

# UG Unsere Generation

DAS MITGLIEDERMAGAZIN DES PENSIONISTENVERBANDES ÖSTERREICHS



„Ehrensache“

## Dein Engagement zählt!

Das Herzstück des PVÖ sind unsere Funktionärinnen und Funktionäre. Sie arbeiten ehrenamtlich, aber nicht umsonst: Laut Studien hält Freiwilligenarbeit das Gehirn aktiv und steigert die Lebensfreude.



# 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)

**Hervis**  
SPORTS

**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.

# ZUR SACHE



VON PVÖ-PRÄSIDENT DR. PETER KOSTELKA

## Viel Neues 2025

Es war die richtige Strategie des Pensionistenverbandes, dass wir die für unsere Generation so entscheidende Pensionsanpassung noch vor der Wahl unter Dach und Fach gebracht haben. 4,6 Prozent Pensionsplus für 2025 haben wir fixiert. Ich bin mir nicht sicher, ob wir das nach den Wahlen in dieser Kürze und in dieser Höhe erreichen hätten können, vor allem angesichts der jetzt sichtbaren dramatischen Budgetlage und der politischen Situation in unserem Land. Bei aller Bescheidenheit: Einmal mehr hat der Pensionistenverband für seine Mitglieder und die älteren Menschen etwas erreicht, das ohne den Pensionistenverband vermutlich nicht so gekommen wäre.

### ARGUMENTE FÜR WERBUNG

Das ist eines von vielen Argumenten, das wir ins Treffen führen, um neue Mitglieder für den Pensionistenverband zu gewinnen. Daher mein Appell an unsere treuen Mitglieder: Sagen wir es all jenen, die noch nicht beim Pensionistenverband sind, wie gut und wichtig eine Mitgliedschaft ist – für nur 30 Euro im Jahr gibt's eine starke Interessenvertretung, die wirklich etwas erreicht. Und natürlich gibt's beim Pensionistenverband auch Beratung, Sport- und Kulturangebote und zahlreiche Vergünstigungen im Rahmen unseres Vorteilsklubs. Nicht zu vergessen die bestens organisierten Reisen inklusive Ärzteteam oder den angenehmen Kofferservice. Seniorenreisen, unser verbandseigenes Reisebüro ist hier einzigartig.

### GEGENÜBER JEDER REGIERUNG

Wir werden der neuen Regierung als unabhängiger Pensionistenverband genauso gegenüberreten wie anderen Regierungen zuvor. Wir erwarten Respekt, Gespräche und Verhandlungen stets auf Augenhöhe. Wir wissen, dass die Zeiten nicht leicht sind. Aber die Pensionistinnen und Pensionisten werden sicher nicht akzeptieren, dass sie die ersten sein sollen, die zur Kasse gebeten werden. Die ÖVP, die seitfast einem Vierteljahrhundert den Finanzminister

stellt, muss sich fragen lassen, wie es zu diesen fehlenden Milliarden in der Staatskasse kommen konnte. Wir stehen vor großen Herausforderungen, nicht nur bei den Pensionen, sondern auch in der Pflege, im Gesundheitswesen, wir brauchen einen Teuerungsstopp und der immer mehr um sich greifenden Altersdiskriminierung muss Einhalt geboten werden.

### ENDE UND ANFANG

Im Pensionistenverband beginnt das neue Jahr auch mit einem Ende einer Ära: Unser Langzeit-Generalsekretär Andreas Wohlmuth, der mit 35 Dienstjahren fast die Hälfte seit Bestehen unseres Verbandes dabei war und seit 1999 auch gemeinsam mit Heinz Haubenwallner dieses Mitgliedermagazin gestaltet und „befüllt“ hat, beenden ihre überaus engagierten Dienste im Pensionistenverband.

Ihnen möchte ich im Namen des gesamten Verbandes eine großes DANKE aussprechen. Sie waren keine „normalen“ Angestellten, sondern vielmehr unermüdete Arbeiter und tatsächlich Tag und Nacht für den PVÖ tätig. Viele Erfolge des PVÖ stammen aus ihren Köpfen und Händen! Wir wünschen den beiden alles Gute für die Zukunft, natürlich auch im Kreise der PVÖ-Familie. 2025 beginnt auch mit unserem neuen Generalsekretär Christian Rösner, der sich bereits intensiv eingearbeitet hat und mit Elan ans Werk gehen wird.

*Für 2025 hat sich der Pensionistenverband viel vorgenommen! Machen Sie mit! Alles Gute und ein gesundes 2025 wünscht*

*Ihr*

**Dr. Peter Kostelka, Präsident**  
des Pensionistenverbandes Österreichs

### Liebe Leserinnen und Leser!

Diese Ausgabe ging ab 7.1.2025 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](http://pvoe.at) abrufbar.

Die nächste Ausgabe erscheint Mitte März.



# „Ehrensache“

**PVÖ-Präsident Dr. Peter Kostelka bezeichnet sie als „Herz und Seele“ des Pensionistenverbandes:** Die österreichweit rund 15.000 Funktionärinnen und Funktionäre, die ehrenamtlich für den PVÖ tätig sind und damit in erster Linie für das abwechslungsreiche Angebot in den Ortsgruppen und auf Bezirks-, Landes- und Bundesebene verantwortlich zeichnen.

2025 soll ganz im Zeichen dieser „guten Geister“ stehen, die auf vielfältige Art und Weise tätig sind: Als Ortsgruppen-Obleute, Reisebegleiter, Sportbeauftragte für viele verschiedene Disziplinen, als Kultur- und Bildungsreferent\*innen, als Berater\*innen in Pensions-, Finanz-, Sozial- und Rechtsfragen und als Organisations-Genies für allerlei Feste und Feierlichkeiten.

Die Möglichkeiten, sich im Pensionistenverband zu engagieren, sind schier unendlich. Und mit jedem Jahr steigt die Zahl der Angebote, die der Pensionisten-

verband für seine Mitglieder bereithält.

## **ERFÜLLEND, BERÜHREND UND GESUND**

Damit steigt aber auch der Bedarf an ehrenamtlich tätigen Menschen, die bereit sind, ihr Wissen, ihre Fertigkeiten und Fähigkeiten dafür einzusetzen, um in der Gruppe „Spaß an der Freude“ zu haben. Oder aber PVÖ-Mitgliedern mit Rat und Tat zur Seite zu stehen, um dafür aufrichtige Dankbarkeit zu erhalten. Und damit sind wir schon bei der Frage angelangt, die beim Thema Ehrenamt vor allem bei jenen, die

noch nie irgendwo ehrenamtlich tätig waren, im Raum steht: „Und was hab’ ich dann davon?“

Jede Menge, wie nicht nur zahlreiche wissenschaftliche Studien belegen, die sich mit den positiven Auswirkungen auf Körper, Geist und Seele von freiwillig Engagierten beschäftigen. Was ein Engagement im Rahmen des Pensionistenverbandes bedeuten kann, zeigen auch eindrucksvoll folgende drei Beispiele von Ehrenamtlichen, die auf verschiedenen Gebieten für den PVÖ tätig sind.

**1.000 Möglichkeiten** gibt es, um sich im PVÖ zu engagieren. Eine davon ist Sport. Aber es gibt auch Kultur, Bildung, Ausflüge, Reisen, Beratung, Lebenshilfe, Organisation von Feiern und Festen aller Art, und und und ...

## Mein Lohn ist die Freude der anderen

Inge Kapeller, OGV, Reise-Betreuerin, Niederösterreich

**Inge Kapeller** ist bereits seit mehr als 15 Jahren für den PVÖ ehrenamtlich aktiv – und zwar im „hohen Norden“: in Waidhofen an der Thaya, im Waldviertel in Niederösterreich. Dort betreut sie eine Ortsgruppe mit 186 Mitgliedern, organisiert unzählige Ausflüge – Kulturfahrten, Wandertage, Radausflüge usw. – und engagiert sich voller Enthusiasmus bei Seniorenreisen. Einen besonderen Eindruck hat bei ihr und ihrer Gruppe etwa die Reise nach Ibiza zum Frühjahrstreffen hinterlassen. „Ich mag das, wenn man wo hinkommt, wo was los ist. Im Waldviertel leben wir ein bisschen abgelegen, da will man dann im Urlaub nicht an Orten sein, die ebenfalls abgelegen sind“, erzählt Kapeller. Arbeit hat sie jedenfalls genug – „fast so viel wie ein Fulltime-Job, nur eben ehrenamtlich.“ Und ihr Mann ist dabei ständig an ihrer Seite und hilft mit.



Warum sie sich das „antut“? „Wegen des Gemeinschaftsgefühls. Weil ich die Leute gern habe. Weil ich gerne unter Menschen bin und mich gerne um sie kümmere. Weil ich es mag, wenn ich sie zufrieden machen kann: Mein Lohn ist die Freude der anderen“, sagt sie. Abgesehen davon würden ständig neue Freundschaften entstehen. So hat es laut Kapeller schon viele gemeinsame Aktivitäten auch mit Gruppen aus anderen Bundesländern gegeben – wie etwa aus Wien, Tirol oder dem Burgenland.

Was sie ohne ihrer ehrenamtlichen Tätigkeit machen würde? „Das weiß ich ehrlich gesagt nicht. Ich mache das schon so lange mit Begeisterung, dass ich mir ein Leben ohne meine Leut' gar nicht mehr vorstellen kann.“

## Freiwilligenarbeit bringt allen was

Carmen Reiter, PVÖ-Rechtsberaterin in Vorarlberg

**Carmen Reiter** ist seit fünf Jahren in Pension und eine von 20 PVÖ-Rechtsberaterinnen und -berater in Vorarlberg, die alle zusammen mit Vorarlbergs PVÖ-Präsident Manfred Lackner an der Spitze ehrenamtlich für die Anliegen der Mitglieder arbeiten. „Viele Menschen haben zum Beispiel Probleme mit FinanzOnline und wir helfen ihnen dabei, den Steuerausgleich zu machen. Beim Steuerberater bezahlen sie für so eine Leistung hunderte Euro, bei uns bekommen sie das mit dem PVÖ-Mitgliedsbeitrag“, erzählt Reiter stolz

Warum sie das macht? „Ganz einfach: Ich freue mich, wenn ich anderen Menschen helfen und sie glücklich machen kann. Da freue ich mich mit ihnen. So gesehen mache ich das ja nicht umsonst, schließlich bekomme ich etwas zurück. Das ist wie mit dem Aufpassen auf die Enkerl: Man nimmt sich die Zeit und bekommt dafür Lachen und Umarmungen. Und wer weiß, vielleicht bin ich später auch einmal auf so eine Hilfe angewiesen“, meint die ehemalige Gemeindebedienstete.

Im Vordergrund steht für sie natürlich der soziale Gedanke – so ganz uneigennützig ist es aber auch nicht, gibt Reiter zu: „Im Alter sollte man ja auch aktiv bleiben und das nicht nur körperlich – die grauen Zellen müssen aktiviert werden und das passiert bei dieser Arbeit, außerdem lernen wir auch ständig dazu, weil wir regelmäßig Schulungen haben“, sagt Carmen Reiter. Unterm Strich bringt die Freiwilligenarbeit also allen etwas – und alle sind glücklich.



### Ausgezeichnet!

Brigitte Marte und Willy Orsingher wurden kürzlich für ihren langjährigen Einsatz beim PVÖ von Landeshauptmann Markus Wallner mit der Ehrenamtsurkunde des Landes Vorarlberg ausgezeichnet. Der Pensionistenverband gratuliert und sagt: Herzlichen Dank!

# Ein „lustvolles Abenteuer“ mit Mehrwert

Richard Mayr, EDV-Experte, Erfinder der Digi-Coaches, Tirol

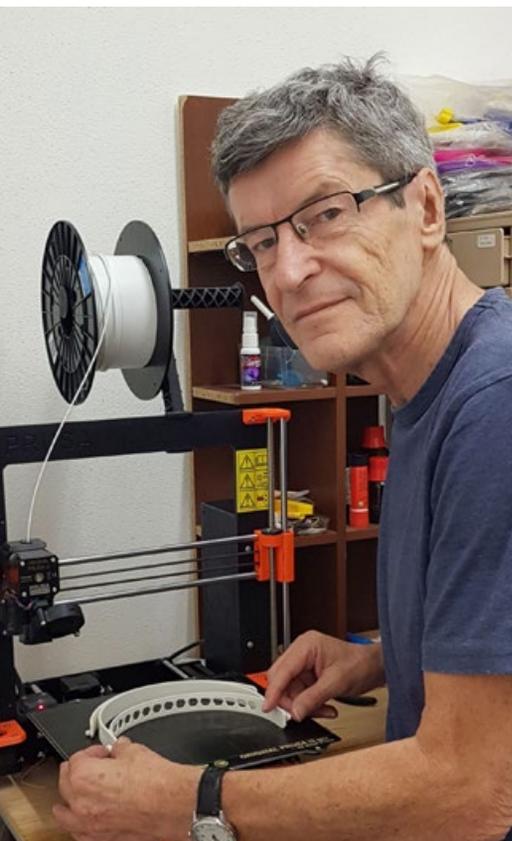
**Richard Mayr** ist zwar mit „Amtsantritt“ im Jahr 2018 ein erst junger Ehrenamtlicher, kennt aber den PVÖ in- und auswendig. Der Tiroler aus Axams war 20 Jahre lang Landessekretär des Pensionistenverbandes Tirol und hat schon im Rahmen dieser Tätigkeit zu seiner aktuellen Leidenschaft gefunden: „Die Digitalisierung aller Lebensbereiche ist eine große Herausforderung. Besonders für die ältere Generation. Hier tut Hilfe dringend Not“, weiß er aus Erfahrung. Und so hat er nach einem Jahr „wirklich in Pension“ begonnen, Initiativen und Ideen zu entwickeln, wie das niederschwellig zu verwirklichen ist. In seiner Heimatgemeinde gründete er eine „Computeria“ als kostenlose Plattform für Erfahrungsaustausch und Wissenstransfer. Mit Corona und den Lockdowns erweiterten sich

die Treffen von Axams ins Internet. 2022 kam ihm schließlich die Idee zu den Digi-Coaches, einem in ganz Tirol verbreiteten Netzwerk von Ehrenamtlichen, die PVÖ-Mitgliedern kostenlos Rat und Hilfe in allen Fragen zu Handy, Tablet, Apps und Co zukommen lässt. Ständig kommen neue „Digitale Pannenhelfer“ dazu, die er einschult und ins Netzwerk integriert.

Für ihn ist seine ehrenamtliche Tätigkeit „ein lustvolles Abenteuer“. Weil er fasziniert ist von den Möglichkeiten, die neue Techniken – wie zum Beispiel Künstliche Intelligenz – bieten: „Es ist beinahe täglich so, wie wenn man unbekannte Welten bereist: Man kommt aus dem Staunen nicht heraus.“ Staunen – und Freude – bringen ihm aber auch die Reaktionen all jener, denen er helfen konnte. „Es berührt wirklich zu sehen, wie sehr die Unterstützung oft gebraucht wurde. Da kommt auch sehr viel Dankbarkeit zurück. Und die macht jede Minute Einsatz mehr als wett.“ [📍 \(hau/rös\)](#)

## Gute Idee!

Einige Landesorganisationen machen spezielle Aktionen zur Gewinnung von Ehrenamtlichen. Beachten Sie dazu bitte auch den Regionalteil in dieser Ausgabe.



### Zukunftsfit.

Von 3D-Drucker (Bild) bis KI (künstliche Intelligenz): Richard Mayr ist am Puls der Zeit. Und gibt sein Wissen gerne weiter.



## Hier können Sie sich engagieren!

In unseren mehr als 1.650 Ortsgruppen freuen wir uns über jede Unterstützung. Wenn Sie bei Ausflügen, Feiern und anderen Aktivitäten helfend mitmachen wollen, wenden Sie sich bitte an die **Ortsgruppe**.

Verfügen Sie über besondere Fähigkeiten/Fertigkeiten und sind Sie auch mobil, so wenden Sie sich bitte an Ihre **Landesorganisation**.

Haben Sie Qualifikationen in Gebieten, in denen der PVÖ in Ihrer Region kein Angebot hat, und die Sie gerne in die Gemeinschaft einbringen wollen, rufen Sie uns in der **Zentrale** an: ☎ 01/313 72 0. Kennwort: Ehrenamt. Wir freuen uns auf Sie!

# Gutes tun: Ehrenamt

In meiner Praxis erlebe ich immer wieder, dass gerade pensionierte bzw. ältere Menschen auf der Suche nach einem tieferen Sinn im Leben sind. Ehrenamtliche Tätigkeiten bieten eine Möglichkeit, sich weiterhin gebraucht zu fühlen und wichtig zu sein. Das Wissen, dass man durch seine Arbeit einen positiven Einfluss auf das Leben anderer hat, stärkt das eigene Selbstwertgefühl, die persönliche Lebenszufriedenheit und kann auch eine neue Lebensperspektive eröffnen.

Durch ehrenamtliche Mitarbeit wird man zu einem wichtigen Teil einer Gemeinschaft. Diese sozialen Bindungen tragen dazu bei, Einsamkeit zu vermeiden und die geistige Gesundheit zu fördern. Studien haben gezeigt, dass Freiwilligenarbeit das Gehirn aktiv hält sowie die Lebensfreude steigert und

Depressionen vorbeugen kann. Ehrenamtliche Arbeit im Alter ist somit eine ausgezeichnete Möglichkeit, Gutes zu tun und dabei die eigene Lebensqualität zu steigern.

Immer wieder begegnen mir Menschen mit Selbstzweifel. Lassen Sie sich davon bitte nicht abhalten, es gibt so viele verschiedene Einsatzmöglichkeiten, aber bedenken Sie dabei immer, egal was Sie tun, es soll Ihnen auch meist Freude und noch besser Spaß machen. Coco Chanel meinte: „Ich bereue nichts im Leben, außer das, was ich nicht getan habe.“

Sie mögen Herausforderung, sind geistig fit und bereit, einen wertvollen Beitrag für die Gesellschaft zu leisten, dann zögern Sie nicht und melden Sie sich zur ehrenamtlichen Mitarbeit. Denn Sie werden gebraucht!



**Mag. Gabriela Fischer**  
Lebens- und Sozialberaterin  
www.gabifischer.com

„Wenn jeder dem anderen helfen wollte, wäre allen geholfen.“

**Marie von Ebner-Eschenbach**  
Schriftstellerin  
(\*1830 – †1916)

## Neue ehrenamtliche PVÖ-Lebens- und Sozialberaterin

Wenn Zukunftsängste, Einsamkeit, Probleme oder Sorgen überhandnehmen, ist es oft gut, jemanden zu haben, der zuhört, Fragen stellt und einen ein Stück weit begleitet.

Mit großer Freude dürfen wir unsere neueste ehrenamtliche Mitarbeiterin vorstellen: Dipl. Päd. Barbara Strobl-Ischovits, MSc. Sie wird ab Februar als Nachfolgerin von Mag.<sup>a</sup> Erika Torner unseren Mitgliedern als Lebensberaterin zur Verfügung stehen.

### LEBEN KANN SCHÖN SEIN

Doch manchmal sind die Sorgen zu groß, um das erkennen zu können. Denn verschiedene Lebensumstände können uns aus dem Gleichgewicht bringen. Jeder Mensch kann davon betroffen sein. „Hilfe annehmen ist

nicht immer leicht und kostet Überwindung. Doch oft sind andere Sichtweisen die Lösung des Problems und ich helfe Ihnen dabei, diese zu finden und begleite Sie ein Stück auf Ihrem Weg in eine hoffnungsvollere Zukunft“, betont Strobl-Ischovits.

Barbara Strobl-Ischovits ist Lebensberaterin in psychosozialen Angelegenheiten sowie Mediatorin, die auch in Konfliktsituationen ein offenes Ohr für Sie hat. Sie berät Hilfesuchende kostenlos in ganz Österreich telefonisch, per E-Mail und in Wien auch in persönlichem Kontakt.

Ihr Anliegen ist es, gemeinsam mit den Hilfesuchenden neue Perspektiven und für Probleme gemeinsam Lösungswege zu finden – oder einfach nur zuzuhören, wenn Einsamkeit und Sorgen erdrückend sind. Psychosoziale Beratung und Unterstützung in schwierigen Lebenssituationen sind für folgende Themen sinnvoll:

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

Angeboten werden von Barbara Strobl-Ischovits:

- Einzel-, Paar- und Familienberatung
- psychosoziale Beratung
- Krisenintervention
- Mediation



**Dipl. Päd. Barbara Strobl-Ischovits, MSc.**  
PVÖ-Lebens- und Sozialberaterin



**INFO:** Terminvereinbarungen für telefonische Beratungen und auch persönliche Gespräche in der PVÖ-Verbandszentrale sind ab 10. Februar unter [office@pvoe.at](mailto:office@pvoe.at) möglich – oder unter **01/313 72-0** während der Bürozeiten (Montag, Mittwoch und Donnerstag von 9 bis 15 Uhr, Dienstag von 10 bis 16 Uhr und Freitag von 9 bis 13 Uhr).



Wir haben VOR der Wahl erreicht, dass die Pensionen 2025 um 4,6 Prozent steigen. Ich bin mir nicht sicher, ob uns das in den derzeit innenpolitisch turbulenten Zeiten gelungen wäre.

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

# Der PVÖ wird **jeder Regierung entgegentreten**

Im Neujahrs-Interview erklärt PVÖ-Präsident **Dr. Peter Kostelka**, wie er der um sich greifenden Altersdiskriminierung Einhalt gebieten will, wie es mit der Pflege und den Pensionen weitergehen soll und warum der Pensionistenverband immer wichtiger wird.

**P**ensionistenverbands-Präsident Dr. Peter Kostelka führt 2025 auch im Österreichischen Seniorenrat, in dem alle Seniorenverbände vereint sind, den Vorsitz. Klar ist, dass das Jahr 2025 angesichts einer neuen Regierung, einem riesigen Budget-Sanierungsbedarf und diverser Wahlen große Herausforderungen bringen wird.

**UG: Anfang des Jahres interessiert die Pensionistinnen und Pensionisten vor allem, ob ihre Pension erhöht wird – was kommt?**

**KOSTELKA:** Wir haben als Pensionistenverband darauf gedrängt, dass die 2025er-Pensionsanpassung noch VOR der Wahl im September 2024 geregelt sein muss. Das ist uns gelungen. Die Pensionen steigen 2025 um 4,6 Prozent. Ich bin deshalb froh, dass unser Plan aufgegangen ist, weil ich mir nicht sicher bin, ob uns das in den derzeit innenpolitisch turbulenten Zeiten so gelungen wäre. Vor allem hätte es – wie bei den Beamten – angesichts der Budgetprobleme sicher harte Debatten gegeben, die am Kern vorbeigehen. Denn es muss

außer Streit stehen, dass den Pensionistinnen und Pensionisten die Teuerung abgegolten werden muss.

**Bis zu 24 Mrd. beträgt der Einsparungsbedarf. Wird das auch die Pensionistinnen und Pensionisten treffen?**

Wir bekommen jetzt die Rechnung für die „Koste es, was es wolle“-Politik präsentiert. Es muss auch klar gesagt werden: Das Finanzministerium wird seit dem Jahr 2000 von einem ÖVP- bzw. kurz einem FPÖ-Finanzminister geführt. Die Älteren mussten die Rekordteuerung der letzten eineinhalb Jahre vorfinanzieren.

Sie werden kein Verständnis haben, dass sie die ersten sein sollen, die jetzt zur Kasse gebeten werden.

### **Generell wird das Pensionssystem ja als größter Kostentreiber im Budget gesehen?**

Ohne Zweifel sind die Pensionen ein großer Budgetposten. Aber es geht ja hier nicht um eine abstrakte Summe im Staatshaushalt, sondern um die existenzielle Lebensgrundlage für fast 2,5 Millionen Menschen in unserem Land. Wir treten all jenen, die von Kostenfaktor reden, entgegen, indem wir die wirtschaftliche Bedeutung der älteren Menschen betonen. Ganze Branchen leben doch von den älteren Menschen, sie zahlen Steuern und entrichten Beiträge, sie leisten Pflege- und Betreuungsarbeit, auch für viele Enkelkinder. Und kaum ein Verein könnte ohne die ehrenamtliche Tätigkeit der Pensionistinnen und Pensionisten existieren.

### **Zum angesprochenen Thema Pflege. Wie geht es da weiter?**

Hier ist wirklich viel zu tun: die Kompetenzen zwischen Bund und Ländern, die Unterschiede zwischen Pflege im Heim und Pflege daheim, die Personal- und Kostenthematik. Es gibt wirklich genug an Vorschlägen und Konzepten, auch vom Pensionistenverband. Ziel muss sein, eine menschliche und leistbare Pflege und Betreuung im Alter zu ermöglichen. Wir haben ein gutes Pflegesystem, aber es bedarf zahlreicher Anpassungen und Verbesserungen mit Blick auf jede und jeden Einzelnen und mit Blick aufs Ganze.

### **Der Pensionistenverband hat die Altersdiskriminierung thematisiert? Wie kann sie verhindert werden?**

Die Altersdiskriminierung greift immer stärker um sich. Vor allem durch die fortschreitende Digitalisierung aller Lebensbereiche. Wir haben nichts ge-

**Dr. Peter Kostelka** führt heuer auch den Vorsitz im Österreichischen Seniorenrat, wo alle Pensionistenorganisationen vertreten sind.



gen die Digitalisierung. Aber es darf niemand, der kein Handy, keinen Computer, kein Internet hat, zurückgelassen und ausgeschlossen werden. Das haben wir



**Die Pensionen sind keine abstrakten Budgetposten, sondern die Existenzgrundlage für fast 2,5 Millionen Menschen.**

**Dr. Peter Kostelka**  
PVÖ-Präsident



stark kritisiert, vor allem bei staatlichen Förderprogrammen, die ausschließlich online zu beantragen sind. Der Staat sollte hier vielmehr Vorbild sein und dafür sorgen, dass man alles auch schriftlich oder persönlich beantragen kann. Dafür brauchen wir klare gesetzliche Regeln. Die hat der Pensionistenverband in die Regierungsverhandlungen eingebracht. Noch im Jänner lade ich zu einem weiteren Runden Tisch ein, wo wir uns auch damit beschäftigen, wie die immer mehr um sich greifende Altersdiskriminierung bei Banken und Versicherungen verhindert werden kann. Der Pensionistenverband wird immer wichtiger: einerseits als schützende Interessenvertretung und andererseits in seiner sozialen und gesellschaftlichen Aufgabe.

### **Was tut sich 2025 im PVÖ?**

Wir wollen offensiv unsere Mitglieder und auch neue Mitglieder für eine ehrenamtliche Tätigkeit im PVÖ begeistern. Im PVÖ tätig zu sein, ob als Reiseleiter\*in, als Sportreferent\*in, als Kassier\*in usw. kann weniger als „Arbeit“ gesehen werden, sondern vielmehr als lohnende Aufgabe, bei der man sich mit seinen Fähigkeiten einbringen kann und bei der auch viel an Anerkennung und Dank zurückkommt. Man wird gebraucht und das hält jung! Nicht nur einmal hat mir eine Funktionärin bzw. Funktionär gesagt, wie viel positive Erlebnisse die Tätigkeit im PVÖ bzw. für die Mitglieder in einer Ortsgruppe bzw. Bezirksorganisation bringt. (awo)

# Budgetloch, nicht Pensionsloch!

**Wieder einmal sollen die Pensionen schuld sein.** Und zwar am Budgetloch! Das gibt es nämlich tatsächlich. 24 Milliarden groß. Trotzdem wird ständig das Märchen vom Pensionsloch erzählt. UG-Unsere Generation klärt auf.



**Die Älteren sind nicht schuld am Budgetloch!** Im Gegenteil, sie sind ein wichtiger Wirtschaftsfaktor!

**J**etzt ist es mehr oder weniger offiziell: 24 Milliarden groß ist das Budgetloch. Doch statt den wirklichen Gründen der seit einem Vierteljahrhundert von der ÖVP verantworteten Finanzpolitik unseres Landes zu forschen, wird schnell mit dem Finger auf die Pensionen gezeigt. Das „Pensionsloch“ soll die wahre Ursache fürs Budgetloch sein ... Damit soll der Boden für Einsparungen, Verschlechterungen und Kürzungen aufbereitet werden. Aber nicht mit uns: Der Pensionistenverband hält dagegen!

## HÖHERE BEITRAGSEINNAHMEN

Wie funktioniert unser Pensionssystem? Da gibt es zunächst die gesetzliche Pensionsversicherung. Sie fußt auf dem Umlagesystem: Die unselbstständig Beschäftigten (Arbeiter und Angestellte) zahlen einen Teil ihres Gehalts in die Pensionsversicherung ein, dazu kommt auch ein Dienstgeberanteil. Und die Pensionistinnen und Pensionisten bekommen von der Pensionsversicherung ihre Pension. Betrachtet man streng nur diese Beitragsflüsse, gibt es in der Pensionsversicherung höhere Beitrags-einnahmen als Ausgaben. Also keine Spur von einem Pensionsloch!

## WARUM STAATZUSCHUSS?

Dieses Beitragsplus gibt es aber nicht bei den Bauern und Selbstständigen. Hier ist es umgekehrt: Geringere Beitragseinnahmen bei höheren Pensionsausgaben. Ein Grund dafür ist, dass es in diesen Gruppen keinen Dienstgeberbeitrag zur Pensionsversicherung gibt.

## PENSIONSVERSICHERUNG IST MEHR

Die Hauptgründe für die Notwendigkeit staatlicher Zuschüsse betreffen aber nicht ursächlich die Pensionen. Sondern zusätzliche Leistungen, die eben auch über das Pensionssystem abgewickelt und bezahlt werden. Zum Beispiel die Versorgung von Witwen und Witwern sowie von Waisen. Oder von Menschen, die unfall- oder krankheitsbedingt berufsunfähig geworden sind. Nicht zu vergessen: Rehabilitations- und Kuraufenthalte (auch der Beschäftigten) werden von der Pensionsversicherung geleistet. Im Pensionssystem geht es also nicht nur um Pensionen, sondern auch um zahlreiche Leistungen für die Gesundheit oder die Armutsvermeidung. Diese zusätzlichen Aufgaben und Leistungen müssen eben über zusätzliche Einnahmen bezahlt werden und die kommen aus dem Staatshaushalt.

## BEAMTENPENSIONEN

Und dann gibt es noch einen zusätzlichen gewichtigen Grund für den Budgetposten Pensionen: Nämlich die Pensionen der Dienstnehmer\*innen des Staates (Beamtinnen und Beamten), wo ja der Staat Dienstgeber ist.

## FAZIT: STABIL

Ja, die gesamten Pensionskosten steigen. Aber parallel zum Bruttoinlandsprodukt auf stabilem Niveau – trotz steigender Anzahl an Empfängern in der gesetzlichen Pensionsversicherung. Auch, weil die Pensionskosten für die weniger werdenden Beamten stark sinken. © (awo)

## Wirtschaftsfaktor, nicht Kostenfaktor

Die wirtschaftliche Bedeutung der Pensionistinnen und Pensionisten ist enorm: Sie zahlen rund 20 Milliarden Euro an direkten Steuern und Abgaben. Weitere 50 Milliarden Euro tragen sie durch den Konsum zur Wirtschaft bei – es gibt ganze Branchen, die hauptsächlich von älteren Menschen leben! In der Pflege und Betreuung leisten sie Arbeit im Wert von 6 Milliarden Euro jährlich und durch ehrenamtliche Tätigkeiten in Vereinen weitere 2,5 Milliarden Euro.

# Natürliche „Antibiotika“

**Blasenentzündung:** Cranberry sowie antibakterielle Stoffe wie etwa aus Kresse und Kren können helfen.



”

Cranberry, Kresse und Kren sind die idealen Heilpflanzen für die Blase.

MAG. PHARM. LUCIE SOUCEK  
PHARMAZEUTIN

Jede fünfte Frau leidet einmal im Jahr an einer Blasenentzündung: Ständiger Harndrang mit kleinen Urinmengen und Brennen beim Wasserlassen zählen zu den klassischen Beschwerden. Verantwortlich sind dafür meist Bakterien, die von unten über die Harnröhre in die Blase aufsteigen.

„Die gute Nachricht: Wenn es sich – wie in neun von zehn Fällen – um einen unkomplizierten Verlauf ohne Fieber und Blut im Urin handelt, können zahlreiche Heilpflanzen nachweislich helfen, ohne dass wir zu Antibiotika greifen müssen“, sagt Apothekerin Lucie Marie Soucek.

## HILFE AUS DER NATUR

Die aktuellen S3-Leitlinien für Harnwegsinfektionen, die wichtigsten Entscheidungshilfen für Ärzte, empfehlen etwa Kresse und Kren (Meerrettich). Diese Pflanzen werden in der Volksheilkunde seit langem medizinisch einge-

setzt, denn sie sind reich an sogenannten Senfölglykosiden.

Dabei handelt es sich um Scharfstoffe. Jeder, der schon einmal frischen Kren gerieben hat, weiß, wie sie zu ihrem Namen kommen. Diese werden von den Pflanzen zur Abwehr von Schädlingen und Bakterien produziert.

Das Großartige an ihnen: Das funktioniert auch bei uns Menschen. Sie können die für die Blasenentzündung verantwortlichen Bakterien an der Vermehrung hindern und sogar abtöten. Die Scharfstoffe wirken studienbelegt so auf natürliche und gut verträgliche Weise in den ableitenden Harnwegen.

Herausgefunden haben das Forscher der Universität Freiburg. Sie haben in ihren Labortests die natürliche antibakterielle Wirkung dieser Stoffe gegen viele verschiedene Arten von Bakterien belegt, auch bei typischen „Problemkeimen“ der Harnwege.\*

## AUCH CRANBERRY SINNVOLL

Die Pflanzenwelt bietet neben den natürlichen Antibiotika Kresse und Meerrettich noch mehr Möglichkeiten im Kampf gegen Blasenentzündungen. Zu den effektivsten Mitteln zählen hierbei Cranberry. Sie sorgen dafür, dass die Bakterien nicht so leicht an der Blasenwand anhaften können. Kombinationspräparate, die Cranberry mit den oben genannten Senfölglykosiden oder auch harntreibenden (d. h. ausspülen-

den) Pflanzen wie Birkenblättern vereinen, sind in der Apotheke erhältlich. „Ein wichtiger Tipp: Am besten ist es, bereits bei den ersten Symptomen zu handeln“, empfiehlt die Apothekerin.



**Unangenehm.** Ständiger Harndrang und Brennen beim Wasserlassen sind klassische Symptome einer Blasenentzündung.

**Dr. Böhm®**

ALLES FÜR GESUNDE  
**HARNWEGE  
UND BLASE**





Nahrungsergänzungsmittel

**Die schnelle Lösung zum Trinken.**

Dr. Böhm® Cranberry akut wurde entwickelt, um die Gesundheit der Harnwege, Blase und Schleimhäute im Akutfall zu unterstützen. Es kombiniert auf einzigartige Weise...

- ✔ Cranberry, Kren und D-Mannose
- ✔ Plus Birkenblätter zum Ausspülen der Harnwege
- ✔ Auch während einer Antibiotika-Therapie geeignet

Qualität aus Österreich. 

## NACH 35 JAHREN PENSIONISTENVERBAND

**Danke & alles Gute!**

Der Pensionistenverband war immer meine große Leidenschaft, dem ich auch mein ganzes Herzblut gegeben habe. Danke für alles!

Als ich Anfang der 1990-er Jahre von der Sekretärin des damaligen Verbandspräsidenten Otto Rösch gefragt wurde, ob ich denn nicht im Pensionistenverband andocken möchte, zweifelte ich keine Sekunde. Ich kannte den PVÖ von meiner Heimatgemeinde St. Andrä-Wördern in NÖ als wahnsinnig aktiven, mitgliederstarken Verein mit überaus engagierten Funktionärinnen und Funktionären und immer wahren „Großveranstaltungen“.

**BEEINDRUCKT**

Das hat mich schwer beeindruckt und noch bevor ich beim PVÖ zu arbeiten begann, war mir klar, wie wichtig dieser Verband ist. Wichtig im Sinne von gemeinsam füreinander da sein, im Sinne von beraten und unterstützen, im Sinne von gemeinsam etwas Nettes oder Sinnvolles unternehmen.

**UNVOLLendet**

Ich bin zwar kein Freund von Rückblicken – aber oft

erkennt man dabei die Entwicklungen gut: Als ich zum PVÖ kam, gab es noch keinen Computer, keine Handys und keine E-Mails. Heute ist auch der PVÖ digital und modern! Ich „diente“ 4 Präsidenten, arbeitete im Bundesvorstand mit 38 LandespräsidentInnen zusammen, war bei über 30 Pensionsverhandlungen mit 15 SozialministerInnen dabei und zeichnete für 270 Ausgaben unserer Zeitung verantwortlich. Gemeinsam wurde viel zum Wohle unse-

rer Mitglieder erreicht. Aber klar: Jede Arbeit hat auch Unvollendetes.

**SINN UND WEIHE**

Meine Tätigkeit im PVÖ hat mir, um mit Victor Adler zu sprechen, „Sinn und Weihe gegeben“. Ich danke allen hier im PVÖ und ich danke für alles. Der PVÖ ist heute wichtiger denn je! Wir sehen uns – im PVÖ! Alles Gute!

*Euer Andreas Wohlmuth*



PVÖ-GENERALSEKRETÄR  
**Andreas Wohlmuth**

**GESAGT – GETAN**

FOTO: MARKUSZARAHDIK.COM

# PVÖ-JAHRBUCH 2025

**Zeitreise in Seiten.** Anlässlich des 75-jährigen Bestehens des Pensionistenverbandes Österreichs im Vorjahr ist ein richtiges Jubiläums-Jahrbuch entstanden – eine faszinierende Reise durch Geschichte und Gegenwart des PVÖ.

Auf 200 bunt bebilderten Seiten dokumentiert das PVÖ-Jahrbuch 2025 Meilensteine der Weltgeschichte, historische Erfolge des Verbandes und persönliche Geschichten, die berühren und inspirieren. Die letzten 75 Jahre waren geprägt von weltbewegenden Ereignissen wie dem Staatsvertrag, der Mondlandung oder dem Fall der Berliner Mauer. Das Jahrbuch lässt diese Momente lebendig werden, während es zugleich an die Errungenschaften des Pensionistenverbandes erinnert: Einführung des Pflegegeldes, 13. und 14. Pensionszahlung oder die gesetzliche Interessenvertretung für Senior\*innen. Entwicklungen, die heute das Leben vieler prägen.

Auf 45 Seiten stellen „Menschenbilder“ außergewöhnliche Persönlichkeiten vor, die bewegende Erlebnisse und Leistungen teilen. Ihre Erzählungen sind wertvolle Puzzle-Steine in der großen Geschichte, die das Jubiläums-Jahrbuch eindrucksvoll nachzeichnet.

Neben Rückblicken zeigt das Jahrbuch auch das Gesicht des PVÖ heute. Mitarbeiter\*innen und Funktionär\*innen werden vorgestellt, ergänzt durch aktuelle Themen, Reisetipps und ein umfangreiches Kalendarium. Dieses Jahrbuch verbindet Vergangenheit und Zukunft – ein Muss für alle Mitglieder!

200 Seiten  
**STARK**



**Ganz einfach zu bestellen!**

Alle Infos finden Sie auf der letzten Seite in diesem Heft ...



# Das Ende der guten alten Zeit?

Unabhängig von neuen Ideen, die ich im Team verwirklichen will, liegt in schwierigen Zeiten wie diesen unsere größte Kraft im Zusammenhalt.

Engagement, Wertschätzung, Hilfsbereitschaft, Zusammenhalt – diese Tugenden beschreiben am besten das, was ich in meinen ersten Monaten als designierter Generalsekretär im PVÖ schon erleben durfte.

## JOURNALISMUS

Ich darf mich kurz vorstellen: Mein Name ist Christian Rösner-El-Heliebi, ich bin 50 Jahre alt, verheiratet und habe zwei Söhne (13 und 18). Beruflich komme

ich aus dem Journalismus, wo ich zuletzt Leitender Redakteur bei der „Wiener Zeitung“ war (die älteste Tageszeitung der Welt, ... bis unsere letzte Regierung sie mit Juli 2023 abgedreht hat).

## KOMMUNIKATION

Parallel dazu und danach war ich Geschäftsführer einer Kommunikations- und PR-Agentur und kann als Medientrainer auch auf eine langjährige Vortragstätigkeit zurückblicken. Ich bin

ausgebildeter Lebens- und Sozialberater, systemischer Coach und habe psychologische Beratung studiert.

## FRISCHER WIND

Mit diesem Kompetenzen-Mix bringe ich viele Ideen und Initiativen mit, um mich im Rahmen des PVÖ auf allen Ebenen und mit frischem Wind für die Interessen der älteren Generation einzusetzen. Mit Engagement, Wertschätzung, Hilfsbereitschaft und im Sinne des Zu-



PVÖ-GENERALSEKRETÄR  
**Christian Rösner-El-Heliebi**  
GESAGT – GETAN

FOTO: PVÖ/LUDWIG SCHEDL

sammenhalts will ich auch die Arbeit meines sehr geschätzten Vorgängers fortsetzen. Denn genau diese Eigenschaften sind das, was unsere Gesellschaft in schwierigen Zeiten am dringendsten braucht.

Also: frischer Wind, aber im Sinne der genannten Tugenden. Denn diese Art der guten alten Zeit ist mit Sicherheit nicht zu Ende.

*Euer Christian Rösner*



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



FOTOS: PVÖ



von PVÖ-Konsumentenschützer

**Mag. Dr. Rainer Spenger**

🌐 pvoe.at/konsumenten



## Bestehende Bankomaten gesichert

Eine wichtige und langjährige Forderung des unabhängigen Pensionistenverbandes Österreichs: Die gebührenfreie Versorgung mit Bargeld muss in ganz Österreich flächendeckend gewährleistet sein. Die österreichischen Banken haben mit dem Gemeindebund eine gemeinsame Vereinbarung unterschrieben, die hier als echter Meilenstein bezeichnet werden kann. Die bestehenden Bankomat-Standorte werden für die kommenden 5 Jahre gesichert. Weiters soll die Versorgung in den ländlichen Gebieten verbessert werden. Wenn sich aus Sicht der Gemeinden Bedarf an neuen Geräten ergibt, wird dieser gemeinsam analysiert und den Gemeinden von den Banken über Payment Service Austria (PSA) ein besonders günstiges Angebot für die Errichtung eines zusätzlichen Bankomaten gemacht.



**2025 werden die Netzkosten für Strom deutlich angehoben.** Der Pensionistenverband fordert, dass sich Energieanbieter an den Kosten für den Netzausbau beteiligen müssen, um die Haushalte zu entlasten.

## ENERGIEKOSTEN STEIGEN

# Energieanbieter sollen sich an Kosten beteiligen müssen!

Mit Ende 2024 ist die sogenannte „Strompreisbremse“ ausgelaufen, gleichzeitig heben die Netzbetreiber die Netzgebühren für Strom um durchschnittlich 23,1 Prozent und für Gas um 16,6 Prozent an. Die Energierechnungen der Haushalte können sich so um mehrere hundert Euro pro Jahr erhöhen. Der unabhängige Pensionistenverband Österreichs fordert nun eine rasche Lösung, da sonst eine wahre „Kostenexplosion“ droht. Konkret schlägt der Pensionistenverband vor, dass auch die Energieunternehmen, die 2023 gemeinsam 4 Milliarden Gewinn verzeichneten, dabei stärker in die Pflicht genommen werden und sich nicht alles von den Verbrauchern zahlen lassen. Es braucht eine Lösung, damit Österreichs Haushalte nicht 2025 mit horrend hohen Energierechnungen konfrontiert werden! Weiters fordert der Pensionistenverband, dass der Energie-Anbieter-Vergleich und Wechsel vereinfacht werden muss. Durch einen Anbieterwechsel lässt sich häufig viel Geld sparen. Derzeit ist dies ohne Internet sehr kompliziert, da Preisvergleiche nur online zu finden sind. Hier braucht es Maßnahmen, um den „Tarif-Dschungel“ transparenter zu gestalten und den Anbieterwechsel zu vereinfachen. (ell)

## ALTKLEIDUNG UND SCHUHE

# Bitte weiterhin nur Tragbares einwerfen!

Aktuell kursiert die Falsch-Information, dass man seit Jänner 2025 auch untragbare, kaputte Kleidung, Textilien und Schuhe in die Altkleider-Container einwerfen kann, da diese recycelt werden. Richtig ist: An den bisherigen Vorgaben für die österreichische Altkleidersammlung hat sich mit 2025 nichts geändert. Bitte auch weiterhin nur saubere, unbeschädigte und tragbare Kleidung, Heimtextilien und paarweise gebündelte Schuhe in die Container einwerfen. Kaputte Textilien und Schuhe gehören wie bisher zum Restmüll. Beachten Sie unbedingt die Anweisungen auf den Sammelcontainern. Ursprung dieses Gerüchtes ist eine neue EU-Abfallrahmenrichtlinie, die dafür sorgen soll, dass künftig mehr Textilien recycelt werden. In Österreich bleibt es aber vorerst wie gehabt: Kaputte Kleidung gehört nicht in die Altkleidersammlung! (ell)





**Gesundheit darf keine Frage des Geldes sein.** Der Pensionistenverband Österreichs fordert, dass die staatlich finanzierte Gesundheitsversorgung wieder ausgebaut und gesichert werden muss.



## PVÖ-Mitgliedsbeitrag ist absetzbar

**Mitglied des Pensionistenverbandes sein und auch noch Steuer sparen? Geht! Denn der PVÖ-Mitgliedsbeitrag ist steuerlich absetzbar.** Wichtig: Der PVÖ-Mitgliedsbeitrag ist keine „Spende“ und auch nicht mit dem Kirchenbeitrag vergleichbar! Pensionistinnen und Pensionisten müssen im Zuge des Jahresausgleichs („Arbeitnehmerveranlagung“) den PVÖ-Mitgliedsbeitrag unter „Werbungskosten“ (im Formular L1 im Feld 717) selbst eintragen. Somit wird er in voller Höhe geltend gemacht und bringt eine Reduktion der Lohnsteuer. Sollten Sie noch weitere Mitgliedsbeiträge z.B. an eine Gewerkschaft entrichten, die ebenfalls unter den Begriff „Werbungskosten“ fallen, so tragen Sie diese bitte gemeinsam mit dem PVÖ-Mitgliedsbeitrag im Feld 717 ein. Einfach die Beträge zusammenzählen und die Summe eintragen. Einen Nachweis der Beiträge (Bestätigung) müssen Sie beim Finanzamt erst auf Nachfrage nachreichen – nicht sofort. Sollte vom Finanzamt eine Bestätigung für die Entrichtung des PVÖ-Mitgliedsbeitrags verlangt werden, wenden Sie sich bitte an Ihre PVÖ-Ortsgruppe oder das PVÖ-Landessekretariat, die diese gerne ausstellen.

## Impfungen auf Kasse

**Dass in Österreich jede und jeder unabhängig von seiner Versicherung beste medizinische Versorgung erhält, muss wieder gewährleistet werden.** Derzeit droht nämlich unser Gesundheitssystem – um das wir weltweit beneidet werden – zu einem 2-Klassen-System zu werden.

Lange Wartezeiten auf Operationstermine, empfohlene Impfungen, die privat bezahlt werden müssen, Unsicherheit, ob Zahnfüllungen noch von der Kasse übernommen werden ... Hier muss die neue Regierung rasch handeln und gegensteuern. Es braucht einen Ausbau der Gesundheitsleistungen und deren Absicherung. Der PVÖ fordert u. a. eine Garantie auf einen zeitnahen Facharzt-

termin, kürzere Wartezeiten bei Operationen, und dass empfohlene Impfungen wie z. B. gegen Gürtelrose künftig übernommen werden. Denn Impfen ist günstiger als Heilung und Rehabilitation und sie verhindert Schmerz und Leid. (ell)

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

## Kärnten: Hacker folgt auf Bodner

**Dieter Hacker ist neuer Präsident der Kärntner Landesorganisation des Pensionistenverbandes.** Karl Bodner wurde zum Ehrenpräsidenten ernannt.

Die Landesorganisation Kärnten des Pensionistenverbandes Österreichs (PVÖ) hat einen neuen Landespräsidenten! Dieter Hacker wurde im Rahmen der 30. Landeskonzferenz des PVÖ Kärnten in der Blumenhalle in St. Veit/Glan von den anwesenden 304 Delegierten einstimmig gewählt. Karl Bodner, der seit 2016 an der Spitze des Kärntner PVÖ stand, wurde zum Ehrenpräsidenten ernannt.



**Bei der Landeskonzferenz** in St. Veit/Glan wurde Dieter Hacker (l.) zum Nachfolger von Karl Bodner (r.) an der Spitze des PVÖ Kärnten gewählt.



**Mehr Informationen und Bilder** unter dem QR-Code oder auf [pvoe.at/kaernten](http://pvoe.at/kaernten)

## Gute Ideen reichlich vorhanden!

9 Landesorganisationen, 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** Tirol

## Supertalente gesucht

Warum in der Ferne suchen (und buchen), wenn das Gute liegt so nah? Die LO Tirol sucht seit Jahren die „Supertalente“ unter den Mitgliedern und lässt sie dann bei Veranstaltungen auftreten. Die Linedance-Gruppe (Sieger 2023) hat es mit ihrer Aufführung beim Seniorenball auf YouTube schon auf rund 70.000 Aufrufe gebracht. Supersache, so eine Supertalente-Suche!



## Sicher fährt am längsten

**P** Wien

Sicherheit ja – Schikanen nein! Der PVÖ kooperiert in Sachen Sicherheit und Fahrtechnik im neuen Jahr eng mit dem ARBÖ und bietet Vorträge und Fahrsicherheits-Trainings an. Einen ersten Vortrag über neueste Bestimmungen in der Straßenverkehrsordnung gab es bereits in Wien. Im Lauf des Jahres wird das Angebot auf alle Bundesländer ausgeweitet werden.



**P** Steiermark

## Neue Meister\*innen

Wir haben Meister\*innen im Skifahren, Langlauf, Kegeln, Stockschießen und Tischtennis – warum nicht auch beim Schnapsen? Das dachten sich die LO Steiermark und wird 2025 eine Landesmeisterschaft im Schnapsen durchführen. Gute Idee! Wann folgen die Salzburger mit Watten, die Vorarlberger mit Jassen, die Wiener mit Tarockieren?



## Hilfe bei Antragstellung

Den Handwerker- und Reparaturbonus gibt es auch 2025; leider wieder mit derselben komplizierten Antragstellung im Internet. Hier hilft die Landesorganisation Salzburg nicht nur mit Rat, sondern auch mit Tat und unterstützt alle ihre PVÖ-Mitglieder, die keinen Zugang zum Internet haben bei der Antragstellung.

**P** Salzburg

## Wir haben uns geirrt!

In der letzten Ausgabe berichteten wir an dieser Stelle von Kursen zur Sturzvermeidung im Bezirk Hietzing in Wien. Tatsächlich finden diese Kurse im Bezirk Landstraße statt. Wir bedauern diesen Irrtum und entschuldigen uns!

# Wichtige Zahlen 2025

## PENSIONSANPASSUNG 2025

- Monatliche Brutto-Pensionen bis zur ASVG-Höchstbeitragsgrundlage von € 6.060,- werden um 4,6 % erhöht.
- Pensionen ab € 6.060,01 werden um einen monatlichen Fixbetrag von € 278,76 erhöht.

## AUSGLEICHSZULAGE 2025

### ■ Richtsätze:

Für Alleinstehende: ..... € 1.274,-  
 Für Ehepaare und eingetragene Partnerschaften  
 im gemeinsamen Haushalt: ..... € 2.009,85

**ACHTUNG:** Bei Vorliegen von 30 bzw. 40 Beitragsjahren gebührt ein „**Bonus**“ zur Ausgleichszulage.  
 Präsenz-, Zivildienst- und 60 Monate Kindererziehungszeiten werden dabei angerechnet.

Der Pensionistenverband fordert, dass der Richtsatz für die Ausgleichszulage spürbar über der Armutsgrenze liegen muss. Der Richtsatz für Alleinstehende muss daher auf mindestens € 1.400,- angehoben werden.

Alle anderen Richtsätze gehören ebenfalls entsprechend angepasst.

## GERINGFÜGIGKEITSGRENZE 2025

- Zuverdienstgrenze bei Frühpensionen/Geringfügigkeitsgrenze: Das Entgelt darf monatlich (14 x pro Jahr) € 551,10 nicht übersteigen.

## PFLEGEgeld/BETREUUNG 2025

### Vom Pensionistenverband erreicht:

Seit 1. 1. 2021 wird das Pflegegeld in allen Stufen jährlich um den Pensionsanpassungsfaktor angehoben.

### ■ Höhe des Pflegegeldes 2025 nach Stufen und monatlichen Stunden Pflegebedarf:

|   |            |
|---|------------|
| Stufe 1 mehr als 65 Stunden .....   | € 200,83   |
| Stufe 2 mehr als 95 Stunden .....   | € 370,28   |
| Stufe 3 mehr als 120 Stunden .....  | € 576,97   |
| Stufe 4 mehr als 160 Stunden .....  | € 865,15   |
| Stufe 5 mehr als 180 Stunden .....  | € 1.175,18 |
| Stufe 6 mehr als 180 + zusätzl. Betreuung .....                                     | € 1.641,07 |
| Stufe 7 mehr als 180 + keine zielgerichtete<br>Bewegung der vier Extremitäten ..... | € 2.156,64 |

## Rat & Hilfe beim Pensionistenverband Österreichs

Aus Platzgründen können wir hier nur einen Teil der „Wichtigen Zahlen 2025“ abdrucken. Das gesamte Dokument findet sich auf unserer Webseite unter [pvoe.at/zahlen2025](https://www.pvoe.at/zahlen2025). Für Detailfragen und individuelle Beratung bitte direkt an den Pensionistenverband wenden. Beratungen stehen PVÖ-Mitgliedern in allen Landesorganisationen **kostenlos zur Verfügung!**



**Pensionistenverband Österreichs – Verbandszentrale**  
 Gentzgasse 129, 1180 Wien  
 ☎ 01/313 72 | ✉ office@pvoe.at | 🌐 pvoe.at  
 📱 Pensionistenverband Österreichs



# Gemeinschaft hält uns gesund

**Gesundheitsrisiko Einsamkeit.** Einsamkeit betrifft im Alter viele Menschen – und das nicht ohne Folgen. Studien zeigen, dass soziale Isolation sowohl die psychische als auch die körperliche Gesundheit stark beeinträchtigen kann.

**E**insamkeit im Alter ist mehr als ein Gefühl – sie hat gravierende Auswirkungen auf den Körper und die Psyche. Und sie ist wie ein Teufelskreis: Wer sich einsam fühlt, verliert oft die Motivation, soziale Kontakte zu suchen, und zieht sich immer weiter zurück. Dies verstärkt das Gefühl der Isolation und sorgt für eine zunehmend negative Wahrnehmung des eigenen Lebens. Aber es gibt Wege, diese Situation zu verändern und die Lebensqualität zu verbessern – mit dem Mut, neue Verbindungen einzugehen.

## KRANKMACHER EINSAMKEIT

Eine viel beachtete Studie der Brigham Young University (2015) fand heraus, dass soziale Isolation das Sterblichkeitsrisiko um bis zu 26 Prozent erhöht. Einsamkeit wirkt sich negativ auf das Herz-Kreislauf-System, die Immunabwehr und kognitive Gesundheit aus. Betroffene haben ein erhöhtes Risiko für Bluthochdruck, Herzinfarkte und Schlaganfälle.

Chronische Einsamkeit ist mit einem schnelleren Abbau der geistigen Fähigkeiten verbunden. Forscher\*innen der Universität Exeter wiesen in einer Metaanalyse (2019) nach, dass Einsamkeit und Demenz eng miteinander verknüpft sind. Sie führt zu Stressreaktionen im Körper, die Entzündungen fördern und damit das Risiko für neurodegenerative Erkrankungen erhöhen können.

## Mut haben!

Springen Sie über Ihren Schatten und knüpfen Sie neue Kontakte. Arbeiten Sie ehrenamtlich oder starten Sie mit einem neuen Hobby.

## AUCH DIE PSYCHE LEIDET

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) sieht Einsamkeit als einen der wichtigsten Risikofaktoren für Depressionen und Angststörungen im Alter. Laut einer Studie der Charité Berlin (2020) steigt bei einsamen Menschen die Wahrscheinlichkeit für Depressionen um bis zu 40 Prozent. Zudem fördern soziale Isolation und das Gefühl von Einsamkeit das Entstehen von Schlafstörungen, die wiederum die Lebensqualität und das allgemeine Wohlbefinden weiter beeinträchtigen. (gör)

**Glücklich.** In der großen Gemeinschaft des Pensionistenverbandes Österreich (PVÖ) bleibt keiner allein. Erlebnisse, die man zusammen teilt, tun der Psyche gut.

## Tipps

Einsamkeit ist kein Schicksal. Was man dagegen tun kann.

### Soziale Aktivitäten suchen:

Gruppenangebote wie Senioren-treffs, Kurse oder Ehrenämter (s. S. 4-6) helfen, neue Kontakte zu knüpfen und den Alltag aktiv zu gestalten.

**Digitale Kontakte:** Nichts kann einen persönlichen Besuch oder ein Treffen ersetzen. Doch digitale Angebote – wie Videoanrufe, soziale Netzwerke und spezielle Apps für ältere Menschen – können ein wenig Nähe schaffen, wenn Familie oder Freunde weiter entfernt leben.

**Hobbys ausbauen:** Kreative, sportliche oder kulturelle Hobbys bieten eine sinnvolle Beschäftigung und oft Gelegenheiten, Menschen mit ähnlichen Interessen zu treffen.

### Nachbarschaftsprojekte

**fördern:** Nachbarschaftshilfen oder Gemeinschaftsgärten sind ideale Orte, um mit anderen in Kontakt zu kommen.

### Professionelle Unterstützung:

Gespräche mit Psycholog\*innen oder die Teilnahme an Selbsthilfegruppen können helfen, Einsamkeitsgefühle besser zu bewältigen. Unterstützung bietet auch die PVÖ-Lebenshilfe (S. 7).

## Beim PVÖ bleibt niemand einsam!

Der PVÖ bietet mit seinem reichen Angebot an Aktivitäten für Mitglieder in den Bezirksorganisationen und Ortsgruppen zahlreiche Gelegenheiten, Erlebnisse gemeinschaftlich zu teilen und neue Freunde zu finden.



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., 4. Februar, 9 Uhr  
Di., 4. März, 9 Uhr

### Sozialberatung

Eva Breitenfellner  
Mi., 5. Februar, 9 Uhr  
Mi., 5. März, 9 Uhr

### Lohnsteuerberatung

Leopold Pichlbauer  
Mi., 12. Februar, 13 Uhr  
Mi., 26. Februar, 13 Uhr  
Mi., 12. März, 13 Uhr



### Verdienter Ruhestand

Wir verabschieden uns von Waltraud Kepplinger, die 22 Jahre in der Zeitungsredaktion tätig war und zahlreiche grafische Produkte gestaltete: „Es waren viele schöne Jahre großer Wertschätzung im PVÖ“. Wir wünschen ihr alles erdenklich Gute und viel Gesundheit im wohlverdienten Ruhestand.

## Mit Zuversicht und Optimismus in die Zukunft blicken

**L**iebe Freundinnen und Freunde, wir blicken zurück auf ein spannendes Jahr, das nicht nur wegen der Wahlen aufregend war. Auch im Pensionistenverband tat sich einiges anlässlich des 75. Geburtstages unseres Verbandes. Nun blicken wir wieder nach vorne und wir haben uns einen Neujahrsvorsatz vorgenommen. Das heurige Jahr soll das Jahr der Funktionärinnen und Funktionäre werden. Wir wissen ja alle, dass es manchmal einige Überzeugungskraft braucht, um unsere Mitglieder zu motivieren, auch eine Funktion zu übernehmen. Dabei ist das Wohlergehen der Ortsgruppen oft sehr eng mit dem Engagement der Funktionärinnen und Funktionäre verbunden. Ich zitiere sehr gerne eine Bezirksvorsitzende aus Oberösterreich. Sie sagte: „Es ist besser viele tun

wenig, als einer tut alles.“ Genau das ist die Devise. Funktionärsarbeit ist Teamarbeit. Wir wollen euch auch in diesem Jahr besonders gut unterstützen. Vor allem wenn es zu einem Wechsel der handelnden Personen kommt, stehen wir gerne mit Rat und Tat zur Seite. Unsere „Neuen“ bereiten wir auf ihre Aufgaben vor und jeder Anruf mit euren Fragen ist uns willkommen.

Funktionärin/Funktionär zu sein, gibt auch wirklich sehr viel zurück. Es ist immer schön, wenn sich unsere Mitglieder an den Aktivitäten erfreuen. Ich bedanke mich bei der Gelegenheit bei allen unseren „Funkis“ – ihr seid das Rückgrat des Pensionistenverbandes Oberösterreich.

*Eure Landespräsidentin Birgit Gerstorfer*

### Ohne Funktionär warads schwer

*Griass eich i bin's da Eberhard.  
I frag mi grad was ma den tat,  
wann koana nimma höffn tät,  
und neamt a Funktion mehr hätt.*

*Es is so wichtig im Vereinsleben  
dass Leit eahna Freizeit geben,  
die mit Engagement und Woin,  
so an Verein am Leben hoin.*

*Drum was a sche wann oid und jung,  
a übernimmt Verantwortung,  
dass d'Leit se wohlfühl'n im Verein,  
a Freid ham und zufriedn sein.*

*A wann d'Zeit manchmal wirkli druckt,  
die Leit gebm ja a sovü zruck.  
Wann's Dangschee song fia a schene Zeit,  
hat da Vorstand fix sei Freid.*

*Die Susi ja die tanzt so gern,  
da Franz der kaun se gar net wehrn.  
Drum is es jedes Jahr der Fall  
se organisiern an Maskenball.*

*Es is so wichtig, dass ma wen find,  
der gern a Ehrenamt übernimmt,  
beim PVÖ is des gar net schwer,  
Es lebe hoch a jeda Funktionär(in)  
Euer Eberhard*

## Something Rotten!

Fr., 21.3.2025, 19.30 Uhr  
Musiktheater Linz



**Musical Comedy.** Hamlet oder Omelett, das ist die Frage. Willkommen im Jahr 1595. Elisabeth I. regiert in England, Halskrausen und Schamkapseln sind groß in Mode und ein junger Autor namens William Shakespeare ist der Superstar aller Theatergenres. Eine brüllend komische Ode an das Genre Musical, Broadway-Sound, Steppnummern und Chorus Line inklusive. Der Linzer Musicalchef Matthias Davids höchstpersönlich bringt das Stück nach der zweijährigen Laufzeit am Broadway endlich auf die Bühne des zweiten Musical-Mekkas Linz.

### Karten

Kartenbestellung bei Andrea Dollhopf, ☎ **0732/66 32 41-12**, ✉ [andrea.dollhopf@pvoe.at](mailto:andrea.dollhopf@pvoe.at)  
Informationen finden Sie auch auf [pvoe.at](https://www.pvoe.at)

## La Vita Italiana

Fr., 22.5.2025, 18 Uhr  
KUSZ Hörsching



**Viva Italia!** Tauchen Sie mit Monika Ballwein und dem ptArt Pop Orchestra, unter der Leitung von Norbert Hebertinger ein in „La Vita Italiana“. Eine mitreißende und vielfältige Show, die die Zuschauer auf eine Reise durch die italienische Kultur und Musik mitnimmt. Mit einer Mischung aus traditionellen und modernen Elementen präsentiert die Show ein breites Spektrum an italienischer Musik und Lebensweise. Von klassischer Musik über Opernarien, Italo-Schlager bis hin zu modernen Pop-Songs. Erleben Sie eine unvergessliche Show voller Emotionen und Leidenschaft.



### 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.

### Karten

20 Karten pro Veranstaltung zum ermäßigten Preis von € 10,- für PVÖ-Mitglieder. Brucknerhaus Linz Service-Center  
☎ **0732/77 52 30**, ✉ [kassa@liva.linz.at](mailto:kassa@liva.linz.at) (bei elektronischer Bestellung bitte Ausweis einscannen)



### Dreamer's Circus

Mi., 12.2.2025, 19.30 Uhr  
Brucknerhaus Linz

**Roots-Crossover-Musik** aus Skandinavien. Zwischen Tradition und Innovation bewegt sich das dänisch-schwedische Trio „Dreamer's Circus“, mit dessen einzigartiger Mischung aus Folk, Klassik und Pop.



### Berglund, Chen & Orchestra della Svizzera italiana

Mo., 17.2.2025, 19.30 Uhr  
Brucknerhaus Linz

**Das Orchestra** della Svizzera italiana und Tabita Berglund präsentieren Werke von Beethoven, Dvořák und Tschaikowski gemeinsam mit dem Shootingstar Ray Chen.



### 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)

## 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.

Des Weiteren haben wir für 2025 auch wieder eine Ausbildung für Radtourenbegleiter\*innen in Oberösterreich, Ottensheim geplant. Diese Ausbildung wird vom 22. bis 24. April 2025 stattfinden und richtet sich an motivierte Radportler\*innen, welche gerne mit Freunden Radtouren unternehmen und sich mit dieser Ausbildung die Vorausset-



zung für eine verantwortungsbewusste Tätigkeit im Rahmen ihrer PVÖ-Ortsgruppe schaffen möchten.

### Information und Anmeldung

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

### Termine

#### Mi., 29. Jänner

Langlaufen und Schneeschuhwandern in Schöneben

#### Mi., 12. Februar

Eisstock-Landesmeisterschaft, Steyr

#### Mi., 9. – Do., 10. April

Asphaltstock-Landesturnier, Mixed-Mannschaften, SK VÖEST-Halle Linz

#### Mi., 11. Juni

Radsternfahrt in Desselbrunn

#### Mo., 23. – Do., 26. Juni

Bergwandern im Tal der Almen/Großarl

#### Do., 3. Juli

Landeswandertag in Weißkirchen a. d. Traun

Informationen bei Landessportkoordinator Roland Adami, ☎0664/88 45 53 24

✉roland.adami@pvooe.at



## Aktivwoche 5. – 9. Mai 2025 Bad Gleichenberg

**Spaß und Bewegung.** Für Freunde der Abwechslung bieten wir erstmalig eine gemischte Sportwoche an. Erleben Sie die sanfte Hügellandschaft des steirischen Vulkanlandes gemeinsam mit unseren ausgebildeten Tourenguides, wahlweise bei einer geführten Radtour mit dem E-Bike oder einer geführten Wanderung. Abgerundet wird unser Programm durch „Aktives Erwachen“, Aquagymnastik im hoteleigenen Hallenbad oder

Nordic Walking im angrenzenden Kurpark. Egal für welche Sportart Sie sich entscheiden, unsere Trainer sorgen für Ihr Wohlbefinden. Anschließend können Sie sich im hauseigenen Wellnessbereich entspannen und verwöhnen lassen.

### Auskünfte und Infos

bei Sportkoordinator Roland Adami, ☎0664/88 45 53 24.  
Anmeldung: SeniorenReisen ÖÖ, ☎0732/66 79 51.

**P** PENSIONISTEN  
VERBAND  
ÖSTERREICHS

**WINTER-  
AKTION!\***  
Jacques  
Lemans Uhr

**€45,-**  
statt € 65,-

**JL**  
JACQUES LEMANS

Klassisch, klares Design,  
mit dezentem „P“-Logo  
am Ziffernblatt,  
schwarzes Leder-  
armband, hochwertiges  
Geschenksetui.  
Durchmesser: 38 mm

\*Aktion gültig bis 31. März 2025  
© PVÖÖ



**Bestellungen:** Roland Adami,  
0664/88 45 53 24, roland.adami@pvooe.at

Weitere Produkte finden Sie  
auf unserer Homepage **pvooe.at**

# DU machst den Unterschied!

## Gestalte mit uns die Zukunft des PVÖ!

„**Gemeinsam statt Einsam**“ – das ist unser Grundsatz, der den Pensionistenverband Oberösterreich antreibt.

Doch ohne den unermüdlichen Einsatz und die Zeit unserer **ehrenamtlichen Funktionär\*innen** können wir das vielfältige Angebot für die ältere Generation nicht umsetzen.

Wir suchen Männer und Frauen, die sich für unser starkes Netzwerk engagieren wollen, das niemanden allein lässt.

### Du bist offen für Neues, mutig und bereit, Verantwortung zu übernehmen?

Werde als **ehrenamtliche/r Funktionär\*in** Teil unseres Teams und gestalte mit uns die Zukunft des PVÖ. In unseren rund 300 Ortsgruppen freuen wir uns über motivierte Menschen, die ihre Erfahrung einbringen möchten.

- Gestalte unsere Ortsgruppe aktiv mit! Wir suchen die künftigen **Vorsitzenden**.
- Übernimm Verantwortung und tu Gutes – als **Kassier\*in** beim PVÖ!
- Deine Worte zählen! Werde **Schriftführer\*in!**
- Entdecke neue Horizonte! Engagiere dich als **Reiseleiter\*in!**
- Hilf uns als **fleißige Hand** bei Festen und Veranstaltungen.

**Kontaktiere uns noch heute!**

In einer unserer Ortsgruppen wartet dein Platz.

**Wir freuen uns auf dich!**



# KI – Chance für ältere Menschen

Die (Weiter-)Entwicklung **Künstlicher Intelligenz (KI)** schreitet immer rascher voran.



Auch die echt wirkende Pensionistin am Smartphone ist in Wahrheit ein mit KI erstelltes Bild.

**Künstliche Intelligenz** bietet bereits jetzt zahlreiche Möglichkeiten, unser Leben positiv zu beeinflussen. KI ist schon heute ein fester Bestandteil unseres Alltags – sei es als Unterstützung im Gesundheitsbereich, bei personalisierten Werbeempfehlungen im Internet oder bei Verkehrssteuerungssystemen. Wir müssen uns aktiv darauf vorbereiten, wie wir Chancen nutzen und Risiken präventiv entgegenwirken.

## KÜNSTLICHE INTELLIGENZ (KI) – UNSER JAHRESSCHWERPUNKT 2025

Künstliche Intelligenz wird die Versorgung im stationären Bereich und in privaten Haushalten stark verändern und Prozesse im Gesundheitsbereich und der häuslichen Pflege älterer Menschen massiv beeinflussen. KI bietet viele Chancen, aber auch viele Risiken. Bereiten wir uns rechtzeitig darauf vor. Als Pensionistenverband Oberösterreich haben wir uns entschlossen, uns aktiv einzubringen und das Thema KI zum Jahresschwerpunkt 2025 zu machen.

### WAS IST KI?

Selbstfahrende Autos, humanoide Roboter als OP- und Pflegeassistenten, Serviceroboter als Helfer in Wohnung und Haushalt – alles KI-Anwendungen, die in nicht allzu langer Zeit selbstverständlich sein werden. Die Künstliche Intelligenz (KI) hat die Forschungslabore verlassen und durchdringt atemberaubend schnell unsere Alltagswelt.

Computerprogramme oder Robotik-Systeme mit KI ahmen menschliches, „intelligentes“ Handeln oder Denken nach. Sie sind in der Lage, Aufgaben eigenständig zu lösen.

Was wir aus Science-Fiction Filmen kennen, ist teilweise in unserem Alltag angekommen.

### KIALS CHANCE FÜR EIN SELBSTBESTIMMTES LEBEN IM ALTER

Im Industriebereich aber auch im Gesundheitsbereich wird aktuell viel geforscht und erprobt. Es wird an Interessenvertretungen wie dem PVÖ liegen, KI-Systeme für ein selbstbestimmtes Leben im Alter mehr in den Mittelpunkt der Agenden der Forschungsinstitute zu heben. Erste Versuche mit „Smart Home“-Anwendungen sind vielversprechend. Der „komplett selbstdenkende Haushalt“ wird in den nächsten zehn Jahren zur Normalität werden.

Roboter die die Reinigung übernehmen, die den Einkauf organisieren, sprechende Kalender, Sensoren, die Alarm schlagen, wenn jemand hingefallen ist oder nicht genug trinkt, und Apps, die Menschen mit Sehbehinderungen ihre Umgebung beschreiben, Training für Kopf und Körper anbieten, Spiele spielen, Texte vorlesen oder daran erinnern, Medikamente einzunehmen.

Dies alles und noch vieles mehr wird unseren Alltag prägen. Der Wunsch zu Hause in Würde alt zu werden, kann durch KI erfüllt werden.

### RISIKEN UND GEFAHREN

Es gibt jedoch auch berechtigte Ängste. Die große Gefahr der Überwachung, der Verlust von Autonomie und die ungleiche Verteilung von Macht und Kontrolle der Technologie, Diskriminierung durch eine scheinbar neutrale Maschine. Auf diese Entwicklungen muss die Gesellschaft aktuell dringend Antworten und Regelungen finden.

### ERLEICHTERTER ZUGANG ZUR DIGITALEN WELT

Digitalisierung kann mit Hilfe von KI enorm an Anwenderfreundlichkeit gewinnen. Sie passt sich individuellen Nutzer\*innenbedürfnissen an und kann somit auch Personengruppen die sich mit PC-Anwendungen schwer tun den Zugang zur digitalen Welt erleichtern.

Machen wir uns fit und profitieren von den Vorteilen der KI – gestalten wir aktiv mit.

### Zusammengefasst

So wie die Dampfmaschine die körperliche Arbeit revolutionierte, so verändert auch KI unser zukünftiges Leben. KI birgt auch Risiken. Gerade für die ältere Generation kann KI aber viele Chancen für ein würdiges Leben im Alter eröffnen.



**Christian Schörkhuber**  
Fachreferent Politik und  
Interessenvertretung

## Das Frauenreferat im PVOÖ neu gestartet

Die Pregartnerin **Erika Beaudin-Gansl**, neue Referentin im Frauenreferat, stellt sich vor. 23 Jahre lang war sie als Gleichbehandlungsbeauftragte im AMS tätig.

**Erika Beaudin-Gansl:** „Ich nehme an, dass es viele Fragen gibt. Wie etwa: Wozu brauchen wir ein Frauenreferat? Wer ist das überhaupt, die sich da aufschwingt, unsere Frauen extra vertreten zu wollen?“

Mein Name ist Erika Beaudin-Gansl. Ich lebe in Pregarten im Mühlviertel und zeitweise auch in der Steiermark bei meinem Lebenspartner. Selbstverständlich bin ich stolze Oma und ebenso stolze ‚Oma gegen Rechts‘. Nachdem aus meiner Grafikerinnen-Karriere mangels Begeisterung nichts geworden ist, bin ich nach einigen Stationen bei der Menschenrechtsorganisation amnesty international gelandet. Dort durfte ich als oberösterreichische Flüchtlingsreferentin unglaublich viele wundervolle und starke Persönlichkeiten aus aller Welt kennenlernen.

Aus Protest über die Erfahrungen im Asylbereich ging ich 1993 zur SPÖ. In der Gemeinderatsarbeit lernte ich, hartnäckig und hellhörig zu bleiben.

Die letzten 23 Jahre durfte ich beim Arbeitsmarkt-Service (AMS) mit Frauen arbeiten. Als Gleichbehandlungsbeauftragte lernte ich, wie mühsam es ist, die vielen Hürden und Ungerechtigkeiten für Frauen zu beseitigen. Gemeinsam mit meinen Kontaktfrauen und den (weiblichen) Führungskräften konnte ich viel verändern. Das gelang, weil wir viele waren – und immer mehr wurden.

Und nun, im Alter, gilt für mich besonders der Leitsatz der Omas gegen Rechts: ‚Alt sein heißt nicht stumm sein!‘ Diese Kraft spüre ich auch im PVOÖ. Darum freue ich mich auf Euch!“



**Erika Beaudin-Gansl**,  
Fachreferentin Frauenreferat

## Wechsel im Bildungsreferat

Als neue Bildungsreferentinnen wollen **Margit Bamberger** und **Monika Einsiedler** die Freude am gemeinsamen Lernen im PVOÖ fördern.

**Margit Bamberger:** „Als Soziologin mit dem Schwerpunkt Arbeits- und Bildungssoziologie habe ich mich während meines Berufslebens intensiv mit den Zusammenhängen zwischen Bildung, Arbeit und gesellschaftlichem Wandel beschäftigt. Mein Anliegen war und ist es, Bildung als Werkzeug für persönliche Entfaltung und soziale Gerechtigkeit zu verstehen und zu fördern. Neben meiner beruflichen Tätigkeit habe ich mich stets für Kunst und Kultur, Musik, Literatur und kreatives Gestalten begeistert.“

**Monika Einsiedler:** „Beruflich habe ich mich zuletzt als Geschäftsführerin des Instituts für Ausbildungs- und Beschäftigungsberatung für die Integration von Arbeit suchenden Menschen eingesetzt. In meiner Funktion als HAK-Lehrerin, Erwachsenenbildnerin und Supervisorin durfte ich viele Lern- und

Entwicklungsprozesse von Menschen begleiten. Jetzt in der Pension genieße ich es, wieder mehr Kunst- und Kulturangebote wahrzunehmen, ich bewege mich sehr gerne und koche leidenschaftlich gesunde Kost.

Im Bildungsreferat sehen wir eine großartige Möglichkeit, unsere Erfahrungen einzubringen. Politische Themen wie Solidarität, Gleichstellung und Gerechtigkeit liegen uns besonders am Herzen und fließen in unsere Überlegungen ein. Unser Anliegen ist es, Fortbildung als Stärkung der persönlichen Kompetenzen zu verstehen und zu fördern. Unser Ziel ist es, Wissen zu vermitteln und den Austausch und die Freude am gemeinsamen Lernen zu fördern. Wir freuen uns darauf, mit engagierten Menschen zusammenzuarbeiten und spannende Impulse zu setzen.“



**Margit Bamberger**,  
Fachreferentin Bildung



**Monika Einsiedler**,  
Fachreferentin Bildung



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

## Jahresabschlusskonferenz

**Bezirk.** Am 28. November fand unsere Jahresabschlusskonferenz im Gasthaus Scharinger in Handenberg statt. Bezirksvorsitzender Konsulent Rudi Streitberger begrüßte die Anwesenden und leitete zum Totengedenken über. Im Anschluss berichtete er über die Landesvorstandssitzung in Linz und forderte die Ortsgruppen zu mehr Aktionismus auf. Zu Wort kamen auch Bezirkskassierin Andrea Lederer, Bezirkskontrolleur Günter Glaser, für den Kon-

sumentenschutz Hermann Widrich und Reisereferent Johann Jakob. Herta Buchebner, die jahrelang der Bildung vorstand, kündigte ihren Rückzug 2025 an. Wir dankten Herta für ihre hervorragende Tätigkeit, für das jahrelange Organisieren von Konzerten, der zahlreichen kulturellen Fahrten und der Belange im kulturellen Bereich. Zum Abschluss lud der Bezirk noch zu einer deftigen Bratwurst mit Sauerkraut und Kartoffeln ein.

## Auf den Spuren der Mandarine

**Braunau-St. Peter.** Schön war unsere 4-Tage-Fahrt zur Mandarinernte. Am ersten Tag fuhren wir zur Makarska Riviera, unser Hotel lag traumhaft direkt am Meer. Am nächsten Tag machten wir einen Ausflug ins Nachbarland Bosnien Herzegowina. Wir besuchten die Stadt Mostar, spazierten über die Alte Brücke, welche den Fluss Neretva überspannt. Bei der Rückfahrt machten wir noch Halt bei der größten, wassergefüllten Einsturzdoline der Welt, beim Blauen See und fuhren weiter zum sagenumwobenen Roten See. Ein unvergesslicher Tag. Der dritte Tag führte uns zu den Mandarinenplantagen, die wir mit dem Boot und musikalischer Unterhaltung erreichten. Es bereitete uns

großen Spaß, die süßen Früchte zu ernten. Zurück fuhren wir gestärkt vom üppigen, bäuerlichen Mittagessen mit Weinbegleitung und gefüllten Säcken mit Mandarinen. Leider verging die Zeit viel zu schnell, aber diese Reise und die beeindruckende Panoramastraße sowie das sommerliche Wetter behalten wir in guter Erinnerung.



## Aus der Ortsgruppe

**Braunau-St. Peter.** Besonders freute uns, dass wir bei unserer Jahreshauptversammlung im November zahlreiche Mitglieder für ihre langjährige Mitgliedschaft

ehren konnten. Maria Maletitsch (über 90) wurde für 40 Jahre geehrt, sie war dazu extra aus dem Seniorenheim Mauerkirchen angereist.

Zum Jahresabschluss gab es noch eine 2-Tage-Fahrt zum Advent nach Wiesbaden und Bad Wimpfen mit allerhand Naschwerk und vor allem Kunsthandwerklichem.

Auch in diesem Jahr freuen wir uns wieder auf ein vielfältiges Reiseprogramm.



## Aspacher Gstanzlsingen

**St. Pantaleon.** Das über die Grenzen hinaus berühmte Gstanzlsingen in Aspach am 12. Oktober war nicht nur gut besucht, sondern auch sehr unterhaltsam. Unsere Ortsgruppe war begeistert und freut sich schon auf nächstes Jahr. Kulinarisch ließen wir es uns auch gut gehen. Die köstlichen Gerichte anlässlich der Wildtage im Gasthaus Bergmann schmeckten hervorragend.

## Termine

### Kostenlose Beratung

Eggelsberg: Di., 4.3., 14 Uhr, Gasthaus Steinerwirt  
Mauerkirchen-Burgkirchen: Do., 6.3., 10 Uhr, Gemeindeamt  
Höhhart: Mo., 10.3., 16 Uhr, Gasthaus Brunnbauer  
Schneegattern: Mo, 28.4., 15 Uhr, Volksheim

### Burgkirchen-Mauerkirchen

Sa., 22.3., 14 Uhr, Jahreshauptversammlung, Wirt z'Hermading

### Schwand-Gilgenberg

Fr., 7.2., 14 Uhr, monatliches Treffen, GH Tschugunow, Überackern  
Fr., 14.3., 14 Uhr, Jahreshauptversammlung, GH Scharinger, Gilgenberg

### St. Pantaleon

Di., 11.2., 14 Uhr, Fasching in der MZH in Riedersbach  
Di., 11.3., 15 Uhr, Kaffeenachmittage im Bergmannsheim

## Gratulation

**Munderfing.** Vorsitzender Herbert Penninger gratulierte Karl Schwab sen. zu seinem 90. Geburtstag. Wir wünschen ihm noch weitere schöne und vor allem gesunde Jahre.





## Frankenburger Würfelspiel

**Bezirk.** Als im Mai 1625 zur Zeit des Dreißigjährigen Krieges in Frankenburg ein römisch-katholischer Geistlicher eingesetzt werden sollte, kam es zum bewaffneten Aufstand der seit vielen Jahren evangelischen Bevölkerung. Diese Rebellion wurde jedoch nach drei Tagen wieder aufgegeben, da der bayerische Statthalter Adam Graf von Herberstorff „Gnade“ versprach, falls die Aufständler ohne Wehr und

Waffen zum Haushamerfeld kommen. Diese „Gnade“ war jedoch schrecklich: 36 Ausschussmänner mussten paarweise um ihr Leben würfeln. Die Hälfte von ihnen fand den Tod durch den Strick. Dieses grausame Ereignis war Auftakt zu den oberösterreichischen Bauernkriegen.

Seit 1925 spielt die Würfelspielspielgemeinde Frankenburg ein Stück, das dieses markante Geschehen in der Geschichte des Ortes zum In-



halt hat. Am Samstag, dem 26. Juli 2025, werden unsere Pensionist\*innen dieses besondere Ereignis besuchen.

### Termine

#### Kostenlose Beratung

Freistadt: Sa., 1.2., 1.3., 9 Uhr, SPÖ-Bezirkssekretariat  
Unterweirdorf: Di., 4.2., 9 Uhr, Altes Amtshaus-Seniorenklub  
Wartberg ob der Aist, Pregarten, Hagenberg, Unterweirdorf: Mo., 17.3., 15 Uhr, Gasthaus Dinghofer

#### Mitterbach

Mi., 5.2., 9 Uhr, Wintersporttag

#### Tanz – jeweils 14 Uhr

Kefermarkt: Do., 13.2., GH Stadler  
Lasberg: Di., 4.3., GH Stadler  
Pregarten: Mo., 3.3., GH Postl  
Rainbach: Fr., 21.2., GH Blumauer  
Wartberg: Fr., 24.1., GH Dinghofer

#### Kefermarkt

jeden ersten und letzten Donnerstag im Monat Wandern

## Bewegung bei jedem Wetter

**Wintersport.** Am 5. Februar 2025 ist es wieder soweit: Der Wintersporttag in Mitterbach lädt wie jedes Jahr zu Sport und Abenteuer ein. Mitterbach bietet optimale Voraussetzungen für ein grandioses Wintererlebnis. Die hügelige Landschaft bietet Wanderbegeisterten optimale Bedingungen. Gespurte Wanderwege lassen auch bei tiefem Schnee erfrischendes Wandervergnügen zu. Perfekt gespurte sind auch die Langlaufloipen, die direkt am Aus-

gangspunkt vorbeiführen.

Heiß her geht es auf den Eisstockbahnen. Profi- und Amateur-Stockschützen liefern sich spannende Gefechte, zum Schluss sind aber doch alle Gewinner. Genau so wie bei den Tarockierern. Ja, auch die sind am Wintersporttag herzlich willkommen. Und wenn es keinen Winter gibt? Überhaupt kein Problem. Dann erleben die Pensionist\*innen einen wunderschönen Wandertag in der herrlichen Landschaft.



## Es geht wieder los!

**Tanzen.** Es zählt zu den schönsten Möglichkeiten sich zu vergnügen: das Tanzen. Es bietet Sport und Unterhaltung in angenehmer Gesellschaft und vor allem die Möglichkeit, interessante Menschen kennen zu lernen, sich mit ihnen zu unterhalten oder auch einen ungezwungenen Nachmittag mit guten Bekannten zu verbringen. Tanzen muss man ja nicht nur sportlich sehen, durch Kreativität und spontane Ideen lassen sich weniger gesicherte Schrittkombinationen ausgleichen. Oft sehr lustige humoristische Einlagen erweitern das Vergnügen. Im Notfall gibt es dann noch die Tombola, bei der

oft wertvolle und überraschende Preise den Nachmittag erfreulich abrunden.





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

## Einladung zum Faschingsball

**Neukirchen-Reindlmühl.** Die Ortsgruppe lädt alle Faschingsbegeisterten zum Hausball am Freitag, dem 7. Februar, Beginn 14 Uhr, im Gasthaus Sägemühle herzlich ein. Es gibt eine Tombola, bei der jedes Los gewinnt. Musikalisch wird euch „DJ Joe“ unterhalten. Gute Laune, Freude am Tanzen und Maskierung herzlichst erwünscht.

## Alle Neue

**Bezirk.** Beim Duo-Kegeln am 9. November in Bad Ischl gewannen Rosi Stallinger und Rudi Lembacher aus Bad Ischl. Bei den Damen Lisi Loidl vor Hatti Feichtinger und Hella Anlanger, alle drei aus Bad Ischl. Sieger bei den Herren wurde Walter Illichmann aus Altmünster, vor Rudi Lembacher aus Bad Ischl und Hans Hubner aus Gosau. Wir gratulieren den sportlichen Teilnehmer\*innen.



## Termine

### Kostenlose Beratung

Grünau im Almtal: Do., 20.2., 9 Uhr, Gemeindeamt  
Bad Goisern: Do., 27.2., 9 Uhr, Marktgemeindeamt  
Bad Goisern  
Gmunden: Fr., 28.2., 14 Uhr, Arbeiterkammer Gmunden  
Laakirchen: Mo., 10.3., 16 Uhr, Tagesheimstätte  
Neukirchen-Reindlmühl: Mo., 17.3., 9 Uhr, Gasthaus Sägemühle  
Ebensee: Di., 18.3., 15 Uhr, Klubsaal Arbeiterheim  
St. Konrad: Do., 20.3., 14 Uhr, Gasthaus Silbermarir

## Aktivitätsprogramm

**Bad Goisern.** Erfolgreicher Abschluss des Jahres 2024. Mit sieben Wanderungen, einem Bezirkswandertag mit hoher Teilnehmerzahl, zehn Ausflügen, drei großen Reisen (Kenia, Griechenland, Umbrien), fünf E-Bike-Touren, drei Sprechtagen sowie einem reichhaltigen Kulturprogramm können wir stolz auf diese Bilanz sein. Wir freuen uns schon auf rege Teilnahme im Jahr 2025.



## Jubiläum

**Pinsdorf.** Die Ortsgruppe gratulierte recht herzlich dem Ehepaar Mathilde und Johann Nußbaumer zur Diamantenen Hochzeit und wünschte noch viele glückliche Jahre.



### Roitham

29.1., 14 Uhr, Programmvorstellung im GH Forstinger

### Pinsdorf

30.1., 14 Uhr, Jahreshauptversammlung mit Ehrungen im GH Moshammer

## Vorsitzwechsel

**Laakirchen.** Bei der Jahreshauptversammlung übergab Hilde Spitzbarth nach sehr erfolgreichen und auch herausfordernden Jahren den Vorsitz an die geschäftsführende Vorsitzende Regina Hirschmann. Hilde Spitzbarth bedankte sich bei allen, die sie in dieser Zeit unterstützt haben und wünschte der neuen Vorsitzenden alles Gute für die verantwortungsvolle Aufgabe. Regi-

na Hirschmann bedankte sich für das Engagement von Hilde Spitzbarth und freut sich auf die neue Aufgabe.



## Jahreshauptversammlung

**Traunkirchen.** Bei der JHV am 15. November im gut besuchten Rathaus Stüberl in Ebensee wurde Christian Humer einstimmig zum neuen Vorsitzenden der Ortsgruppe Traunkirchen gewählt. Max Buchegger hat nach sechs Jahren sein Amt zurückgelegt. Die neuen Kassaprüfer und Sprengelbetreuer wurden ebenfalls bestätigt. Nach der Begrüßung des Ehrenvorsitzenden

Erich Quatember führten Bez.-Vors. Konsulent Gerhard Mayr, Vors. Christian Humer und Max Buchegger die Ehrungen für langjährige Mitgliedschaften durch.





## Termine

### Kostenlose Beratung

Peuerbach: Do., 6.3.,  
15 Uhr, ASKÖ Sportheim  
Weibern: Do., 13.3., 15 Uhr,  
Gasthaus Roitinger  
Waizenkirchen: Fr., 14.3.,  
9 Uhr, Gasthaus Mariandl  
Geboltskirchen: Mi., 19.3.,  
16 Uhr, Gasthaus Mayr-  
huber

### Gallspach

22.1., 18 Uhr, Stammtisch,  
Restaurant Gusto  
5.2., 14 Uhr, Pensionisten-  
nachmittag, Hotel Austria  
19.2., 18 Uhr, Stammtisch,  
Restaurant Gusto  
4.3., 14 Uhr, Faschings-  
gschnas, Hotel Austria  
19.3., 18 Uhr, Stammtisch,  
Restaurant Gusto

### Waizenkirchen

7.3., Fischessen in der  
Kramesau  
18.3., Tagesfahrt Schoko-  
brunnen und Spar March-  
trenk

### Wallern

31.1., 14 Uhr, Faschings-  
gschnas im Evangelischen  
Pfarrheim  
12.3., Fahrt nach Wien,  
Parlamentsbesichtigung  
und Heurigenbesuch



## Spannender Ausflug im Herbst

**Bad Schallerbach.** Unser Herbstausflug im Oktober führte uns bei herrlichem Wetter auf die Loser Alm ins Ausseerland. Auf 1.600 m Seehöhe hatten wir die Möglichkeit, Wanderungen zu den schönsten Aussichtsplätzen des Salzkammergutes zu unternehmen. Im Bergrestaurant wurde uns danach ein ausgezeichnetes Mittagessen serviert. Ein Besuch in der Ausseer Lebzelterei war der Abschluss dieser schönen Fahrt.

## Wanderung und Wildessen

**Schlüsselberg.** An der Wanderung am Nationalfeiertag durch die herbstliche Landschaft, vorbei an abgeernteten Feldern und Wiesen, nahmen 40 Mitglieder teil. Anschließend kehrten sie im Turmkeller der Familie Edlbauer

ein und erfreuten sich am schönen Ambiente des Hofes und der hervorragenden Jause. Zum Abschluss führte der Hausherr die Wanderer durch den neu gestalteten Hofladen mit dem wunderschönen Seminarraum.

## Bei uns ist einiges los

**Gallspach.** Unsere „Fahrt ins Blaue“ führte uns am 10. Oktober mit 54 Personen auf die Hirschalm im Mühlviertel. Dort erwartete uns eine Führung im Kräutergarten mit Erklärung der Kräuter, deren Wirkung und praktischer Anwendung. Nach dem Mittagessen gab es noch einen gemütlichen Nachmittag mit Musik und Tanz.

Beim letzten Ausflug 2024 stand am 14. Novem-

ber eine Besichtigung im ORF-Landesstudio Linz auf dem Programm. 42 Teilnehmer\*innen konnten bei einer interessanten Führung alles über die Technik erfahren und wie Sendungen produziert werden.

Zum krönenden Abschluss der Ausflugssaison 2024 genossen wir ein Mittagessen und einen gemütlichen Nachmittag im GH Schicklberg.



## Abwechslungsreicher Ausflug

**Wallern.** Am 9. Oktober stand unser Ausflug nach Schärding mit Schiffsfahrt und den Kellergröppen in Raab auf dem Programm. Trotz herrlichem und warmem Herbstwetter fiel die Schiffsfahrt aufgrund des Starkregens am Vortag und der Hochwassergefahr leider aus. Aber das bestellte „Bratln in der Rein“ konnten wir an Bord des verankerten Schiffs in vollen Zügen genießen. Auf der Heimfahrt besichtigten wir bei einer Führung die bekannten Kellergröppen in

Raab, welche als OÖ-Sieger 2020 aus der TV-Sendung „9 Plätze – 9 Schätze“ bekannt sind. Dieser Hohlweg mit 26 Sandkellern ist ein einmaliges Naturjuwel.



## Jahreshauptversammlung

**Waizenkirchen.** Am 31. Oktober hatten wir Jahreshauptversammlung mit Wahl, geleitet von Konsulent Gottfried Tröbinger. Vorsitzender Franz Schauer wurde wiedergewählt, ebenso Kassier Helmut Gili und Schriftführerin Erika Helmhart. Mit einem Paar Würstel und guter Stimmung ging der Nachmittag zu Ende.

## Generationenfest und 4-Tage-Ausflug

**Weibern.** Zum zweiten Mal gab es in Weibern ein sehr gelungenes Generationenfest, das in Kooperation mit den Kinderfreunden und der SPÖ Weibern abgehalten wurde.

Mit Begeisterung denken wir an den wunderschönen und interessanten 4-Tage-Ausflug zurück. Erkundet wurden dabei einige Städte an der Romantischen Straße in Deutschland.



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

## Gut Holz!

**Sport.** Es gibt auch in dieser Ausgabe wieder Erfreuliches von unseren Kegler\*innen zu berichten: Bei der Bundesmeisterschaft in Koblach/Vorarlberg platzierte sich die oberösterreichische Damenmannschaft, für die sich Melitta Radner und Waltraud Samwald qualifiziert hatten, mit einer ausgezeichneten Leistung auf dem hervorragenden 3. Rang.

Und auch bei der seit vielen Jahren von Konsulent Johannes Nistelberger gemeinsam mit SeniorenReisen organisierten „Aktivwoche Kegeln“, die heuer in der kroatischen Hafenstadt Umag über die Bühne ging und bei der 84 Mannschaften aus insgesamt fünf Bundesländern um die besten Plätze ritterten, konnte die Mannschaft „Kirchdorf Herren 1“ aus unserem Bezirk mit einer überragenden Leistung den 1. Platz mit nach Hause nehmen. In der Einzelwertung der Herren waren vier Teilnehmer unseres Bezirkes unter den besten acht Keglern.



Kons. Johannes Nistelberger, Gerhard Stadler, Josef Würzlhuber, Harald Hoffelner, Franz Pimminger, Klaus Bruckner, Hubert Egelseder, Busunternehmer Roland Stuhlberger, Siegfried Mitterhuber (v.l.n.r.)



Landessportreferent Ing. Erich Hackl, Melitta Radner, Waltraud Samwald (Kirchdorf), die fünf Keglerinnen aus den anderen Bezirken und Evi Woinesich (v.l.n.r.)

## Termine

**Kostenlose Beratung**  
Steyrling-Klaus-St. Pankraz: Mo., 3.2., 14 Uhr, Kindergarten Steyrling  
Grünburg-Steinbach: Mo., 17.2., 9 Uhr, Gemeindeamt  
Kirchdorf-Inzersdorf: Di., 4.3., 15 Uhr, Treff-Punkt Molln: Do., 13.3., 15 Uhr, Gemeindeamt Seniorenraum

**Kirchdorf-Inzersdorf**  
18.1., Faschingsball

**Steyrling-Klaus-St. Pankraz**  
24.1., Faschingsball

**Schlierbach**  
7.2., Faschingsball

**Pettenbach**  
4.3., Faschingsball

## Sommer auf Mallorca

**Kremsmünster.** Unter diesem Motto genossen 23 Mitglieder eine einwöchige Sonderreise auf die spanische Baleareninsel, die Bez.-Ehrendirektorin Edeltraud Guggi gemeinsam mit SeniorenReisen initiierte. Edeltraud Guggi, die diese Insel liebt und bestens kennt, zeigte dabei als Reisebegleiterin den Teilnehmer\*innen die wunderschönen Seiten, die es dort

abseits vom Ballermann gibt. Eine Inselrundfahrt, ein Ausflug nach Palma mit Führung in der Kathedrale und ein Besuch des Städtchen Valldemossa begeisterten die Reisegruppe. Ein Höhepunkt war die Besichtigung der Drachenhöhle in Porto Christo. Das komfortable und ideal gelegene Strandhotel in Calla Millor ließ ebenfalls keine Wünsche offen.



## Ehrenamt im PVÖ

**Bezirk.** Der Pensionistenverband Österreichs ist mit rund 285.000 Mitgliedern einer der größten Vereine in unserem Land. Seit 75 Jahren ist dieser für die ältere Generation im Einsatz und wird als Interessenvertretung immer wichtiger. Für die Betreuung dieser großen Mitgliederanzahl sind österreichweit mehr als 15.000 ehrenamtliche Funktionär\*innen tätig. Sie leisten einen unschätzbaren Beitrag für die Gesellschaft,

aber auch für sie selbst ist diese Arbeit sinnstiftend und abwechslungsreich.

Das Engagement für ein solches Ehrenamt ist leider rückläufig. Um unsere Interessen entsprechend vertreten zu können, müssen wir stark bleiben – stark an Mitgliedern und stark an Funktionär\*innen. Um gemeinsam etwas Gutes zu bewegen und vieles voranzubringen, das uns am Herzen liegt, werde Funktionär\*in im PVOÖ!

## Schulung Kontrolle und Kassiere

**Weiterbildung.** Neben den Geschäftsordnungen, in denen die Aufgaben auf Landes-, Bezirks- und Ortsgruppenebene geregelt sind, sind auch die Finanzrichtlinien ein wichtiger Teil für die Arbeit im Verband. Damit die mit den Aufgaben der Kontrolle und der Kassiere betrauten Funktionär\*innen diese Arbeiten korrekt durchführen können, nahmen mehr als 50 von ihnen an einer Schulung des Landeskontrollvorsitzen-

den Kons. Hans Eichinger und des Finanzbuchhalters Philipp Schimmerl teil, um so immer auf dem aktuellen Stand der Vorgaben zu sein.





## Termine

### Kostenlose Beratung

Asten: Seniorenklub  
Mi., 15.1., 15.15 Uhr  
Mi., 19.2., 15.15 Uhr  
Mi., 19.3., 15.15 Uhr  
Kronstorf-Hargelsberg:  
Do., 6.3., 14 Uhr, Pensionistenheim  
Hörsching:  
Do., 13.3., 9 Uhr, SPÖ-Haus

### Alkoven

Mi., 5.2., Spielenachmittag  
Mi., 12.2., Jahreshauptversammlung  
Fr., 28.2., Faschingsnachmittag im Pfarrheim  
Mi., 12.3., Klubnachmittag  
Mi., 26.3., Linzer Stadtrundfahrt

### Enns

jeden 2. Mittwoch, 9 – 11 Uhr, Pensionistenkaffee  
Kronstorf-Hargelsberg  
Mi., 12.2., Wanderung  
Do., 20.2., Ausflug

### Pasching

jeden Montag Seniorenturnen, 17 – 18 Uhr, VS Pasching  
jeden Donnerstag Nordic Walking, Treffpunkt 13.30 Uhr, VS Pasching

### St. Martin bei Traun

Sa., 15.2., 14 Uhr, Faschingsfest Volksheim St. Martin, Musik „Soloprinzen“

## Freilichtmuseum Salzburg

**Alkoven.** Bei etwas trübem Wetter fuhren wir Richtung Großmain und wurden am Freilichtmuseumsgelände von zwei Kulturvermittlern erwartet. Am Beginn der Führung zum Thema „Arbeit gab's das ganze Jahr“ stand eine Fahrt mit der Museumsbahn. Sie durchfährt das 50 Hektar große Gelände auf einer 1,7 km langen Strecke. Bei der Führung „Auf der Alm“ ging es flott hinauf zum Pongau. Nach den vielen Informationen über die sechs Jahrhunderte alten Originalbauten aus Landwirtschaft und das Handwerk im

ländlichen Gewerbe und Industrie mussten wir feststellen, dass die Zeit nicht reichte, um das gesamte wunderschöne Areal zu besichtigen. Wir kommen wieder.



## Besuch im Musiktheater

**Kulturgenuss.** Landeskulturreferentin Ulli Wurzinger genoss mit zahlreichen Mitgliedern u. a. aus Hörsching und Oftring die zauberhafte Aufführung „Die Zauberflöte“ von Wolfgang Amadeus Mozart. Bekannte Melodien wie „Der Vogelfänger bin ich ja“, „Dies Bildnis ist bezaubernd schön“ oder die Arie der Königin der Nacht erfreuten alle. Kultur verbindet, bringt Menschen zusammen und ist ein wunderbares Mittel gegen Einsamkeit.



## Fit bleiben

**Pasching.** „Fit bleiben und Spaß haben“ ist das Motto unserer Vorturnerin Gerlinde, die in jeder Stunde mit gut ausgewählten Übungen unseren Bewegungsapparat in Schwung hält. Komm auch du und mach mit!



## Herbstwanderung

**Kronstorf-Hargelsberg.** Großes Wanderglück hatten die 30 Wanderer. In der Früh noch starker Regen, dann Sonnenschein und etwa 20 Grad. Ternberg zeigte sich von seiner besten Wanderseite, mit vielen Höhenmetern und einer rund zehn Kilometer langen Strecke. Als Belohnung sperrte der Sternwirt extra auf und verwöhnte uns mit seiner schmackhaften Kost.



## Oktoberfest und Jubilarfeier

**Neuhofen-Allhaming.** Über 100 Besucher\*innen kamen ins Naturfreundhaus, um bei Weißwurst und Bier ein zünftiges Zusammensein zu genießen. Musikalisch wurden wir von „Franz“ durch den Nachmittag begleitet. Danke an das gesamte Team, das zum Gelingen des Festes beigetragen hat.

Bei unserer Jubilarfeier wurden 40





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

## Dietmar Prammer auf PV-Tour in Linz

**Bürgermeisterkandidat.** Mit Dietmar „Didi“ Prammer kandidiert ein Linzer für das Bürgermeisteramt, der viel Erfahrung in der Stadtpolitik und klare Visionen für die Zukunft mitbringt. Als Planungsstadtrat bringt er vor allem in diesem Bereich viel Kompetenz mit, doch auch die sozialen Themen unserer Stadt liegen ihm am Herzen.

Sei es in den Bereichen Gesundheit und Pflege, Kinder und Bildung, Sicherheit oder Industriestandort – mit „Didi“ haben die Linzer\*innen einen verlässlichen Partner in allen Lebenslagen. Er ist sich der Bedeutung der älteren Generation bewusst. Um den generationenübergreifenden Austausch zu intensivieren, besuchte er in den vergan-



genen Wochen viele unserer Ortsgruppen, um den Anliegen unserer Mitglieder Gehör zu schenken und auch weiterhin soziale Politik für die

Linzer Pensionist\*innen umzusetzen. Mit „Didi“ als Bürgermeister wird es auch in der Zukunft eine wirklich lebenswerte Stadt für uns geben.

## Wandern in Kirchschatz

**Neustadt.** Eine Wanderung führte uns am 21. November bei stürmischem Winterwetter nach Kirchschatz. Unser Motto: „Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung.“

Das Jahresprogramm 2025 steht fest. Am 19. Februar findet unsere Faschingsfahrt statt, für 19. März ist eine KTM-Besichtigung geplant und am 16. April geht es in die Amethyst Welt Maissau.



## Ausflug St. Agatha

**Schiffswerft.** Der Herbstausflug ging nach St. Agatha. Nach einem kleinen Umweg über Aschach landeten wir beim Geschenkeladen „Eigenart“, wo Kunsthandwerk aus der Region angeboten wird. Nach ausgiebigem Schauen und Kaufen fuhren wir weiter nach St. Agatha zum „Jagawirt“. Dort verbrachten wir einen gemütlichen Nachmittag mit ausgezeichneten Wildspezialitäten.

## Wanderung Roßleithen

**Bindermichl.** Am 10. Oktober besuchten wir das Stift Ardagger mit einer interessanten Führung durch das Mostbirnhaus. Die letzte Wanderung 2024 führte uns nach Roßleithen zum Piesling-Ursprung-Gleinkerlsee. Zur Entspannung fuhren wir Ende des Jahres für sechs Tage nach Bük. Die Teilnehmer\*innen freuten sich über das All-Inclusive-Angebot und viele lustige Abende.



## Tolle Ausflüge

**Chemie.** Bei der Monatsversammlung am 7. November erfreute uns Else Rosenhain mit Gedichten und Geschichten aus eigener Feder. Am 15. Jänner machen wir eine Tagesfahrt zum „Haus der Natur“ in Salzburg. Am 23. Jänner wandern wir im Wasserwald, am 12. Februar geht es nach Bad Zell zum Lebzeltarium Kastner. Für 27. Februar ist eine Wanderung in der Trauner Gegend geplant, am 19. März steht ein Parlamentsbesuch auf dem Programm und am 27. März wandern wir den Schneerosenweg in Kematen/Ybbs.

## Apothekermuseum

**Froschberg.** 47 Mitglieder nahmen am Besuch des Apothekermuseums in Mauthausen teil und konnten erleben, wie sich die Praxis im Laufe der Jahrhunderte veränderte. Im Anschluss gab es Wildspezialitäten in Rechberg. Für 2025 gibt es wieder ein tolles Aktivitätenprogramm. Dieses kann unter [www.pvlinz.at/ortsgruppe-froschberg](http://www.pvlinz.at/ortsgruppe-froschberg) gesehen werden.

## Aus der Ortsgruppe

**Spallerhof.** Der Oktober-Ausflug führte uns nach Sibbachzell ins Zirbenschlüssel und nach Schlierbach mit Stiftsführung, Schaukäserei und Glasmalerei. Am 16. Jänner geht es nach Bad Ischl zur „Kripplerloas“ mit Kutschenfahrt und Kripplerspeis. Für 20. Februar ist ein Besuch der Schafwollerzeugung in Pregarten mit Ausklang beim „Goschatten Wirt“ geplant.

## Wildessen

**PVA.** Bei unserem Herbstschmaus mit köstlichen Wildgerichten und Ente kamen alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer voll auf ihre Kosten. Nach dem kulinarischen Genuss durfte ein Verdauungsspaziergang zum nahe gelegenen Badensee St. Konrad nicht fehlen.



## Termine

### Kostenlose Beratung

Mauthausen: Mo., 10.3.,

16.30 Uhr, Betreubares

Wohnen

Waldhausen: Do., 13.3.,

16.30 Uhr, Gasthaus Schauer

## Polenreise

**Arbing.** Am 28. September starteten wir unsere Reise nach Schlesien und besuchten die Friedenskirche in Schweidnitz. Danach Weiterfahrt nach Breslau in unser Hotel. Am Vormittag erkundeten wir die Stadt mit einer Führung und unternahmen abends eine Busfahrt zum Multi-Mediabrunnen. Am nächsten Tag ging es ins Riesengebirge und mit der Seilbahn zur Bergstation und zum Schlesienhaus. Auf der Rückfahrt folgte eine Besichtigung der norwegischen Stabkirche in Wang. Am nächsten Tag erlebten wir eine Stadtführung in Glatz und eine Wanderung zur Schlossanlage. Auf der Heimreise wurde noch

Schloss Fürstenstein Waldburg besucht und ein Abendessen in der Brauerei Freistadt eingenommen. Herzlichen Dank an Anton Öllermayr für die hervorragend organisierte Reise.



## 4-Tage-Fahrt Dresden

**Katsdorf.** Fröhlich machten wir uns Richtung Tschechien auf. In Raudnitz an der Elbe besichtigten wir den Stadtplatz und besuchten nach einer Führung im Stadtturm die Augustinerkirche. In Dresden erwartete uns die „Große Entdeckertour“. Den Beginn machte der Zwinger, gefolgt von einem Rundgang durch die Altstadt und das Barockviertel mit der Residenz. Anschließend ging es mit dem Raddampfer nach Basewitz zum Blauen Wunder. Von den Brühlischen Terrassen aus sahen wir die eingestürzte Carola-Brücke. Am Montag stand die Moritzburg nördlich von Dresden, ein Barockschloss der Sächsischen Fürs-

ten, auf dem Programm. Am Nachmittag erkundeten wir die Frauenkirche und schlenderten anschließend über den Alt- und Neumarkt. Um 16 Uhr besichtigten wir die Semperoper und verbrachten den Abend in der Altstadt mit einer Nachtwächterführung. Humorvoll unterhielt uns „Hieronymus Sarkasmus“ mit Anekdoten aus der Zeit des Fürsten „August der Starke“. Auf der Heimreise machten wir Halt bei der Bastei in der Sächsischen Schweiz. Danach ging es Richtung Tschechien in die Stadt Most zur verschobenen Kirche Maria Himmelfahrt. Zum Abschluss kehrten wir in Budweis in der Bierstube Zvon ein.

## Adler Modemarkt

**Arbing.** Am 13. November besuchten wir den Adler Modemarkt in Ansfelden. Es erwarteten uns ein herzlicher Empfang, ein köstliches Frühstück und eine Modenschau mit Möglichkeit zum Einkauf. Nach dem Mittagessen genossen wir eine unterhaltsame Travestieshow. Den schönen Tag ließen wir mit einer Jause im Roanahofausklingen.



## Drei-Dörfer-Wanderung

**St. Georgen am Walde.** Bei herrlichem Sonnenschein starteten wir unsere Drei-Dörfer-Wanderung in Riedersdorf. Von dort ging es nach Neudorf, wo uns der Nebel schon einholte, der von Papneukirchen heraufzog. Wir marschierten weiter nach Eisen-  
dorf und zurück nach Papneukirchen. Trotz Nebels war es eine gemütliche Wanderung.



## Aus unserer Ortsgruppe

**Perg.** Am 2. Oktober führte uns ein Tagesausflug zum Adler Modemarkt. Nach dem Frühstück wurden uns die modischen Trends präsentiert. Danach wurde fleißig eingekauft. Nach dem Mittagessen fuhren wir nach Bad Ischl. Dort stand eine Gondelfahrt auf die Kathrin auf dem Programm.

Am 9. November fand im Gasthaus Holzer in Windhaag unser alljährlicher Kathrinitanz statt. Vorsitzender Anton Mader konnte viele Besucherinnen und Besucher begrüßen. „Willi der Grünbacher“ sorgte für gute Stimmung und die Tanzfläche war gut besucht.

Die letzte Wanderung des Jahres führte uns am 14. November nach Münzbach. Bei trübem Novemberwetter marschierten wir durch die Herbstlandschaft. Der ca. vier Kilometer lange Rundgang führte uns über Wiesenwege und wir hatten einen schönen Ausblick auf Münzbach. Danach stärkten wir uns beim Mostheurigen Enghof mit Most und einer schmackhaften Biojause.



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



## Herbstball

**Waldzell.** Den Herbstball in der Sauerei in Waldzell besuchten viele umliegende Ortsgruppen. Mit viel Schwung sorgte die beliebte Band „Memories“ für eine volle Tanzfläche. Beim Schätzspiel konnte man schöne Preise gewinnen. Die zahlreichen Besucher wurden mit leckeren Kuchen und Torten verwöhnt.

## Veranstaltungen und Ausflüge

**Bezirk.** Im vergangenen Jahr wurden zahlreiche Veranstaltungen und Ausflüge von unseren Ortsgruppen organisiert. Im Herbst besuchten wir z. B. das zünftige Oktoberfest der OG Waldzell im Miravita Nußbaum. Vors. Hans Jöchtl organisierte zudem einen gemeinsamen Kinobesuch im Starmovie Ried. Der Film „80+“ hat allen sehr gut gefallen. Die Ortsgruppe Eberschwang organisierte zahlreiche schöne Ausflüge. Ein Höhepunkt war z. B. der Besuch des Bauernmuseums in Grafenau und Joska Kristall in Bodenmais. Ein weiterer Ausflug brachte uns nach Hellbrunn, wo wir

den Schlosspark erkundeten, bevor es zur Trattbergalm weiterting. Eine Reise führte uns nach Filzmoos zur Oberhofalm. Hier besuchten wir auch die traditionsreiche Lodenwalkerei in Rössing. Weitere Höhepunkte waren der Ausflug nach Wien mit einem Besuch im Parlament, der Landes-Nordic-Walking-Wandertag mit 75-Jahre-Feier in Eferding und unsere geselligen Stammtische. Zum Jahresabschluss fanden noch zahlreiche Weihnachtsfeiern in den einzelnen Ortsgruppen statt. Ein herzliches Dankeschön für die schönen und gemütlichen Stunden mit euch.

## Termine

**Kostenlose Beratung**  
St. Martin im Innkreis: Mo., 27.1., 10 Uhr, Volksheim  
Geinberg: Mi., 19.2., 10 Uhr, Gemeindeamt  
Ried im Innkreis: Di., 11.3., 10.30 Uhr, Gasthaus Träger

**Antiesenhofen-Ort**  
Sa., 15.3., 12 Uhr, Ripperlessen, Gasthaus Knechtelsdorfer

**Eberschwang**  
Do., 30.1., 14 Uhr, Stammtisch, Gasthaus Kirchenwirt  
Mi., 26.2., 14 Uhr, Stammtisch, Café Haller  
Mi., 26.3., 12 Uhr, Schnitzelessen, St. Marienkirchen

## Aspacher Gstanzlsingen

**Musi und Gesang.** Das „Aspacher Gstanzlsingen“ ist eine weit über das Innviertel hinaus bekannte und beliebte Volkskulturveranstaltung. Hochklassige Volksmusiker und Gstanzlsänger verstehen es immer wieder, das Publikum zu begeistern und auch die Lachmuskeln zu strapazieren. Mit Humor, intelligentem Witz, Musik und Gesang werden Sie auf niveauvolle Art bestens unterhalten. Im vergangenen Herbst besuchten viele Ortsgruppen in unserem Bezirk diesen kulturellen Höhepunkt. 2025 findet diese beliebte Veranstaltung von 3. bis 5. Oktober statt.



## PVOÖ-Neujahrskonzert

**Kulturgenuss.** Die Karten für das Neujahrskonzert des PVOÖ im Brucknerhaus Linz sind heiß begehrt. Innerhalb kürzester Zeit waren beide Veranstaltungen ausverkauft. Das musikalische Programm ist jedes Jahr ein absoluter Genuss. Unser Bezirk besuchte mit 56 Personen am 2. Jänner das Neujahrskonzert 2025, das unter dem Motto „Strauss, Sträuße und Blumensträuße“ stand.



## Messe „50 Plus“ in Ried im Innkreis

**Messefrühling.** Ein absoluter Höhepunkt ist die Anfang März stattfindende Messe „50 Plus“ in Ried im Innkreis. Sie läutet vom 1. bis 2. März 2025 den Messefrühling ein. Auf die Besucher warten zahlreiche interessante Messestände, unterhaltsame Auftritte und informative Vorträge. Der Pensionistenverband ist wieder mit einem Stand vertreten und freut sich über euren Besuch!

## Pensionistentanzgruppe

**Gesund bewegen.** Einmal in der Woche trifft sich unsere Pensionistentanzgruppe, um unter der Leitung von Ilse Gruber speziell auf unsere Generation ausgerichtete Übungen zu machen. Besonderes Augenmerk wird hier auf das Sesseltturnen gelegt. Schau doch einmal vorbei und probier es aus!



## Termine

### Kostenlose Beratung

Ulrichsberg-Klaffer-Schwarzenberg: Mi., 12.2., 14 Uhr,  
Café Bindl  
Rohrbach-Berg: Do., 13.2.,  
9 Uhr, SPÖ-Bezirkssekretariat  
Lembach: Do., 27.2., 16 Uhr,  
Gasthaus Altenhofer  
Kleinzell: Fr., 7.3., 9 Uhr,  
Gemeindeamt Kleinzell  
Peilstein: Do., 13.3., 9 Uhr,  
Marktcafé Innertsberger

### Bezirk

14.1., Bezirksmeisterschaft  
Eisstock (Ersatztermin 21.1.)

### Haslach

28.2., Faschingskehraus.,  
GH Zur Großen Linde

### Lembach

1.2., Faschingskränzchen

### Rohrbach-Berg

18.1., Wanderung mit Einkehr  
im GH Simmel  
29.1., Schneeschuhwandern  
und Langlaufen mit Roland  
Adami, Schöneben  
6.2., Stöckeln, Wandern, Essen  
in der Hammerschmiede  
9.2., 10 Uhr, Messe für verstor-  
bene Mitglieder, Pfarrkirche  
Rohrbach, anschließend  
gemütliches Beisammensein  
14.3., Vollmondwanderung  
19.3., Ausflug Hinterglasmuse-  
um Sandl, Rosenhoftaiche

### St. Martin-Plöcking

13.3., Jahreshauptversammlung

### Ulrichsberg-Klaffer- Schwarzenberg

18.3., JHV, GH Böhmerwaldhof

## Wandern hält fit und stärkt den Geist

**Aigen-Schlägl.** Bei herrlichem Wetter wanderten wir am 1. Oktober mit 15 Personen um den Urlsee in Klaffer. Die herrliche Aussicht ließ unsere Herzen höherschlagen. Im Böhmerwaldhof in Ulrichsberg ließen wir uns zum gemütlichen und geselligen Ausklang das Mittagessen schmecken.

## Aktiv ins neue Jahr

**Kleinzell.** Das Programm für 2025 bietet großartige Möglichkeiten für gemeinsame Aktivitäten. Am 10. April heißt es um 14 Uhr „Herzlich Willkommen“ zum traditionellen Frühjahrskränzchen im Gasthaus Scharinger. Für stimmungsvolle Musik sorgt die Tanzband Dominos. Bei der großen Tombola wird es nur Gewinner geben, jedes Los garantiert einen Treffer. Gemütliche Wanderungen stehen von Mai bis Oktober jeden ersten Dienstag im Monat auf dem Programm. Treffpunkt ist jeweils um 10 Uhr beim Zeller Kaufhaus. Die Streckenlängen variieren zwischen 6 und 8 Kilometer. Anschließend gönnen wir uns ein Mittagessen. Am 15. Mai unternehmen wir eine nostalgische Zugreise mit der Steyrtalbahn. Sommerurlaubsfeeling werden wir am 26. Juni bei einer Schiffsfahrt am Attersee genießen. Ein besonderes Naturerlebnis folgt am 25. September – wir durchstreifen das Tier- und Pflanzenparadies Tannermoor. Zum Jahresabschluss werden wir am 22. November den Weihnachtsmarkt in der Kellergröppe Raab besuchen. So vielfältig wie das Programm für 2025 ist, so groß ist auch unsere Vorfreude auf viele gemeinsame Aktivitäten in fröhlicher Runde.

## Wanderung und Dankesfahrt

**Rohrbach-Berg.** Unsere monatliche Wanderung führte uns um den Rannastausee. Unter dem Motto „Stü is uman See“ begleitete uns der Nebel, was der Stimmung keinen Abbruch tat.

Am 11. November nahmen 44 Mitglieder die Einladung von Wagner Reisen zur Dankesfahrt nach Neustift an und erhielten bei der Rückkehr ein köstliches Kekssackerl. Auf der Hinfahrt besuchten wir in Hofkirchen das Träumeland Nösslböck, wo uns eine



interessante Führung erwartete. Anschließend servierte uns das nette Personal vom Gasthaus Wundsam ein Riesenschnitzel. Ein toller Ausflug ging viel zu schnell zu Ende.

## Abwechslungsreicher Ausflug

**Peilstein.** Ein Ausflug am 6. November führte uns nach Linz zur Besichtigung des Luftschutzzollens „Limonikeller“. Bei der Führung durch den Stollen erfuhren wir Interessantes über dessen Geschichte und Entstehung. Anschließend ging die Fahrt nach Kleinzell zum GH Scharinger, wo wir den Tag gemütlich ausklingen ließen.



## Spannende Radtour

**St. Martin-Plöcking.** Die schöne Radtour führte uns über 34 Kilometer rund um St. Martin. Vom Ausgangspunkt Hartl Tankstelle fuhren wir Richtung Kleinzell, St. Ulrich, Niederwaldkirchen, Wolkersdorf, Zeisendorf und Mahring zurück zum Sportpark Trops zum köstlichen Mittagessen.



## Kulturprogramm

**Ulrichsberg-Klaffer-Schwarzenberg.** Am 15. Oktober waren wir mit 46 Personen in München, wo wir die Bavaria Filmstadt und die Sea Life Unterwasserwelt besichtigten. Bei den Rosenheim Cops konnten wir einem Filmdreh beiwohnen.

Am 7. November hatten wir eine Führung bei Gmundner Keramik und bei der Firma Wolf Fertighäuser in Scharstein. Anschließend kehrten wir auf eine schmackhafte Jause in der Hopfenstube in St. Ulrich ein.





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

## Interessantes und Wissenswertes

**Bezirk.** Das Thema „Nachfolge von Funktionär\*innen“ ist für die Ortsgruppen besonders wichtig. Immer wieder steht eine Ortsgruppe vor der Entscheidung eines Wechsels im Vorstand, seien es Ortsgruppenvorsitzende, Kassiere, Schriftführer, Kontrolleure und deren Vertretungen. Hier unsere Bitte: „Macht euch rechtzeitig Gedanken über eine Nachfolge!“ Der Bezirksvorstand bietet Beratungen und Hilfe bei Nachwuchssorgen in einer Ortsgruppe an. Scheut euch nicht, uns zu holen und Gespräche zu führen. Bez.-Vors. Konsulent Josef Weljacsek (0650/999 08 34), Bez.-Vors.-Stv.

Robert Kinzlbauer (0699/11 03 37 94) sowie die restlichen Bezirksvorstandsmitglieder stehen gerne zur Verfügung.

Interessant ist auch, dass von Seiten des Bezirkes finanzielle Zuwendungen an die Ortsgruppen geleistet werden, z. B. erhält jede Ortsgruppe pro Jahr 50 Euro Zuschuss für ihre Weihnachtsfeier. Heuer leistet erstmals der Bezirk einen Zuschuss für Kopien, wenn diese von einem Funktionär einer Ortsgruppe privat gemacht wurden. Auch die Zuschüsse für Geburtstage und Hochzeitsjubiläen wurden erhöht. Für Rückfragen steht Bez.-Vors. Konsulent Josef Weljacsek

gerne zur Verfügung.

Vorgehensweise bei einer Funktionär\*innen-Fortbildung: Der/die Ortsgruppenvorsitzende stellt den Antrag an den Bezirksvorstand. In diesem Gremium wird die Entscheidung der Kostenübernahme beschlossen. Im Anschluss daran erfolgt die Anmeldung an die Landesorganisation von Seiten des Bezirkes. Die Kosten tragen zu je einem Drittel die Landesorganisation, der Bezirk und die Ortsgruppe.

Info: Der Verkauf der Jahrbücher ist mit der „75 Jahre Pensionistenverband-Jubiläumsausgabe“ im Jahr 2025 beendet.

## Roadshow

**SeniorenReisen.** Heuer fand die Roadshow für das Innviertel in Andorf statt. Kolleginnen von SeniorenReisen stellten das Rei-

seangebot 2025 vor. Landespräsidentin Birgit Gerstorfer berichtete über das aktuelle politische Geschehen und Landesgeschäftsführerin Mag.a Jutta Kepplinger informierte über Änderungen und Neuerungen im PVÖ. Es war ein interessanter und informativer Vormittag.



## PVÖ-Akademie

**Sozialberatung.** Dieses dreitägige Seminar in der PVÖ-Akademie in Gmunden war eine wertvolle Erfahrung für unsere Bezirkskassiererin Paula Rackaseder. Die Vielfalt der Themen, die von Erbrecht über Patientenverfügung bis hin zu Sozialversicherung und Pflegegeld reichten, bieten eine solide Grundlage für die Sozialberatung. Die Teilnehmer\*innen konnten wertvolle Informationen mit nach Hause nehmen und der Aus-

tausch mit den Teilnehmer\*innen anderer Bundesländer war ein weiterer wichtiger Aspekt, der das Seminar bereicherte. „Solche Gelegenheiten zum Vernetzen und voneinander Lernen sind stets von großer Bedeutung, da sie neue Perspektiven und Ansätze eröffnen“, meinte Paula Rackaseder nach dem Seminar. Sie ist nun bestrebt, das erlernte Wissen an die Ortsgruppen im Bezirk weiterzugeben.



## Termine

**Kostenlose Beratung**  
Haibach bei Schärding: Mi., 5.3., 14 Uhr, Wirt z'Hareth  
Riedau: Mi., 5.3., 16.45 Uhr, Gasthaus Bahnwirt  
Rainbach bei Schärding: Do., 6.3., 14 Uhr, Kirchenwirt  
Münzkirchen: Mi., 19.3., 10 Uhr, Gasthaus Kapfhammer

**Andorf:**  
Fr., 7.2./7.3., 14 Uhr, Pensionistennachmittag mit Sparvereinseinzahlung im VAZ

**Diersbach:**  
Di., 4.3., 13.30 Uhr, Faschingsgschnas im Troad-BODEN, Mörstalling

**Kopfing:**  
Do., 6.2., Stammtisch, Gasthaus Grüneis Wasner  
Do., 6.3., Stammtisch, Gasthaus Oachkatzl

**Münzkirchen:**  
Mi., 12.2., Jahreshauptversammlung  
Mi., 12.2./12.3., Mittagstisch, Gasthaus Wurmsdobler

**Rainbach bei Schärding:**  
Do., 6.2., Stammtisch

**Riedau:**  
Fr., 7.2., 14 Uhr, Monatsversammlung, Gasthaus Bahnwirt  
Fr., 7.3., 14 Uhr, Jahreshauptversammlung mit Neuwahlen

**Taufkirchen an der Pram:**  
Do., 6.2., 11 Uhr, Schnitzeltag, Gasthaus Kurvenwirt  
Sa., 8.3., 14 Uhr, Jahreshauptversammlung, Gasthaus Beham



## Termine

### Kostenlose Beratung

Steyr: Mi., 12.2., 12.3., 15 Uhr,  
SPÖ-Gebäude, 1. Stock  
Reichraming: Di., 11.3., 15 Uhr,  
Volksheim

### Reichraming

Sa., 22.2., 14 Uhr, Volksh Heim  
Reichraming, Maskenball

### Steyr-Ennsdorf

Sa., 15.3., 14 Uhr, Bunter  
Nachmittag, JUKUZ Ennsleite

### Steyr-Münichholz

Fr., 7.3., 9 Uhr, Bezirksmeister-  
schaften Kegeln, Kegelanlage  
PSV Steyr-Münichholz

### Unterlaussa

Di., 27.2., Faschingsfeier,  
Volksschule Unterlaussa

### Waldneukirchen

So., 2.3., 14 Uhr, Maskenball,  
Stockhalle Waldneukirchen

### Wolfert

Mi., 5.3., 14 Uhr, Hering-  
schmaus, Kinderfreundeheim  
Wolfert

## Aus dem Bezirk

Die Jahreshauptversammlung fand am 25. Oktober im Gasthaus Zöchling statt. Sabine Engleitner-Neu, M.A., M.A., Vbgm. Dr. Michael Schodermayr und Bez.-Vors.-Stv. Willi Hauser hielten kurze Ansprachen, anschließend konnte die Vorsitzende der OG Steyr-Münichholz, Helga Kaindl, viele Mitglieder für ihre langjährige Treue ehren. Besonders gefreut haben wir uns, dass Heinrich Kampel anwesend war. Er ist seit 45 Jahren Mit-

glied in der OG Steyr-Münichholz.

In unserem Bezirk fanden auch einige Wandertage statt, die von Gästen aus anderen Ortsgruppen gerne und gut besucht wurden.

Die Vorfreude auf unsere Weihnachtsfeiern in sämtlichen Ortsgruppen war groß. Alle Funktionärinnen und Funktionäre waren sehr bemüht, unseren Mitgliedern ein paar besinnliche und entspannte Stunden in der Gemeinschaft zu bereiten.

## Gemütliches Fest im Herbst

**Steyr-Stadt.** Das bereits traditionelle Herbstfest der OG Steyr-Stadt wurde am 18. Oktober im JUKUZ am Tabor gefeiert. Neben Weißwurst und Laugenbrezn genossen unsere Gäste die selbstge-

machten Mehlspeisen. Für die musikalische Begleitung sorgte Walter mit seiner wunderbaren Tanzmusik. Die Gäste fühlten sich sichtlich wohl, es war ein entspannter und gemütlicher Nachmittag.



## Gratulation

**Steyr-Stadt.** Am 8. Oktober war für unser Mitglied Anna Kefer ein großer Feiertag. Bei guter Gesundheit konnte sie ihren 103. Geburtstag feiern. Unter den zahlreichen Gratulanten waren Landespräsidentin Birgit Gerstorfer, Ing. Markus Vogl und OG-Vors. Willi Hauser. Alle Anwesenden ließen Anna, einen ausgesprochen fröhlichen Menschen, hochleben.



## Sportlicher Bewerb

**Unterlaussa.** Das beliebte Zimmergewehrschießen ging am 16. Oktober beim Sagwirt am Hengstpass über die Bühne. 28 Mitglieder aus neun Ortsgruppen nahmen daran teil. Kulinarisch gut versorgt, warteten nach dem Schießen alle gespannt auf die Siegerehrung. Die OG Weyer lag bei den Herren, die OG Wolfert bei den Damen an der Spitze. Heinrich Schwarzlmüller und Monika Aigner hatten schlussendlich die Nase vorne. Nach der Siegereh-

rung, durchgeführt von Bez.-Vors.-Stv. und Sportwart Josef Kaltenberger und OG-Vors. Zázilia Weissensteiner präsentierte Franz Holzmüller noch das Schießkino.



Zázilia Weissensteiner und Willi Hauser im Schießstadel beim Sagwirt

## Adventmärkte

**Vorweihnachtszeit.** Unsere Backrohre liefen bereits heiß. Für den Kekserlmarkt in Garsen und den Punschumtrunk mit frisch gebackenen Schürfeln und Kekserlverkauf in Wolfert wurden alle Vorbereitungen getroffen, um unsere Mitglieder wunschlos glücklich zu machen. Ebenso wurden rechtzeitig alle Vorbereitungen für den Stand auf dem Adventmarkt in Neuzeug für das Wochenende vom 14./15. Dezember getroffen. Die Mitglieder dankten es mit regem Besuch.

## Unterhaltsames Herbstfest

**Steyr-Münichholz.** Am 11. Oktober veranstaltete die OG Steyr-Münichholz zum ersten Mal ein Herbstfest. Die Veranstaltung war gut besucht und fand großen Anklang, daher wurde sie bereits in unser Programm 2025 aufgenommen. Ein großer Dank gilt den fleißigen Helferinnen und Helfern, die für einen reibungslosen Ablauf sorgten.



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

## Es tut sich was

**Bad Leonfelden.** Im Laufe des vergangenen Jahres konnten wir zahlreiche Veranstaltungen durchführen. Sehr lustig war am 6. Februar die traditionelle Faschingsfeier im Pfarrzentrum Bad Leonfelden. Die zwei Spielmänner Erich Speta und Stefan Wolschlager unterhielten uns hervorragend mit ihrer „Quetschn“. Am 18. Oktober fuhren wir nach Aigen-Schlägl und besuchten das Museum „Kultur.Gut.Ober-

res Mühlviertel“ im Meierhof des Stifts Schlägl. Bei einer interessanten Führung gab uns Kustos Kurt Schopper mit Begeisterung Einblicke in die Lebens- und Arbeitsverhältnisse der Menschen des Böhmerwaldes. So konnten wir die alten Bräuche und Gewohnheiten in Erinnerung rufen. Ein Besuch der Stiftskirche und der Kerzenwelt sowie ein Kaffee in der Stiftskellerei gingen sich am Vormittag noch aus. Nach dem Mittagessen im



Fischgasthof Aumüller erwartete uns in einer Mostkellerei eine kurzweilige Führung. Bei einer Mostverkostung ließen wir den erlebnisreichen Tag ausklingen. Mit Kegeln, einem Keksermarkt auf dem Stadtplatz und der Weihnachtsfeier im Leonfeldner Hof schlossen wir das Jahr ab.

## Erfolgreiche Veranstaltungen

**Alberndorf.** Die regen Veranstaltungen Teilnahme an unseren und Aktivitäten im



Jahr 2024 hat uns nicht nur viel Freude bereitet, sondern auch viele neue Mitglieder in unserer Ortsgruppe beschert. Wir haben daher im Programm 2025 über Anregung unserer Mitglieder auch ein paar Neuigkeiten aufgenommen. Erstmals werden wir eine Nachtwächterwanderung in

Freistadt machen und einen Spielenachmittag veranstalten.

Da die Hafenumrundung mit anschließender Bummelzugfahrt in Linz am 8. August besonders gut angenommen wurde, planen wir auch 2025 wieder eine Schiffsfahrt, und zwar mit dem Wassertaxi von Ottensheim nach Linz

(mit vorheriger Wanderung vom Pöstlingberg nach Ottensheim). Wir werden sicher wieder viel Spaß dabei haben.

## Aus unserer Ortsgruppe

**Engerwitzdorf.** 71 Mitglieder nahmen an der Jahreshauptversammlung im November teil. Besuch bekamen wir auch von SPÖ-Ortspartei-vors. Mario Moser-Luger. Zwei Sportreferenten sowie unsere Kassierin wurden für ihre langjährige Tätigkeit mit Ehrennadeln ausgezeichnet. In unserer Ortsgruppe ist es Brauch, dass alle Helfer\*innen und Kuchenbäckerinnen zum Jahresabschluss zum Essen eingeladen werden. Fünf Damen überraschten wir mit einem Blumenstock. Weitere fünf Mitglieder belohnten wir für die Werbung neuer Mitglieder. In der Pause wurde zu Würsteln und Getränk eingeladen.

Ebenso sehr gemütlich war unsere Weihnachtsfeier. Mit wunderbarer musikalischer Begleitung wurden wir besinnlich auf die Weihnachtszeit eingestimmt.

Unser Monatstreffen im Jänner starteten wir mit einer Fotoschau und zeigten einen Rückblick auf unsere Aktivitäten im Jahr 2024.



## Termine

**Kostenlose Beratung**  
Gallneukirchen: Fr., 14.2., 28.2., 9 Uhr, Seniorentreff, PV-Klubraum

**Alberndorf**  
Do., 20.2., 16 Uhr, Nachtwächterwanderung in Freistadt  
Do., 27.2., 14 Uhr, Spielernachmittag, GH Penkner

**Bad Leonfelden**  
Di, 4.2./4.3., 14 Uhr, Treffen im Pfarrzentrum

**Engerwitzdorf**  
6.2., Monatstreffen, Faschingskrappen und Maskenprämierung  
3.3., Monatstreffen, Ehrungen  
13.3., Bärlauchwanderung, Gusen  
5.7., 10 Uhr, Frühschoppen-Würstelparty, GH Plank



## Termine

### Kostenlose Beratung

Frankenmarkt: Mi., 5.2., 14 Uhr, Gasthaus Max'n Wirt  
Schwanenstadt: Do., 6.2., 9 Uhr, Schmankerl Restaurant, Klubraum  
Seewalchen: Mo., 10.2., 14 Uhr, Betreubares Wohnen  
Unterach am Attersee: Mo., 24.2., 14 Uhr, Gemeindeamt  
Attersee: Mo., 3.3., 9 Uhr, Gemeindeamt  
Vöcklamarkt-Pfaffing: Mi., 12.3., 15 Uhr, Gasthaus Hodetz  
Mondseeland: Fr., 14.3., 14 Uhr, Gasthaus Zauner am See

### Landes-Radsternfahrt

Mi., 11.6., Desselbrunn  
(Infos bei Franz Pichler,  
0676/703 78 70,  
franzpichler53@gmail.com)

### Stammtische

12.2., 9 Uhr: Ortsgruppen Pöndorf, Fornach, Franken- burg, Frankenmarkt, Gampern, Vöcklamarkt-Pfaffing, Zell am Pettenfirst, Zipf-Neukirchen im Gasthaus Fellner in Vöcklamarkt  
14.5., 9 Uhr: Ortsgruppen Ampflwang, Holzleithen-Hausrucked, Puchkirchen, Thomasroith, Wolfsegg-Kohlgrube, Ungenach-Pilsbach beim Wirt in der Brunau  
10.9., 9 Uhr: Ortsgruppen Attnang-Puchheim, Desselbrunn, Lenzing, Regau, Schwanen- stadt, Timelkam, Vöcklabruck in der Tagesheimstätte in Attnang-Puchheim  
12.11., 9 Uhr: Ortsgruppen Attersee, Aurach am Hongar, Mondseeland, Seewalchen, Schörfling, St. Georgen im Atter- gau, Steinbach am Attersee, Unterach am Attersee, Weyregg am Attersee im Gasthaus Koderhold in Schörfling

### Theater in Atzbach

22.3., 20 Uhr, „Mucks Mäuserl Mord“ ([www.theater- gruppe-atzbach.at](http://www.theater- gruppe-atzbach.at))

### Vöcklamarkt-Pfaffing

18.1., 14 Uhr, Faschingsball, Gasthaus Fellner

## Gut informiert

**Roadshow.** Am 23. Okto- ber fand im Gasthaus Gugg in Gampern die Roadshow der Landesorganisation in Zusam- menarbeit mit Senioren Reisen statt. Die Veranstaltung wurde von zahlreichen Gästen aus den Bezirksgruppen Gmunden und Vöcklabruck besucht. Das Programm umfasste die Vor- stellung des Jahresprogramms 2025 durch das Team von Se- niorenReisen, das attraktive Reiseziele präsentierte. Lan- desgeschäftsführerin Mag. Jutta Kepplinger informierte über wichtige Neuerungen,

darunter die Einstellung des Jahrbuchs ab 2025 und neue Kommunikationsformate für Mitglieder. Die Homepage der Organisation verzeichnete bis August 2024 beeindruckende 250.000 Zugriffe. Es wurde auch eine Erhöhung der Mit- gliedsbeiträge auf 30 Euro ab 2025 angekündigt.

Landespräsidentin Birgit Gerstorfer sprach über zentra- le Themen wie sichere Pensi- onen, Gesundheit und Pflege und kündigte an, dass vor der Nationalratswahl 127 Forde- rungen an die neue Regierung



gesendet wurden. Die Road- show endete mit einem Danke- schön an alle Anwesenden.

## Stammtische

**Bezirk.** Im Bezirk gab es bis jetzt immer am zweiten Mittwoch im Monat einen Sprechtag. Da seit Corona an diesen Sprechtagen offen- sichtlich kein Interesse mehr besteht, haben wir als Alter- native Stammtische ins Le- ben gerufen. Wir haben den

Bezirk in vier Gruppen einge- teilt (siehe Termine). Bei die- sen Stammtischen wollen wir den Kontakt zu unseren Mit- gliedern im Bezirk halten, So- zialberatung anbieten und bei sonstigen Fragen zu Förderun- gen, Pensionen und verschie- denen Anträgen Hilfestellung

geben. Natürlich sind alle Mit- glieder bei sämtlichen Stamm- tischen herzlich willkommen. In der Hoffnung, dass diese an- genommen werden, freuen wir uns auf eure Teilnahme. Dabei sein werden auf jeden Fall Barbara Winkelbauer, Franz Köppl und Monika Ablinger.

## Weinfest

**Attnang-Puchheim.** Am 9. No- vember lud die Ortsgruppe Attnang-Puchheim zu einem Weinfest in die Tagesheimstätte ein. Eine kleine Delegation aus Des- selbrunn nahm die Einladung gerne an und verbrachte einen unvergesslichen Nachmittag. Bei einer köstlichen Brettljau- se und erlesenen Weinen ver-

ging die Zeit wie im Flug. Bei hervorragender Stimmung war der Abend von fröhlichem Ge- sang und ausgelassenem Tanz geprägt. Das altehrwürdige Ge- bäude vibrierte förmlich vor Le- bensfreude. Insgesamt war es eine gelungene Veranstaltung, die definitiv nach einer Wieder- holung im nächsten Jahr ruft.



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

DEM GLÜCK  
EINE CHANCE  
GEBEN

ÖSTERREICHISCHE | DER PARTNER DER  
LOTTERIEN | SENIORENHILFE



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

## Wanderung

**Lambach.** Am 26. Oktober wanderten unsere Mitglieder eine ca. 8 km lange Strecke die Traun entlang. Gestartet wurde beim Pferdezentrum in Stadl-Paura. Der Weg führte zur Traun Richtung Dreifaltigkeitskirche in Stadl-Paura und weiter über die Brücke zur Badeinsel nach Lambach. Von dort ging es nach Osten an der Pferdewirtschaftsschule vorbei zum Kraftwerk Lambach über die Traun bis zum Ausgangspunkt. Nach der Einkehr im Gasthaus „7er Stall“ in Stadl-Paura erwartete uns ein interessanter Reisevortrag von Günter Holzer über den Besuch im Par-

lament, den böhmischen Prater sowie über den Rad-Trip um den Neusiedler See und den „Iron Curtain Trail“ nach Ungarn.



## Jahreshauptversammlung

**Wels-Pernau.** Am 16. November fand unsere Jahreshauptversammlung mit Neuwahl und Mitgliederehrungen statt. Nach den Begrüßungsworten von Vors. Monika Köck kamen unsere Ehrengäste Vbgm. Mag. Klaus Schinninger, StR Stefan Ganzert, NR Manfred Sams und GR Christian Kittenbaumer zu Wort. Nach dem Totengedenken folgte ein Rückblick auf das vergangene Jahr. Die Neuwahl des Vorstandes erfolgte mit einstimmigem Beschluss. 22 Mit-

glieder wurden für ihre langjährige Mitgliedschaft geehrt. So fand der gemütliche Nachmittag einen würdigen Abschluss.



## Knödelfest und Suppentag

**Weißkirchen.** Unser traditionelles Knödelfest vom 19. Oktober war mit knapp 300 Besucherinnen und Besuchern und vielen Ehrengästen wieder ein voller Erfolg.

Unter dem Motto „Wir spenden innere Wärme“ war unser Suppentag im Zuge des Schmankerlmarktes am ersten Samstag im November wieder sehr gut besucht.



## Fahrt ins Blaue

**Stadl-Paura.** Unsere traditionelle Fahrt ins Blaue am 17. Oktober ging nach Emmersdorf im Bezirk Melk. Insgesamt 72 Personen nahmen daran teil, so hatten wir einen Doppeldeckerbus zu organisieren. Eine lustige Traktorfahrt, eine köstliche Schmankerlplatte und Musikunterhaltung im Gasthaus machten den Ausflug zu einem schönen Erlebnis.

## Wildessen

**Gunskirchen.** Bei hochnebeltrübem Wetter fuhren 41 Personen nach Windischgarsten zum Wildessen im Berggasthof Zottensberg, wo uns herrlicher Sonnenschein empfing. Nach leckeren Wildgerichten war ein Verdauungsspaziergang angesagt. Danach gab es Kaffee und selbstgemachte Mehlspeisen. Ein wunderbarer Herbsttag ging damit gutgelaunt zu Ende.



## Termine

### Kostenlose Beratung

Wels: Mo., 13.1. 3.2., 3.3., 15 Uhr, Lichtenegger Treff  
Wels: Mo., 10.2., 10 Uhr, Lichtenegger Treff

### Rechtsberatung

Wels: Mo., 10.2./12.5., 10 Uhr, Am Rosenhag 2

### Landesmeisterschaft Eisstock Herren

Mi., 12.2., Steyr

### Landesturnier Asphaltstock Mixed

Mi., 9./Do., 10.4., SK VÖEST-Halle, Linz

### Bezirksmeisterschaft Eisstock Herren

Mo., 27.1., 13 Uhr, Stockhalle Marchtrenk  
Meldung bis 17.1. bei Hans Steger (0699/10 02 74 69)

### Bezirksmeisterschaft Kegeln

Di., 18.3., 8 Uhr, Gruppe 1  
Mi., 19.3., 8 Uhr, Gruppe 2  
Sportleistungszentrum Lambach  
Meldung bis 18.3. bei Erich Sturmair (0699/11 58 30 05)

### Bezirksmeisterschaft Asphaltstock

Herren: Mo., 28.4., 8.30 Uhr,  
Damen 9 Uhr  
Mixed-Mannschaften:  
Di., 29.4., 8.30 Uhr  
Stockhalle Marchtrenk  
Meldung bis 18.4. bei Hans Steger (0699/10 02 74 69) oder Monika Neumair (0664/452 41 89)



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

# Madeira

Do, 19. – Do, 26. Juni 2025

## Blumeninsel mitten im Atlantischen Ozean mit Atlantikfest

Neben atemberaubenden Landschaften und dicht bewaldeten grünen Bergen bezaubert diese Insel ihre Besucher auch durch ihr durchgehend mildes Klima. Obwohl Madeira eine kleine Insel ist, ist sie dennoch reich an majestätischen Szenarien. Die Hauptstadt Funchal liegt an der Südküste der Insel und ist aufgrund ihrer geographischen Lage die erste Anlaufstelle. Seit jeher beeinflussten Ankömmlinge aus verschiedenen Kulturen die Bevölkerung auf Madeira.

### Preise

Pro Person im Doppelzimmer: € 1.799,-  
Einzelzimmerzuschlag: € 595,-  
Nichtmitgliederzuschlag: € 100,-  
Storno- und Reiseversicherung: DZ € 92,- / EZ € 128,-

### Inkludierte Leistungen

Hin- und Rückflug (internationale Fluglinie), Flughafen- und Sicherheitsgebühren, Flughafenbetreuung, Bustransfers in Österreich (nur für Gruppen) und im Zielgebiet, 7x Nächtigung im 4\*-Hotel Muthu Raga (oder gleichwertig), Halbpension, Atlantikfest, 1 Ganztagesausflug, 2 Halbtagesausflüge, Besichtigungen und alle Eintrittsgebühren laut Programm, deutschsprachiger Reiseführer während der Ausflüge, Betreuung durch medizinisches Personal von SeniorenReisen.



© USCHIDASCHI/PKZMIERCZAK/TYKHYY/123RF.COM, JACQUELINE MACOUL/PIXABAY.COM



# Auf der schönen blauen Donau

Flusskreuzfahrt mit der MS Nestroy 4\*



**SENIOREN  
REISEN  
AUSTRIA**

SeniorenReisen Austria  
4020 Linz, Wiener Straße 2  
seniorenreisen.cc

**So., 6. – Mo., 14. 7. 2025 Wien**

**15. 7. 2025 Weiterfahrt bis Linz**

**Auf der schönen blauen Donau  
vom Donaudelta nach Wien und Linz**

**Preise (pro Person)**

|                                |           |
|--------------------------------|-----------|
| Doppelkabine, Grillparzerdeck: | € 1.899,- |
| Einzelkabinen-Zuschlag:        | € 1.039,- |
| Doppelkabine Schillerdeck:     | € 2.399,- |
| Einzelkabinen-Zuschlag:        | € 1.439,- |
| Doppelkabine Goethedeck:       | € 2.499,- |
| Einzelkabinen-Zuschlag:        | € 1.519,- |
| Nichtmitgliederzuschlag:       | € 100,-   |

**Obligatorische Reiseversicherung**

|                                   |                 |
|-----------------------------------|-----------------|
| Doppelkabine, Grillparzerdeck/EK: | € 100,-/€ 147,- |
| Doppelkabine Schillerdeck/EK:     | € 128,-/€ 192,- |
| Doppelkabine Goethedeck/EK:       | € 128,-/€ 245,- |

Aufzahlung Zusatztag Linz € 100,- p.P.

Aufzahlung für Juli-Termine € 100,- p.P.



© MS NESTROY, ILLUSTRATION\_STINOVA\_GMBH\_DESIGN-CELL-EUROPE, HERMANN/PIXABAY.COM

# Auf dem Rio Douro

Flusskreuzfahrt mit der MS Douro Spirit 4+\*

**Mo., 18. – Mo., 25. 8. 2025**

**Auf dem Rio Douro  
durch das Tal des Portweins**

Erleben Sie eine Flusskreuzfahrt der außergewöhnlichen Art: Von der portugiesischen Metropole Porto bis zur spanischen Grenze durchqueren Sie bequem und komfortabel den Norden Portugals an Bord Ihres Schiffes, der MS Douro Spirit.

**Preise (pro Person)**

|   |           |
|---|-----------|
| Zweibettkabine Mitteldeck, franz. Balkon: | € 2.799,- |
| Einzelkabinen-Zuschlag:                   | € 1.469,- |
| Zweibettkabine Oberdeck, franz. Balkon:   | € 2.899,- |
| Einzelkabinen-Zuschlag:                   | € 1.539,- |
| Nichtmitgliederzuschlag:                  | € 100,-   |

**Obligatorische Reiseversicherung**

|                                     |         |
|-------------------------------------|---------|
| Zweibettkabine Mittel und Oberdeck: | € 147,- |
| Einzelkabine Mittel und Oberdeck:   | € 245,- |

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



© GTA TOURISTIK, RUI VALE DE SOUSA/BLOODUA/123RF.COM

**Weitere Informationen erhalten Sie bei SeniorenReisen, Tel. 0732/66 79 51, seniorenreisen-ooe@pvoe.at**

# Zukunftsimpulse – Fair sorgen und fairsorgt sein

Pflege und Betreuung sind ein **Zukunftsthema für uns alle**. Welche Maßnahmen sind von Politik und Gesellschaft notwendig **um fairsorgt zu sein?**

**Pflege.** Die gegenwärtige Situation in der (Langzeit)-Pflege ist prekär. Pflegeplätze fehlen oder sind aus Personalnot nicht verfügbar. Aber auch die Pflege zuhause durch (meist weibliche) Angehörige, 24-Stunden-Pflege/Betreuung stellt eine große Herausforderung an die jeweils Betroffenen dar – in finanzieller, zeitlicher, physischer und psychischer Hinsicht. Doch wie kann man auf die aktuelle Situation der steigenden Pflegebedarfe durch politische Strategien (und Pflegereformen) reagieren? Sehen wir Pflege und Betreuung als Staatsaufgaben oder Privatanliegen und welche notwendigen Maßnahmen können wir setzen um in Zukunft fair zu sorgen und gut fairsorgt



**Anna Wall-Strasser**  
Theologin

zu sein? Sorgearbeit ist mehr als ein Frauenthema, es ist eine Zukunftsfrage für alle.

Anna Wall-Strasser ist Theologin, Erwachsenenbildnerin und Bundesvorsitzende der Kath. Arbeitnehmer\*innenbewegung Österreich (KABÖ). Weiters ist sie am österreichweiten Netzwerk „fair sorgen“ beteiligt. Sie setzt sich für die Rechte der Arbeiter\*innen in schwierigen Situationen ein und kämpft für soziale Gerechtigkeit im Arbeitsleben.

Weitere kostenlose Veranstaltungen zur Online Talkreihe „Zukunftsimpulse“ finden Sie auf unserer Website: [www.vhsooe.at](http://www.vhsooe.at) (unter spezielle Angebote/Online-Vortragsreihe: Zukunftsimpulse).



**VOLKSHOCHSCHULE**  
OBERÖSTERREICH

GEMEINNÜTZIGE BILDUNGS-GMBH DER ARBEITERKAMMER OÖ

## Informationen

### Termin:

**Di., 11.3. 2025, 19 – 20 Uhr**  
**kostenlos**

Diese Veranstaltung der VHÖ wird von der ÖGPB gefördert und findet in Kooperation mit dem PVOÖ, Migrare und IIP statt.

**Moderation:** Sabine Schandl, Migrare

**Leitung:** Anna Wall-Strasser, Theologin, Erwachsenenbildnerin, Bundesvorsitzende der Kath. Arbeiter\*innenbewegung KABÖ

**Ort:** Online via Zoom (QR-Code):



**Anmeldung und Informationen:**  
[www.vhsooe.at](http://www.vhsooe.at)

© JAKOB LEHNER



**SENIOREN**  
**REISEN**  
**AUSTRIA**

## Andalusien

**Do., 16. – Do., 23. Oktober 2025**

### *Die Seele Spaniens im Flamenco Rhythmus*

Andalusien, die südlichste Region Spaniens ist bekannt für den Flamenco, den Stierkampf, Sherry und sein maurisches Erbe. Die atemberaubenden Städte wie Granada, Córdoba, Málaga und Sevilla und eine Entdeckungsreise mit vielen Höhepunkten erwarten Sie. Tauchen Sie ein in die Seele Spaniens!

#### Preise (pro Person)

|                                  |           |
|----------------------------------|-----------|
| Preis im Doppelzimmer            | € 1.399,- |
| Einzelzimmerzuschlag             | € 229,-   |
| Nichtmitgliederzuschlag          | € 100,-   |
| Reise- und Stornoversicherung DZ | € 79,-    |
| Reise- und Stornoversicherung EZ | € 92,-    |

© SERGEY DZYUBA / SHUTTERSTOCK, PIXABAY, DMBAKER / 123RF.COM



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



**Online-Schlafstest.**  
dreep® ist ein wissenschaftlich anerkannter Ersttest, der möglichst vielen betroffenen Menschen zur Verfügung gestellt wird. Ein Passwort ist vorab per Mail anzufordern.  
www.dreep.com

## Für ein starkes Gedächtnis

**Gesunder Schlaf.** Schlaf ist essenziell für die Gesundheit unseres Gehirns, insbesondere für die Gedächtnisleistung. Während wir schlafen, verarbeitet das Gehirn die Ereignisse des Tages, sortiert Informationen und speichert wichtige Daten im Langzeitgedächtnis. Besonders der REM-Schlaf spielt dabei eine zentrale Rolle.

Schlafmangel beeinträchtigt sowohl das Kurzzeit- als auch das Langzeitgedächtnis. Neue Informationen werden schlechter aufgenommen und bereits gespeicherte Erinnerungen verblassen schneller. Konzentrationsmangel und eine verlangsamte Reaktionsfähigkeit sind weitere Folgen. Studien zeigen, dass anhaltender Schlafentzug das Risiko für neurodegenerative Erkrankungen wie Alzheimer erhöhen kann, da

schädliche Ablagerungen im Gehirn im Schlaf nicht ausreichend abgebaut werden. Unsere Tipps:  
→ **Schlafenszeiten:** Ein fester Schlafrythmus hilft, die innere Uhr zu stabilisieren.

→ **Schlafumgebung:** Ein dunkles, ruhiges Schlafzimmer mit angenehmer Temperatur fördert erholsamen Schlaf.

→ **Digitale Entgiftung:** Bildschirme vor dem Schlafengehen meiden, da blaues Licht die Melatoninproduktion hemmt.

→ **Ernährung:** leichte Abendmahlzeiten, Verzicht auf Koffein am Nachmittag.

→ **Entspannung:** Yoga, Meditation oder Atemübungen vor dem Zubettgehen.

→ **Bewegung:** Regelmäßig untertags Sport machen, jedoch abends lieber vermeiden. (gör)



**Gewinne**  
3x1 Buch

## Krebsforschung im Zeitraffer

**Medizin.** Top-Onkologe Univ.-Prof. Dr. Christoph Zielinski und Journalisten-Legende Herbert Lackner zeigen die spannenden Meilensteine der Krebsforschung auf: von Hippokrates bis ins ferne 2050. Was in der Krebstherapie heute möglich ist und welchen Herausforderungen man sich künftig stellen muss (Ueberreuter Verlag, € 25,-).

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



**Gewinne**  
3x1 Buch

## Wohlfühlprogramm

**Wellness.** Fit und vital! Bewegung und gesunde Ernährung, Achtsamkeit und Selbstfürsorge, Wind und Wetter – das sind die Zutaten, aus denen eine gute Kur besteht. Mit dem Konzept von 52 Mini-Kuren können Sie die positiven Effekte nachhaltig in Ihr Leben holen. Jederzeit, überall und einfach (Kneipp Verlag, € 25,-).

**Bücher gewinnen** (Kw. „Mini-Kur“) 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

**Blutdruckmessung.**

Bei erhöhtem Blutdruck sollten Sie regelmäßige Messungen vornehmen und die Werte für Ihren Arzt notieren.

## Bluthochdruck: weit verbreitet, häufig übersehen

**Bluthochdruck ist eine Krankheit**, die schnell unterschätzt wird. Die gute Nachricht: Man kann selbst einiges tun, um den Blutdruck rechtzeitig zu senken.

**E**r kommt auf leisen Sohlen. Meist spürt man ihn erst, wenn er schon Schaden angerichtet hat. Die Rede ist vom Bluthochdruck, der selbst in Fachkreisen „Silent Killer“, also „stiller Mörder“ genannt wird. Schätzungen zufolge hat jeder Fünfte in Österreich einen erhöhten Blutdruck. In der Gruppe der Menschen über 65 Jahren sind mittlerweile sogar 60 bis 70 Prozent

betroffen. Die Folgen können verheerend sein, da Bluthochdruck zu dauerhaften Schäden an den Blutgefäßen und Organen führen kann. Hierzulande ist er die führende Ursache für vorzeitige Sterblichkeit und der größte Risikofaktor für Herzinfarkte und Schlaganfälle. Das Problem dabei: Viele wissen gar nicht, dass sie zu den Betroffenen gehören. Die einzige Möglichkeit, um Bluthochdruck sicher zu erkennen, ist das regelmäßige Messen.

**WAS KANN ICH TUN?**

Kennt man seine Werte, kann man bereits bei leicht erhöhtem Blutdruck (ab 130/85 mmHG) die entsprechenden Gegenmaßnahmen treffen. Hier können nämlich schon kleine Änderungen im Alltag zu einer Verbesserung und damit einer Verringerung diverser Risiken beitragen. Im ersten Schritt verordnet der Arzt daher sogenannte „Lebensstilmaßnahmen“: etwa beim Kochen weniger Salz zu

**Bewegung.** Beginnen Sie täglich 10 Minuten Sport in Ihren Alltag einzubauen – schon kleine, regelmäßige Einheiten helfen, den Blutdruck zu senken. Spazierengehen, Radfahren, Gymnastik, Schwimmen, Wandern – was Ihnen Spaß macht. Am besten bei einem der vielen PVÖ-Sportangebote, denn gemeinsam mit anderen bereitet Bewegung doppelt Spaß.



**Ernährung.** Ein hoher Anteil an Obst und Gemüse auf dem Speiseplan wirkt wie ein natürlicher Blutdrucksenker. Essen Sie weniger Kohlenhydrate (z. B. weißes Brot, Nudeln oder Reis). Nehmen Sie als Beilage zu einem Lachsfilet lieber Gemüse oder Salat. Beim Würzen greifen Sie anstelle von Salz besser auf Kräuter und Pfeffer zurück.

verwenden (stattdessen Kräuter, Pfeffer oder Knoblauch). Auch die Aufnahme der richtigen Fette in unserer Nahrung spielt eine wesentliche Rolle. So sollte man, wenn möglich auf zu viel rotes Fleisch verzichten. Dieses enthält Omega-6-Fettsäuren, die im Übermaß gefäßverengend und entzündungsfördernd wirken. Ersetzen kann man es etwa mit Fischgerichten. Denn die im Fisch enthaltenen Omega-3-Fettsäuren machen die Blutgefäße elastischer und können so zu einem niedrigeren Blutdruck beitragen.

Beginnen Sie, regelmäßige Bewegungseinheiten ab zehn Minuten in den Alltag zu integrieren. Das hilft nicht nur, zu hohes Gewicht abzubauen – ein Mitverursacher von Bluthochdruck –, sondern trainiert und entspannt auch die Blutgefäße, baut Stress und blutdrucksteigernde Hormone ab und senkt erhöhte Cholesterinwerte. Finden Sie die Bewegungsform, die Ihnen am meisten Spaß macht. Beim vielfältigen PVÖ-Sportangebot in den Ortsgruppen und Bezirksorganisationen werden Sie sicher fündig.

### NATÜRLICHE BEHANDLUNG

Wer zusätzlich etwas für den Blutdruck tun will, kann auf Unterstützung aus der Natur zurückgreifen. Dass Olivenöl gesund ist, ist ja längst kein Geheimnis mehr. Nur die wenigsten wissen aber, dass die in den Olivenblättern enthaltenen Wirkstoffe einen positiven Effekt auf einen erhöhten Blutdruck haben. So zeigt etwa eine aktuelle Studie, dass diese in konzentrierter Form eine blutdrucksenkende Wirkung erzielen, die mit jener eines verschreibungspflichtigen Blutdruck-Medikaments vergleichbar ist. Auch die Europäische Arzneimittelagentur (EMA) bewertet die Einnahme von Produkten aus Olivenblättern als sicher und gut verträglich.  (gör)

## Empfehlung des Monats Blutdruckwerte im Griff!

Der Blutdruck spielt eine tragende Rolle für unsere Herzgesundheit. Eine österreichische Innovation trägt auf natürliche Weise zu normalen Werten bei.



Langfristig erhöhte Blutdruckwerte können das Herz schädigen. Zu den Ursachen zählen etwa Stress, zu wenig Bewegung, oft aber auch erbliche Veranlagung. Häufig sind auch Ablagerungen in den Blutgefäßen z. B. infolge eines Überschusses an Cholesterin dafür verantwortlich. Das Tückische: Lange Zeit spürt man einen erhöhten Blutdruck nicht, denn er verursacht nur in den seltensten Fällen Beschwerden.

### BLUTDRUCKTHERAPIE

Umso wichtiger ist es, seine Blutdruckwerte zu kennen, um bei Bedarf frühstmöglich gegensteuern zu können. Denn sind die Werte erst einmal deutlich erhöht, hilft nur mehr eine vom Arzt verordnete Therapie mit synthetischen Blutdrucksenkern. Da diese allerdings oft auch unangenehme Begleiterscheinungen wie trockenen Reizhusten, Kopfschmerzen oder Schwindel hervorrufen können, wollen viele Betroffene deren Einnahme so lange wie möglich vermeiden.

### INNOVATION AUS ÖSTERREICH

Die gute Nachricht: Wer früh genug ansetzt, kann effektiv etwas für einen normalen Blutdruck tun. Zu den entsprechenden Maßnahmen zählen etwa mehr Bewegung,

weniger Salzkonsum aber auch die Einnahme eines natürlichen Mittels aus der Apotheke: nämlich Tabletten mit Olivenblatt-Extrakt. Studien zeigen, dass bereits eine 8-wöchige Einnahme eines Olivenblatt-Extraktes zu einem positiven Effekt auf die Blutdruckwerte führt.

### Tipp:

Das Grazer Forschungsteam von Dr. Böhm® hat mit der Blutdruckformel ein Produkt entwickelt, das neben diesem Olivenblatt-Extrakt auch Kalium enthält, das sich ebenfalls günstig auf den Blutdruck auswirkt. Die natürlichen Tabletten wirken so gleich zweifach positiv auf den Blutdruck. Fragen Sie in Ihrer Apotheke danach!

„Die Wirkstoffe aus Olivenblättern können einen positiven Einfluss auf den Blutdruck haben. Ganz egal, ob sie bereits Blutdrucksenker einnehmen oder genau das vermeiden möchten.“

**Dr.rer.nat.  
Johannes-Paul  
Fladerer-  
Grollitsch**



**Nährstoffexperte**

## JETZT ÜBERZEUGEN



Für Ihren Apotheker  
PZN 5607965

**Dr. Böhm® Blutdruckformel**  
Für einen normalen Blutdruck.

Nahrungsergänzungsmittel

Anzeige

# Die schicke PVÖ-Winterwelt

**Geschützt gegen Kälte und Schnee.** Den inneren Schweinehund besiegen und raus an die frische Luft! Mit unserer praktischen PVÖ-Kollektion sind Sie auch an kalten Tagen perfekt ausgerüstet. (gör)



## Premium-Wanderjacke

Nr. 40130

Sportliche Softshell-Funktionsjacke, winddicht, wasserabweisend und atmungsaktiv. Verstellbare Ärmelbündchen. Reflektoraspeln an Ärmeln und Rücken und eine abnehmbare Kapuze. Kragen mit Fleecefutter. Größen: S-XXXL  
€ 67,-



## Premium-Haube

Nr. 400110

Klassische Strickmütze mit PVÖ-Logo aus weicher Biobaumwolle – perfekt für die kühlen Tage. Gefertigt in Portugal von kleinen zertifizierten Handwerksbetrieben. In Creme.  
€ 21,-

## Wandersocken

Nr. 40160

Ideal für alle Outdooraktivitäten. An die anatomische Struktur der Füße angepasst. Antibakteriell, umweltfreundlich, schnell trocknend und schweißabsorbierend. Größen: 35-38/39-42  
€ 13,-



## Gilet

Nr. 40100

Leichte, wattierte Weste mit Softshell-Einsätzen. Aus hochwertigem Material, das eine optimale Kombination aus Komfort, Wärme und Funktionalität bietet. Größen: S-XXXL  
€ 67,-



## Premium Rucksack

Nr. 400107

Ein qualitativ hochwertiger Touren- und Wanderrucksack. Mit 30 l Fassungsvermögen und hervorragendem Tragekomfort. Reflektierendes Logo auf der Vorderseite.  
€ 46,-



## Premium-Winterjacke

Nr. 40140

Die Jacke vereint Funktionalität mit bestmöglicher Bewegungsfreiheit. Rundum wind- und wasserabweisend mit abnehmbarer Kapuze. Vier Fronttaschen, eine Innentasche sowie eine innere Netztasche sorgen für Stauraum. Größen: S-XXL  
€ 90,-



Für Bestellungen, die wir per Post versenden, berechnen wir gewichtabhängig eine Mindestpostgebühr von € 8,-.



## Bestellungen an:

Roland Adami

☎ 0664/88 45 53 24

✉ roland.adami@pvoe.at

# Rundum gut aufgewärmt

Die Winterkälte kann für „unsere Generation“ herausfordernd sein. Mit diesen „heißen“ Tipps trotzen Sie eisigen Wintertagen und bleiben gesund.

**Von Kopf bis Fuß.** Warme Kleidung ist im Winter unverzichtbar. Ältere Menschen sollten auf den Zwiebel-Look setzen: Mehrere Schichten halten die Wärme besser als ein dicker Pullover. Thermounterwäsche, wärmende Wollsocken und eine isolierende Jacke sind ideal. Achten Sie besonders auf den Schutz von Kopf und Händen, da hier viel Wärme verloren geht. Gefütterte Handschuhe und Mützen mit Ohren-

klappen sind praktische Begleiter. Auch Schuhe sollten winterfest sein: Feste Sohlen verhindern Ausrutschen und gefütterte Modelle sorgen für warme Füße. Schlaue Produkte wie beheizbare Einlegesohlen oder Kleidung mit integrierten Heizsystemen bieten zusätzlichen Komfort.

## INNEREWÄRME & BEWEGUNG

Heiße Getränke wie Tee (mit frischem Zitronensaft und Ingwer), Kakao, aber



**Wärmespender.** Genießen Sie heißen Tee und Speisen mit Anis, Ingwer, Zimt, Chili, Pfeffer und Kardamom. Ihnen wird eine wärmende Wirkung nachgesagt.

auch Suppe wärmen den Körper von innen. Trinken Sie regelmäßig, da trockene Heizungsluft dehydriert. Bewegung ist auch im Winter wichtig: Ein Spaziergang an der frischen Luft kurbelt die Durchblutung an und vertreibt Kältegefühle. Armkreisen hilft, wenn man länger im Freien steht. Unterwegs sind

Taschenöfen, Handwärmepflaster oder Heizkissen ein hilfreiches Extra. Diese kleinen Wärmespender passen in Jackentaschen oder Handschuhe und halten stundenlang warm. Und zu Hause gönnen Sie sich ein Fußbad mit Rosmarinzusätzen und entspannen in kuscheligen Decken auf der Couch. (gör)

FOTO: FREEPIK.COM



Wann, wenn nicht jetzt!

**IMPRESSUM:** UG – Unsere Generation, das Magazin des Pensionistenverbandes Österreichs (PVÖ), Datenschutz-Nr. 0047040. **Medieninhaber & Herausgeber:** Pensionistenverband Österreichs, 1180 Wien, Gontzergasse 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 März 2025.**

**anthogenol<sup>®</sup> FORTE**

**DAS ORIGINAL**  
**NEUE REZEPTUR & Cofaktor**  
**SEIT 1948**

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

**MASQUELIER'S**

**Gut für Venen, Augen & Haut**

Nur mehr **1 KAPSEL** täglich.

**anthogenol<sup>®</sup> FORTE**

**www.anthogenol.at**

In Ihrer Apotheke oder Fachdrogerie.

BEZALTE ANZEIGE

**Krakau:** Auf dem größten Marktplatz Europas befinden sich in dessen Mitte die berühmten „Tuchhallen“.



# Mächtig prächtig

**Krakau, Krönungsstadt der polnischen Könige, ist das Ziel des Herbsttreffens 2025.** Damit kombiniert Seniorenreisen für seine Gäste das Flair einer traditionsreichen, aber sehr lebendigen Großstadt mit der abwechslungsreichen Natur- und Kulturlandschaft, die Sie im Rahmen der Ausflüge erleben können. (hau)

Vor nicht ganz 1.000 Jahren, im Jahr 1038, wurde Krakau zur polnischen Hauptstadt erklärt. Zum Vergleich: Wien erlangte den Hauptstadt-Status unter den Babenbergern erst rund 120 Jahre später. Aus dieser frühen Zeit stammen die ersten Bauwerke, die heute noch zu den Sehenswürdigkeiten Krakaus zählen: die Adalbertkirche zum Beispiel, ein im Vergleich zum riesigen Marktplatz, auf dem sie steht, winziges Kirchlein, das von allen Gebäuden ringsum in den Schatten gestellt wird. Sehenswert ist es als Zeugnis romanischer Baukunst trotzdem.

## ZERSTÖRT UND WIEDER AUFGEBAUT

Krakau wurde im 13. Jahrhundert mehrmals von den aus Fernost herandrängenden Mongolen belagert und im Zuge des „großen Mongolensturms“ 1241 weitgehend zerstört. Der anschließende Wiederaufbau ließ die Stadt ab 1257 und in den folgenden Jahrhunderten zu neuer

Blüte gelangen: Der heutige Marktplatz wurde in seinen Grundzügen festgelegt, für die darauf befindliche Marienkirche im gotischen Stil der Grundstein gelegt. Schon 1364 wurde die Universität gegründet. Rund 100 Jahre später studierte hier Nikolaus Kopernikus, der das damals gültige Weltbild mit der Erde als Mittelpunkt zu recht- und die Sonne in den Fokus rückte.

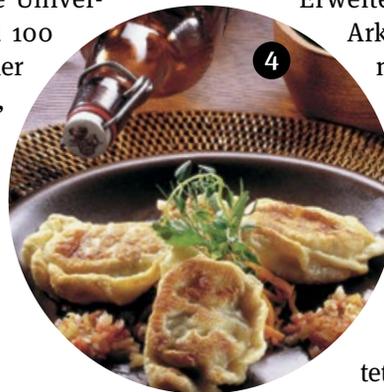
## BAUKUNST ALLER EPOCHEN

Apropos Mittelpunkt: Das Zentrum der Krakauer Altstadt ist zweifellos der 40.000 Quadratmeter (!) große Marktplatz, in dessen Mitte seit dem frühen 14. Jahrhundert das bekannteste Krakauer Wahrzeichen steht: die Tuchhallen; errichtet zum Zweck des Handels mit Stoffen, die damals vorzugsweise aus

England oder Flamen (heute Belgien) kamen. Mitte des 16. Jahrhunderts brannten die Hallen ab, ihr Wiederaufbau im Stil der italienischen Renaissance und Erweiterung um neugotische

Erweiterung um neugotische

Arkaden im 19. Jahrhundert machen aus diesem Bauwerk ein architektonisches Kunstwerk über viele Epochen. Da ist es auch schon wieder stimmig, dass das heute darin befindliche Café Noworolski im Jugendstil eingerichtet ist.



## KUNST MACHT APPETIT

Es gibt auch Genüsse jenseits der (Bau-)Kunst und damit sind wir schon bei einer Disziplin, in der sich Krakau nicht verstecken muss. Überall in der Stadt finden sich Gelegenheiten zum Gustieren und Probieren, wobei



## Herbsttreffen Krakau & Schlesien

Busanreise für Mitglieder aus ganz Österreich

Krakau, zweitgrößte Stadt Polens, ist die Hauptstadt der Woiwodschaft (vergleichbar mit unserem „Bundesland“) Kleinpolen. Sie hat aktuell etwa 800.000 Einwohner.

Die Woiwodschaft Schlesien liegt etwas westlich von Krakau im Süden Polens und grenzt an Tschechien und an die Slowakei. Die gesamte Woiwodschaft hat rund 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,-



**SENIOREN  
REISEN  
AUSTRIA**

1/2025 UNSERE GENERATION 25



- 1+2 Katowice, einst wegen des mächtigen Steinkohlenreviers das „schwarze Herz“ Polens genannt, macht den Energiewandel sichtbar und hat sich zu einer schicken und auch modernen Stadt gewandelt.
- 3 Das Kloster „Jasna Gora“ in Tschenstochau beherbergt die berühmte „Schwarze Madonna“.
- 4 Eine der Spezialitäten aus der schlesischen Küche: polnische Pierogi, köstlich gefüllte Teigtaschen.
- 5 Überall in Schlesien werden alte Kulturtechniken wiederbelebt und gepflegt.

der Schwerpunkt eher auf dem Prädikat „herzhaft“ liegt. Unbedingt versuchen sollten Sie Pierogi, die es mit unterschiedlichen Teigen und Füllungen gibt; bis zu 30 verschiedene Varianten finden sich auf mancher Karte. Gerade im Herbst ist auch die Suppe Grzybowa (sprich: Gschebowa) mit frischen Pilzen aus der Umgebung sehr zu empfehlen. Für die Süßen gibt es danach Kuchen aller Art, für die Hartgesotenen Wodka. Auf ex selbstverständlich.

### GUT GELEGENES STADTHOTEL

Ihr Hotel liegt von all den beschriebenen Sehenswürdigkeiten der Innenstadt nur etwa 20 Fahrminuten mit der Straßenbahn entfernt. Sie können Krakau also auch vor und nach der ganztägig



geführten Tour (inkludiert) ganz leicht auf eigene Faust erkunden. Es gibt noch so viel zu sehen: den Burgfelsen Wawel mit Königsschloss und Kathedrale, das ehemals jüdische heutige Künstlerviertel Kazimierz, das Kulisse für den mit 7 Oscars ausgezeichneten Film „Schindlers Liste“ war.

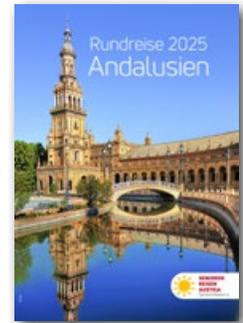
### AUSFLÜGE NACH SCHLESIEN

In und um Krakau könnte man getrost eine Woche verbringen, doch Seniorenreisen bietet wie immer etwas mehr. Im Rahmen des Herbsttreffens steht noch ein Ganztagsausflug auf dem Programm: Durch die abwechslungsreiche Landschaft Schlesiens geht es in die Stadt Katowice und – als weiterer kultureller Höhepunkt – nach Tschenstochau. Mehr darüber in der nächsten Ausgabe von UG.



1

- 1 Meistbestaunt: die Alhambra in Granada.
- 2 Córdoba und seine Kathedral-Moschee.
- 3 Jerez de la Frontera, die Stadt des Sherrys.
- 4 Köstlicher Serrano-Schinken.



2



3

## Rundreise Andalusien

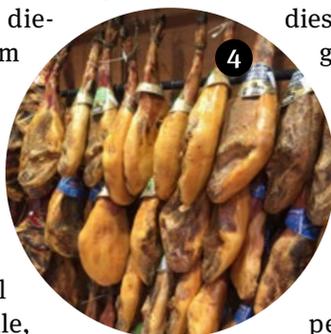
Flüge ab/bis Wien nach Málaga, Rundreise per Bus

Andalusien nimmt den südlichsten Teil Spaniens ein, ist etwas größer als Österreich und beherbergt rund 8,5 Millionen Einwohner\*innen. Die Hauptstadt ist Sevilla.

# Wo der Flamenco wohnt

**Faszination Andalusien:** Vieles, das man mit Spanien verbindet, hat hier seine Wurzeln oder ist hier zu bestaunen – Flamenco, Stierkampf, Serrano-Schinken, Sherry und unvergleichliche Bauwerke. (hau)

**E**in Höhepunkt jagt den anderen; so muss man die Andalusien-Rundreise von SeniorenReisen im Oktober 2025 zusammenfassen, wenn man die genaue Route kennt. Mehrere UNESCO-Weltkulturerbe-Stätten stehen auf dem Programm: Allen voran die Alhambra in Granada, ein Bauwerk, das wie kein anderes für die mehr als 700 Jahre lange Herrschaft der Mauren in diesem Teil Spaniens steht. Im Jahr 711 über die Meerenge von Gibraltar gekommen, bereicherten sie das Land mit ihrer Kultur und ihrem Wissen auf vielen Gebieten. Neben der Alhambra gibt die Mezquita Catedral de Córdoba (eine Kathedrale, entstanden aus einer Moschee) da-



von eindrucksvoll ein steinernes Zeugnis, ebenso wie die Festung Alcazaba in Málaga oder der Alcázar-Palast in Sevilla.

All das steht selbstverständlich auf dem Programm wie auch der Besuch eines Flamenco-Abends, ein in Andalusien entstandenes Kulturgut, das Weltrang erlangt hat. In Jerez de la Frontera, der Welthauptstadt des Sherrys, verkosten Sie diesen in einer typischen Bodega.

In Ronda, einem Paradebeispiel der andalusischen „Weißen Dörfer“, sehen Sie eine der ältesten und auch größten Stierkampfarenen von ganz Spanien.

Eine unvergleichliche Reise, die mit dem gewohnt perfekten SeniorenReisen-Service ein besonderer Genuss ist.



## Ihre Stationen auf der Rundreise

**Estepona/Costa del Sol, Granada, Córdoba, Sevilla, Jerez, Ronda, Málaga**

7x Nächtigung Halbpension in 4\*\*\*\*-Hotels (Landeskategorie):  
3x Estepona/Costa del Sol,  
2x Granada, 2x Sevilla

## Reisetermine

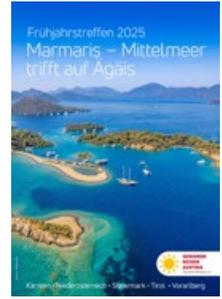
- 1. Turnus: 8.10. – 15.10.2025
- 2. Turnus: 16.10. – 23.10.2025
- 3. Turnus: 22.10. – 29.10.2025
- 4. Turnus: 29.10. – 5.11.2025

Preis für **PVÖ-Mitglieder** € 1.399,-  
p.P. im DZ

Preis für Nichtmitglieder: € 1.499,- p.P. im DZ; Einzelzimmerzuschlag: € 299,-



**Schwungvoll** wird es beim Marmaris-Fest beim Frühjahrstreffen in der Türkei zugehen.



## Frühjahrestreffen 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

# Feste **fröhlich** feiern!

Bei den kommenden **Frühjahrestreffen** in Marmaris (Türkei) und Albena (Bulgarien) wird eine alte Tradition in neuer Form wieder aufleben: Alle Gäste werden ein fulminantes Folklore-Fest erleben können. *(hau)*

**F**rühjahrestreffen-Stammgäste werden sich noch gut daran erinnern: Vor Corona war das „Begrüßungsfest“ fixer Bestandteil und meist auch einer der Höhepunkte in jedem Turnus eines Frühjahrstreffens. Die Pandemie hat ein Zusammentreffen von so vielen Menschen an einem Ort zunächst unmöglich gemacht und auch in den vergangenen Jahren war gerade bei „unserer Generation“ noch Vorsicht geboten.

in der Vergangenheit wird der Besuch des Festes natürlich im Reisepreis inkludiert sein.

### FOLKLORE, LAND UND LEUTE

Freuen Sie sich also auf eine bunte Darbietung aus landestypischer Folklore; lernen Sie beim Marmaris- und beim Albena-Fest Musik, Tänze und noch mehr des jeweiligen Landes und seiner Bewohner\*innen kennen. 

### ES DARF WIEDER GEFEIERT WERDEN

Mittlerweile sind die meisten der SeniorenReisen-Gäste durch das Impfprogramm ausreichend geschützt; – es spricht also nichts mehr dagegen, die schöne Tradition der Feste beim Frühjahrstreffen wieder aufleben zu lassen. Die „Wiederaufnahme“ erfolgt dabei schon bei den kommenden Treffen in Marmaris (Türkei) und Albena (Bulgarien). Und wie schon

**Lebensfreude pur.** Die Feste bei den vergangenen Frühjahrstreffen in Bulgarien haben unseren Gästen immer besonders gut gefallen.



## Frühjahrestreffen 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,-



Willi Binder

PVÖ-Bundessportreferent

## Indoor-Sport

Die sportlichen Aktivitäten verringern sich im Winter um ca. 30 Prozent. Aber wenn es draußen kalt und dunkel ist, heißt das noch lange nicht, dass man keinen Sport betreiben kann. Indoor-Sportarten bieten eine ausgezeichnete Möglichkeit, auch bei schlechtem Wetter fit zu bleiben und den Körper auf die Herausforderungen des Alltags vorzubereiten. Wir als Pensionistenverband bieten dazu viele Möglichkeiten in unseren zahlreichen Gymnastik- und Tanzgruppen. Außerdem macht es Spaß, gemeinsam mit anderen aktiv zu sein. Bewegung ist essenziell, um die Muskulatur zu stärken, den Kreislauf zu stabilisieren und Rückenbeschwerden vorzubeugen. Sie erhöht den Energieverbrauch und schützt so vor Gewichtszunahme. Wenn man kein Fitnessstudio zur Verfügung hat, geht Krafttraining auch ohne. Kniebeugen und Liegestütze beanspruchen den ganzen Körper. Mit Therabändern wird das Training noch effizienter. Bei einem Zirkeltraining (ca. 20 bis 30 Minuten) macht man mehrere Übungen hintereinander. Der Winter dauert nicht lange und wir können uns schon wieder auf unsere zahlreichen Sportaktivitäten im Freien freuen.

Das wünscht Euch Euer Bundessportreferent

KommRat Willi Binder



**Voller Einsatz.** Auch Sportler mit Handicap nahmen an diesem Sportfest teil.

**Der Meister.** Christian Schöffmann (Wien) präsentiert stolz den Siegerpokal.

## Die Besten an der blauen Platte

**PVÖ-Bundesmeisterschaft Tischtennis.** Von 11. bis 13. November 2024 maßen sich in Faak am See in Kärnten die PVÖ-Mitglieder im „Ping-Pong“.

**Tolle Leistungen.** Von gemütlichem Ping-Pong war allerdings nichts zu bemerken, als es an den blauen Platten um Sieg oder Niederlage ging. Die 170 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus sieben Bundesländern boten großen Sport. Vor allem die Leistungen der ehemaligen Vereinsspieler waren äußerst beeindruckend.

### TOP ORGANISIERT

Die 5. PVÖ-Bundesmeisterschaft im Tischtennis wurde vom Team des PVÖ Kärnten unter der Leitung des Landestischtennis-Referenten Günther Urschitz im Bundessportzentrum Faak am See muster-gültig durchgeführt. Es wurden Einzel-

und Mannschaftsbewerbe für Vereins- und Hobbyspieler ausgetragen.

### FREUNDSCHAFTLICHE STIMMUNG

Den Einzel-Hauptbewerb gewann der Wiener Christian Schöffmann und wurde damit PVÖ-Bundesmeister. Bundesmeister der Mannschaften wurde das Team aus Kärnten. Den Siegern wurden im Anschluss von Bundesrat Dr. Manfred Mertel, Bundessportref. Willi Binder, Uschi Mortinger (Landessportref. Wien) und Helmut Müller (Landessportref. Kärnten) die Wanderpokale überreicht. Es waren drei heiß umkämpfte Tage, aber bei sportlich fairer und freundschaftlicher Stimmung. (fun)

## Mit 100 Jahren noch auf der Piste

**Beeindruckend.** Immer wieder beweisen PVÖ-Mitglieder, dass man auch im fortgeschrittenen Alter körperlich noch sehr aktiv sein kann, wie Gottfried Bistumer. Der rüstige Kärntner feierte kürzlich seinen 100. Geburtstag und zieht nach wie vor so oft wie möglich seine Schwünge auf der Skipiste. Bis 2017 war er auch regelmäßig Teilnehmer an der PVÖ-Bundesmeisterschaft im Riesentorlauf. Apropos: Von 3. bis 4. Februar 2025 finden in Schopernau/Vorarlberg die PVÖ-Bundesmeisterschaften im Riesentorlauf (Diedamskopf/Plateau) und im Langlauf (Dorfloipe) statt. Auskunft und Nennungen in der jeweiligen Landesorganisation.



**Echt stark.** Der Kärntner Gottfried Bistumer (o. l.) bei der Hunderterfeier und „in Action“ beim Skirennen ist mit 100 noch fit wie ein Turnschuh.

### PVÖ-Aktiv-Woche im Sport Resort BSFZ Schloss Schielleiten

Von 27. April bis 3. Mai 2025 können bewegungshungrige PVÖ-Mitglieder wieder gemeinsam aktiv sein. Geboten wird eine abwechslungsreiche, sportliche Woche in einer der schönsten Gegenden der Steiermark. Informationen und Anmeldung: Renate Lagler, ☎ 01/319 40 12 Dw. 16, ✉ renate.lagler@pvoe.at

# 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



**SENIOREN  
REISEN  
AUSTRIA**



**PENSIONISTEN  
VERBAND  
ÖSTERREICHS**

**SeniorenReisen** – die Reiseprofis des Pensionistenverbandes Österreichs

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

# Kuschelwarm

**Schick durch den Winter.** Wie flott man in kuscheliger Mode aussehen kann, zeigt uns UG-Leserin Ingrid (66). Fröhlich strahlt sie beim Shooting mit der Wintersonne um die Wette. (gör)

**Adrett.** Unser sportliches Model in grauem Wollmantel mit geripptem Kragen und Ärmeln im Relaxed Fit, kuscheligem Rollkragenpullover mit Zopfdetail in Weiß, kurze Wollmix-Short-Rock-Kombi mit zarten Pailletten (alles comma), Glattleder-Stiefel im „Emma Peel-Look“ (Steve Madden, Humanic) und entzückender Steptasche in Silber (Karl Lagerfeld, Humanic).



**Flauschig.** Ingrid ist gerne auf Reisen, da muss es vom Outfit her bequem bleiben: kuscheliger Teddy-Blouson mit Rippbündchen in Creme, Langarmshirt mit mittigem Nahtdetail und Twill-Hose in Zigaretten-Form in Minze. Lässig dazu die Worker-Lederstiefel mit grober Profil-Sohle in hellem Beige-Weiß (alles comma).

Fotos: Bubu Dujmic.

Bezugsquellen:

Mode, Schuhe,

Taschen:

comma Store (mit Liebeskind Taschen),  
Mariahilfer Straße 56,  
1070 Wien, ☎0720/  
88 06 13

Schuhe, Taschen:

Humanic

🌐 www.humanic.net

**Charmant.** Zart wie eine Schneeflocke wirkt die fröhliche UG-Leserin in diesem Outfit aus umschmeichelndem Ripstrickkleid mit Turtleneck, gestepptem Shopper mit Logo-Details und eleganten Absatz-Stiefeletten aus Glattleder in hellen Beige-Tönen (alles comma).

**Stilvoll.** Zum Abschluss eine elegant-lässige Kombination: lange Feinstrick-Jacke mit Reverskragen und aufgesetzten Taschen und Knopfleiste in Graphit, lässige Flanell-Hose mit elastischem Bund in Hellgrau, Rollkragen-Pullover aus Feinstrick in Flieder, Crossbody-Tasche in Lila (Liebeskind, comma) und Chunky-Loafer aus Echtleder in Silber (alles comma).

**Peppig.** Ingrid mit flauschigem Hut im angesagten Bucket-Stil, Kuschel-Pullover mit Intarsie aus Alpakamix, langem Schal aus Wollmix, lässigen Relaxed-fit-Jeans (alles comma), Veloursleder-Schnür-Stiefeletten mit Teddyfell-Fütterung (Paul Green, Humanic) und Nubukleder-Mini-Tasche mit Teddyfell-Besatz (Pat Calvin, Humanic).

# 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: 1.2.2025. (gör)

## Das Phantom der Oper von D. Sasson und J. Sautter



**15% Ermäßigung für PVÖ-Mitglieder**  
**Je 3 x 2 Karten zu gewinnen**

**Erfolgsmusical.** Seit 2010 fesselt „Das Phantom der Oper“ des Autoren-Teams Deborah Sasson und Jochen Sautter die Zuschauer auf über 500 Bühnen Europas. Damit ist die musikalische Neuinszenierung eines der erfolgreichsten Tournee-Musicals Europas. Die Produktion hebt sich von allen bisherigen musikalischen Interpretationen des Literaturstoffes ab, indem sie sich stärker an die Romanvorlage hält und in Teile der von Sasson komponierten Musik bekannte Opernzitate einbindet. Weltstar Deborah Sasson (Christine) und Uwe Kröger (Das Phantom), Deutschlands Musicalstar Nummer 1, begeistern in dem Musical-Highlight.

### Informationen und Karten:

6.2., 20 Uhr, Bregenz, Festspielhaus | 18.3., 19.30 Uhr, Amstetten, Johann-Pözl-Halle | 19.3., 20 Uhr, Linz, Bruckerhaus | 21.3., 20 Uhr, Graz, Helmut-List-Halle | 22.3., 20 Uhr, Wien, Wiener Stadthalle

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



### Maria

**Ab 6. Februar im Kino.** Paris, September 1977: Maria Callas (Angelina Jolie) hat sich seit Jahren aus der Öffentlichkeit zurückgezogen. Die legendäre Operndiva singt nicht mehr, lebt entrückt in ihrer Wohnung, in einer Welt voller Erinnerungen. Nur der Kammerdiener Ferruccio (Pierfrancesco Favino) und die Köchin Bruna (Alba Rohrwacher) stehen ihr nah. Beide machen sich zunehmend Sorgen um die Gesundheit ihrer Hausherrin. Als TV-Reporter Mandrax (Kodi Smit-McPhee) auftaucht, blüht Maria Callas auf. Die Interviews mit ihm führen Maria zurück in bessere, legendäre Zeiten. Sie beschließt, noch ein letztes Mal aufzutreten.

**3 x 2 Kinogutscheine gewinnen**  
(Kw. „Maria“)!



**Gewinne**  
**3 x 1 Spiel**

### Tortenschlacht

**Topp die Torte.** Einmal im Jahr kommen die besten Tortenbäcker des Landes zusammen, um gegeneinander anzutreten und die schönste Torte zu backen. Zucker, Zimt und Augenmaß – viel mehr braucht man nicht, um beim Torten-Toppen-Turnier zu bestehen. Genau schauen – und die farbigen Tortenböden passend auswählen. Für cleveres Anlegen gewinnt man Zuckerwürfel, die man gegen wertvolle Siegpunkte eintauschen kann. Ab 6 Jahren, € 26,99, Schmidt Spiele.

**3 x 1 Spiel gewinnen**  
(Kw. „Torte“)!



**Gewinne**  
**3 x 1 Spiel**

### Auf schönen Wegen

**Calçada.** In dem Strategiespiel für die ganze Familie kommen die wunderschön gestalteten Gehwege Portugals aufs Spielbrett. Bis zuletzt bleibt offen, wer gewinnt. Abwechselnd wählen die Spielenden Plättchen aus und versuchen damit stimmige Straßenpflaster zu gestalten. Für verbundene Objekte gleicher Art gibt es am Ende auch noch Extrapunkte. Das heißt: auf die Symbole auf den Farbplättchen achten! Ab 10 Jahren, € 39,95, Piatnik.

**3 x 1 Spiel gewinnen**  
(Kw. „Calçada“)!



**Ermäßigung für PVÖ-Mitglieder**

## Tribute to ABBA – The Björn Identity

**Weltpop.** Mit ihrem energiegeladenen Tribute an die berühmteste Super-Band der Welt begeistern The Björn Identity® ABBA-Fans in jedem Alter. Die Björn-Identity® spielt in Großbritannien und Irland vor ausverkauften Häusern, und wird von begeisterten Kritikern und vom Publikum frenetisch gefeiert. Bei dieser mitreißenden Show können Sie die Magie von ABBA und ihr musikalisches Erbe entdecken

und ganz neu erleben – ab dem Frühjahr 2025 in Österreich!

### Informationen und Karten:

26.2., 19.30 Uhr, Amstetten, Johann-Pölz-Halle

27.2., 19.30 Uhr, Wels, Stadthalle

28.2., 19.30 Uhr, Vöcklabruck, Stadtsaal

1.3., 20 Uhr, Salzburg, Congress-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

### Beatle-Mania in Österreich

**Legenden.** Obertauern 1965: die Beatles bei Dreharbeiten für ihren Film „Help“. Das Land stand Kopf – aus

Begeisterung oder Ablehnung. „Als die Beatles Österreich auf den Kopf stellten“ (Residenz Verlag, € 29,-) ist ein unterhaltsames Kultbuch für Beatles-Fans, Musikbegeisterte und zeitgeschichtlich Interessierte.

**Bücher gewinnen**  
(Kw. „Beatles“!)



**Gewinne**  
3x1 Buch

### Udo Jürgens „Merci“

**Weltstar.** Udo Jürgens bleibt unvergessen. Lisbeth Bischoff, Jürgens-Fan der ersten Stunde, hat

den Ausnahmekünstler über vierzig Jahre auf seinem Karriereweg begleitet. Ihre sehr persönliche Biografie zeigt seine beruflichen Höhepunkte wie auch private Freuden und Sorgen (Amalthea Verlag, € 27,-).

**Bücher gewinnen**  
(Kw. „Udo“!)

## The Spirit of Freddie Mercury



**Ermäßigung für PVÖ-Mitglieder**



**Rockikone.** Freddie Mercury war einer der schillerndsten Rocksänger und Persönlichkeiten der Musikgeschichte. Weltweit füllte er die größten Stadien und begeisterte mit seinen Kompositionen. In einer grandiosen 90-minütigen Rock- und Music-Show erlebt man alle großen Hits von Freddie Mercury und seiner Band Queen. Die perfekt eingespielten Musiker erwecken die Legende zum Leben, feiern die 1970er und 1980er und

und schlüpfen mit einzigartiger Authentizität in die Rolle der genialen Künstler.

### Informationen und Karten:

22.2., 20 Uhr, Linz, Brucknerhaus | 27.3., 20 Uhr, Steyr, Stadttheater | 28.3., 19.30 Uhr, Amstetten, Johann-Pölz-Halle | 29.3., 19.30 Uhr, Vöcklabruck, Stadtsaal | 30.3., 19.30 Uhr, Wels, Stadttheater

**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

### „Grünes“ Protein

**Mangel.** Zu wenig Eiweiß ist schlecht für den Körper. Aber es braucht keine tierischen Lebensmittel,

um den Körper optimal mit Protein zu versorgen. In über 50 Rezepten zeigt Autorin Ulrike Zika (Kneipp Verlag Wien, € 23,-) die besten Quellen für pflanzliches Protein.

**Bücher gewinnen**  
(Kw. „Green Protein“!)



RONACHER

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

JETZT  
TICKETS  
SICHERN

DAS FALCO MUSICAL

IN ZUSAMMENARBEIT MIT DER FALCO PRIVATSTIFTUNG

Produktionssponsor  
**CASINOS AUSTRIA**  
Das Erlebnis.

**FÜR PVÖ-  
MITGLIEDER  
MINUS  
25%**



CAMERON MACKINTOSH'S  
SPEKTAKULÄRE NEUPRODUKTION  
VON  
ANDREW LLOYD WEBBERS

DAS  
**PHANTOM**  
DER OPER

JETZT TICKETS SICHERN

RAIMUND THEATER

**vbw** VEREINIGTE  
BÜHNEN  
WIEN  
ein unternehmen der **wienholding**

#WeAreMusical

PVÖE.MUSICALVIENNA.AT

**WIENER  
STÄDTISCHE**  
VIENNA INSURANCE GROUP

**Wien  
Ticket:**

+43 1  
58885

# Einladung zur Best Ager Expo 2025 – VAZ St. Pölten

Liebe Senior\*innen,  
Liebe Vereinsobleute,

wir laden Sie herzlich zu Best Ager Expo von 20. – 22. März 2025 in St. Pölten ein.

Erleben Sie ein Event voller Unterhaltung, spannender Aussteller, exklusiver Einkaufsmöglichkeiten, Gewinnspiele, Mitmach-Aktionen sowie kulinarischer Highlights.

**Informieren Sie sich auf unserer Webseite zu den geplanten Fachvorträgen.**

**Veranstaltungsort:** VAZ St. Pölten

**Datum:** 20. – 22. März 2025

**Öffnungszeiten:** 9:00 – 19:00 Uhr

**Eröffnung:** Mag. Matthias Stadler, Ingrid Korosec, voraussichtlich Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner

**BestAger Expo**

## Bühnenprogramm und Highlights

**Moderator:** Dorian Steidl

### Musikalische Auftritte:

- Die Lauser: Mitreißende Musik voller Energie und Leidenschaft
- Die Edlseer: Steirischer Sound und beste Stimmung
- Andy Lee Lang: Der King des Rock'n'Roll präsentiert die größten Hits der Musikgeschichte
- Jazz Gitti: Verzaubert mit jazzigen Rhythmen und Wiener Charme

**Ermäßigte Tickets** im Vorverkauf € 18,- anstatt € 25,-  
**3-Tages-Ticket** um € 30,-

Vorbestellungen für Spanferkel mit Bratkartoffel, Bier und Krautsalat € 25,-

### Anfragen an:

E-Mail: [office@mediacross.at](mailto:office@mediacross.at)

Telefon: 0676 / 564 9508

*Wir freuen uns auf Ihren Besuch!*

Mediacross GmbH

Renngasse 4 R 4/1, 1010 Wien

BEZAHLTE ANZEIGE



Jazz Gitti



Andy Lee Lang



Die Lauser



Die Edlseer

# Mein Mittagessen ist schon unterwegs.

  
**GOURMET**  
DAHEIM



Unsere Interpretation wie Essen auf Rädern heutzutage sein muss:  
Wir kochen Ihre Lieblings Speisen und lassen sie direkt an Ihre Haustür liefern.  
Weil's daheim am besten schmeckt.

[www.gourmet-daheim.at](http://www.gourmet-daheim.at)

BEZAHLTE ANZEIGE

# Stimmung. Service. Sicherheit.

## Vorteil 4 bis 6 bei Frühjahrs- und Herbsttreffen:

- ☀ Kofferservice am Urlaubsort
- ☀ exklusive Charterflüge aus vielen Bundesländern
- ☀ faire und kulante Stornoregelungen



FOTO: ISTOCK BY GETTY IMAGES

**SeniorenReisen:**  
die Reiseprofis des Pensionistenverbandes Österreichs



**SENIOREN  
REISEN  
AUSTRIA**



**PENSIONISTEN  
VERBAND  
ÖSTERREICHS**

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

## Bestellung Jahrbuch 2025 (s.S. 12 und 13)

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

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

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

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: 1/2025  
(Jänner 2025-Februar 2025)