

# UG Unsere Generation

DAS MITGLIEDERMAGAZIN DES PENSIONISTENVERBANDES ÖSTERREICHS



## So bleibt die Freude auf Weihnachten

**Sicher durch die Weihnachtszeit.** Betrüger haben gerade in der Zeit vor dem schönsten Fest des Jahres Hochsaison. Ein Sicherheitsexperte der Polizei gibt UG – Unsere Generation hilfreiche Tipps.

# Weise reisen.

& WAS  
FÄHRST  
DU?

Das Senior:innen-Ticket  
für alle ab 65.

## Tagesticket

04.11. bis 12.12.2024

ab € **24,-\***

## Monatsticket

04.11. bis 04.12.2024

ab € **69,-\***

**TIPP:** Bei Kauf des Senior:innen-Tickets im ÖBB Konto erhalten Sie 50 % Ermäßigung auf Sitzplatzreservierungen.

HEUTE. FÜR MORGEN. FÜR UNS.

Alle Infos auf  
[oebb.at/seniorenticket](https://oebb.at/seniorenticket)

\* Angebot gültig in Verbindung mit der ÖBB VORTEILSCARD Senior; in der 2. Klasse in allen Zügen der ÖBB und Raaberbahn in Österreich und im IC-Bus Graz-Klagenfurt (ausgenommen Nightjet, EuroNight Züge, Privatbahnen, Zahnradbahnstrecken und Sonderverkehre) Reservierungspflicht in Fernverkehrszügen an Fr, Sa, So und Feiertagen und in IC-Bussen an allen Tagen. Tagestickets: Gültig im Aktionszeitraum am gewählten Reisetag ab 08:00 bis 03:00 des Folgetages. Nur für die Reisetage Mo – Do erhältlich. Nicht erhältlich am 08.12.2024. Monatstickets: Gültigkeit von Mo – Fr zeitlich beschränkt (ab 08:00 bis 03:00 des Folgetages); Sa, So und Feiertag ganztägig gültig. 50% Ermäßigung auf Sitzplatzreservierungen für Fahrten im Aktionszeitraum im Fernverkehr 2. Klasse nur mit hinterlegtem Senior:innenticket im ÖBB Konto und nur bei Kauf im ÖBB Konto. Vorverkauf startet am 15.10.2024. Es gelten die Tarifbestimmungen der ÖBB-Personenverkehr AG, abrufbar unter [oebb.at](https://oebb.at).

# ZUR SACHE

VON PVÖ-PRÄSIDENT DR. PETER KOSTELKA



## Passen diese zwei oder drei Paar Schuhe zusammen?

Österreich befindet sich auf dem Weg des Findens einer neuen Regierung. Ein offensichtlich schwieriger Weg mit der Frage: Passen die (zwei oder drei) verschiedenfarbigen Schuhe zusammen? Vor allem angesichts eines desaströsen „Koste es, was es wolle“-Staatsdefizits. Ich erinnere mich gut an die jahrzehntelange Erzählung der ÖVP, wie viel Schulden Bruno Kreisky gemacht bzw. hinterlassen hat. Na, die hätt' ma jetzt gern. Denn im Vergleich zu Bruno Kreisky, der Schulen, Kindergärten und Straßen errichten ließ, Schulbücher für die Kinder bereitstellte und „ein modernes Österreich“ gestaltete, hinterlässt die scheidende Regierung Schulden in gigantischem Ausmaß UND viele ungelöste Probleme. Seit dem Jahr 2000 sitzt die ÖVP im Finanzministerium. Wir sind gespannt, wie die Vorschläge zur Reduktion der Budgetdefizite lauten. Ich habe aber bereits unmissverständlich festgehalten: Die Pensionistinnen und Pensionisten sind ein wichtiger Wirtschaftsfaktor und kein Kostenfaktor. Wer bei den Pensionen kürzt, würgt zusätzlich die Konjunktur ab, da diese Einkommen überwiegend in den Inlandskonsum fließen.

### NICHT ZUR KASSE BITTEN

Den „Kürzungsfantasien“ stellt der Pensionistenverband die wirtschaftliche Bedeutung der Pensionistinnen und Pensionisten mit Zahlen gegenüber: Wir zahlen rund 20 Milliarden Euro jährlich an Steuern und Abgaben. 50 Milliarden Euro jährlich tragen wir durch unseren Konsum zur Wirtschaft bei – es gibt ganze Branchen, die hauptsächlich von älteren Menschen leben! In der Pflege und Betreuung von Angehörigen leisten wir Arbeit im Wert von 6 Milliarden jährlich und durch unsere ehrenamtlichen Tätigkeiten in Vereinen kommen weitere 2,5 Milliarden Euro

jährlich dazu. Das Ansinnen, bei den Pensionistinnen und Pensionisten sich jenes Geld zu holen, das man vorher mit der Gießkanne und oft ohne Not an Seilbahnunternehmen, Banken oder spendenfreudige Firmenbosse verschenkt hat, lassen wir nicht durchgehen. Die Pensionistinnen und Pensionisten werden sicher nicht akzeptieren, dass sie es sein müssen, die jetzt zur Kasse gebeten werden.

### FORDERUNGEN AN REGIERUNG

Wir haben – auch gemeinsam mit den anderen für ältere Menschen tätige Vereinigungen – den Regierungsverhandlern unser 127 Punkte umfassendes Papier „Für ein altersgerechtes Österreich“ übermittelt (siehe Seiten 6 und 7).

### NEUE MITGLIEDER WERBEN!

Der Pensionistenverband tritt JEDER Regierung bzw. JEDER Partei als starke Interessenvertretung der älteren Menschen bzw. seiner Mitglieder gegenüber. Ihnen sind wir verpflichtet! Unterstützen Sie uns daher auch im kommenden neuen Jahr – gerne auch, indem Sie ein neues Mitglied werben! Der Pensionistenverband wird 2025 wichtiger denn je sein und wir werden dank Ihrer Unterstützung die herausfordernden Aufgaben meistern.

*Ich wünsche Ihnen schöne Feiertage und ein gutes und vor allem gesundes Jahr 2025!  
Ihr*

Dr. Peter Kostelka, Präsident  
des Pensionistenverbandes Österreichs



Wir wünschen ein freudvolles Fest, schöne Feiertage und für das neue Jahr alles Gute, Gesundheit und viele glückliche Momente!



PENSIONISTEN  
VERBAND  
ÖSTERREICHS



SENIOREN  
REISEN  
AUSTRIA

### Liebe Leserinnen und Leser!

Diese Ausgabe ging ab 12. 11. 2024 in den Versand. Die Post ist verpflichtet, Monatszeitschriften innerhalb von fünf Werktagen zuzustellen! Bei Zustellungsproblemen wenden Sie sich bitte an Ihren Briefträger oder Ihr PVÖ-Landessekretariat. Jede Ausgabe ist bereits einige Tage vor dem postalischen Erscheinen online auf [pvoe.at](https://pvoe.at) abrufbar.

Die nächste Ausgabe erscheint ab Mitte Jänner 2025.



**Auch vor Taschendieben** warnt die Polizei – vor allem auf den aktuellen Weihnachtsmärkten. Frauen rät der Präventionsexperte Gruböck, ihre Handtaschen stets vor dem Körper zu tragen, mit einer Hand am Verschluss. Noch sicherer sei es, Geld, Ausweis und Schlüssel direkt am Körper zu tragen. Alles andere sei ersetzbar. Den Männern wird geraten: Geldbörse vorne einstecken.

# Sicher durch die Weihnachtszeit

**Hochsaison für Betrüger:** Damit Weihnachten ein Fest der Freude bleibt, gibt ein Sicherheitsexperte der Polizei hilfreiche Tipps.

**D**raußen ist es kalt und verregnet. Erna B. ist allein zu Hause. Das Telefon läutet. Erna B. sieht auf ihrem Handy-Display den Namen des Grätzl-Polizisten ihrer Polizeiinspektion. Sie hebt ab und erkennt auch sofort die Stimme des Polizisten. Er sagt: „Hallo, Frau B., entschuldigen Sie bitte die Störung, aber Ihre Tochter hat ja einen roten Golf...“ Der Mann gibt die Nummer durch. Autobeschreibung und Kennzeichen stimmen – Erna B. stimmt zu. Der Mann fährt fort: „Bitte erschrecken Sie jetzt nicht, Ihre Tochter hat einen schweren Verkehrsunfall verursacht. Sie ist nur leicht verletzt, aber es gibt zwei Schwerverletzte und der Sachschaden geht in die Hunderttausend Euro. Sie ist fix und fertig, weint und will nach Hause. Wir brauchen aber eine Kautions von 2.000 Euro oder mehr – das ist nur eine

Sicherstellung, die gleich zum Gericht geht. Ich nehme an, Sie wollen, dass ihre Tochter schnell nach Hause kann, oder?“

## **DAS GELD HAT SIE NIE WIEDER GESEHEN**

„Solche betrügerischen Anrufe gibt es leider oft“, sagt Gruppeninspektor Christian Gruböck vom Landeskriminalamt Wien, zuständig für Kriminalprävention bei der älteren Generation, im Gespräch mit UG – Unsere Generation. Wie die Geschichte weitergeht? Der falsche Grätzl-Polizist hat den Besuch eines uniformierten Kollegen bei Erna



**Betrügerische Anrufe.** Immer wieder werden ältere Menschen Opfer von Telefonbetrugsfällen.

B. angekündigt, der sogleich an ihrer Haustür läutete, seinen Ausweis herzeigte, um dann tatsächlich mit ihr in der nächst gelegenen Bank das verlangte Geld einzukassieren. Das Geld hat sie nie wieder gesehen.

## **NIEMAND IST DAVOR GEFEIT**

„Es ist unglaublich, wie echt so etwas inszeniert wird“, sagt Gruböck. „Die Täter hacken sich ins Telefonnetz und rufen Sie mit Nummern aus Ihrem eigenen Adressbuch an. Sie arbeiten mit KI-generierten Stimmen, die genauso klingen wie Ihr Grätzl-Polizist oder Ihre eigene Tochter. Über das Internet finden sie heraus, welches Auto Ihr Kind oder Ihr Enkel fährt oder wie das Kennzeichen lautet. Die Polizisten mit gefälschten Ausweisen heuern sie über das Internet an, während sie mit ihren Callcentern irgendwo im Ausland sind“, erzählt Gruböck. Kurz gesagt: Niemand ist vor solchen Betrügern gefeit. „Wir hatten sogar einmal eine ehemalige Mitarbeiterin des Innenministeriums unter den Opfern.“



**Hilfe suchen.** Wenden Sie sich sofort an die Polizei, wenn Sie Opfer eines Taschendiebstahls wurden.



### „AUFLEGEN UND 133 WÄHLEN“

Und doch ist es so einfach, dem Ganzen zu entgehen: „Einfach sofort auflegen und die Tochter anrufen. Oder die Polizei-Notrufnummer 133 wählen und nachfragen“, sagt Gruböck. Denn: „Die Polizei ruft Sie niemals an, um Geld zu fordern, sich über Ihr Vermögen zu erkundigen oder Ihr Vermögen sicherstellen zu wollen. Niemals!“, betont Gruböck. Aber der Trick der Betrüger ist, ihre Opfer permanent in ihrer Emotion zu halten, ihnen keine Pause zu geben, um den Adrenalinpiegel sinken zu lassen.

### Sicherheitstipps

- Lassen Sie sich nicht unter Druck setzen – legen Sie auf!
- Kontaktieren Sie 133 und fragen Sie, ob es diesen Polizisten wirklich gibt.
- Fragen Sie sich: Kann die Geschichte stimmen? Sprechen Sie sofort mit Verwandten oder Freunden.
- Geben Sie keine Details über Ihr Vermögen preis.
- Übergeben Sie niemals Geld oder Gold an Unbekannte.
- Lassen Sie keine Unbekannten in Ihre Wohnung.

### IN ZEHN MINUTEN ALLES WEG

Gerade in der Zeit, wo in den Medien vor Dämmerungseinbrüchen gewarnt wird, gibt es laut Gruböck aktuell eine weitere Betrugsmasche. Ein falscher Polizist ruft an und sagt: „Wir haben in Ihrer Wohngegend eine Einbruchsbande festgenommen. Leider sind uns zwei Täter entkommen. Warum wir anrufen: Wir haben eine Liste sichergestellt, auf der auch Ihre Adresse draufsteht. Deswegen wollen wir Ihnen die Möglichkeit geben, Ihre

Wertgegenstände sicherzustellen. Wenn Sie wollen, schicken wir Ihnen einen Beamten, der das für Sie erledigt.“ Laut Gruböck sind die Summen, die mit dieser Masche bereits ergaunert wurden, enorm. „In Deutschland war das in einem Fall sogar ein sechsstelliger Betrag. In zehn Minuten“, sagt Gruböck und verweist einmal mehr auf die korrekte Vorgehensweise: auflegen, 133 anrufen und rückfragen.

### INTERNETBETRUG

Betrüger versuchen auch über das Internet an das Geld von gutgläubigen Menschen zu kommen. Auch hier ist die Vorweihnachtszeit besonders gefährlich – vor allem, wenn es um das sehnsüchtig erwartete Paket geht, bieten sich für die Kriminellen unzählige Betrugsmöglichkeiten. Die Betrüger geben sich dann oft als Absender von vertrauenswürdigen Quellen wie etwa bekannten Firmen oder gar einer Behörde aus und behaupten, dass Sie eine Lieferung verpasst haben, Anspruch auf einen Rabatt hätten oder Ihr Konto gehackt worden sei. Solche Nachrichten enthalten meistens einen Link, der zu einer Fake-Website führt, auf der man persönliche Daten eingeben soll oder sich einen Virus am PC oder Smartphone einfängt.

### Sicherheitstipps

- Ignorieren Sie E-Mails mit unbekanntem Absender.
- Wenn die Nachricht von einer Firma kommt, prüfen Sie beim Kundenservice die Echtheit.
- Klicken Sie niemals auf Links in verdächtigen Nachrichten.
- Geben Sie niemals persönliche Daten preis, wenn Sie nicht sicher sind, dass die besuchte Website seriös ist.

### Zur Person

Christian Gruböck (geb. 1963) ist Kriminalpräventionsexperte beim Landeskriminalamt Wien und hält Sicherheitsvorträge u. a. in Pensionist\*innen-Wohnhäusern und -Klubs, Tageszentren sowie auf Messen und Veranstaltungen (Senior\*innentag im Wiener Rathaus, Einkaufszentren usw.). Weitere Informationen finden Sie auch unter:

- [www.bundeskriminalamt.at](http://www.bundeskriminalamt.at)
- [www.gemeinsamsicher.at](http://www.gemeinsamsicher.at)

### Weitere Links

- PVÖ Konsumentenschutz: [pvoe.at/konsumentenschutz](http://pvoe.at/konsumentenschutz)
- Internet Ombudsstelle: [www.ombudsstelle.at](http://www.ombudsstelle.at)
- Watchlist Internet: [www.watchlist-internet.at](http://www.watchlist-internet.at)
- Meldestelle Rufnummernmissbrauch (RTR): [rufnummernmissbrauch.at](http://rufnummernmissbrauch.at)
- Europäisches Amt für Betrugsbekämpfung: Meldung von Betrugsfällen EU-weit [anti-fraud.ec.europa.eu](http://anti-fraud.ec.europa.eu)

## Auflegen und 133 wählen

Fragen Sie direkt bei der Polizei nach, wenn Sie suspekte Anrufe erhalten.

# Was jetzt **kommen muss!**

**Der Pensionistenverband Österreichs hat federführend** mit allen anderen im Seniorenrat vertretenen Pensionistenorganisationen ein 127-Punkte Programm „Für ein altersgerechtes Österreich“ erarbeitet. Jetzt wurde es den Regierungsverhandlern übermittelt.



**Der Pensionistenverband wird jedem Regierungsmitglied, egal von welcher Partei, seine Vorstellungen darlegen!**

**Dr. Peter Kostelka,**  
Pensionistenverbands-Präsident

**E**s ist zwar nicht egal, aus welcher Partei zum Beispiel die für die ältere Generation maßgeblichen Personen im Bundeskanzleramt, im Finanz- oder Sozialministerium kommen. Aber unabhängig davon wird der Pensionistenverband JEDEM Regierungsmitglied – egal welcher Partei – seine Vorstellungen, seine Meinung und seine Forderungen darlegen.

## **LANGE LISTE**

Und die Liste der Vorstellungen und Meinungen der Pensionistenvertreter ist lang – 127 Punkte umfasst das Forderungspapier.

Ganz oben steht, dass es spürbare Maßnahmen gegen die Teuerung geben muss, um die steigenden Lebenshaltungskosten auszugleichen. Die Inflationsrate ist zwar aktuell gesunken. Das bedeutet aber nicht, dass irgendetwas billiger geworden ist – es ist halt nicht mehr ganz so stark teurer geworden! Und 2025 droht eine saftige Strompreisverteuerung, denn die Strompreisbremse läuft mit Jahresende 2024 aus. – Sprich: Es gibt keinen Zuschuss mehr (Details dazu auf Seite 14).

## **BESSERE GESUNDHEITSVERSORGUNG**

Ebenso brennt dem Pensionistenverband das Thema Wartezeiten auf Arzttermine bzw. eine Operation unter den Nägeln. „Unsere Gesundheitsversorgung muss wiederhergestellt werden“, erklärt Pensionistenverbands-Präsident Dr. Peter Kostelka und kritisiert die Zer-

schlagung der Krankenkassen mit den folgenden Verschlechterungen für Patientinnen und Patienten.

## **KEIN DIGITALISIERUNGS-ZWANG**

Stark betont wird auch, dass man auch ohne Internet oder Smartphone bei Behörden, im Gesundheitsbereich, bei Förderstellen usw. Anträge stellen oder mit diesen kommunizieren kann. So muss zum Beispiel die Förderung für den Heizungstausch nicht nur online, sondern auch mit schriftlichem Papierantrag möglich sein. Also kein „online only“, denn es darf niemand ausgeschlossen werden, nur weil sie oder er keinen Computer hat. Heutzutage kommt man ja ohne Internet nicht einmal zu einem Termin, zum Beispiel auf einer Bezirkshauptmannschaft für die Passverlängerung.

## **SCHLUSS MIT ALTERSDISKRIMINIERUNG**

Wie generell der ständig steigenden Altersdiskriminierung Einhalt geboten werden muss. Und zwar am besten, indem in unserer Verfassung das Alter (wie auch das Geschlecht, der Glaube etc.) kein Grund für Diskriminierung sein darf. „Wir brauchen hier eine juristische Grundlage, um wirksam gegen Firmen, die eine offenkundig altersdiskriminierende Kundenpolitik verfolgen, vorgehen zu können. Kostelka zielt hier vorrangig auf Versicherungen und Banken, die ältere Menschen sehr häufig mit diskriminierenden Konditionen benachteiligen, ab.“

### ENDLICH PFLEGEREFORM

Und natürlich braucht es eine umfassende Pflegereform, die diesen Namen auch verdient. Ein gewisser Sebastian Kurz hat als Bundeskanzler das Jahr 2019 zum „Jahr der Pflege“ ausgerufen. Allein: Geschehen ist in diesem Jahr nichts. Vor allem die bessere Unterstützung für pflegende Angehörige ist für den Pensionistenverband ein Muss.

### BARGELD MUSS ERHALTEN BLEIBEN

Ebenfalls eine wichtige Forderung ist, dass das Bargeld erhalten bleiben muss. „Wir fordern, dass in jeder Gemeinde ein Bankomat gebührenfrei zur Verfügung stehen muss“, so PVÖ-Präsident Kostelka und ergänzt: „Man soll selbst entscheiden können, wie man bezahlen möchte.“

### KEINE PENSIONS-KÜRZUNGEN

Die Pensions-Forderungen sind besonders umfassend. Gefordert wird, dass die Ausgleichszulage (im Volksmund „Mindestpension“ genannt) endlich so erhöht wird, dass sie nicht mehr unter der Armutsgrenze liegt.

Gefordert wird auch, dass der Pensions-sicherungsbeitrag für öffentliche Pensionen gestrichen wird.

Und: Pensionskassen-Pensionen (Betriebspensionen) müssen wirksam vor Kürzungen geschützt werden.

Für jene, die kurz vor der Pension stehen, ist die Forderung nach der dauerhaften Abschaffung der sogenannten Aliquotierung der Pensionsanpassung im ersten Pensionsjahr entscheidend. Zumindest für 2023 bis 2025 konnte der Pensionistenverband diese von der schwarz-grünen Regierung eingeführte Unsinn-Regelung aussetzen.

### EIGENES MINISTERIUM

Das alles sollte am besten in einem eigenen Ministerium für Altersfragen zusammenlaufen. Immerhin, es gibt ja auch ein Staatssekretariat für Jugend. 🗣️

**Neue Regierung.** Der Pensionistenverband hat den Regierungs-verhandlern eine lange Liste mit Forderungen übermittelt.

Ganz oben: Die Wiederherstellung der Gesundheitsversorgung, eine echte Pflegereform und dass die Teuerung endlich gestoppt wird. Natürlich geht es auch um Pensionen und um ein Verbot von Alters-diskriminierung.



## AUSBLICK

# Probieren wir's mit Optimismus

Natürlich neigen wir gerne dazu, alles eher schwarzzumalen, zu nörgeln weil dies oder das nicht passt. Aber: Probieren wir's einmal positiv.

Das zu Ende gehende Jahr 2024 war auch unser Jubiläumsjahr – wir feierten 75 Jahre Pensionistenverband. Und zwar mit berechtigtem Stolz. So einiges wurde erreicht. Aus „Befürsorgungen“ wurden 14 Pensionen, auch für Hinterbliebene. Aus dem „Hilflosenzuschuss“ wurde ein modernes 7-stufiges Pflegegeldsystem.

## ZUKUNFT

Ja, aber das ist doch schon einige Zeit her, wird viel-

leicht eingewandt. OK. Aber auch für 2025 hat der PVÖ Herzeigbares erreicht: 4,6 Prozent Pensionsplus. Auch das Pflegegeld wird um diesen Prozentsatz angehoben. Wir haben Führerscheinschikanen für ältere Autofahrer abwenden können. Wir haben erreicht, dass die Geldanlage bei der Republik Österreich („Bundesschatz“) auch ganz normal schriftlich auf Papier durchgeführt werden kann und nicht nur online übers Inter-

netinklusive ID Austria-App am Smartphone.

## PVÖ-WEIHNACHTEN

Und jetzt kommt auch noch die beliebteste und meistbesuchte Veranstaltung im gesamten Pensionistenverband: die Weihnachtsfeier der PVÖ-Ortsgruppe/-Bezirksorganisation. In der mittlerweile fast 35-jährigen Tätigkeit im Pensionistenverband hatte ich die Ehre, auf vielen davon dabei sein zu dürfen. Die festliche Stim-



PVÖ-GENERALSEKRETÄR  
Andreas Wohlmuth

GESAGT – GETAN

FOTO: MARKUSZARADNIK.COM

mung, der spürbare Zusammenhalt, die Köstlichkeit der Weihnachtsbäckereien, die freudigen Augen der Mitglieder, wenn z. B. ein Kinderchor singt, die Freude darüber, dass der Obmann oder die Obfrau auf richtig gemeinte Wünsche übermittelt – das gibt's nur beim PVÖ!

*Alles, alles Gute!*

*Ihr*

*Andreas Wohlmuth*

**Vorteils-klub**

## RABATTAKTION

EXKLUSIV FÜR PVÖ-MITGLIEDER

# -15 %

auf das gesamte METRO-Sortiment\*

Gültig von 2.12. bis 27.12.2024 in allen METRO-Märkten österreichweit. Zeigen Sie Ihre PVÖ-Mitgliedskarte und einen Lichtbildausweis beim METRO Kundeneingang vor und Sie erhalten Ihren Tagesausweis zum Einkauf bei METRO. **Ihr Rabatt wird direkt an der Kasse abgezogen!**

[www.metro.at](http://www.metro.at)

**METRO**  
IHR ERFOLG IST UNSER BUSINESS

FOTO: ISTOCK BY GETTY IMAGES

\* Ausgenommen Werbeware, Zustellung, Staffelpreise und Kundensonderpreise.

## PVÖ-Mitgliedsbeitrag 2025: 30 Euro

Die beste Investition für Menschen im besten Alter: die Mitgliedschaft im PVÖ!

Die 30 Euro für 2025 zahlen sich richtig aus. Nach der erreichten Pensionserhöhung heuer (2024: 9,7 Prozent plus) hat der Pensionistenverband auch für 2025 als starke Interessenvertretung ein spürbares Pensionsplus ausverhandelt: 4,6 Prozent plus. Dazu ein Beispiel: Eine Pension Ende 2023 in der Höhe von 1.200 Euro ist ab 1/2025 um 177 Euro im Monat höher!

## VORTEILSKLUB

Neben den vielfältigen Aktivitäten der Ortsgruppen, Bezirks- und Landesorganisati-

onen gibt es im PVÖ für seine Mitglieder zahlreiche Vorteile: zum Beispiel die kostenlose Beratung, unter anderem bei der Pflegegeldumstufung oder in Konsumentenschutzangelegenheiten. Ein Rechtsanwalt würde wohl eine hohe Rechnung dafür stellen.

Aber der PVÖ-Vorteilsklub bietet noch viel mehr: Einkaufsvorteile (METRO, Adler, Fielmann, für Hörgeräte usw.), Vergünstigungen und Ermäßigungen bei Kultureinrichtungen. Und: Der PVÖ-Mitgliedsbeitrag ist steuerlich absetzbar!

**Rausch der Sinne.** Bühnenbild, Kostüme, Spezialeffekte, weltbekannte Melodien und großartige Stimmen machen „Das Phantom der Oper“ zu einem einzigartigen Erlebnis.



# Musical-Freude unterm Weihnachtsbaum



**25% Ermäßigung für  
PVÖ-Mitglieder**



Für alle verfügbaren Vorstellungen von „Das Phantom der Oper“ im Raimund Theater und „Rock Me Amadeus – Das Falco Musical“ im Ronacher bis einschließlich Dezember 2025.

## Wo gibt es ermäßigte Karten?

- online unter [pvoe.musicalvienna.at](https://www.pvoe.musicalvienna.at) (mit Code-Eingabe: „PVOE“)
- ☎ 01/588 80/Dw. 111 (Wien-Ticket, Kw. „PVÖ“)
- an den Kassen der Vereinigten Bühnen Wien (Kw. „PVÖ“ bzw. Mitgliedsausweis)

**Geschenke-Tipp.** Gemeinsam Zeit zu verbringen, ist das schönste Geschenk: einen Abend bei Erfolgsmusicals wie „Das Phantom der Oper“ oder „Rock Me Amadeus – Das Falco-Musical“ genießen!

Seit September sorgen Cameron Mackintoshs spektakuläre Neuproduktion von Andrew Lloyd Webbers „Das Phantom der Oper“ im Raimund Theater und die VBW-Erfolgsproduktion „Rock Me Amadeus – Das Falco Musical“ im Ronacher für fast täglich ausverkaufte Häuser und viel Publikumsapplaus und Jubel für die Darsteller\*innen.

## 25% ERMÄSSIGUNG AUF KARTEN

PVÖ-Mitglieder, die noch auf der Suche nach einem passenden Weihnachtsgeschenk für ihre Liebsten sind, können jetzt mit einem besonderen Preisvorteil Musicalfreude unterm Weihnachtsbaum schenken. Beim Kauf von Karten für die beiden Musical-Hits erhalten sie 25% Ermäßigung. Und vergessen Sie nicht: Das schönste Geschenk zu Weihnachten ist es, gemeinsam Zeit zu verbringen.

Und das lässt sich vortrefflich bei einem Abend mit magischen Melodien, stimmgewaltigen Stars und aufregenden Spezialeffekten. Ein stressfreier Besuch ist garantiert: Alle Theater der Vereinigten Bühnen Wien sind barrierefrei ausgebaut und gut öffentlich zu erreichen. Für die Anfahrt mit



**Brilliant.** Musical-Jungstar Moritz Mausser überzeugt in der Rolle des „Falken“.



dem Auto gibt es spezielle Konditionen für Theatergäste in den nahe gelegenen Parkgaragen.

## ZWEI MITREISSENDE MUSICAL-HITS

Mit „Rock Me Amadeus – Das Falco Musical“ im Ronacher wird dem Ausnahmekünstler Falco, Österreichs weltweit gekröntem Pop-Star, eine musikalische Hommage gesetzt. Es erwartet Sie eine spannende Reise durch Emotionen, Erfolge und Eskapaden des „Falken“: mitreißend inszeniert, mit unvergesslichen Hits und einem fantastischen Moritz Mausser in der Hauptrolle.

Richtig einfangen wird Sie auch Andrew Lloyd Webbers „Das Phantom der Oper“ am Raimund Theater. Überraschenden Spezialeffekte (legendäre Kronleuchter-Szene), die faszinierende Geschichte des geheimnisvollen Phantoms und seiner leidenschaftlichen Liebe zur jungen Sopranistin Christine und weltbekannte Songs halten das Publikum den ganzen Abend in Atem.

**Zwiespalt.** Alex Melcher spielt Falcos „Alter Ego“ – jene Seite des Künstlers, die nach Ruhm und Erfolg dürstet.



**Es ist eine Schande** für einen Sozialstaat, dass die Ausgleichszulage (Mindestpension) unterhalb der Armutsgefährdungsgrenze liegt.

## Wir fordern mindestens 1.400 Euro

Es braucht endlich wirksame Maßnahmen gegen Altersarmut. Der Pensionistenverband fordert, dass die kommende Bundesregierung die Ausgleichszulage auf mindestens 1.400 Euro monatlich erhöht.

Die Grenze, ab der jemand in Österreich als armutsgefährdet gilt, liegt derzeit bei 1.347 Euro im Monat. Aufgrund der anhaltenden Teuerung wird sie bis 2025 weiter steigen. Die Ausgleichszulage wird aber im kommenden Jahr, trotz Anpassung nur ca. 1.275 Euro betragen. Damit liegt die Höhe der Mindestpension deutlich unterhalb der Armutsgefährdungsgrenze. Das ist eine Schande und muss geändert werden. Für den

Pensionistenverband Österreichs steht fest: Keine Pensionistin und kein Pensionist darf unterhalb der Armutsgrenze leben. Es braucht daher eine stabile Regierung, die das Thema Armutsbekämpfung endlich ernst nimmt und wirksame Maßnahmen setzt.

**Info:** Das komplette Forderungspapier an die Bundesregierung gibt es im Internet unter [pvoe.at/forderungen](https://pvoe.at/forderungen)

## Ein „Christkind“ für arme Kinder

Wer beim „Team Christkind“ des Arbeiter-Samariterbundes mitmacht, kann armutsgefährdeten Kindern mit einem Geschenk zu Weihnachten Freude bereiten.

Für Kinder aus armutsgefährdeten Familien fehlt auch zu Weihnachten häufig das Geld für Geschenke. Jede und jeder kann hier helfen und so einem Kind ein schönes Weihnachtsfest bereiten. Es geht ganz einfach: Ein kleines Geschenk (20 bis 40 Euro) kaufen. Weihnachtlich mit dem Hinweis #TeamChristkind verpacken und eine Infokarte beilegen, was sich in dem Geschenk befindet. Dann über die Post kostenlos an den Samari-

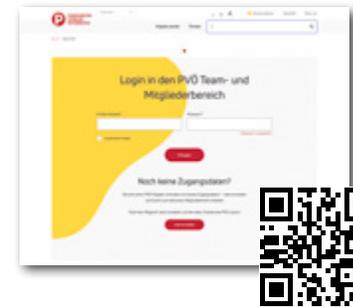


**Strahlende Kinderaugen.** Jedes Kind sollte zu Weihnachten ein Geschenk unterm Baum finden.

terbund verschicken. Wichtig: Bitte nur neu gekaufte Spielsachen verschenken. Nichts Gebrauchtes, keine Kleidung oder Süßigkeiten.

**Mehr Informationen:**

[samariterbund.net/spielen-sie-christkind](https://samariterbund.net/spielen-sie-christkind)



## „Mein PVÖ“ Exklusiv für Mitglieder und Funktionäre

**Angebote, Gewinnspiele, Rabatte und mehr!** Unter [pvoe.at/meinpvoe/](https://pvoe.at/meinpvoe/) dem Teambereich der PVÖ-Webseite finden registrierte und eingeloggte Mitglieder exklusive Gewinnspiele, Rabatt-Aktionen und vieles mehr. Funktionärinnen und Funktionäre erhalten unter „Mein PVÖ“ wichtige und hilfreiche Unterlagen für ihre wertvolle Arbeit. Von aktuellen Kleinplakaten, über Logos ihrer Bezirks- oder Ortsgruppe, Web-Grafiken, Mitglieder-Anmelde-Formularen bis hin zu Rede-Unterlagen und Reiseversicherungs-Foldern.

### Die Anmeldung geht ganz einfach:

1. Unter [pvoe.at/mitglied-werden](https://pvoe.at/mitglied-werden) EINMALIG für den Mitglieder-/Funktionäre-Bereich registrieren.
2. E-Mails kontrollieren (auch Spam).
3. Bestätigungsmail erhalten, Link anklicken, persönliches Passwort festlegen.
4. Bis zum nächsten Tag warten (System hält in der Nacht „Rücksprache“ mit der Mitgliederdatenbank und überprüft so, ob man Mitglied oder Funktionärin/Funktionär ist).
5. Auf [pvoe.at/meinpvoe/](https://pvoe.at/meinpvoe/) einloggen und alle Vorteile des Team-Bereichs nutzen.

CAMERON MACKINTOSH'S  
SPEKTAKULÄRE NEUPRODUKTION  
VON  
ANDREW LLOYD WEBBERS

# DAS PHANTOM DER OPER

**FÜR PVÖ-  
MITGLIEDER  
MINUS  
25%**



**JETZT TICKETS SICHERN!**

## RAIMUND THEATER

# Aus Stadt & Land

## Gute Ideen reichlich vorhanden!

9 Bundesländer, 111 Bezirke, 1.633 Ortsgruppen; – das ist der PVÖ in seiner ganzen Vielfalt. Und überall gibt es immer wieder tolle Ideen, Angebote und Initiativen, die in den Regionalteilen von UG veröffentlicht werden. Die besten davon stellen wir hier vor. Als Ideen-Spender zum Nutzen und auch zum Nachmachen.



**P** Wien

## Sicherheitsbewusste Wiener

Einer der häufigsten Gründe für eine Verletzung im Alter ist ein Sturz. Daten belegen, dass jede dritte Person ab dem 65. Lebensjahr davon betroffen ist. Im Bezirk Hietzing in Wien wird jetzt einmal wöchentlich ein gezieltes Training gegen Stürze abgehalten. Am Programm stehen dabei Gleichgewichtsübungen, sicheres Gehen und auch das Trainieren des richtigen Aufstehens.



**P** Steiermark

## Geschenktipp aus der Steiermark

Gerade im Winter, wenn Schnee und Eis das Gehen gefährlich machen, ist es gut, zur Balance die Hände frei zu haben. Da kommt der schicke und praktische PVÖ- und SeniorenReisen-Rucksack, in dem man z. B. die Einkäufe verstauen

kann, gerade recht. Er ist wetterfest und eignet sich daher auch für den Sport. Zu haben ist er schon um € 29,90 in der Landesorganisation Steiermark, ☎03112/380 380.



**P** Oberösterreich

## Geschenktipp aus Oberösterreich

Bis 31. Dezember gibt es die Premium-Winterjacke mit abnehmbarer Kapuze aus der PVÖ-Kollektion zum PVÖ-Geburtstagspreis von nur € 75,-!

Wind- und wasserdicht ist sie der beste Begleiter für die kalten Tage. Zu bestellen in vielen Größen in der PVÖ-Landesorganisation Oberösterreich bei Roland Adami unter ☎0732/66 32 41-16.

## Ausgezeichnete Vorarlberger

Die Vorarlberger Ausflügler, die mit öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs sind, sind jetzt vom Verkehrsclub Österreich (VCÖ) ausgezeichnet worden. Ihr umweltfreundliches Projekt erreichte den 5. Platz unter hunderten Einreichungen. Gratulation den „Pöffis“!

Top 5-Projekt beim  
VCÖ-Mobilitätspreis  
Österreich 2024



**P** Vorarlberg

# PVÖ-JAHRBUCH 2025

## Eine Zeit- und Entdeckungsreise

80 Jahre Weltgeschichte und 75 Jahre PVÖ-Geschichte; das Jubiläums-Jahrbuch 2025 liest sich wie eine Reise durch unser Leben.

Plus: Interessante und berührende Geschichten von Persönlichkeiten, die diese Zeitspanne mitgeprägt haben. Ein umfangreiches Kalendarium, zahlreiche Buchtipps und allerlei Wissenswertes runden das PVÖ-Jahrbuch 2025 ab.

**200 durchgängig bunt bebilderte Seiten mit hochwertiger Bindung und Hardcover um nur 6 Euro!**

200 Seiten  
**STARK**

**Druckfrisch.** Das Jubiläums-Jahrbuch 2025 bietet wertvolle Tipps, Geschichten, viel Service und einen kurzweiligen Einblick in die PVÖ-Geschichte.



## GLEICH BESTELLEN!

**Bestellungen zum Preis von 6 Euro + mindestens 3,30 Euro Porto- und Versandkosten (Preis abhängig je nach Stückbestellung bzw. Gewicht) unter ☎01/313 72, per ✉jahrbuch@pvoe.at oder mit diesem Kupon. Kupon bitte in einem Kuvert einsenden an: Pensionistenverband Österreichs, Gentzgasse 129, 1180 Wien**

Ja, ich bestelle \_\_\_\_\_ Stück Jahrbuch 2025

Name \_\_\_\_\_

Anschrift \_\_\_\_\_

PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_



von PVÖ-Konsumentenschützer  
**Mag. Dr. Rainer Spenger**  
 ● pvoe.at/konsumenten



Derzeit werden leider noch viel zu wenig Getränkeflaschen und Dosen gesammelt und wiederverwertet. Das neue Pfandsystem soll die Recycling-Quote erhöhen und so Umwelt und Ressourcen schonen.

NEU AB 2025

## Pfandsystem für Plastikflaschen und Dosen

**Ab 1. Jänner gibt es in Österreich auf Getränke-Flaschen aus Plastik und Getränke-Dosen ein Pfand in der Höhe von 25 Cent. Wir haben die wichtigsten Infos zusammengefasst.** Wofür muss ich Pfand bezahlen? Für alle geschlossenen Getränkeverpackungen aus Kunststoff oder Metall mit einer Füllmenge von 0,1 bis 3 Liter. Wie erkenne ich Pfandverpackungen? Sie sind mit dem grünen „Pfand-Logo“ (siehe Grafik oben, Bild bei Schritt 5 „Recycling“) gekennzeichnet. Für welche Verpackungen muss ich kein Pfand bezahlen? Ausgenommen sind Tetrapacks, Getränkeflaschen aus Glas oder Metall mit Verschlüssen oder Deckeln aus Kunststoff, Getränkeflaschen für Beikost und flüssige Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke, Verpackungen von Milch und Milchmixgetränken und Sirupe. Wo kann ich die Verpackungen zurückgeben? Alle Verkaufsstellen, die mit dem Pfandlogo gekennzeichnete Verpackungen ausgeben, müssen sie auch zurücknehmen. In welchem Zustand muss die Verpackung für die Rückgabe sein? Das österreichische Pfandlogo und der Barcode müssen deutlich erkennbar sein. Die Verpackung muss leer, nicht zerdrückt und das Etikett vollständig vorhanden und lesbar sein.

### STROMPREISBREMSE LÄUFT AUS

## So sparen Sie weiter Stromkosten!

**Ende 2024 läuft die Strompreis-Bremse, die vor 2 Jahren eingeführt wurde, aus. Damit sich die Stromrechnung nicht erhöht, sollte man jetzt seinen Tarif überprüfen.** Wenn man derzeit mehr als 14 oder 15 Cent netto pro Kilowattstunde bezahlt, empfiehlt es sich den Stromtarif oder gleich den Anbieter zu wechseln, so die Regulierungsbehörde E-Control. Wichtig beim Wechsel: Preise vergleichen! Viele locken die Neukunden mit „Neukundenrabatten“ etc. Diese gelten aber meist nur für das erste Vertragsjahr. Danach kann es deutlich teurer werden. Wer von diesen Neukunden-Angeboten profitieren will, sollte den Anbieter jährlich wechseln. Wer seinem Anbieter lieber länger „treu“ bleiben möchte, sollte darauf achten, welche Konditionen der Stromanbieter nach dem ersten Jahr anbietet.



Mehr Informationen gibt es auf der Webseite des PVÖ  
 ● pvoe.at



### Augen auf bei Black Friday „Schnäppchen“

In jedem Jahr bewerben die großen (Online) Händler ihre angeblichen „Superschnäppchen“ am „Black Friday“ (heuer am 29. November) und am „Cyber Monday“ (in diesem Jahr am 2. Dezember). Laut vollmundigen Werbeversprechen gibt es – nur an diesen Tagen – die günstigsten Preise und einmalige Angebote, die man sich nicht entgehen lassen darf. Aber aufgepasst: Es lohnt sich die Preise zu vergleichen und die Preisentwicklung schon vor den „Schnäppchentagen“ zu beobachten. Oftmals sind die angeblichen „Vorher-Preise“ nämlich reine Fantasiepreise. Oder ein Produkt wird für ein paar Tage künstlich verteuert, damit der Rabatt noch großzügiger und das Angebot noch verlockender wirkt. Nur wer genau schaut, kann so echte Schnäppchen erkennen.



## HOCHWASSERSCHÄDEN

# Hier gibt es Unterstützung

Nach den starken Regenfällen und dem Hochwasser vom September sind viele noch immer mit den Kosten für die Schäden konfrontiert. Wir haben zusammengefasst, wohin man sich für finanzielle Unterstützung wenden kann.

### Für ganz Österreich:

#### Überbrückungshilfe von ÖSTERREICH HILFT ÖSTERREICH

☎ 0800 664-2024

### Bundesländer

#### Burgenland – Amt der Burgenländischen Landesregierung

☎ 05 7600-0 ✉ anbringen@bgl.d.gv.at

#### Kärnten – Amt der Kärntner Landesregierung

☎ 05 0536-13074 ✉ abt3.katastrophenschutz@ktn.gv.at

#### Niederösterreich – Amt der NÖ Landesregierung

☎ 02742/90 05-12981 ✉ post.lf3@noel.gv.at

#### Soforthilfefonds des Landes Niederösterreich

☎ 02742/90 05-12100

#### Oberösterreich – Bürgerservice des Landes Oberösterreich

☎ 0732/77 20-0 ✉ buergerservice@ooe.gv.at

#### Salzburg – Amt der Salzburger Landesregierung

☎ 0662/80 42-0 ✉ post@salzburg.gv.at

#### Steiermark – Amt der Steiermärkischen Landesregierung

☎ 0316/877-3485 ✉ katastrophenschutz@stmk.gv.at

#### Tirol – Amt der Tiroler Landesregierung

☎ 0512/508-4202 ✉ post@tirol.gv.at

#### Vorarlberg – Amt der Vorarlberger Landesregierung

☎ 05574/511-25105 ✉ landwirtschaft@vorarlberg.at

#### Wien – Stadtservice Wien

☎ 01/40 00-4001 ✉ stadtservice@post.wien.gv.at

Mehr Infos gibt es auf der Webseite des PVÖ  
pvoe.at



# Schwache Blase – was kann ich tun?



Jede 4. Frau ist von einer schwachen Blase betroffen. Aus Scham dauert es oft sehr lange, bis Betroffene Hilfe suchen. Gerade zu Beginn kann aber ein vielversprechender pflanzlicher Lösungsansatz Unterstützung bieten.

Blasenschwäche bei Frauen äußert sich oft durch unfreiwilligen Harnverlust, etwa beim Lachen, Niesen oder Treppensteigen. Aber auch häufiger Harndrang, der plötzlich auftritt, kann sehr belastend sein – vor allem nachts, wenn der Schlaf dadurch gestört wird.

### URSACHEN FÜR BLASENSCHWÄCHE

Die Ursache findet sich meist im Bereich des weiblichen Beckenbodens und der Blasenmuskulatur. Wenn diese Körperregionen zum Beispiel im Laufe des Lebens durch Schwangerschaft und Geburt beansprucht wurden, wird die Blase oft nicht mehr ausreichend gestützt und der Harn kann nicht mehr so gut gehalten werden. Auch die hormonelle Umstellung in den Wechseljahren kann ein Auslöser für eine sensible Blase sein.

### GYNÄKOLOGEN-EMPFEHLUNG

Neben Übungen zur Stärkung des Beckenbodens empfehlen viele Frauenärzte einen Extrakt aus den Kernen des Steirischen Ölkürbises. In der Naturmedizin ist die Wirkung von Kürbiskernen auf die Blase bereits seit Jahrhunderten bekannt. Ihre Verwendung zur Unterstützung der Blasenfunktion gilt heute als wissenschaftlich anerkannt. Studien zeigen, dass es mit Hilfe eines speziellen Kürbiskern-Extrakts

möglich ist, die Häufigkeit des unfreiwilligen Harnverlustes zu reduzieren – schon nach zwei Wochen um 41 %, nach sechs Wochen sogar um 68 %.<sup>1</sup> Auch bei nächtlichem Harndrang hat sich der Extrakt bewährt. Ein heimisches Qualitätsprodukt, das genau diesen Kürbiskern-Extrakt in ausreichend hoher Dosierung enthält, sind die Kürbis Tabletten von Dr. Böhm® aus der Apotheke. Die besten Ergebnisse werden bei regelmäßiger Einnahme über mehrere Monate erzielt.

### VON ANWENDERINNEN EMPFOHLEN



„Anfangs war ich skeptisch, aber nach nur einem Monat habe ich wesentlich weniger Probleme mit meiner schwachen Blase. Ich muss in der Nacht kaum noch aufstehen, um zur Toilette zu gehen. Auch tagsüber hält meine Blase durch. Die Tabletten haben mich wirklich überzeugt!“

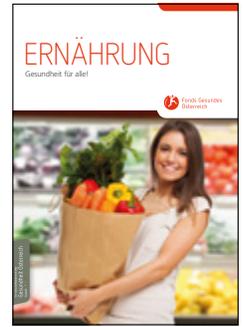
Herta T.\*, 65 Jahre



<sup>1</sup>Sogabe H. et al., Jpn J Med Pharm Sci 2001; 46: 727-737  
\*Name und Alter geändert



**Pflanzliche Lebensmittel**  
wie Gemüse gehören  
täglich auf den Speiseplan.



Die Broschüre „Ernährung“ und weitere Publikationen zu den Themen „Bewegung“ sowie „Älter werden, aktiv bleiben“ erhalten Sie kostenlos beim Fonds Gesundes Österreich:

☎ 01/895 04 00

✉ [fgoe@goeg.at](mailto:fgoe@goeg.at)

🌐 [fgoe.org](http://fgoe.org) im Bereich „Wissen“

## Gesunde Ernährung ist einfach

**Pflanzliche Lebensmittel**, vor allem Gemüse, Obst und Hülsenfrüchte stehen bei einer ausgewogenen Ernährung im Mittelpunkt.

**W**as gesunde und ausgewogene Ernährung ausmacht, lässt sich einfach zusammenfassen. Die wichtigsten Tipps werden in der österreichischen Ernährungspyramide beschrieben und gelten für Jung und Alt. Denn mit zunehmenden Jahren nimmt der Energiebedarf zwar ab, der Bedarf an Vitaminen und Mineralstoffen bleibt jedoch gleich oder wird teilweise sogar höher.

Pflanzliche Lebensmittel, vor allem Gemüse, Obst, Getreideprodukte und auch Milch und Milchprodukte stehen täglich am Speiseplan. Fleisch und Fisch werden seltener und in kleinen

Mengen empfohlen. Stattdessen sind öfter Hülsenfrüchte in den Speiseplan aufzunehmen. Fette und Öle sind in moderaten Mengen Teil einer gesunden Ernährung. Zuckerreiche Produkte sind sehr sparsam zu konsumieren.

### VIELTRINKEN

Das Durstempfinden lässt in höheren Jahren nach, deshalb ist besonders genau darauf zu achten, ausreichend zu trinken. Über den Tag verteilt sind mindestens 1,5 Liter alkoholfreie, energiearme Getränke empfehlenswert. Am besten sind Wasser, Mineralwasser, ungesüßte Kräuter- oder Früchtetees oder

stark verdünnte Obst- oder Gemüsesäfte (1 Teil Saft, 3 Teile Wasser).

### KLEINERE MAHLZEITEN

Fünf bis sechs kleinere Mahlzeiten sind für viele ältere Menschen bekömmlicher als drei große Portionen pro Tag. Das Geschmacks- und Geruchsempfinden kann abnehmen. Das sollte jedoch nicht dazu verleiten, stärker zu salzen. Frische Kräuter und Gewürze regen den Appetit und die Verdauung an. Was sonst noch für ausgewogene und gesunde Mahlzeiten im Allgemeinen sowie speziell im Alter wichtig ist, beschreibt die kostenlose Broschüre „Ernährung“ (s. Kasten oben).

FOTOS: ISTOCK BY GETTY IMAGES, FGO

## JETZT kostenloses Abo BESTELLEN.



Fonds Gesundes  
Österreich



„Gesundes Österreich“ ist Österreichs Magazin für Prävention und Gesundheitsförderung. Wir berichten aus Politik, Wissenschaft und Praxis und beschäftigen uns mit Themen wie „Zeit für Gesundheit“ oder „Gesund und klimafreundlich essen“.

Abo-Bestellungen online auf [fgoe.org/broschuerenbestellung](http://fgoe.org/broschuerenbestellung)  
telefonisch unter der Nummer ☎ 01/895 04 00  
oder per E-Mail an ✉ [fgoe@goeg.at](mailto:fgoe@goeg.at)



# Die Wahrheit über Statine

Cholesterinsenker (Statine) können oft Müdigkeit, Erschöpfung oder muskuläre Probleme als unerwünschte Begleiterscheinungen haben. Was kann man dagegen tun?

**K**napp die Hälfte der erwachsenen Österreicher hat zu hohe Cholesterinwerte. Fast eine Million davon wird deswegen auch medikamentös behandelt – in der Regel mit sogenannten „Statinen“<sup>1</sup>.

Diese sorgen dafür, dass der Körper weniger Cholesterin produziert, wodurch sich in weiterer Folge weniger gesundheitsschädliche Ablagerungen in den Gefäßen bilden und das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall sinkt.

Leider können diese Cholesterinsenker aber auch unerwünschte Begleiterscheinungen haben: So kommt es immer wieder zu Erschöpfungszuständen, anhaltender Energielosigkeit oder auch muskulären Problemen. Vor allem körperlich aktive Menschen trifft das hart. Aber wie kommt es überhaupt dazu?

## MUSKELSCHMERZEN, MÜDIGKEIT?

Tatsächlich ist es so, dass Statine nicht nur die Produktion von Cholesterin hemmen, sondern ungewollt auch jene von Coenzym Q10. Dieser lebenswichtige Nährstoff ist im Gegensatz zu den überschüssigen Blutfetten jedoch ganz und gar nicht unerwünscht in unserem Körper. Er wird von jeder einzelnen Zelle zur Energiegewinnung benötigt – so auch in Herz, Gehirn und unserer Muskulatur.

Liegt ein Coenzym-Q10-Mangel vor, kann das ein Grund für Ermüdung, Energielosigkeit und Muskelschmerzen sein.

Übrigens: Auch mit steigendem Alter kann ein deutlich geringerer Coenzym-Q10-Spiegel im Körper beobachtet werden. So zeigen Studien, dass die Menge an Coenzym Q10 bereits mit dem 40. Lebensjahr merklich zu sinken beginnt<sup>2</sup>.

## DIE SPEICHER WIEDER AUFFÜLLEN

Treten die oben genannten Begleiterscheinungen einer Statin-Therapie auf, sollte man dies mit dem Arzt besprechen. In der Regel gilt: Ein eigenmächtiges Absetzen der Medikamente ist in keinem Fall anzuraten. Jedoch kann die Verträglichkeit signifikant verbessert werden – nämlich indem der zu niedrige Coenzym-Q10-Spiegel wieder „aufgefüllt“ wird. Hierfür empfehlen sich hoch dosierte Nahrungsergänzungsmittel aus der Apotheke.

## PRODUKTE RICHTIG VERGLEICHEN

Neben der ausreichend hohen Dosierung von 100 mg sollten Sie bei der Produktauswahl noch einen weiteren Faktor berücksichtigen: Bestehen Sie auf Weichkapseln, bei denen das Coenzym Q10 in Öl gelöst wurde. Da es sich bei Coenzym Q10 (ähn-

lich wie bei Vitamin D) nämlich um einen fettlöslichen Stoff handelt, kann es nur so optimal vom Körper aufgenommen werden.

Kapseln mit Coenzym-Q10-Pulver hingegen werden schlechter absorbiert. Zusätzlich haben Kapseln mit Pulver den Nachteil, dass sie ihren Inhalt in der Regel nur unzureichend vor Sauerstoff, Licht und Wärme schützen, wodurch es zum „Zerfall“ der ausschlaggebenden Wirkstoffe kommen kann.



Die zusätzliche Einnahme von etwa 100 mg Coenzym Q10 pro Tag kann unangenehme Begleiterscheinungen von Cholesterinsenkern entgegenwirken.

CLAUDIA WEINBERGER  
PHARMAZEUTIN

**Dr. Böhm®**

IDEALE ERGÄNZUNG ZU  
**CHOLESTERIN-SENKERN**

**NEU!**

**Coenzym Q10**  
100 mg Kapseln

Nahrungsergänzungsmittel bei der Einnahme von Cholesterinsenkern (Statine) oder mit zunehmendem Alter für eine gesunde Herzfunktion (Cholesterin)

Qualität aus Österreich.

Nahrungsergänzungsmittel

Coenzym Q10 ist ein essenzieller Bestandteil jeder Körperzelle – besonders hoch konzentriert kommt es in Herz und Muskeln vor. Bei der Einnahme von Cholesterinsenkern (Statinen) oder mit zunehmendem Alter produziert der Körper jedoch immer weniger davon. In diesen Fällen stellt **Dr. Böhm® Coenzym Q10** die ideale Ergänzung dar:

- ✓ Hochdosiert – nur 1x täglich
- ✓ Verringert Müdigkeit (Vitamin B12)
- ✓ In Öl gelöst – für optimale Bioverfügbarkeit

<sup>1</sup> Inside Health MAT/10 2023

<sup>2</sup> Lars Ernster GD. Biochimica et Biophysica Acta 1995: 195–204.



**Wohlgelagerter Schlaf.** Wer schlecht schläft, hat meistens höhere Werte bei Entzündungsbiomarkern. Üben Sie Schlafrituale ein.

## Was ist „Inflammaging“?

**Entzündungen.** Der Begriff „Inflammaging“ wurde bereits vor mehr als 20 Jahren in der Medizin geprägt. Er beschreibt die chronische Entzündung, die in unserem Körper auftritt, wenn wir älter werden. Hohe Entzündungswerte sind ein Risikofaktor für Herz-Kreislauf-, Nierenerkrankungen, Diabetes, Krebs, Depressionen und Demenz.

Auslöser können genetische Anfälligkeit, hohes Übergewicht, Veränderungen im Darm-Mikrobiom und chronische Infektionen sein. Eine weitere Ursache liegt darin, dass manche Zellen sich nicht mehr vermehren, aber auch nicht absterben. Sie sondern Entzündungsfaktoren ab und dadurch arbeitet das Immunsystem nicht mehr effizient genug. Man kann einiges dafür tun, um hohe

Entzündungswerte und damit „Inflammaging“ zu reduzieren.

- **Bewegung:** Am besten eine halbe Stunde täglich; auch ein ausgedehnter Spaziergang zählt!
- **Ernährung:** Lebensmittel mit Omega-3-Fettsäuren (z. B. Lachs), Antioxidantien (z. B. Beeren), hoher Anteil an Gemüse, Hülsenfrüchten, Obst, Nüssen, Samen
- **Schlanke Taille:** Fett um die Körpermitte enthält Entzündungsmarker. Auf ein gesundes Gewicht achten!
- **Stressbekämpfung:** Entspannungsmöglichkeiten (z. B. Meditation) suchen – am besten in der Gruppe. Auch Einsamkeit kann Entzündungen hervorrufen!
- **Schlafhygiene:** Schlafzimmer gut lüften, Schlafrituale einplanen (sanfte Musik, Audio-Bücher ...), beruhigende Tees



## Sich gesund atmen

**Ratgeber.** Praxisbezogen beschreibt Georg Weidinger, Arzt, TCM-Experte, Sportler und Betroffener von Asthma und Allergien, wie man über gute Atmung psychische, psychosomatische und Autoimmun-Erkrankungen therapieren kann (Kneipp Verlag Wien, € 25,-).

**Bücher gewinnen** (Kw. „Atemtherapie“) Teilnahmebedingungen s. S. 32



## Entspannt schlafen

**Ratgeber.** Wer dem Gedankenkarussell beim Einschlafen entfliehen möchte, sollte zu Astrid Aschenbrenners Buch greifen (Ueberreuter Verlag, € 19,-). Jeder Tag wird mit etwas Positivem abgeschlossen – den Gute-Nacht-Gedanken. Damit durchbricht man negative Gedankenmuster – richtige Betthupferl für die Seele!

**Bücher gewinnen** (Kw. „Gute-Nacht-Gedanken“) Teilnahmebedingungen s. S. 32

## Entspannen Sie bei Ihrer Kur

Besuchen Sie das **Kurzentrum Ludwigstorff** in **Bad Deutsch Altenburg** mit der **stärksten Jod-Schwefelquelle Österreichs** und ihren heilenden Kräften.

### Medizin & Therapie, Kur & Erholung

- Stationäre Kurheilverfahren / Gesundheitsvorsorge Aktiv
- Therapien über bewilligten Verordnungsschein
- Therapien für Stütz- und Bewegungsapparat und für dermatologische Erkrankungen

Garantierte Einzelbelegung!



KURZENTRUM  
LUDWIGSTORFF



Landespräsidentin  
**Birgit Gerstorfer**



# Unser Oberösterreich

DAS WICHTIGSTE AUS UNSEREM BUNDESLAND

## PVÖ-Sprechtag

### Landesorganisation Oberösterreich

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

### Rechtsberatung

Notar Dr. Walter Dobler  
Di., 3. Dezember, 9 Uhr  
Di., 14. Jänner, 9 Uhr  
Di., 4. Februar, 9 Uhr

### Sozialberatung

Eva Breitenfellner  
Mi., 4. Dezember, 9 Uhr  
Mi., 8. Jänner, 13 Uhr  
Mi., 5. Februar, 13 Uhr

### Lohnsteuerberatung

Leopold Pichlbauer  
Mi., 18. Dezember, 13 Uhr  
Mi., 15. Jänner, 13 Uhr  
Mi., 29. Jänner, 13 Uhr  
Mi., 12. Februar, 13 Uhr



## Weihnachtsfeiertage

Unser Büro ist von Montag,  
23. Dezember 2024 bis ein-  
schließlich Montag, 6. Jänner  
2025 geschlossen. Wir sind  
ab Dienstag, 7. Jänner 2025  
wieder für Sie da.

## Mit Zuversicht und Optimismus in die Zukunft blicken

**L**iebe Freundinnen und Freunde, die aufregende Vorwahlzeit ist vorüber. Die Menschen haben gewählt. Aktuell sind die Gespräche zur Regierungsbildung im Laufen. Dabei geht es um entscheidende Fragen für uns alle. Der Pensionistenverband hat 127 Forderungen für die ältere Generation an alle Parteien übermittelt. Dabei geht es um Pensionen, Verhinderung von Altersarmut, Pflege und Gesundheit, Arbeiten im Alter sowie die Digitalisierung, Altersdiskriminierung als auch die Teuerung. Ihr könnt an der langen Liste erkennen, dass die Politik einen wesentlichen Einfluss auf unser Leben hat. Umso wichtiger ist es, dass wir als starke Interessen-

vertretung mit Nachdruck die Interessen unserer Mitglieder bei der Politik durchsetzen.

Dabei sollten wir mit Optimismus in die Zukunft blicken. Wir haben auch in der Vergangenheit immer wieder klargestellt, was wir von der Politik erwarten. Dies hat in der Geschichte des PVÖ viele Verbesserungen für unsere Mitglieder gebracht. Das könnt ihr auch in unserem Jubiläumsjahrbuch anlässlich des 75. Geburtstages des PVÖ nachlesen.

Also! Blicken wir mit Zuversicht in die Zukunft! Ich wünsche euch für die Feiertage viele schöne Momente und für das neue Jahr vor allem Gesundheit.

*Eure Landespräsidentin Birgit Gerstorfer*

### Ned sudan, jamman oda greina!

*Griaf eich i bin's da Eberhard  
Hob heit a poa Gedanga parat  
Des erste wa, wos i gern wü  
A positives Lebensfüh!*

*Schauma do guat's Muats in de Wöt,  
Zufriedenheit, Freid und Gsund, is was zöht.  
Damma ned sudan, jamman oda greina,  
des zaht uns owi, da bringt ma nix weida!*

*A jeda gspiat in sein Innan drin,  
was guat tuat fia sein Lebenssinn.  
Im Herzen soi ma glickli sei,  
seid's optimistisch und seid's frei.*

*In Franz plagt s Dosei manchmoi schwer,  
da kimmt die Susi glei daher,  
sie sagt: „Mia megn di jo alle a so“.  
Des macht in Franzl wieda froh.*

*Freili, es gibt scho de gwissn Tog,  
wo ma nimma kau und nimma mog,  
wann ma se zaumreißt, gspiat a jeda,  
dass wieda gscheida wird statt bleda.*

*Drum schaun ma bevor ma bes wern und grantig,  
dass ma freindli san, ned hantig.  
Wei ois wieda vü leichta geht,  
wann ma stark is und aufrecht steht.*

*Jetzt kummt a boid de Weihnachtszeit,  
gemma ihr zua mit Glick und Freid,  
Damma ned jamman und resigniern,  
wei d'Engal im Himmö des registriern.*

*Gemma voi Friedn in'd Zukunft eini,  
a jeda tuat dazua des Seini,  
höffma zam, das neamt was föht,  
auf unserer wunderbaren Wöt.  
Euer Eberhard*

# 75 Jahre PVÖ: Jubiläumsfeier mit Nordic Walking



**Feierlicher Anlass in Eferding:** Rund 900 Mitglieder des PVÖ feierten das 75-Jahre-Jubiläum beim großartigen Landes-Nordic-Walking-Tag.

**Eferding.** Bereits in der Früh reiste die PVÖ-Delegation gemeinsam mit zahlreichen Teilnehmer\*innen der Ortsgruppe Linz-Froschberg mit der Linzer Lokalbahn an, wobei auch ein Pressegespräch im Zug stattfand.

Start und Ziel war bei der Remise in Eferding. Es gab zwei unterschiedlich lange Wanderstrecken. Anschließend erfolgte der gemütliche Ausklang bei Musik, Speis und Trank sowie der feierliche Festakt zum 75. Geburtstag des PVÖ.

Die größte Wanderdelegation stellte die Ortsgruppe Linz-Froschberg mit 54 Personen. Am weitesten reisten die Teilnehmer\*innen aus St. Pantaleon (Bezirk Braunau) an.

Die ältesten Teilnehmer\*innen des Landes-Nordic-Walking-Wandertages: Anna Brand aus St. Pantaleon (1937) sowie Karl Posch aus Vöcklabruck (1929).

## ZAHLEICHE EHRENGÄSTE

Neben Landespräsidentin Birgit Gerstorfer und Landesgeschäftsführerin Mag.<sup>a</sup> Jutta Kepplinger gratulierten auch PVÖ-Präsident Dr. Peter Kostelka, Generalsekretär Andreas Wohlmuth und Günter Neumann, Geschäftsführer Stern & Hafferl Verkehrsgesellschaft. Ebenfalls unter den Ehrengästen in Eferding dabei: Landesrat Michael Lindner sowie der Eferdinger Bürgermeister Christian Penn.



Hier geht's zum Video

# Kultur unterm Christbaum

Im bunten PVOÖ-Kulturkalender 2025 finden sich bereits jetzt **einige Höhepunkte für jeden Geschmack.**

**Geschenktipp.** Tickets für die Veranstaltungen eignen sich auch als perfektes Weihnachtsgeschenk.

Im Brucknerhaus Linz können Karten um 10 Euro mit unserem Mitgliedsausweis für bestimmte Vorstellungen gekauft werden. Der erste Höhepunkt 2025: „Florian Boesch & Musicbanda Franui“ am 13. Jänner. Auf dem Programm im Brucknerhaus stehen auch „Die Roaring Twenties im Tanzrausch“ am 9. April. Mechthild Großmann liest Texte, dazu präsentiert Gottlieb Wallisch am Klavier Tanzmusik.

Auch im Theater Phönix in Linz können mit unserem Ausweis Karten um 15 Euro für bestimmte Vorstellungen erworben werden. Gezeigt wird etwa „Bunbury oder die Bedeutung des Ernstseins“: Eine

Komödie von Oscar Wilde. Kartenbestellungen beim Theater Phönix (siehe Informationen unten).

Auch die Kooperation mit dem Landestheater Linz begeistert weiter: Als PVÖ-Mitglied haben Sie etwa die Möglichkeit, für „Oh Gott!“ am 17. Jänner um 19.30 Uhr in den Kammerspielen vergünstigte Tickets zu erwerben. Am 21. März um 19.30 Uhr steht die Musical Comedy „Something Rotten!“ auf dem Programm im Musiktheater Linz. Das „Frühlingskonzert mit dem Wiener Johann Strauss Orchester“ wird am 30. April um 17.30 Uhr im Brucknerhaus Linz begeistern. Kartenbestellungen für diese Veranstaltungen bei Andrea Dollhopf, Tel. 0732/663241-12, E-Mail: andrea.dollhopf@pvooe.at



**Kulturtermine:**  
Weitere Veranstaltungen  
🌐 [pvooe.at](http://pvooe.at)



## Bachs Weihnachtsoratorium

So., 8.12.2024, 11/15 Uhr  
Brucknerhaus Linz

**Zwei Konzerte,** sechs Kantanten an einem Tag. Michi Gaigg und das L'Orfeo Barockorchester werden am zweiten Advent alle sechs Kantaten von Bachs berühmtem Weihnachtsoratorium erklingen lassen.

### Karten

Preis für PVÖ-Mitglieder € 10,- Brucknerhaus Linz Service-Center  
☎ **0732/77 52 30**, ✉ [kassa@liva.linz.at](mailto:kassa@liva.linz.at)



## Florian Boesch & Musicbanda Franui

So., 13.1.2025, 19.30 Uhr  
Brucknerhaus Linz

**Liederabend.** Florian Boesch und das Tiroler Ensemble Franui verleihen Schuberts „Die schöne Müllerin“ mit einem viestimmigen Arrangement (Tuba, Hackbrett, Akkordeon und Harfe) eine völlig neue Dimension.



## Chaos String Quartet

Mi., 29.1.2025, 19.30 Uhr  
Brucknerhaus Linz

**Stars von Morgen.** Beim kürzlich zum BBC Radio 3 New Generation Artist 2023 bis 2025 gewählten Chaos String Quartet wird dessen Name mit dem Konzerttitel „Geordnetes Chaos“ buchstäblich Programm.



## Bunbury oder die Bedeutung des Ernstseins

So., 4.5.2025, 19.30 Uhr  
Sa., 10.5.2025, 19.30 Uhr  
Do., 19.6.2025, 19.30 Uhr  
Theater Phönix

**Oscar Wilde.** Eine triviale Komödie für ernsthafte Leute.

### Karten

Preis für PVÖ-Mitglieder € 15,-  
Reservierungen unter dem  
Kennwort „PVOÖ“,  
☎ **0732/66 65 00**  
✉ [tickets@theater-phoenix.at](mailto:tickets@theater-phoenix.at)

## Spannende Wettkämpfe in Tirol

**Asphaltstock.** Die Landesorganisation Tirol organisierte am 23. und 24. September 2024 die Bundesstockmeisterschaft in Kundl. Insgesamt 22 Mannschaften stellten sich der starken sportlichen Konkurrenz. Zahlreiche Schlachtenbummler erlebten mit Spannung den Wettkampf. Oberösterreich reiste in Begleitung von Landespräsidentin-Stv. Konsulent Johann Affenzeller, Landessportreferent Ing. Erich Hackl und Landesstocksportreferent Peter Schober mit insgesamt vier Mannschaften an.

Den Bundessieger bei den Herren stellte in einem Herzschlagfinale punktgleich die Mannschaft Steiermark I vor unseren Titelverteidigern Oberösterreich I aus Vöcklabruck. Rang 3 ging an Burgenland I. Oberösterreich II belegte Platz 11. Den Bundes-



Die besten Teams. Oberösterreich I (li.) belegte den 2. Platz

sieg bei den Damen erreichte Kärnten I vor der Steiermark und Salzburg. Oberösterreichs Damen belegten Platz 7 und 10 und versäumten somit heuer erstmals das Podest.

## Super Stimmung in Koblach

Am 16. und 17. Oktober trafen sich die Kegelsportler\*innen des PVÖ zur Bundesmeisterschaft 2024 in Vorarlberg.

**Kegeln.** Im Koblacher Kegelsportcenter fanden sie ideale Bedingungen für einen erfolgreichen Wettbewerb vor, bei dem unsere Kegeldamen aus Oberösterreich mit 1.481 Kegeln den 3. Platz hinter Vorarlberg und Kärnten belegten. Bei den Herren mussten wir uns diesmal mit einem fünften Rang begnügen. Der Titel ging ebenfalls an Vorarlberg vor Salzburg und Tirol. In der Gesamtmannschaftswertung versäumte unser Team um nur acht Kegeln das Podium und wurde Vierter. Die Preisverleihung führte Kegelsportchef Martin Scherrer durch, assistiert von Landespräsident Manfred Lackner, Bundessportreferent Willi Binder, Hubert Lötsch und Evi Woinesich.



**Auf dem Podest.** Das Damenteam aus Oberösterreich holte den 3. Platz und somit die Bronzemedaille.



## Landesmeisterschaft Riesentorlauf

**Ski Alpin.** Am Donnerstag, 23. Jänner 2025, veranstaltet der PVOÖ in Zusammenarbeit mit dem Bezirk Kirchdorf und dem ASVÖ-Schiverein Spital am Pyhrn die Landesmeisterschaft im Riesentorlauf auf der Wurzeralm. Wir laden alle Schibegeisterten dazu recht herzlich ein, mit uns einen schönen und spannenden Wintertag zu verbringen. Weitere Informationen erhalten Sie bei Landessportkoordinator Roland Adami.

### Anmeldungen

In Absprache mit den jeweiligen Bezirkssportreferenten im Landessportreferat OÖ bei Roland Adami, Tel. 0664/88 45 53 24, roland.adami@pvooe.at. Anmeldeschluss: 13.1. 2025.



## Ausbildung Wander- und Radtourenbegleiter\*in

**Weiterbildung.** Qualität ist uns wichtig, daher kooperieren wir bei der Übungsleiterausbildung Wanderbegleiter\*in mit den Naturfreunden Österreich. Der Fokus dieser Ausbildung liegt in der Betreuung von beispielsweise Seniorenwanderungen, urbanen Wanderungen oder Kräuterwanderungen. Der nächste Termin findet von 29. Mai bis 1. Juni 2025 auf der Tauplitz statt.

Weiters haben wir für 2025 auch wieder eine Ausbildung für Radtourenbegleiter\*innen ge-

plant. Diese Ausbildung richtet sich an motivierte Radportler\*innen, welche gerne mit Freunden Radtouren unternehmen und sich mit dieser Ausbildung die Voraussetzung für eine verantwortungsbewusste Tätigkeit im Rahmen der Veranstaltungen des PVÖ schaffen möchten.

### Information und Anmeldung

(ab sofort möglich) bei Sportkoordinator Roland Adami, ☎0664/88 45 53 24.

### Termine

#### Mi., 15. Jänner

Tagesfahrt Langlaufen und Schneeschuhwandern, Schladming/Ramsau

#### Mi., 12. Februar

Eisstock-Landesmeisterschaft, Steyr

#### Mi., 9. – Do., 10. April

Asphaltstock-Landesturnier, Mixed-Mannschaften, SKVÖEST-Halle Linz

#### Mo., 5. – Fr., 9. Mai

Aktivwoche in Bad Gleichenberg

#### Mi., 11. Juni

Radsternfahrt in Desselbrunn

#### Mo., 23. – Do., 26. Juni

Bergwandern im Tal der Almen/Großarl

**Informationen** bei Landessport-

koordinator Roland Adami

☎0664/88 45 53 24

✉roland.adami@pvoe.at



© PVÖÖ

## Gewinnspiel

**Gesundheitswelt.** Von 10. bis 12. Oktober fanden in der PlusCity Pasching erstmals die „Krone“-Gesund-Tage statt. Auch der Pensionistenverband Oberösterreich war mit einem Stand vertreten und stellte sein buntes Angebot für ein aktives Miteinander im Alter vor. Dabei wurden unter allen Gästen am PVOÖ-Stand nach der Veranstaltung auch attraktive Sachpreise verlost. Den ersten Preis, einen Blutdruckmesser, sicherte sich Gerard Schmidt (Foto). Die weiteren Preise, ein Ohrenthermometer bzw. ein Pulsmesser, gingen an Manfred Berger und Michaela Kraft.

## GEBURTSTAGS-AKTION!\*

**PREMIUM WINTERJACKE**

**€75,-**  
statt € 90,-



\* Aktion gültig bis 31. Dezember 2024



**Bestellungen:**

Roland Adami

roland.adami@pvoe.at

Weitere Produkte finden Sie auf unserer Homepage [pvoe.at](https://www.pvoe.at)

Erstmals bereits zu Beginn der Heizperiode:

# So leben wir Zusammenhalt in Oö.

Bis 30. November in drei Schritten zum Heizkostenzuschuss:



**1** Hauptwohnsitz in Oberösterreich  
seit zumindest 1. September 2024



Sie leben **alleine** und haben **2023 nicht mehr als 19.070 Euro brutto** verdient

oder

Sie leben **mit anderen Personen zusammen** und haben  
gemeinsam **2023 nicht mehr als 26.940 Euro brutto** verdient.



**3** Sie stellen online bis **30. November 2024** einen Antrag unter  
[www.land-oberoesterreich.gv.at/heizkostenzuschuss](http://www.land-oberoesterreich.gv.at/heizkostenzuschuss)

## 200 Euro je Haushalt



Amt der Oö. Landesregierung, Direktion Soziales und Gesundheit, Bahnhofplatz 1, 4021 Linz | E-Mail: entlastung@ooe.gv.at

Soziales 

Entgeltliche Einschaltung

BEZAHLTE ANZEIGE

# DER TARIF ZU IHREM SMARTPHONE

**Kombiangebot: Mobil Tarif S mit  
emporiaSMART.6lite um nur EUR 199,-.  
Ersparnis für Raiffeisen-Kunden: EUR 50,-!**

Mit Raiffeisen Mobil bleiben Sie mit Ihrer Familie  
immer in Verbindung und können beim Telefonieren  
und Surfen Monat für Monat Geld sparen. Und  
noch mehr sparen treue Kunden, denn bei allen  
Smartphonetarifen ist jedes 12. Monat gratis.

Das emporiaSMART.6lite bietet 5,5 Zoll Touchdisplay  
mit physischen No-Panic-Button und 3-fach-Kamera.  
Es ist Staub- und Spritzwasser geschützt und dank  
Fingerabdrucksensor ID-Austria-fähig.

[raiffeisen-ooe.at/mobil](http://raiffeisen-ooe.at/mobil)

Raiffeisen   
Oberösterreich

emporia  
SMART.6lite  
um nur  
€ 199,-

mobil<sup>S</sup>  
1000 Min/SMS  
**5 GB**  
€ 4,<sup>90</sup><sub>mtl.</sub>



emporia  
Einfachheit ist eine Entscheidung.

BEZAHLTE ANZEIGE



Urgent Actions haben schon tausende Menschenleben gerettet.



Südwind kämpft für faire Löhne für Textilarbeiterinnen in Bangladesh.



## Drei Fragen an

MAG. KATHARINA HAIDEN-FILL,  
MBL NOTARIN IN KLAGENFURT

# Einsatz für Menschenrechte

Wie sich Amnesty International und Südwind weltweit für unterdrückte Menschen einsetzen – und wie Testamente dabei mithelfen.

**M**usiker Toomaj Salehi (33) hat kein Unrecht begangen. – Im Gegenteil: Er hat sich friedlich für Frauenrechte und Gerechtigkeit eingesetzt. Trotzdem wurde er in seiner Heimat Iran von einem sogenannten Revolutionsgericht zum Tode verurteilt. Dieses Urteil wurde zwar aufgehoben, weil er aber die im Gefängnis erlittene Folter öffentlich anprangerte, wurde er erneut eingesperrt. Nun ist er – ohne Kontakt zu Familie und Rechtsbeistand – den Qualen der iranischen Machthaber ausgeliefert. Dem bekannten Rapper drohen viele Jahre Haft.

### Netzwerk Alarmeinsatz

Wenn mutige Menschen wie Toomaj Salehi verfolgt und gequält werden, dann aktiviert Amnesty International das Urgent Action Netzwerk. Innerhalb kürzester Zeit senden Menschen weltweit Briefe, Faxe und E-Mails an die verantwortlichen Regierungen und Behörden. Aktuell fordern sie unter anderem, dass Toomaj Salehi freikommt. Der öffentliche Druck kann Leben retten: Viele Urgent Actions haben Erfolg! Denn nichts fürchten Menschenrechtsverletzer mehr, als dass ihre Taten ans Licht kommen.

### Menschenwürdige und faire Entlohnung

Südwind hat sich dem friedlichen Kampf für soziale Menschenrechte verschrieben: Die entwicklungspolitische Organisation

setzt sich seit 45 Jahren für eine nachhaltige globale Entwicklung ein und ist dabei auch eine wichtige Partnerin von Schulen und Bildungseinrichtungen.

So fordert Südwind aktuell im Rahmen der „Clean Clothes Kampagne“, dass Textilarbeiter in Ländern wie Bangladesch menschenwürdig behandelt und entlohnt werden. Dort müssen viele Beschäftigte über ihre normale 48-Stunden-Woche Sonderdienste leisten, Kredite aufnehmen oder Mahlzeiten streichen, um über die Runden zu kommen – und im schlimmsten Fall auch ihre Kinder arbeiten lassen.

Für das Engagement von Amnesty International und Südwind sind private Spenden und Vermächnisse unerlässlich. Letztere geben den Unterstützern zudem das gute Gefühl, dass ihre Hilfe ihr eigenes Leben überdauert.



Gemeinsam mit 98 Organisationen klärt Vergissmeinnicht zum Erbrecht auf.

Gratis Erbrechtsratgeber anfordern:  
01/8765298-16 od. info@vergissmeinnicht.at

### Wie schaut die gesetzliche Regelung ohne Testament aus?

In diesem Fall tritt die gesetzliche Erbfolge ein. In der 1. Linie erben Kinder und Ehegatten bzw. eingetragene Partner im Verhältnis 2/3 (Kinder) zu 1/3 (Ehepartner). Sind die Kinder vorverstorben, erben deren Nachkommen. Sind keine Kinder vorhanden, erben in der 2. Linie neben dem Ehepartner auch die Eltern und deren Nachkommen. In der 3. Linie erben dann die Großeltern und deren Nachkommen. Gibt es auch in dieser Linie weder Verwandte noch Lebensgefährten, fällt das Vermögen an den Staat.

### Wo sind die Grenzen meiner Regelungsfreiheit?

Per Testament kann man zwar seine Erbfolge selbst bestimmen, die Pflichtteile gilt es aber zu beachten: Eigene Nachkommen und Ehegatten oder eingetragene Partner müssen die Hälfte der ihnen zustehenden gesetzlichen Erbquote erhalten. Der Pflichtteil ist ein reiner Geldanspruch.

### Was muss ich bei Schenkungen beachten?

Haben Pflichtteilsberechtigte zu Lebzeiten des Verstorbenen eine Schenkung erhalten, wird deren Wert jedenfalls unbegrenzt auf den Pflichtteil angerechnet. Schenkungen an Nicht-Pflichtteilsberechtigte (z.B. Lebensgefährten) werden nur dann angerechnet, wenn die Schenkung innerhalb von 2 Jahren vor dem Tod des Erblassers erfolgte. Schenkungen an gemeinnützige Organisationen unterliegen keinen Fristen.

### Wie funktioniert die gesetzliche Erbfolge?

Nutzen Sie unseren Testamentsrechner unter [www.vergissmeinnicht.at](http://www.vergissmeinnicht.at)

FAKTENCHECK ZEIGT:

# Unsere Pensionen sind sicher

Regelmäßig rund um Wahlen kommt von konservativer und neoliberaler Seite der Ruf nach Kürzungen bei den Sozialleistungen, die man sich angeblich nicht länger leisten könne.

**Mitgemeint ist dabei unser großartiges gesetzliches Pensionssystem.** Die Erhöhung des Pensionsantrittsalters oder ein Systemwechsel auf private Vorsorgeversicherungen wird gefordert. Zu Recht?

## SIND UNSERE PENSIONEN WIRKLICH NICHT LÄNGER LEISTBAR?

Die Wahrheit ist: Unsere Pensionen sind sicher. Seit Jahrzehnten wird eine Kostenexplosion heraufbeschworen, doch diese ist noch nie eingetreten. Im Gegenteil: Seriöse Langzeitberechnungen zeigen auf, dass die Pensionsausgaben ab 2031 sogar sinken werden und dies langfristig.

Kostendämpfend wirken etwa die sinkenden Ausgaben für Beamt\*innen oder die Erhöhung des Pensionsalters für Frauen. Eine aktive Arbeitsmarktpolitik und eine damit zusammenhängende höhere Beschäftigungsquote würden zusätzlich die Einnahmen ins Pensionssystem massiv verbessern.

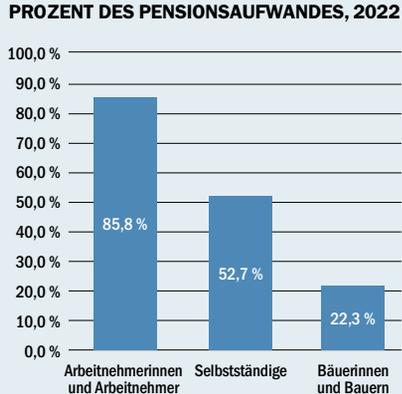
## WIE FINANZIERT SICH UNSER GESETZLICHES PENSIONSSYSTEM AKTUELL?

Jede Generation finanziert mit ihren Beiträgen die Altersvorsorge ihrer Eltern. Wir sprechen deshalb auch vom sogenannten Generationenvertrag. Das staatliche Pensionssystem finanzieren sich Arbeitnehmer\*innen zu 85,8% selbst. Der Staat finanziert lediglich die Ausfallhaftung, also den Rest auf 100%. Jedoch liegt der Selbstfinanzierungsanteil bei Selbstständigen bei nur knapp über 50% und bei Bäuerinnen und Bauern bei etwas über 22%. Diese beiden Gruppen werden aber von den „Nicht mehr leistbar Propagandisten“ weiterhin geschützt. Verschlechterungen werden nur für ASVG-Versicherte gefordert.

## SIND PRIVATPENSIONEN EINE ALTERNATIVE?

Nein, auf keinen Fall! Gerade in Krisenzeiten (Covid, Teuerungen, ...) hat sich gezeigt, dass unser Pensionssystem, welches auf dem Prinzip der Solidarität basiert, einen stabilen Faktor für uns ältere Menschen

GRAD DER SELBSTFINANZIERUNG IN PROZENT DES PENSIONSAUFWANDES, 2022



AK Grafik; Quelle: Mittelfristgutachten gesetzliche PV der Alterssicherungskommission 2023; Bundesbeitrag = Ausfallhaftung + Partnerleistung. Anmerkung: Arbeitnehmer\*innen nach dem ASVG, Selbstständige nach dem GSVG und FSVG, Bäuerinnen & Bauern nach dem BSVG

darstellt. Ein Systemwechsel hin zu einem privaten Pensionssystem wäre krisenanfälliger und den Spekulationsrisiken wehrlos ausgeliefert. Beiträge für private Pensionen werden auf den Finanzmärkten veranlagt. Ziel ist es, Gewinnausschüttungen für Aktionär\*innen zu erzielen. Der einzelne Mensch tritt dabei in den Hintergrund. Zudem sind Privatversicherungen durch hohe Verwaltungskosten gekennzeichnet. Bei der „prämiengeförderten Zukunftsvorsorge“ (private Alters-

vorsorge) lag 2023 die Rendite bei minus 8,9%. Daher haben 60% der Länder, die ihr Pensionssystem weitgehend oder vollständig privatisiert haben, diesen Schritt wieder rückläufig gemacht.

## WAS UNTERSCHIEDET DAS GESETZLICHE PENSIONSSYSTEM NOCH GEGENÜBER PRIVATPENSIONEN?

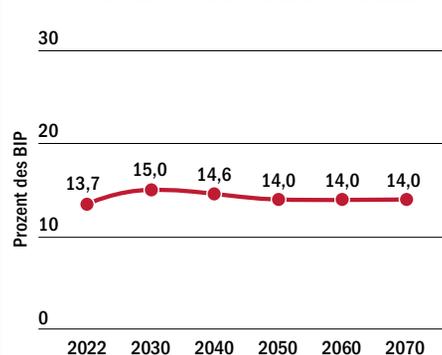
Unser bestehendes Pensionssystem erbringt Leistungen die weit über die bloße Pension hinausgehen. Neben der Gesundheitsversicherung und Gesundheitsvorsorge sowie Rehabilitation zählt auch die Invaliditätspension, die Hinterbliebenenpension oder die Ausgleichszulage zu Leistungen, die bei einer privaten Altersversicherung nicht automatisch dabei sind. Jede Leistung kostet dort zusätzlich. Viele würden sich dies nicht leisten können.



**Christian Schörkhuber,**  
Fachreferent  
Politik und Interessenvertretung

**Laut Langfristprojektion** der EU-Kommission werden die öffentlichen Pensionsausgaben in den nächsten Jahrzehnten nur moderat ansteigen und ab dem Jahr 2031 sogar wieder sinken.

PENSIONEN NACH DEM UMLAGEPRINZIP IN ÖSTERREICH SIND STABIL FINANZIERT



Quelle: Ageing Report 2024 EU-Kommission, Austrian Country Fiche on Public Pensions

## Zusammengefasst

Unsere Pensionen sind sicher und stabil. Eine Erhöhung des Pensionsantrittsalters ist nicht notwendig. Private Pensionsversicherungen sind nicht geeignet um eine stabile, solidarische und existenzsichernde Altersvorsorge zu garantieren.



Weitere Termine, Informationen und Berichte finden Sie unter: [pvoe.at/oberoesterreich/braunau](http://pvoe.at/oberoesterreich/braunau)

## Saiga Hoans im Wanderfieber

**Bezirk.** Am 12. Oktober fand der Bezirkswandertag im Bezirk Braunau statt. Begleitet von traumhaftem Wetter spazierten viele Wanderfreudige und konnten je nach Fitness eine vier oder acht Kilometer Strecke wählen. OG-Vorsitzender von St. Johann am Walde, Alois Schrattenecker, und sein Team waren für die Durchführung verantwortlich und meisterten dies bravourös. Nach der sportlichen Aktivität gab es kulinarische Schmanckerln und ein zünftiges Beisammensein. Der Bezirkswandertag 2025 wird rund um das schöne Ibmer Moor stattfinden.



## Burgenlandreise

**Eggelsberg.** Vom 23. bis 25. September ging die Reise ins Burgenland nach Illmitz. Über Wien fuhren wir in den Seewinkel, wo wir im 4-Sterne-Hotel Nationalpark Quartier bezogen. Am Abend genossen wir einen Heurigenbesuch mit zwei original burgenländischen Wirtshausmusikanten. Am nächsten Tag erkundeten wir das Naturschutzgebiet Lange Lacke sowie das Freilichtmuseum Mönchhof. Am Nachmittag stand eine Bootsfahrt auf dem Neusiedler See mit Mittagessen an Bord auf dem Programm. Bei der Heimreise über die Wachau besichtigten wir Stift Göttweig und die Stadt Krems. Mitglieder der Ortsgruppen Feldkirchen, Geretsberg und Hackenbuch nahmen daran teil.



## Tolle Ausflüge

**Braunau-St. Peter.** Im September stand ein wunderschöner Ausflug ins Ennstal auf dem Programm. Nach der Mittagsrast im Koglerhof machten wir uns auf den Weg zur Schwimmenden Almhütte, wo Lois mit seiner Musik für

ausgelassene Stimmung sorgte.

Am 25. Oktober ging es nach Dalmatien zur Mandarinenernte. Abstecher ins Nachbarland Bosnien-Herzegowina und nach Mostar zur berühmten Brücke „Stari most“, ließen den Tag ausklingen.



## Centenary – ein ganzes Jahrhundert

**St. Pantaleon.** Rosa Erhart feierte im September ihren 100. Geburtstag. Wir gratulierten der rüstigen Jubilarin und wünschten alles Gute.

Im August machten wir einen Tagesausflug zum Königssee. Umgeben von den Bergen des Nationalparks und der Kulisse der Watzmann-Ostwand ist die Schiffsfahrt über den See ein unvergessliches Erlebnis.

Beim Landes-Nordic-Walking-Wandertag in Eferding bekamen wir als die weitest angereiste Ortsgruppe mit der ältesten Teilnehmerin einen schönen Preis.



## Weihnachten im Bezirk

### Weihnachtsfeiern.

Die Ortsgruppe Weng beginnt mit der Reihe der Weihnachtsfeiern am 29. November und anschließend geht es Schlag auf Schlag bis zum 21. Dezember. Jede Ortsgruppe lädt ihre Mitglieder zu einer vorweihnachtlichen Feier ein, wo auch Mitglieder des Vorstandes vertreten sind.

## Termine

### Bezirk

**Do., 28.11., 10 Uhr,** Abschlusskonferenz, Gasthaus Scharinger

### Braunau-St. Peter

**Sa., 30.11.,** Besuch der Weihnachtsmärkte in Wiesbaden und Bad Wimpfen

**So., 1.12.,** Fahrt zum Adventsingen in der Kirche St. Andrä in Salzburg

**Mi., 4.12., 11.30 Uhr,** Weihnachtsfeier im Gasthaus Berger in St. Peter



## PVÖ-Sicherheitstag: Wird Geld verlangt, ist es Betrug

**Bezirk.** Mobilität im Alter, Sicherheit im und für das Haus, die Wohnung und das Auto sowie Internet- und Telefonkriminalität waren die Themenbereiche, die beim Sicherheitstag des Pensionistenverbandes Freistadt von namhaften Referenten sehr eindrucksvoll angesprochen wurden. Gut 80 Zuhörerinnen und Zuhörer aus dem Bezirk holten sich in Unterweikersdorf wichtige Tipps für mehr Sicherheit im Leben.

„Jede Geldforderung ist Betrug!“ brachte Chefinspektor Gerald Sakoparnig vom Landeskriminalamt das Thema Internet- und Telefonkriminalität auf den Punkt. Ganz gleich ob angebliche Polizisten, Staatsanwälte, Ärzte oder Liebesbeziehungen: Sobald Geld oder

Wertgegenstände als Kautionsicherung oder als Reisekosten verlangt werden, handelt es sich mit Sicherheit um Betrug. Dabei geht es meist um große Summen, ein paar Tausender sind da Bagatelleten. Oft sind es auch große Gewinnversprechen, unglaubliche Sonderangebote oder Tipps zum Reichwerden, die Opfer dazu verleiten, anfangs kleinere und dann immer größere Geldbeträge zu überweisen. Diese Gier bringt ein böses Erwachen, wenn die Zahlungsfähigkeit ausgeschöpft ist und der Kontakt zum Gewinnanbieter abreißt. Das Geld ist weg und der oder die Betroffene ist zur Erkenntnis gelangt, einfach nur der oder die Dumme zu sein.

Keine Vorteile sah Chefinspektor i.R. Rudolf Frühwirth darin, einen Tresor im Haus zu haben. Meist kann er leicht geöffnet oder überhaupt gestohlen werden. Wichtig sei, eine Liste mit allen Wertgegenständen mit genauer Beschreibung und Fotos anzulegen. Die braucht nicht nur die Versicherung, damit können oft auch Wertgegenstände wiedergefunden werden.

Dass gekippte Fenster für Einbrecher offen sind, dürfte inzwischen allgemein bekannt sein. Um ein Aufbrechen geschlossener Fenster und Türen zu erschweren, sollten sie zumindest Sicherheitsklasse drei haben.



Vors. Wilhelm Wurm, CI Gerald Sakoparnig, Bez.-Vors. Hans Affenzeller, DI Christian Kräutler, CI Rudolf Frühwirth (v.l.n.r.)

Drei Viertel der über 65-Jährigen sind selbst mit dem Auto unterwegs, so DI Christian Kräutler, Sicherheitsexperte des Kuratoriums für Verkehrssicherheit. In der Unfallstatistik sind die Älteren aber nicht ganz vorne, wie oft angedeutet wird. Allerdings sind Vorrangverletzungen die häufigste Unfallursache. Zu schweren Verletzungen kommt es wegen geringerer Geschwindigkeit seltener. Ab 65 geht die Unfallbeteiligung konstant zurück. Wichtig ist, durch Kurse fahrtechnisch und in der Straßenverkehrsordnung aktuell zu bleiben.

### Termine

#### Kostenlose Beratung:

Freistadt:  
Sa., 7.12., 9 Uhr,  
SPÖ-Bezirksbüro

#### Weihnachtsfeiern:

Bad Zell: 1.12.  
Liebenau: 8.12.  
Windhaag: 10.12.  
Weikersfelden: 11.12.  
St. Oswald, Rainbach:  
12.12.  
Kefermarkt, Wartberg:  
13.12.  
Neumarkt, Pregarten, Sandl,  
Tragwein, Freistadt: 14.12.  
Lasberg, Unterweikersdorf:  
15.12.  
Hagenberg: 17.12.  
Gutau: Mi., 15.1.,  
13 Uhr, GH Oyrer,  
Bezirks-Tarockturnier

## Sportlich in den Winter

**Sport.** Mit zahlreichen Aktivitäten starten unsere Pensionistinnen und Pensionisten in den Winter. Schon im Oktober haben die Stockschützen mit den Freundschaftsturnieren Mixed und Herren begonnen, am 4. Dezember wird es mit der Bezirksmeister-

schaft Eisstock der Herren ernst. Gespannt sein darf man auf die Kegelturniere – unser Bezirk ist ja da immer ganz vorne mit dabei.

Ebenfalls sportlich, aber weniger wettbewerbsmäßig geht es bei den zahlreichen, vergnüglichen Tanzveranstaltungen zu.



Mixed-Sieger OG Pregarten

## 100 positive Jahre

**St. Oswald bei Freistadt.** Mit ihrem bekannt guten Humor beging Christine Schatzl aus St. Oswald vor kurzem ihren 100. Geburtstag. „Wenig essen, ins Wirtshaus gehen, lustig sein und positiv denken“, nennt sie schmunzelnd das Rezept für ihr hohes Alter.

Die Jubilarin ist das älteste Mitglied der Ortsgruppe St. Oswald. Fast die Hälfte ihres Lebens ist sie Mitglied. Sie trat am 20. Februar 1975 bei und engagierte sich gleich von Anfang an. Schon 1976 war sie Schriftführerin, dann Kassierin, 1982 stv. Vorsitzende und Subkassierin.

Zu ihrem 100. Geburtstag im Bezirksseniorenheim Unterweißenbach überbrachte der Pensionistenverband der rüstigen und sehr geselligen Jubilarin in einer netten Feierstunde die besten Glückwünsche. Als Gratulanten stellten sich Bez.-Vors. Hans Affenzeller, OG-Vors. Otto Greindl, seine Stellvertreterin Helga Moser und Subkassier Erwin Siegl ein.



Christine Schatzl, 100 Jahre



Weitere Termine, Informationen und Berichte finden Sie unter: [pvoe.at/oberoesterreich/gmunden](http://pvoe.at/oberoesterreich/gmunden)



## Drei neue Wanderbegleiter

**Gosau.** Wir begrüßen drei neue Wanderbegleiter für die Ortsgruppe. Auf der Tauplitz bei großem Schneefall haben die drei Gosinger ihre für uns Mitglieder sehr wichtige Ausbildung absolviert. Wir bedanken uns sehr herzlich bei ihnen für ihren Einsatz unter diesen winterlichen Bedingungen.

## Ausflug nach Stadl-Paura

**Gschwandt bei Gmunden.** 25 Wanderfreudige unter Wanderfee Traudi Leitner besuchten am 1. Oktober die Wallfahrtskirche zur heiligen Dreifaltigkeit und das Schifflaut-Museum in Stadl-Paura. Tolle Sehenswürdigkeiten und eine super Führung im Schifflaut Museum durch Reinhardt Steinz machten diesen Tag zu einem wahren Erlebnis.



## Skandinavien Rundreise

**Bad Ischl.** Mit großer Begeisterung nahm eine große Gruppe aus Bad Ischl an der großen Skandinavien-Rundreise, organisiert von SeniorenReisen Linz, teil. Die Reise vereinte viele Höhepunkte in Norwegen, Finnisch Lappland und Schweden. Man sah den mächtigen Geirangerfjord, die eindrucksvollen Lofoten und die endlose Weite Lapplands. Höhepunkt der Rundreise war der Besuch des Nordkaps, wo wir die Mitternachtssonne hoch über dem Polarmeer bestaunen konnten. Beeindruckend war die raue, naturwilde Landschaft mit vielen Felsen, Gewässern und wilden Rentieren, man fühlte sich manchmal direkt in die Wikingerzeit versetzt. Ausgedehnte Wälder, male- rische Fjorde und arktische Temperaturen – all das durften wir in der gut gelaunten Gruppe des Pensionistenverbandes in Skandinavien erleben.



## Genussregionen Oststeiermark und Burgenland

**Pinsdorf.** Einen 4-Tage-Ausflug vom 16. bis 19. Sept. machten wir in die Natur- & Genussregion von der Oststeiermark bis ins Südburgenland. Kulinarik vom steirischen Backhendl, Wein zu kulturellen Sehenswürdig- und Essigverkostung bis hin keiten waren im Programm.



## Passau und Pullman City

**Roitham am Traunfall.** Am 19. September starteten wir mit 70 Mitgliedern zur Fahrt ins Blaue. Bei herrlichem Wetter ging es mit zwei Bussen in die Donaustadt Passau mit einstündiger Stadtführung. Schockiert waren alle von den Hochwassermarkierungen an den Gebäuden. Auch heuer im Juni stieg der Wasserpegel 10 m über Normalstand, woraufhin die Stadt Passau den Katastrophenfall ausrief. Anschließend ging es zur Pullmann City – die lebende Westernstadt. Nach einem kleinen Imbiss gab es um 13.30 Uhr eine Vorführung in der Karl-May-Freilichtbühne. Bis zur 2. Veranstaltung hatten wir Freizeit, um das Westergelände zu erkunden. Nach Vorführungen mit Pferden, Messerwerfern und Lasso-Schwingern ging es wieder Richtung Heimat. Der harte Kern beendete den schönen Ausflug im GH Forstinger.

## Termine

### Kostenlose Beratung

Vorchdorf:  
Mo., 2.12., 14 Uhr,  
Volksheim Vorchdorf

### Gmunden

30.11., Adventfeier im Stüberl  
11.12., Weihnachtsfeier  
30.12., Jahresausklang im Stüberl

### Pinsdorf

5.12., 14 Uhr, GH Moshamer, Weihnachtsfeier.

### Vorchdorf

7.12., Ausflug zum Bergadvent ins Großartal.

## Kultur-Kulinarik

**St. Konrad.** Im Rahmen der Kulturhauptstadt waren wir zu Besuch in Scharnstein, wo in den ehemaligen Redtenbacher Gebäuden das Musical „Hammer“, gespielt von der RAT-Bigband, Premiere feierte.

Unser Grillfest in der TSV Stocksporthalle stand im Zeichen von Gemütlichkeit, gutem Essen und netten Gesprächen.



## Termine

### Bad Schallerbach

7.12., Tagesausflug zum Postamt Christkindl und Christkindlmarkt Garsten  
13.12., Gasthaus Grünes Türl, Weihnachtsfeier  
19.12., Laternenwanderung

### Gallspach

1.12., 11 Uhr, Pfarrsaal, Weihnachtsfeier.  
18.12., 18 Uhr, Restaurant Gusto, Stammtisch.  
22.1., 18 Uhr, Restaurant Gusto, Stammtisch.  
5.2., 14 Uhr, Hotel Austria, Pensionistennachmittag.

### Geboltskirchen

28.11., GH Groiss, Hasensuppe  
8.12., Fahrt zum Weihnachtsmarkt nach Filzmoos  
12.12., GH Mayrhuber, Weihnachtsfeier  
2.1., Fahrt zum Neujahrskonzert

### Peuerbach

11.12., Laternenwanderung  
8.12., GH Peham Urthof, Weihnachtsfeier

### Prambachkirchen

29.11., Tagesausflug zum Berchtesgadener Berg-Advent  
3.12., Adventwanderung  
13.12., GH Wagner, Weihnachtsfeier

### Waizenkirchen

30.11., Rückblick 2024 und Vorschau 2025  
5.12., Wanderung und Nikolausfeier  
13.12., Weihnachtsfeier

## Bayerische Alpen & Allgäu

**Bad Schallerbach.** In die bayerischen Alpen und ins Allgäu führte uns der heurige 4-Tage-Ausflug im September. In Kaufbeuren bezogen wir Quartier. Wir besichtigten die Wieskirche im Pfaffenwinkl und das Kloster Ettal. Weitere Höhepunkte waren die Fahrt durch das Tannheimer Tal, durch das Kleinwalsertal sowie Oberammergau. Wir bestaunten die neue Skisprungschanze in Garmisch-Partenkirchen und besuchten Bad Tölz mit den historischen Gebäuden. Zum Abschluss dieser schönen Rundreise schauten wir noch bei den „Rosenheim-Cops“ vorbei.



## Lebkuchen und Dirndl

**Geboltskirchen.** Unser 2-Tage-Ausflug im Oktober führte uns über Niederösterreich nach Mariazell, wo wir gleich am ersten Tag die schöne Aussicht von der Bürgeralpe genossen. Am nächsten Tag konnten wir bei der Produktion der köstlichen Lebkuchen zusehen und am Heimweg besuchten wir noch eine Dirndlmanufaktur im Pielachtal.

## Imposantes Südtirol

**Schlüßlberg.** 36 Teilnehmerinnen und Teilnehmer fuhren am 2. September nach Natz in Südtirol. Auf dem Weg dorthin machte die Gruppe einen Abstecher zum Antholzer See. Am zweiten Tag ging es nach einem Zwischenstopp am Kalterer See und einer Kellerführung im Weingut Brigl in Eppan zur beeindruckenden Dolomitenrundfahrt hinauf zum fast 1.800 Meter hohen Karerpass. Den Vormittag des dritten Tages verbrachten die Reisenden in Bozen. Anschließend fuhr man über viele Serpentinauf den Ritten zu den bizarr anmutenden höchsten und schönsten Erdpyramiden Europas. Nach einem Einkaufsbummel durch die einst bedeutende Handelsstadt Sterzing machten sich die Pensionisten um viele schöne Eindrücke reicher auf den Heimweg.



## Erstaunliches Vorarlberg

**Gallspach.** Der 3-Tage-Ausflug führte uns im September mit 31 Personen nach Vorarlberg. Viel Natur und jede Menge touristischer Sehenswürdigkeiten gab es zu bestaunen. Am 1. Tag gleich durch das Paznauntal zur Silvretta-Hochalpenstraße. Der Bodensee, die Blumeninsel Mainau und die historische Inselstadt Lindau waren die Höhepunkte des 2. Tages. Die Heimreise am 3. Tag führte uns durch den Bregenzerwald und weiter nach Rattenberg, die kleinste Stadt Österreichs.

## Pferde, Öl und Wein

**Peuerbach.** Gemeinsam mit der OG Taufkirchen reisten wir für drei Tage in die Südsteiermark. Eine Führung im Gestüt Piber, ein interessanter Rundgang in der Lipizzaner Welt und der Besuch in einer Ölmühle mit einer Verkostung der Kürbiskernprodukte begeisterten uns. Weiter ging es auf der Südsteirischen Weinstraße entlang der österreichisch-slowenischen Grenze mit Buschenschankbesuch. Am 3. Tag durften wir in Arzberg im ehemaligen Silberstollen den Reifeprozess der verschiedenen Stollenkäsesorten mit Verkostung erleben.





Weitere Termine, Informationen und Berichte finden Sie unter: [pvoe.at/oberoesterreich/kirchdorf](http://pvoe.at/oberoesterreich/kirchdorf)

## Kegel-Landesmeisterschaft

**Alle Neune.** Es hat beinahe schon so etwas wie einen Automatismus, dass unsere Damen und Herren immer wieder hervorragende Platzierungen bei den Landesmeisterschaften im Stocksport oder Kegeln erzielen. Beim Finale der Kegel-Landesmeisterschaft Ende August in der Stocksportanlage des SK-Lambach holte sich in der Einzelwertung der Damen Waltraud Samwald mit dem 2. Platz den Vizelandesmeistertitel und Melitta Radner errang den 3. Platz. Den Vize-

landesmeistertitel errang auch die Damenmannschaft, wobei bei gleicher Punktzahl nur die Quote beim Abräumen den obersten Podestplatz verhinderte. Die Herrenmannschaft ließ sich den Landesmeistertitel vom Vorjahr nicht entreißen und verteidigte mit einer herausragenden Leistung erfolgreich den 1. Platz.

Wir gratulieren und halten die Daumen, damit wir in der nächsten UG-Ausgabe auch über Erfolge von der Bundesmeisterschaft berichten dürfen.



Klaus Bruckner, Josef Bernögger, Siegfried Mitterhuber, Franz Pimminger (o.) sowie Josef Rohrauer und Johann Aigner (u.) mit Fachreferent Ing. Erich Hackl und Bezirkssportreferent Peter Schober

### Termine

#### Nußbach

So., 1.12., Bratwurstsonntag

#### Spital am Pyhrn

So., 8.12., Adventmarkt in Spital am Pyhrn

#### Wartberg an der Krems

Sa., 11.1., Faschingsball

#### Steinbach am Ziehbberg

Fr., 17.1., Jahreshauptversammlung mit Wahl

#### Kirchdorf-Inzersdorf

Sa., 18.1., Faschingsball

#### Schlierbach-Oberschlierbach

Fr., 7.2., Faschingsball

## Kroatienreise 2024

**Bezirk.** Von 18. bis 22. September unternahmen 38 Mitglieder aus verschiedenen Ortsgruppen des Bezirks unter der bewährten Reiseleitung von Konsulentin Edeltraud Guggi eine Reise nach Kroatien. Das Städtchen Poreč war der Ausgangspunkt für die Besichtigungstouren in die alte Hafenstadt Piran und das elegante Seebad Portorož in slowenien sowie nach Pula, der größten

Stadt Istriens mit ihrem imposanten Amphitheater. Höhepunkt der Reise war die Schiffsfahrt entlang der Grünen und Blauen Lagune von Poreč, vorbei an Coversada, Vr-sar bis Rovinj. Das interessante Programm und dazu genügend Freizeit, die man u. a. für Strandspaziergänge nutzen konnte, hinterließen bei den Reisetilnehmer\*innen unvergessliche Eindrücke.



## Frauenfrühstück

**Aktivität.** Im Gasthof Rettenbacher fand das Frauenfrühstück unter dem Titel „Wundermittel Bewegungstraining – Sturzprävention“ statt. Nach einem guten Frühstück, bei dem sich die Teilnehmerinnen bestens unterhielten, konnte die Bezirksfrauenreferentin Eva Obert den PVÖ-Landessportkoordinator Roland Adami als Referenten ankündigen. Dieser gestaltete

seinen Vortrag, der neben wissenswerter Theorie auch aktives Mitmachen beinhaltete, sehr interessant und kurzweilig. Die eingeplante halbe Stunde hätte gerne noch länger dauern können.



## Bezirkswandertag

**Wandern.** Es ist schon Tradition, dass sich die Ortsgruppe Molln jedes Jahr dazu bereit erklärt, ihren Ortsgruppenwandertag auszuweiten und einen herbstlichen Bezirkswandertag zu



organisieren. Bei idealem Wetter bewältigten 150 Personen die 7-km-Strecke, mit Start und Ziel beim Nationalparkzentrum. Die beim Wandern verbrannten Kalo-

rien konnten mit Grammelknödeln, Gulaschsuppe und süßen Nachspeisen wieder aufgefüllt werden. An den ältesten (Jg. 1934) und die älteste Teilnehmerin (Jg. 1941) wurden Vitamine überreicht.



## Termine

### Kostenlose Beratung:

Asten: Seniorenklub  
Mi., 18.12., 15.15 Uhr

### Alkoven

Mi., 4.12., Weihnachtsmarkt  
in Krumau  
Mi., 11.12., Weihnachtsfeier  
Mo., 30.12., Jahres-  
abschluss-Wanderung  
Mo., 13.1., Eisstockturnier  
Mi., 5.2., Spielenachmittag  
Mi., 12.2., Jahreshaupt-  
versammlung

### Hörsching

Di., 17.12., 11 Uhr, Weih-  
nachtsfeier mit Ehrungen im  
Paschingerhof

### Niederneukirchen

Do., 5.12., Weihnachtsfeier  
Di., 31.12., Silvester-  
punschstand

### Pasching

Mi., 4.12., 12 Uhr, Advent-  
feier im Paschingerhof  
Fr., 13.12., Fahrt zum Christ-  
kindlmarkt Altötting und zur  
Waldweihnacht Halsbach

## Wandern und Feiern

**Bezirk.** Im September ver-  
anstalteten die Ortsgruppen  
Haid bei Ansfelden und Net-  
tingsdorf den Bezirkswan-  
dertag. Zwei schöne Runden  
standen zur Auswahl. Eine  
kurze Rast einlegen und stär-  
ken konnten wir uns bei der  
Labestelle der OG Pucking,  
bestens organisiert von An-  
gelika und ihrem Team. Der  
älteste Teilnehmer mit 86  
Jahren kam aus der OG Haid.  
Unsere Kandidatin für den  
Nationalrat, Sabrina Klaus-  
berger, begleitete uns bei  
dieser Veranstaltung. Da die

SPÖ Ansfelden zeitgleich ihr  
traditionelles Kistenbrat-  
lessen zugunsten der Kin-  
derkrebshilfe veranstaltete,  
fand der Abschluss gemein-  
sam mit unseren Wande-  
rern und zahlreichen Gästen  
statt. Bei Musik von Moni &  
Gerhard und der Preisverlei-  
hung für unsere Wanderer  
verging die Zeit wie im Flu-  
ge. Vielen Dank an Vizebür-  
germeister Thomas Unger  
und sein Team für die Aus-  
richtung des Bezirkswander-  
tages mit anschließender  
Abschlussfeier.



Ältester Teilnehmer

## Trentino und Südtirol

**Offering.** Die Mehrta-  
gefahrt im Herbst führ-  
te uns nach Trentino  
und Südtirol. Beson-  
ders freute uns, dass  
auch zahlreiche Mit-  
glieder der Ortsgrup-  
pe Kirchberg-Thening  
daran teilnahmen. Un-  
sere Anreise ging über  
den Brenner nach Me-  
ran, wo eine Stadtbe-  
sichtigung auf dem  
Programm stand. Un-

ser Quartier bezogen  
wir im Hotel Gloria, di-  
rekt am Molveno See  
gelegenen. Der Molve-  
no See zählt zu den  
schönsten Seen  
Italiens. In den da-  
rauffolgenden Ta-  
daran besuchten wir  
die Orte Riva und  
Limone am Gar-  
dasee, den Schiort  
Madonna di Cam-  
piglio in den Bren-

ta Dolomiten und die  
Hauptstadt Trient. Auf  
der Rückreise stand

noch ein Besuch der  
Osttiroler Hauptstadt  
Lienz am Programm.



## Erfolgreiches Kürbisfest

### Doppl-Hart.

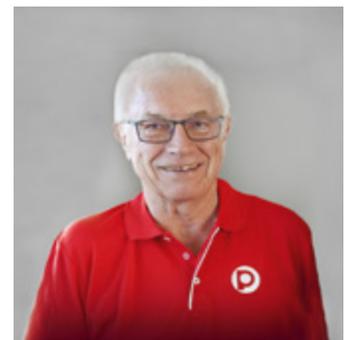
Rund 100 Mitglie-  
der besuchten un-  
ser traditionel-  
les Kürbisfest. Bei  
Kürbisgulasch,  
Bratwürsteln,  
Weißwurst und  
sonnigem Wetter  
wurde ein Riesen-  
kürbis auf sein Ge-  
wicht geschätzt.



Mit 17,3 kg war der erste Preis  
gewonnen und die ersten Drei  
konnten je eine Flasche Sekt  
mit nach Hause nehmen.

## Wir trauern

**Alkoven.** Leider ist unser langjähriger Vorsitzender Josef  
Baumgartner am 30. August verstorben. Für sein unermü-  
dliches Engagement und seine fast 20-jährige Funktionärstä-  
tigkeit für die Ortsgruppe wurde ihm im Jahr 2023 der Titel  
„Sozialrat“ verliehen. Auch in den Jahren seiner schweren  
Krankheit freuten wir uns immer, wenn Josef bei unseren  
Veranstaltungen dabei sein konnte. Das Schönste, was ein  
Mensch hinterlassen kann, ist ein Lächeln im Gesicht derje-  
nigen, die an ihn denken.



FOTOS: PVO ÖÖ



Weitere Termine, Informationen und Berichte finden Sie unter: [pvoe.at/oberoesterreich/linz-stadt](http://pvoe.at/oberoesterreich/linz-stadt)

## Kultur Burgenland

**PVA.** Verdis Oper „Aida“ in St. Margarethen, „My Fair Lady“ auf der Seebühne Mörbisch, eine Kutschfahrt im Seewinkel und das Dorfmuseum Mönchhof standen auf dem Programm dieser schönen Kulturreise.



## Dreiländereck

**Linz AG.** Mit 62 Personen reisten wir in das Dreiländereck Deutschland, Schweiz und Frankreich. Die UNESCO-Kulturstadt Baden-Baden, Basel und Eguisheim beeindruckten uns sehr. Eine Verkostung von Schwarzwälder Kirschtorte und Schinken waren kulinarische Höhepunkte. Auch der Munsterkäse und der elsässische Wein mundeten. Ein stimmungsvoller Folkloreabend rundete das tolle Programm ab.



## Termine

### Auwiesen

Fr., 13.12., Weihnachtsfeier

### Chemie

Do., 28.11., Wandern in Kirchdorf

Do., 5.12./9.1., Versammlungen

Mi., 11.12., Adventzauber in Salzburg

Do., 2.1., PVOÖ-Neujahrskonzert im Brucknerhaus Linz

### Keferfeld

Fr., 13.12., Weihnachtsfeier

Fr., 17.1., Jahresrückblick

### Neue Heimat

Fr., 13.12., Weihnachtsfeier

### Neustadt

Do., 21.11., Wandern in Kirchschatz

Fr., 6.12./10.1., Versammlungen

Mi., 11.12., Tagesausflug zu Adler Moden in Ansfelden und zum Wolfgangseer

Advent im wunderschönen Salzkammergut

Do., 12.12., Wandern in Hellmonsödt

Do., 12.12., Fahrt zu Adler Moden in Ansfelden, anschließend erwartet uns eine Erlebnistour mit dem Kristallschiff

### Spallerhof

Fr., 6.12., Weihnachtsfeier

Do., 12.12., Fahrt zu Adler Moden in Ansfelden, anschließend erwartet uns eine Erlebnistour mit dem Kristallschiff

## Seniorentag

**Schiffswerft.** Am 4. Oktober feierten wir mit gf. Vbgm. Dietmar Prammer und Gregor Kratochwill-Pichler den „Tag der älteren Generation“.

Vors. Helga Eilmsteiner und Dietmar Prammer gratulierten Rolf Schlegel zur Diamantenen Hochzeit. Magdalena Schlegel konnte krankheitsbedingt leider nicht teilnehmen.



## Mitglieder-Ehrungen

**BinderMichl.** Die Mehrtagefahrt führte uns nach Prag zur Prager Burg und nach Mladá Boleslav zum Škoda-Werk. Bei der Heimreise besuchten wir das Schloss Hluboká.

Bei unserem Oktoberfest wurden viele Mitglieder von gf. Vbgm. Dietmar Prammer geehrt. Im Bild Katharina Schaidreiter für 35 Jahre.



## Tagesausflug

**Franckviertel.** Der Ausflug im September führte uns auf den Stoderzinken. Spannend war die Fahrt auf der Panoramastraße mit wunderbarer Fernsicht. Auf der idyllisch gelegenen Rosemi-alm wurde gerastet. Einige spazierten zum Friedenskircherl, andere machten es sich auf der Sonnenbank bei der Hütte gemütlich. Der Ausflug sorgte für Begeisterung.

## Italienreise

**Neue Heimat.** Die Prosciutteria San Daniele, einen Weinkeller an der Prosecco-Weinstraße, Padua, eine der ältesten Städte Italiens, und Treviso besuchten wir im September. In Barbaro und Asolo durften wir Geschichte und Kultur erfahren. Den Abschluss bot das Poli-Grappa-Museum.

## Mitglieder-ehrungen

**Froschberg.** Am 4. Oktober wurden im Rahmen einer Festveranstaltung 52 Mitglieder geehrt. Mit Interesse verfolgten mehr als 100 Personen den von Walter Giritzer gestalteten Rückblick über die Höhepunkte der vergangenen sechs Jahrzehnte.

## Schöne Ausflugsziele

**Spallerhof.** Am 19. September ging es für 50 Teilnehmer\*innen zum Steirischen Bodensee, das Naturjuwel in den Schladminger Tauern. Am 14. November fuhren wir nach Ybbsitz, wo uns eine tolle Führung durch die Welt des Eisens erwartete.

## Gut besuchtes Grillfest

**Keferfeld.** Mehr als 150 Personen besuchten unser Grillfest am 23. August. Musikalisch begleitet wurden wir von „miasanmia“. Wir danken den zahlreichen Helferinnen und Helfern, ohne die so ein tolles Fest nicht möglich wäre, und den Spendern.

## Aus der Ortsgruppe

**Auwiesen.** Bei der Septemberversammlung durften wir uns über drei neue Mitglieder freuen, die wir herzlich begrüßten.

Am 30. Oktober stand bei uns ein Wandertag auf der Agenda und am 8. November feierten wir den fröhlichen Faschingsbeginn.



## Erfolgreiche Radsternfahrt

**Schwertberg.** Die Radsternfahrt im Bezirk Perg war mit über 170 Teilnehmern aus 23 OGs sehr erfolgreich. Die sportlichen Pensionist\*innen radelten von ihren Heimorten zur stimmungsvollen Aiserbühne. Dort fand auch die Abschlussveranstaltung statt. Mit 87 km bewältigten die Teilnehmer\*innen aus Desselbrunn die weiteste Anreise.



## 4-Tage-Ausflug nach Zell am See

**Mauthausen.** Die Anreise nach Zell am See war mit Pausen in Bad Goisern und Bischofshofen sehr entspannt. Am 2. Tag fuhren wir mit der Panoramabahn auf das Kitzsteinhorn, weiter mit dem Sessellift und anschließend mit der Gipfelbahn hinauf auf 3.029 m Höhe. Es erwartete uns eine phantastische Fernsicht mit imposantem Gipfelpanorama. Am Nachmittag genossen wir eine Seerundfahrt und einen Spaziergang durch die Altstadt. Am nächsten Tag ging es von Kaprun mit dem Schrägaufzug zu den Stauseen Mooserboden. Zum Abschluss fuhren wir noch mit der Seilbahn auf den Zeller Hausberg, die Schmittenhöhe. Diese wunderbaren vier Tage bleiben uns noch lange in schönster Erinnerung.

## Malerisches Südtirol

**Waldhausen.** Heuer fuhren wir für vier Tage ins malerische Südtirol und an den Gardasee. Nach der Anfahrt am ersten Tag, ging es am nächsten Tag zum Gardasee. Nach einem Aufenthalt im malerischen Sirmione, den Grotten des Catull und den warmen Schwefelquellen erreichten wir Riva del Garda, um die Stadtborg Rocco di Riva zu besichtigen.

Am dritten Tag begaben wir uns an den Kalterer See. Der Kalterer See ist der größte natürliche See Südtirols und lädt zum Verweilen und Spazieren ein. Mit einer Rundfahrt auf der Weinstraße und einer Weinverkostung verging der Nachmittag wie im Fluge. Nach einem Abstecher nach Bozen kehrten wir ins Hotel zurück. Auf der Heimreise machte wir noch in Brixen Halt.

## Wanderung auf die Hohe Dirn

**Naarn.** Bei herrlichem Wetter wanderten elf Mitglieder auf die Hohe Dirn in Losenstein. Nach der gemütlichen Wanderung und der Stärkung fuhren wir nach Losenstein. Auf der Burg genossen wir noch die Sonnenstrahlen und die schöne Aussicht.



## Emaille und Eisen

**Allerheiligen.** Am Vormittag besuchten wir die Riess-Werke in Ybbsitz, Österreichs einzige Emailiermanufaktur. Wir erlebten wie ein Topf entsteht. Nach der ausführlichen Besichtigung gab es noch die Möglichkeit einzukaufen. Nachmittags unternahmen wir eine virtuelle Reise durch die Geschichte des Eisens im Erlebnismuseum.

## Freilichtmuseum Großmeirn

**Grein.** Bei wunderschönem Wetter konnten wir im Freilichtmuseum Großmeirn bei Salzburg die verschiedensten traditionellen Bauernhöfe aus dem Salzburger Land bewundern.

DEM GLÜCK  
EINE CHANCE  
GEBEN



GLÜCK IST, WENN MAN  
GEMEINSAM AKTIV IST



Weitere Termine, Informationen und Berichte finden Sie unter: [pvoe.at/oberoesterreich/ried](https://pvoe.at/oberoesterreich/ried)

## Bezirkswandertag

Waldzell war der Austragungsort des heurigen Bezirkswandertages. Rund 160 Teilnehmer\*innen waren von der leicht hügeligen Landschaft und der schönen Aussicht begeistert. Die kurze Strecke führte über drei Kilometer Wanderwege rund um Waldzell. Die zweite Strecke mit etwa 7,5 Kilometern führte über Schotter- und Wiesenwanderwege zuerst Richtung Süden bis in die Ortschaft Bach, dann einen kleinen Berg hinauf zum neu errichteten Friedensdenkmal. Das Friedensdenkmal ist ein Projekt verschiedener Vereine aus Waldzell unter der Leitung des Katholischen Bildungswerkes und des Künstlers Hans Hermandinger. Dort erwartete die Wanderer eine kleine Labestelle. Gestärkt ging es weiter durch den Pfarrwald nach Burgstall, wo man



einen guten Blick bis zum Hochficht im Mühlviertel hatte. Zurück führte die Route über Steitzing zur Mehrzweckhalle, wo die Walzeller Ortsgruppe die Wanderer verköstigte. Als Ehrengäste waren Landespräsidentin Birgit Gerstorfer, Bez.-Vors. Helmut Gruber, Fritz Hosner und Sebastian Forster von der SPÖ gekommen. Ein großes Danke den zahlreichen Besuchern und allen Helfern.



## Das Jahr geht zu Ende

**Dankbar** blicken wir zurück auf viele schöne gemeinsame Stunden. Herzlichen Dank an alle Mitglieder für die Teilnahme an Veranstaltungen, Stammtischen, Reisen u.v.m. Ein besonderer Dank gilt jenen, die diese Aktivitäten durch ihr Engagement ermöglichen. Vom Organisieren einer Wanderung oder eines Ausfluges bis hin zum Aufstellen des Maibaums und den zahlreichen Kuchenbäckerinnen – danke für euren Einsatz! In diesem Sinne wünschen wir euch eine schöne Advents- und Weihnachtszeit und alles Gute für das neue Jahr.

## Tanz in den Herbst

**Bezirk.** 140 Mitglieder aus umliegenden, aber auch fernerer Ortsgruppen folgten am 28. September der Einladung der Rieder Ortsgruppe zum Höhepunkt der Saison, dem „Tanz in den Herbst“ in die Rieder Bauernmarkthalle. Das Duo „Gisi & Hans“ sorgte für ausgezeichnete Stimmung. Auch Vizebürgermeister Peter Stummer aus Ried im Innkreis, Bürgermeisterin Petra Mies aus Gurten, SPÖ-Nationalratskandidat StR. Sebastian Forstner, SPÖ-Fraktionsvors. Patrick Holzinger und

Gemeinderat Mag. Franz Mairinger genossen diesen stimmungsvollen Nachmittag. Bei der großen Tombola konnten sich die Besucher über zahlreiche schöne Preise freuen. Selbstgemachte Torten und Kuchen unserer fleißigen Damen beschernten den Besuchern einen kulinarischen Hochgenuss. Für die Verpflegung sorgte das bestens eingespielte Team der Bauernmarkthalle um Irene Kern. Ein großer Dank gilt allen, die zum Gelingen dieser Veranstaltung beigetragen haben.



## Termine

### Bezirk

Mi., 4.12., Bezirksweihnachtsfeier, Rieder Wirt

### Antiesenhofen-Ort

Sa., 14.12., Weihnachtsfeier

### Aurolzmünster

So., 15.12., Weihnachtsfeier

### Eberschwang

So., 8.12., Weihnachtsfeier

### Gurten-Wippenham

Sa., 14.12., Weihnachtsfeier, Gasthaus Loryhof

### Lohnsburg

Sa., 21.12., Weihnachtsfeier

### Mettmach

Sa., 14.12., Weihnachtsfeier

### Pramet-Schildorn

Do., 5.12., Fackelwanderung, Badeseesee Pramet  
Do., 12.12., Weihnachtsfeier, Gasthaus Maletzky

### Ried im Innkreis

Fr., 29.11., Advent am Baumkronenweg  
Sa., 14.12., Weihnachtsfeier

### Waldzell

Do., 19.12., Weihnachtsfeier



## Termine

### Haslach

14.12. Jahreshauptversammlung mit Wahl.  
2.1., Brucknerhaus, Neujahrskonzert.  
7.2., Stammtisch.  
28.2., Faschingskehrhaus.

### Peilstein

Sa., 30.11. – So., 1.12., Weihnachtsmarkt.  
Sa., 11.1., 14 Uhr, GH Ramlhof, Faschingskränzchen.

### Rohrbach-Berg

6.12., Weihnachtsfeier und Jahreshauptversammlung.  
7.12., traditionelle Winterwanderung mit Mittagsessen für Wanderer und Nichtwanderer.  
12.12., Sozialsprechtag mit Anmeldung bei Renate Günthör unter Tel. 0664/541 81 46.

### Ulrichsberg-Klaffer-Schwarzenberg

7.12., Waldweihnacht in Kopfing.  
14.12., 11.30 Uhr, Böhmerwaldhof in Ulrichsberg, Weihnachtsfeier.

## Willkommen

**Haslach.** Wir heißen unsere neuen Mitglieder herzlich Willkommen: Rupert Pernsteiner, Ernst Wöhrer, Maria Weigl, Elena und Gerhard Hofer Tanja Koban-Mitter-

## Bezirksorganisation Rohrbach unter neuer Führung

**Bezirk.** Nachdem der langjährige Vorsitzende Johann Dobesberger seine Funktion zurücklegte, führte sein Stellvertreter Helmut Pirngruber die Geschäfte der BO Rohrbach. Bei der Bezirkskonferenz am 12. September wurde das neue Team aus bereits sehr erfahrenen und neuen Funktionär\*innen einstimmig gewählt. Den Vorsitz übernimmt Ewald Mairhofer aus Hofkirchen, als Stellvertreter stellten sich August Moser aus Hofkirchen und Alexander Pilz aus Kirchberg o. d. Donau zur Verfügung. Der Vorsitzende bedankte sich für das große

Vertrauen sowie bei allen, die in der BO eine Funktion übernommen haben und ersuchte gleichzeitig auch um die nötige Zeit für eine Eingewöhnungsphase.

Die Ehrengäste Viz.-Präs. des Bundesrates, Bgm. Dominik Reisinger, NR<sup>in</sup> Sabine Schatz, die Spitzenkandidatin für den Bezirk Rohrbach, Nicole Trudenberger, die Lds-Präs. Birgit Gerstorfer und LGF Jutta Kepplinger bedankten sich bei allen für das ehrenamtliche Engagement und wünschten dem neuen Team alles Gute und viel Erfolg.



Die Ehrengäste mit dem neuen Team



Helmut Pirngruber (re.) übergibt Ewald Mairhofer und seinen Stellvertretern Alexander Pilz und August Moser den Vorsitz



## Ausflug und Radtour

**Peilstein.** Unser Zweitageausflug im September ging nach Puchberg am Schneeberg. Dort brachte uns der Salamanderzug auf den Schneeberg. Bei herrlichem Wetter konnten wir das beeindruckende Panorama genießen. Nach einem gemütlichen Nachmittag fuhren wir zum Hotel nach Neusiedl am Steinfeld. Der nächste Morgen begann mit der Fahrt durch das Höllental nach

Mariazell. Nach der Besichtigung der Basilika fuhren wir weiter nach Lunz am See. Diese Umgebung lud zu einer kleinen Wanderung und zu einer Bootsfahrt ein.

Zu einer Radtour versammelten sich am 27. September 20 sportliche Mitglieder. Nach der ca. 40 km langen Strecke kehrten wir im GH Ramlhof ein. Bei einem Bratln in der Rein ließen wir den schönen Tag ausklingen.

## Schiffsfahrt und Ausflug

**Ulrichsberg-Klaffer-Schwarzenberg.** Bei herrlichem Wetter genossen 59 Personen die Innschiffsfahrt am 13. August. Auf dem Schiff konnten wir hautnah das Bierbrauen miterleben. Anschließend besuchten wir die Veste Oberhaus in Passau und kehrten im Restaurant am See in Waldkirchen ein.

Unser 2-Tage-Ausflug im September brachte 37 Personen nach Neuschwanstein. Bei

Sonnenschein konnten wir am nächsten Tag den Blick vom Wendelstein genießen.



## Schneeschuhwanderung

**Rohrbach-Berg.** An alle Schneeschuhwanderer und solche, die es versuchen möchten: Roland Adami kommt am 29. Jänner zu uns nach Schöneben, um mit interessierten Mitgliedern des Bezirks Rohrbach eine Schneeschuhwanderung zu unternehmen. Er bietet auch für ca. fünf Personen die Ausrüstung an. Bitte bis 15.1. bei Renate Günthör 0664/541 81 46 anmelden. Bei Schneemangel entfällt die Veranstaltung. Weitere Infos bei der Anmeldung.



Weitere Termine, Informationen und Berichte finden Sie unter: [pvoe.at/oberoesterreich/schaerding](http://pvoe.at/oberoesterreich/schaerding)

## Es zahlt sich aus beim PVÖ zu sein

**Bezirk.** Die Grundsätze für eine Auszeichnung im PVÖ sind entweder eine jahrelange Mitgliedschaft oder Verdienste um den Verband. Diese ehrenvolle Auszeichnung durften die Bezirksvorstandsglieder Hedwig Keppl und Roswitha Zehentmayer von Bez.-Vors. Konsulent Josef Weljacsek entgegennehmen. Hedwig Keppl ist langjähriges Vorstandsmitglied und führt derzeit die Geschicke als

Vorsitzende der Bezirkskontrolle. Sie erhielt das Goldene Ehrenzeichen. Roswitha Zehentmayer ist ebenfalls jahrelanges Vorstandsmitglied und als Bezirksschriftführerin hat sie nicht nur für die Niederschriften und Protokolle Sorge zu tragen, sie unterstützt auch die Vorstandsmitglieder in organisatorischen Angelegenheiten. Ihr wurde das Silberne Ehrenzeichen verliehen.



## 75 Jahre PVÖ – ein großartiges Fest

**Wandern und Feiern.** Der Landes-Nordic-Walking-Wandertag in Eferding war eine ganz besondere Veranstaltung, da der Pensionistenverband gleichzeitig seinen 75. Geburtstag feierte. Bei traumhaftem Wetter wanderten wir über zwölf Kilometer durch Wiesen und Felder. Nach einem kurzen Stopp an der Labestelle kehrten wir zurück nach Eferding, wo wir von Präsident Dr. Peter Kostelka, Landespräsidentin Birgit Gerstorfer, Generalsekretär Andreas Wohlmuth und Landesgeschäftsführerin Mag.<sup>a</sup> Jutta Kepplinger empfangen wurden. Stell-

vertretend für den Bezirk nahmen wir gemeinsam mit über neunhundert Gästen und Ehrengästen am Festakt teil und gratulierten recht herzlich.



## Gut informiert

**Informationen zu den Themen Pensionierung, Konsumentenschutz und Betrügereien.**

- Eine AK-Mitgliedschaft endet formal mit der Pensionierung, daher unbedingt die AK-Seniorenleistungskarte beantragen.
- Auf der Konsumentenschutzseite der AK werden viele Tests und Preisvergleiche (z. B. Kosten für eine Stunde eines Handwerkerdienstes, Schlüsseldienste etc.) angeboten.
- Unter [www.e-control.at](http://www.e-control.at) stehen Vergleichsportale für Strom- und Gaskalkulator zur Verfügung.

- Die Polizei nimmt keine Geld- oder Wertsachen an sich, auch nicht zum Schutz vor Betrügnern. Bei Telefonaten mit Unbekannten sofort auflegen.
- Banken drängen auf keine Online-Bestätigungen über App-Aktualisierungen. Persönlich mit der Bank in Kontakt treten.
- Bei E-Mails von der Post, DHL, etc. ist Vorsicht geboten – wenn man hier dem Link folgt, um z. B. das Paket freizugeben und die Kriminellen eine Banking-App anfordern, ist das Geld verloren. Das Paket kommt sowieso.

## Termine

### WEIHNACHTSFEIERN

Ein schöner Jahresabschluss sind die zahlreichen Weihnachtsfeiern in unseren Ortsgruppen

#### Brunnenthal

Do., 5.12., 11.30 Uhr, Gasthaus Stelzenwirt

#### Diersbach

Sa., 14.12., 11.30 Uhr, Kirchenwirt

#### Esternberg

Fr., 13.12., 11.30 Uhr, Gasthaus Hubinger

#### Kopfing

Mi., 11.12., Gasthaus Kirchenwirt

#### Münzkirchen

Sa., 30.11., 12 Uhr.

#### Schärding:

Sa., 14.12., 12 Uhr, Weihnachtsfeier mit Ehrungen

#### St. Florian am Inn:

Sa., 21.12., Stadtwirt Schärding

#### Taufkirchen an der Pram:

Sa., 14.12., 12 Uhr, Gasthaus Peham

### Bezirk

Do., 28.11., Bezirksweihnachtsfeier, GH Labmayr

Do., 2.1., PVOÖ-Neujahrskonzert (Anspracheperson: Bez.-Vors.-Stv. Robert Kinzlbauer)

### Andorf

Fr., 6.12., 14 Uhr, Pensionistennachmittag und Sparvereinsauszahlung im Treffpunkt

So., 8.12., 11 Uhr, Jahresabschluss mit Vorweihnachtsfeier, GH Bauböck

Fr., 10.1./Fr., 7.2., 14 Uhr Pensionistennachmittage und Sparvereinseinzahlung im VAZ

Fr., 10.1./Fr., 7.2., 14 Uhr Pensionistennachmittage und Sparvereinseinzahlung im VAZ

### Kopfing

Do., 5.12., Stammtisch, Mostschänke Wimmer

Do., 9.1., Stammtisch, Gasthaus Kirchenwirt

Do., 6.2., Stammtisch, Gasthaus Grüneis-Wasner

### Münzkirchen

Mi., 8.1./Mi., 12.2., Mittagstisch, GH Wurmsdobler

### Schärding

Mi., 4.12., 13.30 Uhr, Treffen in der AK, Motto: Kekse, Glühwein, Punsch und Besinnliches

Mi., 7.1., 13.30 Uhr, Neujahrsempfang in der AK

Mi., 5.2., 13.30 Uhr, Faschingsgaudi, lustige Masken sind erbeten, Arbeiterkammer

Mi., 5.2., 13.30 Uhr, Faschingsgaudi, lustige Masken sind erbeten, Arbeiterkammer

### St. Florian am Inn

Ende November, Wanderung mit Hasenpartie beim Fischer in Bubing

Do., 5.12., Tagesausflug: Kerzenwelt Schlägl und Granitweihnacht Hauzenberg

Mi., 15.1., Gedenkfeier für die verstorbenen Mitglieder, Pfarrkirche St. Florian

### Taufkirchen a. d. Pram

So., 1.12., Adventausflug Garsten

Do., 9.1., 14 Uhr, Spielenachmittag, GH Beham



## Termine

**Kostenlose Beratung**  
Steyr: Mi., 11.12., 14 Uhr,  
SPÖ-Gebäude, 1. Stock

## Termine

**Wolfern**  
Sa., 23.11., 14 Uhr,  
Kinderfreundeheim Wolfern,  
Punschtrunk, Kekselverkauf und frisch gebackene Schürferl.

**Losenstein**  
Mi., 4.12., Adventausflug zur Hirschalm  
Mo., 30.12., 14 bis 16 Uhr,  
Gesundheitszentrum Losenstein, Silvesterpunsch



OG Steyr-Stadt bei der 75-Jahr-Feier



Volle Halle bei der 75-Jahr-Feier

## 75 Jahre PVÖ

**Bezirk.** Am 19. September fand im Rahmen des Landes-Nordic-Wandertages in Eferding auch die 75-Jahr-Feier des PVÖ in Oberösterreich statt. Aus unserem Bezirk nahmen ca. 60 Wanderinnen und Wanderer daran teil. Sie feierten gemeinsam mit Präsident Dr. Peter Kostelka, Landesrat Mag. Michael Lindner, der Landespräsidentin Birgit Gerstorfer sowie einigen weiteren Landesvorstandsmitgliedern den Geburtstag des Pensionistenverbandes.

## Traditionelle Knödelparty

**Wolfern.** Am 21. September veranstaltete die OG ihre traditionelle Knödelparty. Einige der Teilnehmenden erwanderten sich den Knödelhunger sogar und reisten zu Fuß nach Wolfern an. Die köstlichen Haschee- und Grammelknödeln mit Sauerkraut waren ein kulinarischer Hochgenuss. Wer noch Platz hatte, konnte sich zum Nachtisch an den exzellenten selbstgemachten Mehlspeisen bedienen.

## Erntedank- und Marktfest

**Sierning.** Am 22. September fand in Sierning das Erntedank- und Marktfest statt. Am Festzug nahmen zahlreiche Vereine mit ihren geschmückten Fahrzeugen teil. Feierlich fuhren sie durch den Ort bis zur Pfarrkirche Sierning, wo der Erntedankgottesdienst zelebriert wurde. Auch die OG Sierning nahm unter der Führung des Vors. Mag. Hermann Weingartner mit vier geschmückten Oldtimern teil. Das den Festzug anführende Fahrzeug, ein Citroën 2CV, im Volksmund auch Ente genannt, war mit dem 75-Jahr-Logo des PVÖ und zahlreichen, bunten Blumen geschmückt.

tedankgottesdienst zelebriert wurde. Auch die OG Sierning nahm unter der Führung des Vors. Mag. Hermann Weingartner mit vier geschmückten Oldtimern teil. Das den Festzug anführende Fahrzeug, ein Citroën 2CV, im Volksmund auch Ente genannt, war mit dem 75-Jahr-Logo des PVÖ und zahlreichen, bunten Blumen geschmückt.



## Zaumsitzn

**Losenstein.** Beim traditionellen „Zaumsitzn“ zu Kaffee und Kuchen durften wir neben vielen anderen Ortsgruppen aus Nah und Fern auch die Klubobfrau der SPÖ im oberösterreichischen Landtag, Sabine Engleitner-Neu, MA und unsere Spitzenkandidatin zum Natio-

nalrat Mag.<sup>a</sup> Katrin Auer begrüßen. Trotz stundenlangem Dauerregen verbrachten wir im Pfarrzentrum einen gemütlichen Nachmittag im Trockenen. Lieben Dank an die fleißigen Backenden und an alle, die zum guten Gelingen beigetragen haben.



Weitere Termine, Informationen und Berichte finden Sie unter: [pvoe.at/oberoesterreich/urfahr-umgebung](http://pvoe.at/oberoesterreich/urfahr-umgebung)

## Jahresrückblick

**Steyregg.** Auch unser Jahresprogramm war gefüllt mit Aktivitäten, wie jeden 2. Donnerstag Treffen im Volksheim, Turnen, Ausflüge, Oster-, Weihnachts- oder Muttertagsfeier usw.

Am 4. August fand z. B. der Frühschoppen statt, den – neben vielen Mitgliedern unserer Ortsgruppe – aus verschiedenen Bezirken insgesamt 15 Ortsgruppen besuchten. Natürlich war, wie bei diesen Veranstaltungen üblich, fürs leibliche Wohl gesorgt. Zur Unterhaltung fand neben flotter Musik auch ein Schätzspiel statt. Es war eine schöne und perfekt organisierte Veranstaltung.

Den Höhepunkt unseres Ausflugsprogrammes 2024 bildete die 2-Tage-Fahrt ins Felsentheater nach Fertőrákos in Ungarn, wo wir eine Aufführung von Emmerich Kálmáns „Die Zirkusprinzessin“ sahen. Alle waren begeistert von dieser brillanten Vorstellung mit ihren herrlichen Melodien.

Bei uns werden vierteljährlich alle Jubilare ab dem 80. Lebensjahr zu einem speziellen Zusammenkommen geladen, um in einem kleineren Kreis zu feiern. Diese Initiative ist – alleine wegen des besseren Verständnisses untereinander – bisher sehr gut angenommen worden.



Beim Grillfest

## Gemütlicher Grillnachmittag

**Vorderweißbach.** Am 21. September fand der Grillnachmittag der OG Vorderweißbach bei der Fam. Schwarz in Ortschaft statt. Der Vorsitzende Johann Schwarz konnte dazu viele Mitglieder und Gäste begrüßen. Eine besondere Ehre war der Besuch von NR-Kandidat Martin Seidl und Michael Schwarzlmüller. Mit unterhaltsamer Musik, gutem Essen und Getränken verbrachten wir einen gemütlichen und geselligen Nachmittag und Abend. Ein Dankeschön an alle die zum Gelingen der Veranstaltung beigetragen haben.

Die Aktivitäten der OG Vorderweißbach sind aber noch vielfältiger: Neben den Stammtischterminen, einem Tages- und Halbtagesausflug, der jährlichen Veranstaltung „Tanz in den Frühling“ im April, gibt es noch viele sportliche Aktivitäten: Wandern, Kegeln, Eisstockschießen und Radfahren sorgen für die körperliche Ertüchtigung. Für die Radfahrer wurden dazu eigene Radtrikots angeschafft. Durch die Unterstützung von Firmen aus der Umgebung von

Vorderweißbach, wurde bei Ausfahrten ein einheitliches Erscheinungsbild geschaffen.



Die Radlergruppe

## Gegrilltes, Sonne und gute Laune

**Zwettl an der Rodl.** Neben den regelmäßigen Klubnachmittagen gehört die jährliche Grillparty zweifellos zu den Höhepunkten. Auch in diesem Sommer war es wieder so weit: Bei strahlendem Sonnenschein und angenehmen Temperaturen lud die OG zur traditionellen Grillparty in den gemütlichen Klubraum ein. Zahlreiche Mitglieder folgten der Ein-

ladung und genossen einen unvergesslichen Nachmittag voller Geselligkeit und guter Laune. Der Duft von frisch gegrillten Speisen lag in der Luft, während die Gäste angeregte Gespräche führten und das Zusammensein sichtlich genossen. Ein herzliches Dankeschön geht an alle, die den Tag mitgestaltet und durch ihre Teilnahme bereichert haben.



Der Grillmeister

### Termine

#### Steyregg

Do., 12.12., Stadtsaal, Weihnachtsfeier  
So., 26.1., Stadtsaal, Ball

#### Vorderweißbach

Fr., 11.4.2025, Schmanckerwirt, Tanz in den Frühling  
So., 14.9.2025, Ortschaft, Grillfest  
Jeden 2. Dienstag, Radausfahrt (Sommer)  
Jeden letzten Freitag, Kegeln

#### Zwettl an der Rodl:

Sa., 21.12., Zwettlerhof, Weihnachtsfeier



## Ein unvergesslicher Bezirkswandertag in Zipf-Neukirchen

**Bezirk.** Am 29. August 2024 erlebte wir in Zipf einen unvergesslichen Bezirkswandertag, der bei strahlendem Wetter und sommerlichen Temperaturen zahlreiche Mitglieder anlockte. Rund 209 Teilnehmer starteten von der Asphaltstockhalle des ATSV Zipf in Exlwöhr auf zwei abwechslungsreichen Strecken von 10 km und 5 km, die sorgfältig von der Ortsgruppe Zipf/Neukirchen markiert waren. Nach etwa 2,5 km erreichten die Wanderer die Labestelle in der Bachleiten, wo sie zwischen der kurzen und langen Route wählen konnten. Die längere Strecke führte auf malerischen Wald- und Wiesenwegen mit einem Höhenun-

terschied von etwa 150 m und bot angenehmen Schatten. Auf dem Weg nach Pollhammeredt und Haslau mussten einige kleine Hügel überwunden werden, während die Temperaturen auf dem letzten Abschnitt anstiegen. Doch das Ziel – ein kaltes Bier aus Zipf – motivierte alle.

Nach der Wanderung wurden die Teilnehmer herzlich von Ortsvorsitzendem Fritz Huemer empfangen, unterstützt von Ehrengästen wie Bürgermeisterin Adelheid Fellingner. Musikalische Darbietungen sorgten für festliche Stimmung, während die größten Gruppen und ältesten Teilnehmer geehrt wurden. Ein besonderer Dank ging an die Organisato-



ren, die trotz Herausforderungen einen reibungslosen Ablauf ermöglichten. Für das nächste Jahr steht bereits eine neue Ortsgruppe im Fokus – „Das Wandern ist des Pensionisten Lust!“ bleibt ein Motto voller Freude und Gemeinschaft.

### Termine

#### Bezirkssprechtage:

jeden zweiten Mittwoch im Monat, AK Vöcklabruck. Bitte um Anmeldung.

#### Aurach

Di., 26.11., Sozialsprechtage Bei Bedarf einfach Nachfragen

#### Gampern

Do., 28.11., 10 Uhr, Gasthaus Gugg, Bezirksweihnachtsfeier

#### Timelkam

So., 22.12., ab 14.30 Uhr, Beginn: 16 Uhr, Kulturzentrum, Kultur-Weihnachtskonzert. Vergünstigter Preis für PVÖ-Mitglieder.



Mo., 2.1.2025, Brucknerhaus Linz, Neujahrskonzert mit zwei Vorstellungen (Vor- und Nachmittag)

#### Vöcklamarkt-Pfaffing

Sa., 18.1., ab 14 Uhr, GH Fellner, Faschingsball

## Grillfest trotz Wetterkapriolen

**Puchkirchen.** Das 9. Grillfest, ursprünglich für den 26. Juli geplant, fand wetterbedingt am 2. August statt und wurde zu einem unvergesslichen Erlebnis. Trotz eines heftigen Regenschauers kurz vor Beginn ließen sich die Gäste nicht abschrecken; der Wettergott bescherte uns anschließend ideales Grillwetter. Mitglieder der Ortsgruppen Puchkirchen, Frankenmarkt, Timelkam, Thomasroith und

Zell am Pettenfirst verbrachten gemütliche Stunden miteinander. Die Grillmeister Sepp und Toni verwöhnten die Gäste mit Bratwürsten und Steaks, auch ein Salat- und Kuchenbuffet stand bereit. Marianne und Hubert Nobis sorgten musikalisch für gute Stimmung. Rund 65 Gäste genossen das fröhliche Beisammensein. Ein besonderer Dank gilt Vors. Heidi Schmidmair und allen Helfer\*innen!



Die Grillmeister bei der Arbeit

## 75-Jahr-Feier beim Landeswandertag

**Bezirk.** Am 19. September feierte der Pensionistenverband Österreichs (PVÖ) in der Remise der Linzer Lokalbahn (LILO) seinen 75. Geburtstag und den Landes-Nordic-Walking-Wandertag. Die Ortsgruppe Eferding hatte zu diesem besonderen Anlass eingeladen. Bereits um 8 Uhr starteten zwei Busse mit wanderfreudigen Mitgliedern aus dem Bezirk Vöcklabruck nach Eferding. Nach der Anmeldung begaben sich die Teilnehmer auf die fünf Kilometer oder die herausfordernde 12,8 Kilometer lange Strecke, die beide hervorragend markiert waren. Das schöne Wetter sorgte für gute Laune und ein unvergessliches Wandererlebnis. In der Remise erwartete die fast 900 Wanderer eine

vorbildliche Verpflegung und ein abwechslungsreiches Programm mit Ehrengästen wie PVÖ-Präsident Dr. Peter Kostelka. Preise wurden für die größte Gruppe und die ältesten Teilnehmer vergeben, während eine Verlosung für zusätzliche Spannung sorgte. Es war wieder einmal ein gelungener Tag voller Gemeinschaft und Freude!





Weitere Termine, Informationen und Berichte finden Sie unter: [pvoe.at/beroesterreich/wels](https://pvoe.at/beroesterreich/wels)

## Papiermachermuseum Steyermühl

**Bachmanning.** Unsere Ausfahrt im September nach Steyermühl war sehr unterhaltsam und interessant. Nach dem leichten Regen bei der Anfahrt zum Papiermachermuseum konnten wir bei einer fachkundigen Führung riesige Maschinen in der Alten Fabrik bestaunen und den Erläuterungen über die Arbeitsabläufe bei der Papierherstellung aufmerksam lauschen. Nach der eineinhalbstündigen Führung machten wir Mittagspause im Berggasthof Urzn am Gmundnerberg. Den prächtigen Ausblick auf den Traunsee und Traunstein ließen wir uns nicht entgehen, bevor unsere Reise über



die Hügelkette zum Attersee nach Weyregg ihren Abschluss fand. Auf der Terrasse vom Café Eichhorn ließen wir uns noch vor der Heimfahrt mit Kaffee, Eis und anderen Schmankerln verwöhnen, bevor dieser gemütliche Herbstausflug zu Ende ging.

## Aus der Orstgruppe

**Stadl-Paura.** Unsere heurige Mehrtagefahrt war eine Badereise nach Lignano. Wir genossen das Dolce Vita bei Sonne, Sand und Meer sowie Pizza, Gelato und Cappuccino.

Eine lustige Runde von 12 Teilnehmer\*innen fand sich zu unserer Septemberwanderung ein.



## Kesselwurstparty

**Offenhausen.** Zu unserer Kesselwurstparty im August kamen wieder zahlreiche Besucher aus vielen Ortsgruppen. Auch viele Offenhausener kamen, um die angebotenen Würste zu genießen. Nach prima Mehlspeisen und Kaffee gab es bei der Tombola noch schöne Preise zu gewinnen. Danke an alle Mitarbeiter. Es war eine gelungene Veranstaltung.



## Interessanter Vortrag

**Wels-Pernau.** Beim gut besuchten Pensionistennachmittag im September hatten wir einen interessanten Vortrag über „Messbares entspanntes Wohnen“. VITAHome beschäftigt sich mit Verursachern von Elektrosmog, spürt Störfelder auf und reduziert diese für ein gesundes Wohnumfeld. Ein gesundes, störfreies Wohnum-

feld fördert die tägliche Erholung und sorgt für mehr Vitalität und Energie. Wir waren von diesem kurzweiligen Vortrag sehr begeistert.



## E-Biken will gelernt sein

**Weißkirchen.** Beim praxisnahen E-Bike-Sicherheitstraining in Zusammenarbeit mit dem ARBÖ, lernten die 18 Teilnehmerinnen und Teilnehmer im September das präzise Umsetzen wichtiger Techniken für ein sicheres Fahrverhalten. Es ist unerlässlich, das richtige Fahrverhalten auf einem E-Bike zu beherrschen. Denn Übung macht die Meisterin – und den Meister!

### Termine

**Kostenlose Beratung**  
Wels: Mo., 2.12., 15 Uhr,  
Lichtenegger Treff

# Mauritius

## Paradies im Indischen Ozean

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



**SENIOREN  
REISEN  
AUSTRIA**

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

**6. – 18. März 2025**

Paradiesische Landschaften, weiße endlose Sandstrände und türkisfarbenes Wasser. Das alles und noch viel mehr finden Sie auf den vielen Inseln im Indischen Ozean. Mauritius ist eine dieser Inseln und ein beliebtes Fernreiseziel. Nicht ohne Grund, denn die geringe Zeitverschiebung und das angenehme Klima machen die Trauminsel im Indischen Ozean zu einem einzigartigen Erlebnis.

**Unterkunft** 4\*-Hotel Solana Beach Mauritius / Adult Only

**Preise** (pro Person)

Preis im Doppelzimmer inkl. HP	€ 2.999,-
Einzelzimmerzuschlag	€ 400,-
Nichtmitgliederzuschlag	€ 100,-
Komplettschutzversicherung inkl. Storno	€ 160,-

**Inkludierte Leistungen:** Flug ab/bis Wien mit Turkish Airlines via Istanbul, Transfers in Mauritius, 10 Nächte im 4\*-Hotel Solana Beach mit HP, Reisebegleitung von SeniorenReisen, Tagesausflug, Reiseleitung vor Ort, Betreuung durch medizinisches Personal von SeniorenReisen.



© SOLANA BEACH, ICEMANPHOTOS/123RF.COM

# Albena – Bulgariens schönste Küste

## Frühjahrstreffen 2025

### **Bulgarien – ein Land voller Schönheit**

Viele Gründe sprechen für einen Urlaub in Bulgarien: Imposante Natur am Meer und im Landesinneren, vielfältige Kultur, Folklore und Traditionen sowie herzliche und gastfreundliche Menschen. Die Schwarzmeerküste im Nordosten des Landes birgt einige Schätze, einer davon ist der Kur- und Badeort Albena.

**Inkludierte Ausflüge:** Varna – auf den Spuren der Zeit (ganztags). Das ursprüngliche Bulgarien (ganztags).

**Fakultative Ausflüge:** Nessebar – UNESCO Weltkulturerbe (ganztags), Baltschik und der botanische Garten (halbtags), Minikreuzfahrt auf dem Schwarzen Meer (halbtags).

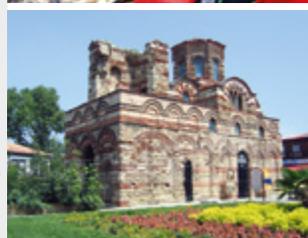
**Preise** (pro Person)

Preis im Doppelzimmer inkl. VP	€ 1.299,-
Einzelzimmerzuschlag	€ 169,-
Nichtmitgliederzuschlag	€ 100,-

Druckfehler, Programm- und Preisänderungen vorbehalten.

### **Termine**

1. Turnus **1 Woche ab 17.4.2025**
2. Turnus **1 Woche ab 24.4.2025**
3. Turnus **1 Woche ab 1.5.2025**
4. Turnus **1 Woche ab 8.5.2025**
5. Turnus **1 Woche ab 15.5.2025**



© IVL12/PIXABAY; DULLINGER KARL/PIXELO, WIKIPEDIA

# Smarte Hörgeräte für hohe Ansprüche



PHONAK

**Sie wollen kein Wort mehr verpassen? Probieren Sie die neuesten Hörgeräte von Hansaton!**

Der Schweizer Hörgeräte-Hersteller Phonak präsentiert eine der größten Innovationen der Hörgeräte-Technologie seit Jahren. Das neue Audéo Sphere Infinio bietet Menschen mit Hörproblemen

noch nie da gewesenes Sprachverstehen in geräuschvoller Umgebung.

## **Innovativ & intelligent**

Die Hörgeräte erkennen den Klang von Sprache und heben Ihren jeweiligen Gesprächspartner hervor. Nebengeräusche werden aus allen Richtungen erkannt und können gezielt ausgeblendet werden. Der zusätzlich eingebaute und völlig neu entwickelte Deepsonic-Chip wurde mit Hilfe künstlicher Intelligenz darauf trainiert, über 22 Millionen verschiedene

Hör-Umgebungen zu erkennen. Die Hörgeräte passen sich damit in Echtzeit an Ihre jeweilige Hörumgebung an.

## **Robust & praktisch**

Durch die neu entwickelte Parylene-Beschichtung ist die filigrane Technik im Inneren der Geräte bestens vor Schweiß, Staub und Feuchtigkeit geschützt. Die Hörgeräte verfügen auch über die praktische Freisprechfunktion, jetzt sogar mit noch größerem Bewegungsradius rund um Ihr Smartphone.

## **Kostenlos Probe tragen**

Hansaton lädt Sie herzlich ein, die neuesten Modelle kostenlos zu probieren. Probe-Hörgeräte können schon beim ersten Termin mitgenommen werden. Ihre Hansaton Hörakustikerinnen und Hörakustiker beraten Sie gerne!

## **Terminvereinbarung**

telefonisch unter 0800 880 888 (Anruf kostenlos), oder online auf [hansaton.at](https://hansaton.at) oder direkt bei Hansaton – über 110 Mal in Österreich und einmal auch in Ihrer Nähe!

BEZAHLTE ANZEIGE

## Hör-Erlebnis in neuer Dimension

Weltneuheit



**Intelligente Lärmunterdrückung**



**Hervorgehobene Sprache**



**Freisprech-Telefonie**



**TV-Ton direkt im Ohr**



**Jetzt Hörgeräte kostenlos testen!**



Wir begleiten Sie auf Ihrem Weg zu besserem Hören. Gleich Termin vereinbaren:



0800 880 888



[hansaton.at](https://www.hansaton.at)

**Hansaton**

# Implantate: moderner Zahnersatz

Implantate gelten heute als **bewährte und dauerhafte Methode**, um fehlende Zähne zu ersetzen und sowohl Funktion als auch Ästhetik des Gebisses wiederherzustellen.

**P**atienten profitieren von einer stabilen, langanhaltenden Versorgung und einer ästhetisch ansprechenden Lösung. Wann Implantate sinnvoll sind, welche Voraussetzungen gegeben sein müssen, und welche Entwicklungen es in der Implantologie aktuell gibt, verrät uns Experte Dr. Konrad Jacobs im Interview.

## UG: Wem würden Sie Implantate empfehlen?

Dr. Jacobs: Jeder Patient kann Implantate erhalten, selbst bei reduziertem Kieferknochen. Durch spezielle Techniken lässt sich Knochenmaterial aufbauen, was erfahrene Zahnärzte routiniert durchführen. So steht einem Implantat auch dann nichts im Weg, wenn der Zahnverlust schon länger zurückliegt und Knochensubstanz abgebaut wurde. Dies lässt sich jedoch mit Eigenknochen oder hochwertigem künstlichem Material erfolgreich korrigieren. Bei Rauchern ist eine intensivere Betreuung notwendig, da die Wundheilung langsamer verläuft. Die Implantate müssen tiefer gesetzt werden.

## Welche Materialien werden verwendet?

Moderne Implantate bestehen entweder aus reinem Titan oder Keramik. Titan ist besonders körperverträglich und auch bei entzündlichen Zuständen geeignet. Keramik hingegen ist eine Alternative für gesunde, junge Patienten ohne Entzündungsrisiken.

## Muss ich Angst vor dem Eingriff haben?

Dank moderner Anästhetika und Betäubungstechniken ist die Implantation heute nahezu schmerzfrei. Selbst ängstliche Patienten können in einem leichten Dämmer Schlaf behandelt werden und wachen mit den neuen Implantaten auf.

## Welche Trends gibt es bei der Implantologie?

Neben der Stabilität spielt heute auch die Ästhetik eine große Rolle. Gerade ältere Patienten wünschen sich gepflegte

und natürlich aussehende Zähne, die ein jugendliches Aussehen unterstützen. Implantate bieten zudem eine sehr lange Haltbarkeit – bei guter Pflege können sie 40 Jahre halten.

## Was ist ein Seniorenimplantat?

Das sogenannte Seniorenimplantat eignet sich besonders für ältere Menschen, die ihre Prothese fest verankert haben möchten. Mit zwei bis vier Implantaten lässt sie sich stabilisieren, ohne dass eine aufwendige Kronenversorgung nötig ist. Diese Variante ist kostengünstig und sorgt für festen Halt.

## Warum sollte man Zahnlücken schließen?

Unversorgte Zahnlücken führen langfristig dazu, dass Nachbarzähne kippen und Fehlbelastungen entstehen. Dies kann weiteren Zahnverlust und Veränderungen in der Gesichtsstruktur nach sich ziehen – man wirkt älter, eingefallen.

## Kann ich ein Implantat auch verlieren?

Implantate können durch schlechte Mundhygiene oder Infektionen verloren gehen. Raucher haben ein erhöhtes Risiko, da die Wundheilung verzögert ist. Regelmäßige Kontrollen sind wichtig, um die Haltbarkeit zu sichern.

## Und wie pflegt man Implantate richtig?

Implantate benötigen keine besondere Pflege im Vergleich zu natürlichen Zähnen. Regelmäßiges Zähneputzen und die Reinigung des Übergangs zwischen Krone und Zahnfleisch sind ausreichend, um die Mundgesundheit zu erhalten.

## Wie erkenne ich einen guten Implantologen?

Ein guter Implantologe zeichnet sich durch fundiertes Wissen zu Implantatsystemen und Geduld für eine umfassende Beratung aus. Implantate sind eine

Entscheidung fürs Leben, da ist es nicht verwerflich, sich eine Zweitmeinung einzuholen. Behandlungsdauer, Kosten und Maßnahmen für schöne, festsitzende Zähne können sehr unterschiedlich sein. 

**Ein schönes Lächeln.** Nicht nur die Bissfestigkeit bleibt mit Implantaten erhalten. Auch ästhetische Gründe sprechen dafür: Das Gesicht fällt nicht ein, sieht länger frisch und „jung“ aus.



**Dr. Konrad Jacobs**

Zertifizierter  
Implantologe

☎ 01/512 46 27

🌐 [jacobs-implantate.at](http://jacobs-implantate.at)

## Tipp:

Heute muss niemand mehr unter Zahnlosigkeit leiden. Die Kosten für Implantate sind im Vergleich zu ihrer Langlebigkeit günstig. Wenn Sie Veränderungen im Zahnbereich bemerken, einen Zahn verlieren – gehen Sie sofort zum Zahnarzt. Sollten Sie ein Implantat brauchen, holen Sie auch eine Zweitmeinung ein, um sich abzusichern.

Adressen  
implantierender  
Zahnärzte in  
Österreich:

🌐 [zahnaerztekammer.at](http://zahnaerztekammer.at)



# Serie: „Schach der Gürtelrose!“

**Teil 5:** Wie so manch anderes Problem hat die letzte Bundesregierung auch die Impf-Thematik der kommenden Regierung überlassen. Die Position des PVÖ bleibt klar: Impfen soll gratis sein!

Es gibt – seit vielen Jahren – einen „Impfplan Österreich“, der alle Impfungen, die sich in der Bekämpfung von Krankheiten bewährt haben, penibel auflistet und für verschiedene Bevölkerungsgruppen empfiehlt. Relativ häufig kommt dabei „unsere Generation“ vor: Weil sie entweder durch Vorerkrankungen mehr gefährdet ist oder aber auch, weil ein Ausbruch der Krankheit in höherem Alter nicht nur zu wesentlich größerem und längerem Leiden führt, sondern auch das Risiko besteht, dass Folgeerkrankungen auftreten.

Und damit für unser finanziell ohnehin schon sehr belastetes Gesundheitssystem auch die Kosten für Behandlung und Reha gewaltig steigen und schlussendlich weit über jene Ausgaben liegen würden, die die Gratis-Abgabe der Impfung verursachen würde.

## ERHÖHTES SCHLAGANFALL-RISIKO

Die Gürtelrose ist geradezu ein Paradebeispiel in dieser Hinsicht: Das Virus (Varizella Zoster) trägt fast jeder in sich. Bricht die Gürtelrose aus, kann das über Wochen extrem schmerzhaft



**Schmerzen, Spitalsaufenthalte** und schwere gesundheitliche Folgen könnten durch eine Impfung vermieden werden. Infos: [gürtelrose-info.at](http://gürtelrose-info.at)

sein und birgt auch die Gefahr von Komplikationen, die von andauernden Nervenschmerzen bis zu Erkrankungen des zentralen Nervensystems reichen. Studien zeigen, dass nach einer Erkrankung auch ein erhöhtes Schlaganfall-Risiko gegeben ist.

Etwa 3.000 Patient\*innen müssen jährlich wegen Gürtelrose in Spitalsbehandlung. Der PVÖ fordert die neue Regierung auf, dass diese Impfung nicht mehr – wie jetzt – von den Patient\*innen zu bezahlen ist, sondern vom Gesundheitswesen finanziert wird.

FOTO: ISTOCK BY GETTY IMAGES

# Oticon Intent™

passt zu dir.



QR-Code scannen & Termin online buchen

Bis zu **800 € Rabatt\***  
auf alle Intent Akku-Hörgeräte.  
(1-4)



4D-sensorgesteuerte Brain-Hearing-Technologie™



Bluetooth® LE Audio Technologie



Bis zu 20 Stunden Akkulaufzeit



Oticon Intent 4 ab 1499€.\*

\*Aktionsbedingungen unter [neuroth.com/oticonintent](http://neuroth.com/oticonintent)

Wir sind für Sie da.

Ihre Neuroth-Fachinstitute, 140x in Österreich.

Gratis Service-Hotline: 00800 8001 8001

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

**NEUROTH**

BESSER HÖREN • BESSER LEBEN

BEZAHLTE ANZEIGE

# Der innere Schweinehund

„Ich müsste, ich sollte ...“ – Und schon taucht er wieder auf: mein innerer Schweinehund. Bekommen Sie auch ab und zu Besuch von ihm? Er kommt meist dann, wenn unangenehme Aufgaben anzugehen oder alte Gewohnheiten zu ändern sind. Da er eine Metapher für den inneren Widerstand ist. Symbolisch steht der innere Schweinehund für Trägheit, Bequemlichkeit und die Tendenz, den Weg des geringsten Widerstands zu gehen, und hindert uns daran, unsere Ziele zu erreichen.

Er ist tief in unseren natürlichen Instinkten verwurzelt, da unser Gehirn darauf programmiert ist, Schmerz und Anstrengung zu vermeiden, Energie zu sparen und sofortige Belohnung zu bekommen. Selbstmotivation fällt oft schwer, wenn die Notwendigkeit nicht unmittelbar gegeben ist.

Um den inneren Schweinehund zu bekämpfen, sind Selbstdisziplin und Durchhaltevermögen erforderlich. Setzen Sie sich klare, messbare und realistische Ziele, denn das ist der erste Schritt, ihn zu überlisten. Auch Routine sowie ein fester Zeitplan helfen dabei. Belohnungen sind gut und motivierend, sie lassen die Anstrengung lohnenswerter erscheinen.

Manchmal braucht es auch Motivation von außen. Aufräumen, putzen oder kochen fällt mir immer dann leichter, wenn Besuch kommt. Und Sie werden es nicht glauben: Schneller bin ich dabei auch! Da meldet sich mein innerer Schweinehund kaum oder nur sehr leise.

Mit der richtigen Strategie, etwas Geduld und viel Entschlossenheit kann man seinen inneren Widerstand meist zähmen.



**Mag. Gabriela Fischer**  
Lebens- und Sozialberaterin  
[www.gabifischer.com](http://www.gabifischer.com)

„Auch eine schwere Tür hat nur einen kleinen Schlüssel nötig.“

**Charles Dickens**  
Englischer Schriftsteller  
(\*1812 – †1870)

FOTO: HUBERT DIMIKO

**BETRIFFT MICH  
GÜRTELROSE?**

**JA.  
VIELLEICHT  
SCHON MORGEN.**

**GÜRTELROSE-INFO.AT** Impfen schützt!

**GSK**

NP-AT-HZU-IRNA-240009, 10/2024

**Gürtelrose ist eine meist sehr schmerzhaftes Nervenentzündung, die mit schweren Komplikationen einhergehen kann.**

- **Fast alle Erwachsenen über 50 (>99%)** tragen das Virus, das Gürtelrose auslöst, in sich.
- **Jede/r Dritte** erkrankt im Laufe des Lebens an Gürtelrose.
- **Schützen Sie sich jetzt** mit einer Impfung vor Gürtelrose!

**Sprechen Sie mit Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt** und informieren Sie sich in Ihrer Apotheke über **Ihr Gürtelrose-Risiko!**  
Weitere Informationen: [www.guertelrose-info.at](http://www.guertelrose-info.at)

GlaxoSmithKline Pharma GmbH, Wienerbergstraße 7 (5. Stock), 1100 Wien



**anthogenol<sup>®</sup> FORTE**

**JETZT WEIHNACHTS AKTION**  
*Frohes Fest!*

**AUGEN**  
**VENEN**  
**HAUT**  
**ZELL-SCHUTZ**  
**ENERGIE-STOFFWECHSEL**  
**IMMUN-SYSTEM**

Gut für Venen, Herz-Kreislauf, Augen & Haut

Nur mehr **1 KAPSEL** täglich.

**MASQUELIER'S**

**WEIHNACHTSAKTION**  
**JETZT NUR 39,90 mit Ihrem persönlichen GUTSCHEIN\***

Legen Sie dazu diesen QR Code in Ihrer Apotheke vor oder fragen Sie in Ihrer Fachdrogerie nach der Anthogenol FORTE Weihnachtsaktion.

In Ihrer Apotheke oder Fachdrogerie.  
**www.anthogenol.at**

\*Preis für eine Monatspackung. Rabatt von € 4,- auch auf Vorteilspackung anwendbar.

BEZAHLTE ANZEIGE

**PVÖ**

**Wann, wenn nicht jetzt!**

**IMPRESSUM:** UG - *Unsere Generation*, das Magazin des Pensionistenverbandes Österreichs (PVÖ), Datenschutz-Nr. 0047040. **Medieninhaber & Herausgeber:** Pensionistenverband Österreichs, 1180 Wien, Gontzgassee 129, Tel.: 01/313 72-0, E-Mail: redaktion@pvoe.at, Internet: pvoe.at. **Chefredaktion:** Andreas Wohlmut, Heinz Haubenwallner. **Chefs vom Dienst:** Michaela Görlich/Claus Funovits. **Redaktionelle Mitarbeit:** Mag.<sup>a</sup> Susanne Ellmer-Vockenhuber, Mag. Dr. Rainer Spenger, Mag.<sup>a</sup> Gabriela Fischer, Christian Rösner MSc. **Assistenz:** Alfred Papelicki. **Artdirektion/Grafik:** Mag. art. Thomas Haring. **Anzeigenkontakt & Produktion:** senior-media - 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:** VISION Print & Media GmbH, www.vision-print.at. **Preis:** Für PVÖ-Mitglieder € 0,90. Für Nichtmitglieder im Einzelverkauf € 1,80 zuzüglich Porto. Keine Haftung für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos. Mit „Werbung“, „Bezahlte Anzeige“ oder „Entgeltliche Einschaltung“ gekennzeichnete Beiträge sind bezahlte Einschaltungen. Die Bundesländerbeilagen erscheinen in redaktioneller Eigenverantwortung der einzelnen Landesorganisationen des PVÖ. **Das nächste Heft erscheint Mitte Jänner 2025.**

## Trockene, rissige Haut? Diese Creme hilft!

Rissige und juckende Ellbogen, trockene und raue Hände oder ein Spannungsgefühl im Gesicht: Diese Symptome zählen zu den häufigsten Gründen für einen Besuch beim Hautarzt. Wir haben uns angesehen, wie man die irritierte Haut beruhigen kann und trockenen Stellen gezielt vorbeugt.

Trockene Haut tritt mit zunehmendem Alter immer häufiger auf. Der Grund dafür ist, dass sich die Regenerationsfähigkeit der Haut mit der Zeit verlangsamt und gleichzeitig die Hautbarriere schwächer wird, wodurch die Haut an Feuchtigkeit verliert.

und dadurch den Juckreiz lindert.

### MEDIZINISCHE HAUTPFLEGE

Die gute Nachricht: Mit der richtigen Pflege ist es möglich, die trockenen, irritierten Hautstellen wieder in den Griff zu bekommen. In der medizinischen Hautpflege werden pflanzliche Öle aus Wildrose und Nachtkerze eingesetzt. Diese sind reich an wertvollen Omega-Fettsäuren, unterstützen so die Neubildung von Hautzellen und sorgen für eine rasche Regeneration. Bewährt hat sich auch der Inhaltsstoff Dexpanthenol, der irritierten und trockenen Hautpartien Feuchtigkeit zurückgibt

In der Apotheke wird besonders häufig die Regenerations-Creme von Lasepton<sup>®</sup> empfohlen. Sie versorgt trockene Haut mit Feuchtigkeit, beruhigt die gereizten Stellen und verleiht ein geschmeidiges Hautgefühl.

Gut zu wissen: Da die Creme rasch einzieht und keinen Fettfilm hinterlässt, ist sie auch gut für Gesicht und Hände geeignet.

*„Als Krankenschwester sind meine Hände durch ständiges Desinfizieren besonders strapaziert. Ich verwende die Regenerations-Creme abends, am nächsten Morgen ist die Haut wunderbar repariert.“*

**Birgit W.\***

Apothekenkundin



\*Name geändert

Anzeige



Exklusiv in der Apotheke erhältlich. Falls nicht verfügbar, kann sie schnell und einfach für Sie bestellt werden: PZN 4036779

# Treffen-Hits '25

Stimmung, Service, Sicherheit bleiben auch im kommenden Jahr unverändert die bestimmenden Zutaten für die beliebten Frühjahrs- und Herbsttreffen von und mit SeniorenReisen und dem Pensionistenverband.

Die Tage genießen: Ob am Meer oder in den Bergen, ob in der Natur oder in Städten, mit Senioren-Reisen verbringen Sie einen entspannten Urlaub mit Freunden. Ob im Frühjahr oder im Herbst.

Wenn es bei uns jetzt, in der „Zwischenjahreszeit“ nach dem goldenen Herbst und vor dem weißen Winter, zunehmend grau und unwirtlich wird, kommt die bewährte Vorfreude-Therapie von SeniorenReisen gerade recht, um die Stimmung ordentlich zu heben und mit Zuversicht in die Zukunft zu blicken.

Tatsächlich wird es ab dem 21. Dezember ja täglich wieder länger hell sein – und wem es mit den Temperaturen und dem Grünen und Blühen bei uns zu langsam geht, der greift als PVÖ-Mitglied dann zum seit fast 50 Jahren bewährten Hausmittel: dem Frühjahrsreffen.

## MALERISCHES MARMARIS

Los geht's im kommenden Jahr Mitte April für alle Mitglieder aus Kärnten, Niederösterreich, aus der Steiermark, aus Tirol und Vorarlberg. Sie landen nach nur etwa zwei Flugstunden im „Bilderbuchfrühling“ von Marmaris, ganz im Südwesten der Türkei, dort,



## Frühjahrsreffen Marmaris

Kärnten · Niederösterreich ·  
Steiermark · Tirol · Vorarlberg

### Reisetermine

1. Turnus: 1 Wo. ab 14.4.2025
2. Turnus: 1 Wo. ab 21.4.2025
3. Turnus: 1 Wo. ab 28.4.2025
4. Turnus: 1 Wo. ab 5.5.2025
5. Turnus: 1 Wo. ab 12.5.2025

Preis für PVÖ-Mitglieder

€ 1.299,-  
p.P. im DZ

Preis für Nichtmitglieder: € 1.399,- p.P. im DZ;  
Einzelzimmerzuschlag: € 169,-

wo das Türkis der Ägäis auf das tiefe Blau des Mittelmeers trifft.

Auch die übrigen Zutaten versprechen rasche Stimmungsaufhellung: Ein Ort mit abwechslungsreicher Gastronomie, schicken Geschäften und Souvenir-Läden und einer Flaniermeile, die zum Genießen einlädt. Dazu kommt ein inkludiertes Ausflugsprogramm, das von Natur bis Kultur für jeden Geschmack einen Höhepunkt zu bieten hat.

## ALLES DA IN ALBENA

Für unsere Mitglieder aus dem Burgenland, aus Oberösterreich, Salzburg und Wien beginnt der „Traum vom Frühling“ nur wenige Tage später, ab 17. April. Wahr wird er nach nicht einmal zwei Flugstunden in Albena, einem Kur- und Seebad an der Schwarzmeerküste Bulgariens. Gelegen mitten in einem Naturschutzgebiet besticht Albena nicht nur durch einen der schönsten Sandstrände des gesamten Schwarzen Meers. Das üppige Grün, das sich von



## SENIOREN REISEN AUSTRIA

### Information & Reservierung:

☎ 01/313 72-60

✉ seniorenreisen@pvoe.at

🌐 www.seniorenreisen.cc



28. JAN – 12. FEB  
**Kolumbien**



22. FEB – 6. MÄR  
6. MÄR – 18. MÄR  
**Mauritius**



29. JAN – 9. FEB  
**Kuba**



## Frühjahrstreffen Albena

Oberösterreich · Burgenland · Salzburg · Wien



### Reisetermine

- 1. Turnus: 1 Wo. ab 17.4.2025
- 2. Turnus: 1 Wo. ab 24.4.2025
- 3. Turnus: 1 Wo. ab 1.5.2025
- 4. Turnus: 1 Wo. ab 8.5.2025
- 5. Turnus: 1 Wo. ab 15.5.2025

Preis für PVÖ-Mitglieder

€ 1.299,-  
p.P. im DZ

Preis für Nichtmitglieder: € 1.399,- p.P. im DZ;  
Einzelzimmerzuschlag: € 169,-

den umliegenden Hügeln bis in den Ort hinein zieht, strahlt schon so viel Ruhe und Erholung aus, dass sofort Urlaubsstimmung aufkommt.

In Albena gibt es genug zu entdecken und zu unternehmen. Sie können aber auch einfach die Meeresluft in der Pool-Landschaft Ihres Hotels aufsaugen und nur „abhängen“, wie unsere Enkelkinder zum süßen Nichtstun sagen würden. Für Erlebnishungrige und Wissensdurstige wird natürlich auch in dieser Destination ein abwechslungsreiches inkludiertes Ausflugsprogramm geboten. 📍

## Noch mehr SeniorenReisen 2025

**Stimmung, Service, Sicherheit** gibt es nicht nur bei den Frühjahrs- und Herbsttreffen. Wenn über SeniorenReisen gebucht wird, dann ist das weltweit möglich. Hier ein Auszug aus dem Programm.

### KREUZFAHRTEN

7. JUN – 14. JUN

**Norwegen & Dänemark**

13. JUL – 21. JUL

**Provence, Sardinien, Sizilien, Rom**

16. OKT – 27. OKT

**Indian Summer & New York**



12. MÄR – 19. MÄR  
**Marokko**

26. JUN – 3. JUL  
**Madeira**



25. MAI – 1. JUN  
**Athen & Skyros**



1



2

- 1 Tschenstochau mit dem Kloster „Jasna Gora“ steht auf dem Ausflugsprogramm.
- 2 Der „Wawel“ überragt Krakau und beherbergt die Kathedrale und das Königsschloss.
- 3 Ziel von Millionen Pilgern jährlich: die berühmte Schwarze Madonna.

## SCHMUCKES SCHLESISIEN

**Aufgeschoben ist nicht aufgehoben!** Was Corona 2020 verhinderte, kommt im Herbst 2025: das **Herbsttreffen in Krakau & Schlesien**.

**S**elbst das schönste Frühjahrestreffen geht einmal zu Ende. Damit die Wartezeit bis zum nächsten Urlaub mit Freunden nicht so lange ist, wurde von den Reiseprofis des Pensionistenverbandes das Herbsttreffen erfunden. Seniorenreisen ist bei der Wahl des Reiseziels für 2025 ein besonderer Coup gelungen: Die siebentägigen Busreisen aus ganz Österreich führen ins wunderschöne Schlesien mit dem Ziel Krakau. Wem das als Herbsttreffen-Destination nicht unbekannt vorkommt, hat recht: Krakau und Schlesien waren für Herbst 2020 geplant – wegen Corona konnte es nicht stattfinden.

Im Herbst 2025 ist es nun endlich so weit, ab 20. September geht es los. Ihr Hotel liegt im Bezirk Debniki im Süden Krakaus. Nur etwa 20 Minuten dauert es von dort mit der Straßenbahn bis ins Zentrum. Und das hat es in sich: Die ehemalige Hauptstadt Polens – über 700 Jahre war Krakau Sitz der Könige – mit ihrer reichen Geschichte zählt heute in weiten Teilen

zum UNESCO-Weltkulturerbe. Die Anzahl der Sehenswürdigkeiten aus allen Epochen ist so umfangreich, dass die ganztägige Tour mit kundigen und Deutsch sprechenden Fremdenführer\*innen zu einem der Höhepunkte des Herbsttreffens 2025 zählen wird. Apropos „Höhepunkt“: Auf dem Felsen „Wawel“ thront nicht nur der ehemalige Königspalast, sondern auch die beeindruckende Kathedrale über der Stadt.

Nicht minder beeindruckend ist eines der Ziele des zweiten inkludierten Ganztagesausflugs im Rahmen des Herbsttreffens 2025: die Schwarze Madonna, Ziel von etwa drei Millionen Pilgern pro

Jahr und damit das bedeutendste Marienheiligtum in ganz Mitteleuropa. Sie ist im Paulinen-Kloster „Jasna Gora“, das die Stadt Czestochowa (deutsch: Tschenstochau) dominiert, zu bewundern.

Ebenso auf dem Programm: Die Stadt Katowice, die in nur wenigen Jahren eine unglaubliche Verwandlung von einem schwarzen Kohle-Revier zu einer grünen Musterstadt vollzogen hat. ☺



3



**Aber jetzt!** Nachdem das Herbsttreffen 2020 Corona zum Opfer fiel, wurde für 2025 kürzlich alles klar gemacht: Krakau, wir kommen! Der neue Folder auch bald.

### Herbsttreffen Krakau & Schlesien

Busanreise für Mitglieder aus ganz Österreich

Das heutige Schlesien liegt im Süden Polens und grenzt an Tschechien und an die Slowakei. Die Woiwodschaft (vergleichbar mit unserem „Bundesland“) hat 4,5 Millionen Einwohner.

#### Inkludierte Ausflüge

##### 1 x ganztags Krakau

Stadtrundgang und Führung durch Polens heimliche Hauptstadt

##### 1 x ganztags Katowice und Tschenstochau

inkl. Besuch des Klosters Jasna Gora mit der Schwarzen Madonna

#### Reisetermine

1. Turnus: 20.9. – 26.9. 2025

2. Turnus: 26.9. – 2.10. 2025

3. Turnus: 2.10. – 8.10. 2025

4. Turnus: 8.10. – 14.10. 2025

Preis für  
PVÖ-Mitglieder € 969,-  
p.P. im DZ

Preis für Nichtmitglieder: € 1.069,- p.P. im DZ; Einzelzimmerzuschlag: € 269,-

# Wir sagen: Servus an Bord!

Und wir sagen „Ciao!“ in Italien, „Salut!“ in Frankreich und „¡Hola!“ in Spanien: Reisen Sie mit SeniorenReisen an Bord der Costa Toscana zu den schönsten Zielen im westlichen Mittelmeer.

Jeder Morgen bringt ein neues Ziel: Heute Savona, morgen Marseille, übermorgen Barcelona ... Wer jetzt denkt, dass das mit Hektik, Reisestress und „Leben aus dem Koffer“ zu tun hat, war noch nie auf einer Kreuzfahrt. Das glatte Gegenteil ist der Fall: Komfort ohne Ende, Unterhaltung nach Belieben und ein „schwimmendes Hotelzimmer“, das als Basis für Ihre Aktivitäten während der Reise alle Stückerl spielt.

## ENTSPANNT VON ZIEL ZU ZIEL

Gehen Sie im November nächsten Jahres gemeinsam mit SeniorenReisen an Bord eines der größten und modernsten Kreuzfahrtschiffe, die durch die Weltmeere gleiten, und überzeugen Sie sich selbst: Es gibt keine angeneh-



mere Art in wenigen Tagen viele Städte und Sehenswürdigkeiten zu bereisen. Tagsüber erkunden Sie nach einem Sonnenaufgang am Meer und einem herrlichen Frühstück im Rahmen der Landgänge bezaubernde Städte, abends genießen Sie die Küche und alle anderen Annehmlichkeiten an Bord.

Und am nächsten Tag wachen Sie bereits mit einem neuen Ziel vor Augen auf.

## DAS SCHIFF ALS SEHENSWÜRDIGKEIT

Das „Erkundungsgebiet“ der achttägigen Reise ist gut gewählt: das westliche Mittelmeer mit den attraktivsten Zielen an den Küsten Italiens, Frankreichs und Spaniens. Und dazwischen haben Sie auch einen Tag auf See ausreichend Zeit, Ihr außergewöhnliches Schiff zu erkunden und zu genießen. 📍

## Costa Toscana Westliches Mittelmeer

Ihre Häfen und Ziele auf der achttägigen Reise: Savona (I), Marseille (F), Barcelona (E), Palma de Mallorca (E), Palermo (I), Civitavecchia (Ziel: Rom) (I), Savona (I)

## Reisetermin

9.11. – 16.11.2025

## Ein Schiff wie eine Stadt

2.663 Kabinen auf 17 Passagier-Decks, 21 Restaurants, Bars und Lounges, vier Pools, Spa und Fitness-Center beherbergt die 2021 gebaute Costa Toscana. Sie ist 337 Meter lang und 42 Meter breit.

### Innenkabine

€ 999,-

p. P. in Doppelkabine  
€ 1.199,- in Einzelkabine

### Aussenkabine

€ 1.149,-

p. P. in Doppelkabine  
€ 1.489,- in Einzelkabine

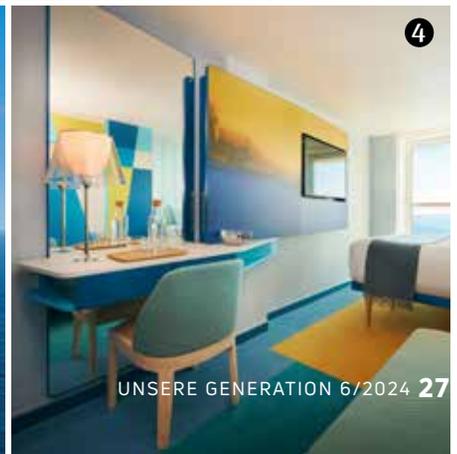
### Balkonkabine

€ 1.359,-

p. P. in Doppelkabine  
€ 1.769,- in Einzelkabine

Zuschlag für Nichtmitglieder: € 100,-

- 1 Nach der Einschiffung in Savona startet Ihre Kreuzfahrt in Richtung Marseille.
- 2 Barcelona mit seiner einmaligen Architektur ist das Ziel am dritten Tag Ihrer Reise.
- 3 Bevor Sie Rom (Civitavecchia) ansteuern, steht noch Palermo auf dem Programm.
- 4 Komfort, Stil und Eleganz kennzeichnen die Costa Toscana: vor allem in den Kabinen





Willi Binder

PVÖ-Bundessportreferent

## Ein Fall für den PVÖ

Um den Pensionsschock zu vermeiden, gibt es viele Möglichkeiten. Eine der besten bietet der Pensionistenverband mit seinen zahlreichen Angeboten. Neben Kultur, Reisen, Klubnachmittagen und vielem mehr ist der Sport ein wichtiger Bestandteil des Programms. Gilt es doch, recht lange fit und gesund zu sein.

Viele der jungen Pensionistinnen und Pensionisten wissen nicht gleich, was sie mit der gewonnenen Freizeit anfangen sollen. Sie sind aber immer noch jung und unternehmungslustig. Genau diese Personen brauchen wir. Wenn wir sie aber nicht persönlich ansprechen, werden sie auch nicht zu uns kommen. Holen wir sie ab und zeigen wir ihnen, was der PVÖ alles leistet und kann. Ich bin sicher, dass wir für alle ein passendes Angebot haben. Dadurch werden wir stärker und haben in vielen Bereichen keine „Nachwuchsprobleme“ mehr. So kann es auch nicht passieren, dass wir für die Mannschaftssportarten – wie z. B. Kegeln, Stocksport usw. zu wenige Teilnehmer haben. Gehen wir hinaus, reden wir mit den Menschen. Wenn es auch manchmal nicht gleich funktioniert, haben wir immer noch einen zweiten oder dritten Versuch. Es wird schon klappen,

*meint euer Bundessportreferent  
KommRat Willi Binder*



**Kegeln.** Carmen Stütler (Vbg, r.) und Wolfgang Behounek (Tirol, l.) waren die besten Einzelspieler.



**Stocksport.** 22 Damen- und Herrenteams lieferten sich in Tirol spannende Wettkämpfe um die Titel.

# Die Meister mit Stock und Kugel

**PVÖ-Bundesmeisterschaften.** In Tirol und Vorarlberg wurden die ziel sichersten Stockschützen und Kegler unter den PVÖ-Mitgliedern ermittelt.

**D**ie Landesorganisation Tirol veranstaltete am 23. und 24. September 2024 in Kundl die PVÖ-Bundesstockmeisterschaft. Insgesamt 22 Teams stellten sich der sportlichen Konkurrenz aus den anderen Bundesländern. Wie immer sorgten viele lautstarke Schlachtenbummler für blendende Stimmung bei den hochklassigen Wettkämpfen. Den PVÖ-Bundessieger bei den Herren stellte Steiermark I, Oberaich. Der 2. Platz ging an die Mannschaft Oberösterreich I gefolgt von Burgenland I, Markt Allhau. Den Titel bei den Damen holte sich Kärnten I vor dem Team aus der Steiermark und den Stockschützinnen von Salzburg Stadt.

## GUTHOLZ IM LÄNDLE

Am 16. und 17. Oktober trafen sich die PVÖ-Kegelsportler\*innen zur Bundesmeisterschaft in Koblach. Die Gastgeber kürten sich in der Gesamtwertung mit 3.281 Kegeln vor Salzburg (3.080 Kegel) und Tirol (3.076 Kegel) überlegen zum PVÖ-Bundesmeister. Die Herren-Trophäe holte sich die Vorarlberger Mannschaft vor Salzburg und Oberösterreich. Bei den Damen dominierte ebenfalls Vorarlberg und verwies Kärnten und Oberösterreich auf die weiteren Stockerlplätze.

Beste Einzelspielerin wurde Carmen Stütler aus Vorarlberg mit 309 Kegeln. Bei den Herren dominierte der Tiroler Wolfgang Behounek mit 311 Kegeln.

## Golden Walker – der PVÖ ist wieder dabei!

**Am Freitag, dem 24. Jänner 2025, geht das Abenteuer rund um den Neusiedler See in die 14. Runde!** Wieder am Start in Neusiedl am See: Junge und jung gebliebene Wanderer, die bei dieser generationenübergreifenden Langstreckentour über 30 Kilometer mitmachen. Und für PVÖ-Mitglieder gibt's auch heuer wieder eine exklusiven Preis: Der reguläre Mitgliedsbeitrag beim Verein Burgenland extrem beträgt € 124,-, für PVÖ-Mitglieder jedoch nur € 60,-. Die Mitgliedschaft erlischt ohne Abmeldung automatisch mit Ende des Jahres 2025.

Die Initiative GOLDEN WALKER ist ein wichtiger Beitrag, um im Alter körperlich belastbar und seelisch gesund zu bleiben. Viele Seniorinnen und Senioren trainieren wegen Golden Walker Tag für Tag, um wieder in Schwung zu kommen und bereit zu sein, für ein langes und gesundes Leben.

### Anmeldung und Informationen

Bei der LO Burgenland: ☎ 02682/775-433 oder per E-Mail: ✉ [manuela.meiboeck@pvoe.at](mailto:manuela.meiboeck@pvoe.at)

Infos: 🌐 [burgenland.pvoe.at](http://burgenland.pvoe.at)

Anmeldeschluss: 8. Jänner 2025



## PVÖ-Bundesmeisterschaften Alpin RTL und Langlauf Klassisch

Von 3. bis 4. Februar 2025 finden in Schopperrau/Vorarlberg die PVÖ-Bundesmeisterschaften im Riesentorlauf (Diedamskopf/Plateau) und im Langlauf (Dorfloipe) statt. Auskunft und Nennungen in der jeweiligen Landesorganisation.



- ❶ Seit den 1960ern der Treffpunkt von Reichen & Schönen: Porto Cervo an der Costa Smeralda.
- ❷ Im Landesinneren besticht Sardinien mit einer reichhaltigen Naturlandschaft ...
- ❸ ... und ursprünglichen Orten, die zum Entdecken und Verweilen einladen.

# Sardinien: Reich & Schön

**Reich an Naturwundern, schön zu jeder Jahreszeit:**  
Entdecken Sie mit SeniorenReisen im Rahmen einer achttägigen Sternfahrt die „Karibik Europas“.

**B**is in die zweite Hälfte der 1960er-Jahre war der Nordosten der zweitgrößten italienischen Insel ein hauptsächlich bäuerlich geprägtes Land mit kaum bewohnten Küsten. Dann erkannte Prinz Aga Kahn die schlaefende Schönheit und kaufte den Bauern einen für sie wertlosen viele Kilometer langen Küstenabschnitt ab. Heute ist das die „Costa Smeralda“ ein beliebter Treffpunkt der internationalen High Society, geschätzt wegen ihrer schönen Buchten und ihres smaragdfarbenen Wassers. Unweit davon, in der Gegend von Palau, werden Sie als SeniorenReisen-Gast an einem nicht minder schönen Küstenabschnitt, der auch die „Karibik Europas“ genannt wird, ihr Hotel für die folgende sieben Nächte beziehen.



In den nächsten Tagen bringt Sie der kostenlose Strand-Shuttlebus entweder zum traumhaften Strand oder ein komfortabler Reisebus im Rahmen von drei Ganztags- und zwei Halbtagsausflügen zu sehenswerten Zielen auf der Insel. Auf dem Programm stehen unter anderem Alghero, die Insel Maddalena, das imposante Castelsardo und natürlich Porto Cervo, der Treffpunkt der Reichen und Schönen.

## DIE BESTEN JAHRESZEITEN

Neu bei SeniorenReisen: Sie haben die Wahl zwischen den schönsten Jahreszeiten. Je zwei Frühjahrs- und zwei Herbst-Turnusse werden angeboten. Reich an Grün und Blüten ist es im Frühjahr; schöne karibische Meerestemperatur gibt es im Herbst. ☺

## Sardinien & La Maddalena 2025

Leistungen: Flüge Wien-Olbia-Wien, Transfer zum/vom Hotel, 7 Nächtigungen inkl. Halbpension, Sternfahrten laut Programm in Begleitung von deutschsprachigen Reiseleitern. Medizinisches Personal von SeniorenReisen.

## Reisetermine

1. Turnus 3.6. - 10.6.2025
2. Turnus 10.6. - 17.6.2025
3. Turnus 9.9. - 16.9.2025
4. Turnus 16.9. - 23.9.2025

## Interessant zu wissen

Sardinien ist die zweitgrößte Mittelmeerinsel, hat aber nur rund 1,6 Mio. Einwohner. Sie verfügt mit den „Nuraghen“ über einen einmaligen Kulturschatz: Tausende Steintürme aus der Bronzezeit (ca. 1500 v. Chr.)

Preis für PVÖ-Mitglieder auf Basis DZ inkl. HP und Sternfahrt It. Programm

**€ 1.555,-**  
p. P. im DZ

Preis für Nichtmitglieder: € 1.655,-  
Einzelzimmerzuschlag: € 295,-



**SENIOREN  
REISEN  
AUSTRIA**

# Glitzer & G



**Festzeit.** Strahlender Lichterglanz ist zu Weihnachten und Silvester angesagt. Da darf es in der Mode richtig glitzern – wie unser charman-tes Model Maria (81) gekonnt präsentiert.



**Metallic-Flair.** Flott gestylt geht es zur Silvester-Party in schwarzem Rundhals-Pulli mit Glitzerfäden (Marc Cain), kurzem Puffer-Gilet (Marc Cain Sport) und einem traumhaften Plisseerock mit Gold- und Silber-Print (ba&sh, alles Hämmerle). Perfekt wird der Look durch Baguette-Tasche mit Goldösen (Love Moschino) und aparten Veloursleder-Stiefeletten (Kate Gray, beide Humanic).

**Fotos:** Bubu Dujmic.  
**Bezugsquellen:**  
*Mode, Schuhe:*  
 Hämmerle –  
 Das Modehaus  
 ☎ haemmerle-mode.at  
*Schuhe, Taschen:*  
 Humanic  
 ☎ www.humanic.net  
*Schmuck:* privat.

**Paillettenzauber.** Maria liebt Opern – vielleicht bringt das Christkind Karten? Zur nächsten Aufführung geht es im changierenden Paillettenkleid mit figurbetonter Silhouette (Apart Glamour) und spitz geformten Glitzer-Stiefeletten (Lola Cruz, alles Hämmerle).

# lamour

5

**Silber-Glamour.** Strahlend zum Weihnachtsfest präsentiert sich Maria in diesem Look mit raffinierter Bluse mit Rüschenkragen, Hose mit Silberfäden-Muster (beides Mos Mosh, Hämmerle), Silber-Sneaker (Philippe Model, Hämmerle) und silberner Mini-Tasche mit Farbklecksen (Kate Gray, Humanic).



**Goldtraum.** Da wird Marias Urenkerl staunen! Unser Model in einem pffiffigen Trend-Outfit: Top mit Goldfäden (Drykorn), Bomberjacke mit Goldpailletten (Bombers Original) und knöchellange Tweed-Hose (Raffaello Rossi, alles Hämmerle). Ein Hingucker: die mit glitzernden Schmucksteinen besetzten Stiefeletten mit Leopardmuster (Steve Madden, Humanic).



**Glitzer-Charme.** Zum Bridge in den Weihnachtsferien darf es ruhig einmal glitzern: Lässig präsentiert sich unser hübsches Model in Tunika-Bluse (Mes Demoiselles), Silber-Hose (Seductive Pants), Sneaker mit Metallic-Details (Voile Blanche, alles Hämmerle) und Silber-Clutch (L.Credi, Humanic).

Jetzt  
bewerben!



Exklusiv für  
PVÖ-Mitglieder!

Wenn Sie (Frauen und Männer) auch einmal vor der Kamera als Model stehen möchten, dann senden Sie uns Ihre Bewerbung:

Mit Porträt- und Ganzkörperbild und unter Angabe von Name, Adresse, Telefonnummer, Mitgliedsnummer, Konfektions- und Schuhgröße, Größe, und Alter an ✉ [redaktion@pvoe.at](mailto:redaktion@pvoe.at) oder Pensionistenverband Österreichs, Kw. Mode, Gentzgasse 129, 1180 Wien.

# Gewinnen & Vorteile genießen!

So machen Sie bei den Gewinnspielen mit: Postkarte oder E-Mail mit dem entsprechenden Kennwort an UG – Unsere Generation, Gentzgasse 129, 1180 Wien bzw. ✉service@pvoe.at senden. Einsendeschluss: 2.12.2024.

## Trumpets in Concert: A Very Special Christmas 2024



**Stimmungsvolle Weihnachtszeit.** Erleben Sie himmlischen Festglanz und extravagante Glanzpunkte bei einer adventlichen-Trompetengala in der Minoritenkirche Wien. Die drei Trompeter von Trumpets in Concert haben eine facettenreiche Reise durch zwei Jahrhunderte Musikgeschichte zusammengestellt. Werke von Händel, Vivaldi und anderen Größen der Musikszene werden mit der bekannten Mischung aus Virtuosität, Leidenschaft und einer Prise Humor präsentiert. Dieses Trio bringt nicht nur klassische Musik, sondern auch ihre ganz eigene, originelle Interpretation des Weihnachtsfestes auf die Bühne.

### Informationen und Karten:

8.12., 16 Uhr | 13.12., 19.30 Uhr | 15.12., 16 Uhr; Minoritenkirche, 1010 Wien

🌐 [www.leebmusic.com](http://www.leebmusic.com)

**15 % Ermäßigung für PVÖ-Mitglieder** unter ✉office@leebmusic.com und

☎0699/10 55 03 08. Für den jeweiligen Termin gibt es **3x2 Karten** zu gewinnen (Kw. „Trumpets in Concert“, bitte entsprechendes Datum angeben)!

**15 % Ermäßigung für PVÖ-Mitglieder**  
**Je 3x2 Karten zu gewinnen**



## Konklave

**Ab 21. November im Kino.** Der Papst ist unerwartet verstorben. Kardinal Lawrence (Ralph Fiennes) ist mit der schwierigen Aufgabe betraut, die Wahl des neuen Papstes zu leiten. Mächtige Kardinäle aus aller Welt reisen für das Konklave nach Rom. Als sich die Türen zur Sixtinischen Kapelle schließen, entbrennt ein Spiel um Macht. Kardinal Lawrence findet sich im Zentrum von Intrigen und Korruption wieder und kommt einem Geheimnis auf die Spur, das die Grundfesten seines Glaubens erschüttern könnte. All das, während Millionen von Menschen darauf warten, dass weißer Rauch dem Schornstein der Kapelle entsteigt ...

**3x2 Kinogutscheine gewinnen**  
(Kw. „Konklave“)



**Gewinne**  
**3x1 Spiel**

## Kniffliges Legespiel

**Luminos.** Jede Runde legt man ein Plättchen in die eigene Auslage. Sobald ein Quadrat mit vier Plättchen vervollständigt ist, wird gewertet. Jedoch zählt nur das Symbol, welches am wenigsten vertreten ist. Auf eine gleichmäßige Wertung achten – denn am Ende gibt es nur Siegpunkte für vollständige Sets aus Sonnen, Monden und Sternen (8–99 Jahre, € 25,99, Schmidt Spiele).

**3x1 Spiel gewinnen**  
(Kw. „Luminos“)



**Gewinne**  
**3x1 Spiel**

## Bereit zur Landung?

**Sky Team.** Als Pilotin und Co-Pilot steuert man gemeinsam ein Flugzeug. Ziel ist es, dieses sicher auf verschiedenen Flughäfen weltweit zu landen. Dafür muss man die eigenen Würfel geschickt den richtigen Feldern im Cockpit zuordnen. Von Montreal bis Tokio – jeder Flughafen hat seine eigenen Landebedingungen (10–99 Jahre, € 29,99, Kosmos).

**3x1 Spiel gewinnen**  
(Kw. „Sky Team“)



**Ermäßigung für PVÖ-Mitglieder**

## Der kleine Prinz

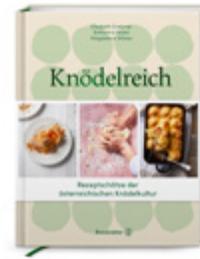
**Erkenntnis.** Der kleine Prinz und der Pilot finden in der Wüste das Wasser des Lebens. Es lässt erkennen, was im Leben wirklich wichtig ist.

### Informationen und Karten:

24.1., 20 Uhr, Linz, Brucknerhaus | 13.2., 19.30 Uhr, Vöcklabruck, Stadtsaal | 14.2., 20 Uhr, Graz, Helmut-List-Halle | 15.2., 19.30 Uhr, Wien, Wiener Stadthalle | 16.2., 19.30 Uhr, Amstetten, Johann-Pözl-Halle

**5 Euro Ermäßigung (alle Kategorien) für PVÖ-Mitglieder!** Kartenreservierungen (Kw. „PVÖ“) unter ☎ 0732/22 15 23 oder ✉ [chm@kdschroeder.at](mailto:chm@kdschroeder.at)

**Musical.** Das literarische Meisterwerk von Antoine de Saint-Exupéry ist eines der meistgelesenen Bücher der Welt. Millionen Leser haben die Geschichte um den jungen Botschafter von einem fremden Stern verschlungen. 2015 entstand ein farbenfrohes, spannendes Musical, das alle Generationen begeistert: mit großartigen Stimmen, Melodien, rasanten Tanzszenen und spektakulärer Multimedia-Animation!



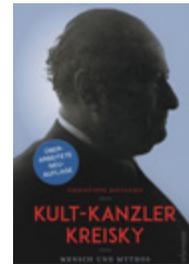
**Gewinne**  
**3x1 Buch**

## Kulinarische Wahrzeichen

**Kochbuch.** Das Buch „Knödelreich“ (Brandstätter Verlag,

€ 37,-) vereint eine köstliche Rezeptvielfalt und erzählt Spannendes zur Geschichte des Knödels. Aus unzähligen handschriftlichen Kochbüchern aus 350 Jahren wurden die besten und ungewöhnlichsten Knödel-Rezepte aufbereitet.

**Bücher gewinnen**  
(Kw. „Knödelreich“)



**Gewinne**  
**5x1 Buch**

## Bundeskanzler Kreisky

**Porträt.** Star-Journalist Christoph Kotanko legt eine

informative und kritische Beschreibung des ehemaligen Bundeskanzlers Bruno Kreisky vor. Analysiert durch Gespräche mit vertrauten Wegbegleitern, Kreisky-Enkel Jan und mit Ingrid Brodnig über „Der Alte und die neuen Medien“ (Ueberreuter Verlag, € 25,-)!

**Bücher gewinnen** (Kw. „Kreisky“)

## Salzburger Advent



**Ermäßigung für PVÖ-Mitglieder**



**Das adventliche G'fühl.** Der „Salzburger Advent®“ hat das Gesicht des Adventsingens in Salzburg mit seinen unverwechselbaren Inhalten, seiner Authentizität und seiner Eigenständigkeit neu geprägt. Die Adventzeit hat etwas Magisches. Diese Empfindung zu verstärken und auf das schönste Fest im Jahreskreis einzustimmen, hat sich der Salzburger Advent zum Herzensanliegen gemacht. Musikalische Glanzlichter, die

schönsten Texte und Geschichten und ein besinnliches Theaterstück bilden die stimmungsvolle Inszenierung beim Programm „Das adventliche G'fühl“.

### Informationen und Karten:

5.12., 20 Uhr, Linz, Brucknerhaus, Großer Saal  
**5 Euro Ermäßigung (alle Kategorien) für PVÖ-Mitglieder!** Kartenreservierungen (Kw. „PVÖ“) unter ☎ 0732/22 15 23 oder ✉ [chm@kdschroeder.at](mailto:chm@kdschroeder.at)



**Gewinne**  
**3x1 Buch**

## Nostalgische Weihnachten

**Brauchtum.** Inge Friedl hält in berührenden Geschichten

fest (Styria Verlag, € 24,-), wie Weihnachten war, als man noch im Rhythmus der Jahreszeiten lebte. Mit Anregungen zum Feiern, traditionellen Rezepten und Bastelanleitungen.

**Bücher gewinnen**  
(Kw. „Weihnachten“)

# Die Zauberreise in die Ritterzeit

**Nestroy Spiele Schwechat.** „Früher war alles besser! Und erst in der Ritterzeit!“ – Wollten sie nicht auch schon immer romantisch von einem Ritter erobert und auf seine Burg entführt werden? Oder ein Held sein und Herrscher über Volk und Land? Dann folgen Sie uns auf eine Zeitreise ins Mittelalter und überzeugen Sie sich selbst, ob damals wirklich alles „besser“ war – oder sich die nostalgischen Träume doch schneller als einem lieb ist in Albträume verwandeln. Gegenwart trifft auf Vergangenheit ... und der Schlosshof der Rothmühle verwandelt sich in einen mittelalterlichen Turnierplatz. Regie: Christian Graf.



**26. Juni–2. August 2025**  
 Di., Mi., Fr., Sa., 20.30 Uhr |  
 So., 20. Juli, 19 Uhr  
 Schlosshof Rothmühle,  
 Schwechat-Rannersdorf  
 ✉ tickets@nestroy.at  
 🌐 www.nestroy.at  
**Tickets und Gutscheine für  
 PVÖ-Mitglieder minus 20%!**







## Gesund und gepflegt

Entdecken Sie die Kraft der Vitalpilze, hochwertige Mikronährstoffe, traditionelle Klosterspezialitäten direkt aus dem Garten der Natur und genießen Sie eine verwöhnende Pflegeroutine mit unserer zertifizierten Biokosmetik. QR-Code scannen oder Seite besuchen, registrieren, Code eingeben – und profitieren!





# 20 %

auf Bestellungen im Online-Shop  
 mit dem Vorteilscode \*\*: HBDBFH

[www.orthotherapia.net](http://www.orthotherapia.net)

\*\* Gültig bis 31.12.2025 bei Bestellungen im Onlineshop bis auf Widerruf. Ausgenommen Sets und Bücher. Keine Barablässe möglich. Registrierung notwendig..

FOTO: BARBARA PÁLFFY



# RONACHER

R	O	C	K
M	E		
A	M	A	
D	E	U	S

FÜR PVÖ-  
MITGLIEDER  
MINUS  
25%

JETZT  
TICKETS  
SICHERN!

## DAS FALCO MUSICAL

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DER FALCO PRIVATSTIFTUNG



#WeAreMusical

PVÖE.MUSICALVIENNA.AT



# Unsere PVÖ-Vorteilspartner



Hier können Sie als PVÖ-Mitglied immer 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](http://www.adlermode.at)

## 10 % RABATT auf Brillen

für PVÖ-Mitglieder

PVÖ-Mitglieder erhalten für jeden Einkauf in einer Fielmann-Niederlassung gegen Vorlage des PVÖ-Mitgliedsausweises einen Rabatt in der Höhe von **10 % auf Brillen mit oder ohne Sehstärke**.\*\*\*

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

**fielmann**

## 12 % RABATT

für PVÖ-Mitglieder\*\*

**12 % Rabatt für PVÖ-Mitglieder auf den tagesaktuellen Preis nur für Übernachtungen.** Zusätzlich kann der **5% Genussgutschein** (bei Online-Buchungen) vor Ort eingelöst werden. **Buchung NUR über das Servicecenter möglich:** ☎ 05 708 38 00, ✉ [booking@jufahotels.com](mailto:booking@jufahotels.com) und unter [www.jufahotels.com](http://www.jufahotels.com) mit Angabe des Codes „**PVS12%25**“.

Bei der Anfrage muss direkt auf die Kooperation hingewiesen werden. Direkt-Buchung bei Hotels nicht möglich.

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



**KOLPING WIEN-ZENTRAL**

## €48,-

p.P. im DZ/NF

€ 75,- im EZ/NF



### Ihr Haus für Ihren Aufenthalt in Wien

- gegen Vorlage des PVÖ-Mitgliedsausweises, gültig bis 31.12.2025
- 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](mailto:office@kolping-wien-zentral.at)

[www.kolping-wien-zentral.at](http://www.kolping-wien-zentral.at)

## € 5,- SOFORTRABATT\*

ab 50 Euro Einkauf für PVÖ-Mitglieder

Gegen Vorweis des Mitgliedsausweises. Ausgenommen: Rotepreise, Bestpreise, E-Bikes, Serviceleistungen sowie Gutscheine.

80 x in Österreich.

[www.hervis.at](http://www.hervis.at)

**NEUROTH**  
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN

**- 5% Rabatt  
FÜR PVÖ-MITGLIEDER\***  
auf eine Neuroth Hörlösung

**- 10% Rabatt  
FÜR PVÖ-MITGLIEDER\***  
auf einen angepassten Gehörschutz

Geltungsbereich der Rabatte: - 5 % auf den geltenden Zahlungsbetrag für ausgewählte Hörgeräte aus dem Neuroth Standardportfolio mit Eigenanteil / - 10 % auf individuell angepassten Gehörschutz von Earwear (ausgenommen Linien Ultimate Ears und Serenity). Gegen Vorweis des PVÖ-Mitgliedsausweises. Erhältlich in ganz Österreich in allen Neuroth-Standorten.

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

\* Gültig bis auf Widerruf, zumindest aber bis 31.12.2025! Der Rabatt ist nicht übertragbar und nicht mit anderen Rabatten/Aktionen kombinierbar.

\*\* Gültig bis 31.12.2025, ausgenommen sind Sperrdaten (z. B. Hochsaison).

\*\*\* Kontaktlinsen, Pflegemittel & Handelswaren sind von der Aktion ausgeschlossen. Der Rabatt ist nicht übertragbar und nicht mit anderen Rabatten/Aktionen kombinierbar. Gültig bis 31.12.2025.

# Stimmung. Service. Sicherheit.

## Vorteil 1 bis 3 für PVÖ-Mitglieder:

- ☀ PVÖ-Reisebegleitung während der gesamten Reise
- ☀ Bustransfers für Gruppen zum/vom Flughafen
- ☀ Preisvorteil für PVÖ-Mitglieder



SeniorenReisen:  
die Reiseprofis des Pensionistenverbandes Österreichs



**SENIOREN  
REISEN  
AUSTRIA**



**PENSIONISTEN  
VERBAND  
ÖSTERREICHS**

🌐 [seniorenreisen.cc](https://seniorenreisen.cc)  [SeniorenReisenAustria](https://www.facebook.com/SeniorenReisenAustria)

Wenn unzustellbar, Retouren an Postfach 100, 1350 Wien



UG – *Unsere Generation*  
Gentzgasse 129, 1180 Wien  
E-Mail: [redaktion@pvoe.at](mailto:redaktion@pvoe.at)  
Internet: [pvoe.at](http://pvoe.at)  
Österreichische Post AG  
Zulassungsnummer: MZ 02Z032701M  
DVR-Nr: 0047040

Ausgabe: 6/2024  
(November 2024–Dezember 2024)