz, Mag.^a Gabriela Fischer. **Assistenz:** Alfred Papelicki. **Artredaktion:** Mag. art. Thomas Haring. **Grafik:** Leon Radl, Wolfgang Halamiczek, Elham Anna Karimi. **Anzeigenkontakt & Produktion:** seniormedia – echo medienhaus ges.m.b.h., 1060 Wien, Windmühlgasse 26, 2. 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 Ende Juni 2023.**

Kunst & Kultur

ANGEBOTE EXKLUSIV FÜR UNSERE MITGLIEDER

GEWINNEN SIE
3 X 2 KARTEN



29. MUSIKFESTIVAL STEYR 2023

Wo Falco auf Queen trifft

Festival. Schillernd, farbenfroh, lautstark und für alle Sinne präsentiert sich das Programm des 29. Musikfestival Steyr von 20. Juli bis 5. August 2023. Im Zentrum steht dabei mit „Falco meets Queen – A Show Made In Heaven“ eine Hommage an die wohl auffälligsten und prägendsten Persönlichkeiten der jüngeren Musikgeschichte. Für die Hauptrollen konnte Intendant Prof. Karl-Michael Ebner niemand geringeren als Sascha Lien, der von Rock-Legende Brian May höchstpersönlich für die Hauptrolle des Musicals „We Will Rock You“ entdeckt wurde, und Axel Herrig gewinnen, der dem „Falken“ schon mit „Falco meets Amadeus“ Gesicht und Stimme verliehen hat. An insgesamt neun Abenden werden sie die Bühne im Steyrer Schlossgraben, mit den Kult-Sounds zum Beben bringen. **20. 7.–5. 8. 2023, Schlossgraben/Schloss Lamberg, Steyr, Informationen und Karten:** ☎ 07252/532 29-0,

✉ tickets@musikfestivalsteyr.at, 🌐 www.musikfestivalsteyr.at

3 x 2 Karten für das Konzert am 29. 7. 2023 zu gewinnen (Kw. „Steyr“)!



GEWINN:
3 X 1
BUCH

Vom Blatt bis zur Wurzel

Kochen. Schon einmal Blumenkohl-Blätter gegessen? Karottengrün? Sophie Gordon schwört darauf, denn am liebsten verwertet sie alles vom Gemüse. Ob geröstet, gehackt, gedünstet oder püriert, die quirlige Britin kreiert in ihrem ersten Kochbuch „Alles vom Gemüse“ (Ars Vivendi, € 35,50) innovative und aromatische Gerichte aus saisonalem Obst und Gemüse und versucht dabei, so wenig wie möglich wegzuerwerfen. **3 x 1 Buch gewinnen** (Kw. „Gemüse“)!



GEWINN:
3 X 1
BUCH

Das System Österreich

Denken. Peter Filzmaier und Armin Wolf sprechen oft über Politik. In ihrem Buch „Der Professor und der Wolf“ (Brandstätter Verlag, € 26,-) nehmen sie uns kurzweilig und unterhaltsam, fundiert und kritisch zugleich mit in das politische System, das Österreich und damit unseren Alltag gestaltet. Denn wer das System kennt, versteht auch das tägliche Geschehen! **3 x 1 Buch gewinnen** (Kw. „Politik“)!



LIVE AUF DER BURGARENA FINKENSTEIN

Die Seer rocken die Burg

Konzert. Die Seer gibt es jetzt länger als ein Vierteljahrhundert. Aus dem Salzkammergut schickt Ober-Seer Fred Jaklitsch seine Lieder ins Land. In dieser Zeit sind 25 Alben entstanden, gesungen von Sabine „Sassy“ Holzinger, Astrid Wirtenberger und dem Seer-Fred, musikalisch interpretiert von den Seern. Sie sind eine der stärksten Livebands des Landes. Ihre Erfolge belegen, dass das „Seerische“ mehr als bloße Unterhaltung ist. Es ist eine Lebenseinstellung, die in Noten, Wörtern und Arrangements auf die Reise zu den Zuhörern geschickt wird. Ein Konzert der Band ist wie ein großes Treffen von Freunden – und diese kommen in Scharen. **3. & 4. 8. 2023, Burgarena Finkenstein, 20 Uhr 5 Euro Ermäßigung für PVÖ-Mitglieder** in allen Kartenkategorien! **Kartenreservierungen** (Kw. „PVÖ“) unter ☎ 0732/22 15 23 oder ✉ chm@kdschroeder.at



FOTO: ISTOCK BY GETTY IMAGES



**PENSIONISTEN
VERBAND
ÖSTERREICHS**



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**

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: 3/2023 (Mai-Juni)