

UG Unsere Generation

DAS MITGLIEDERMAGAZIN DES PENSIONISTENVERBANDES ÖSTERREICHS



Wir sind Kultur

Kunstgenuss, der uns verbindet. Von der Oper im Steinbruch über die Vereinigten Bühnen Wien bis zu den Bregenzer Festspielen. **Seite 4**



Recht auf analoges Leben

Neues Gutachten bestätigt PVÖ: „Online Only“ widerspricht dem Gleichheitsgrundsatz. **Seite 8**

Genuss auf allen Linien

Unter diesem Motto steht das diesjährige Herbsttreffen an der Makarska Riviera. **Seite 26**

Chic zum Kulturgenuss

Kultur erleben, stilvoll auftreten: Entdecken Sie Looks, die Blicke auf sich ziehen! **Seite 30**

CAMERON MACKINTOSH'S
SPEKTAKULÄRE NEUPRODUKTION
VON
ANDREW LLOYD WEBBERS

DAS PHANTOM DER OPER

RAIMUND THEATER

NUR
NOCH
BIS
JUNI

RONACHER



MARIA THERESIA

DAS MUSICAL

PVÖ-
MITGLIEDER
-25%

RAIMUND THEATER

Premiere September 2026

Disney
DIE
SCHÖNE
UND DAS
BIEST
DAS MUSICAL



Lebensleistung verdient Respekt!

Immer mehr Pensionist*innen berichten uns, dass sie sich weder beim Zuverdienst in der Pension noch im Umgang mit neuer Technologie ausreichend fair behandelt fühlen. Der von uns mit erkämpfte Zuverdienst-Freibetrag von 15.000 Euro im Jahr, der wie angekündigt ab 2027 kommen soll, ist für viele eine wichtige Ergänzung zur Pension. Genau deshalb darf er nicht so geregelt werden, dass er Menschen entmutigt, ihre Erfahrung weiter einzubringen. Viele schildern uns ihre berechnete Sorge: Wenn vom zusätzlich verdienten Geld nach Steuern und Abgaben kaum etwas übrig bleibt, wenn frühere Begünstigungen bei SV-Beiträgen wegfallen und neue Einschränkungen wie die Begrenzung auf 40 Versicherungsjahre dazukommen sollten, entsteht der Eindruck, dass Engagement im Alter nicht geschätzt wird. Ich sage klar: Wer im Ruhestand offiziell weiterarbeitet, soll dafür Anerkennung und faire Rahmenbedingungen bekommen.

OFFENE VERHANDLUNGEN, KLARE FORDERUNGEN

Gerade weil diese Zuverdienst-Regeln so tief in den Alltag eingreifen, müssen sie transparent, gerecht und gut erklärt sein. Zum Redaktionsschluss dieser „UG“ waren die Verhandlungen der Bundesregierung zur genauen Ausgestaltung des Freibetrags noch nicht abgeschlossen. Aber viele Menschen befürchten, dass die geplante Beschränkung auf 40 Versicherungsjahre neue Ungerechtigkeiten schafft – vor allem für Frauen, die aufgrund längerer Ausbildungszeiten, Teilzeitphasen und Kindererziehungszeiten diese Grenze oft schwer erreichen. Genau deshalb fordern wir schon jetzt u. a., dass diese Punkte auf jeden Fall mitgezählt werden und die schrittweise Anhebung des Frauenpensionsalters berücksichtigt wird, damit möglichst viele arbeitende Pensionistinnen tatsächlich profitieren und nicht zu Verliererinnen einer neuen möglichen Regelung werden.

Wir wissen aus zahlreichen Zuschriften, dass viele Pensionist*innen ihre Tätigkeit aus Enttäuschung beenden, da so viel vom Zuverdienst an den Staat geht. Das ist nicht nur

persönlich bitter, sondern auch gesellschaftlich gefährlich: Wer legale Erwerbsarbeit im Alter unattraktiv macht, fördert am Ende ungewollt Schwarzarbeit. Genau daher setzen wir uns für eine faire, transparente und unbürokratische Ausgestaltung des Zuverdienstrechts ein. Unser Ziel ist, dass Menschen, die mit ihrer Erfahrung weiterarbeiten und damit zur Gesellschaft beitragen, eine entsprechende Wertschätzung entgegengebracht wird.

Parallel dazu arbeiten wir intensiv daran, die Rechte älterer Menschen in der digitalen Welt zu stärken. KI hielt längst Einzug in Gesundheit, Pflege, Banken, Versicherungen, Behörden und in die Information, die wir täglich konsumieren. Mit Chancen, aber auch mit Risiken wie Diskriminierung, Datenschutzprobleme und soziale Ausgrenzung. Deshalb hat der PVÖ im Österreichischen Seniorenrat – einstimmig mit allen Senior*innen-Vertretungen – konkrete KI-Forderungen beschlossen und der Regierung übermittelt. Im Zentrum stehen Transparenz, Datenschutz, Diskriminierungsschutz, soziale Teilhabe, Barrierefreiheit, Bildung sowie die verpflichtende Einbeziehung älterer Menschen, wenn KI entwickelt, erforscht und eingeführt wird.

WIR WERDEN WEITERHIN DRUCK MACHEN

Unsere Botschaft ist klar: Ob beim Freibetrag für den Zuverdienst in der Pension oder beim Einsatz künstlicher Intelligenz – wir akzeptieren weder Benachteiligung noch Intransparenz. Wir werden weiterhin Druck machen, Nachbesserungen einfordern und dafür sorgen, dass ältere Menschen nicht nur „mitgemeint“, sondern aktiv beteiligt sind.

Birgit Gerstorfer, Präsidentin
des Pensionistenverbandes Österreichs

Liebe Leserinnen und Leser!

Diese Ausgabe ging ab 17.3.2026 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 abrufbar.

Die nächste Ausgabe erscheint ab Anfang Juni 2026.

”

Die Oper ist lebendiger
denn je. Sie fesselt, sie
berührt – und sie zieht
heute wieder Menschen
aller Generationen an.

**Kulturmanager
Daniel Serafin**
im Gespräch
mit UG – Unsere
Generation über
die Fußstapfen
seines Vaters
und über die
Generationen
übergreifende
Magie der Oper.

Wir sind Kultur

Der Pensionistenverband Österreichs ist Kultur: Unsere Mitglieder erleben jedes Jahr große Bühnenmomente – von den Seefestspielen Mörbisch über die Vereinigten Bühnen Wien bis zur Oper im Steinbruch.

Bühnenbild von „Tosca“.
Auf 7.000 Quadratmetern Fläche soll im Sommer nach diesem Entwurf die eindrucksvolle Kulisse im Steinbruch entstehen.



„Tosca“ im Steinbruch

Einer der Höhepunkte in diesem PVÖ-Kultur-Jahr ist „Tosca“ in der Oper im Steinbruch: ein Liebesdrama, ein Polit-Thriller – greifbar, packend und aktueller denn je.

Kultur bewegt uns – sie ist Ausdruck unserer Lebensfreude, Neugier und Gemeinschaft. Unsere Mitglieder erleben jedes Jahr große Bühnenmomente – von den Seefestspielen Mörbisch über die Vereinigten Bühnen Wien bis zu den Bregenzer Festspielen. Und natürlich auch im beeindruckenden Steinbruch St. Margarethen, wo heuer Puccinis „Tosca“ für Gänsehaut sorgt.

Wir haben mit Intendant Daniel Serafin über die Magie dieser Oper, über politische Intrigen und über die Kraft gesprochen, wenn Musik und Abendlicht im Steinbruch verschmelzen.

„Bei uns wird schöner gestorben“

Ihr Vater war der große Meister der Operette, Sie aber setzen auf die klassische Oper. Warum dieser Weg?

Die Operette ist nicht mehr so en vogue, wie sie zu Papas Zeiten war. Viele wollen lieber gleich eine „Tosca“ oder eine „Zauberflöte“. Die Oper ist lebendiger denn je. Sie fesselt, sie berührt – und sie zieht heute wieder Menschen aller Generationen an. Ich kann damit Alt und Jung gleichermaßen begeistern, und die Zahlen bestätigen das.

Eine Kurve, die nach oben zeigt?

Ja. Definitiv. Denn es ist ja keine normale Oper. Wenn die Sonne hinter dem Felsen versinkt, das Orchester einsetzt und 4.000 Menschen den Atem anhalten, dann entsteht etwas Unvergleich-

liches. Diese Bühne ist keine Kulisse, sie ist Natur, Geschichte, Emotion – ein echtes Gesamterlebnis und jede Vorstellung ist anders. Man muss kein Opernkenner sein, um sich davon mitreißen zu lassen.

Und das Inhaltliche? Lorient hat einmal gesagt: „Eine Oper ist wie ein Singspiel, das im Vergleich zur Operette immer schlecht ausgeht – und im letzten Akt wird eine halbe Stunde lang singend gestorben.“ Und jetzt spielen Sie „Tosca“ – das Drama pur. Opern-Fans wissen, warum sie sich so etwas anschauen. Aber wie machen Sie das Opern-Laien schmackhaft?

„Tosca“ ist weit mehr als ein Liebesdrama, es ist ein Polit-Thriller. Intrige, Verrat, Machtmissbrauch, Mord – das könnte heute genauso passieren. Ein Polizeichef, der falsche Versprechen gibt, eine Frau, die glaubt, sie könne fliehen, und am Ende doch alles verliert. Diese Geschichte ist brandaktuell! Und sie trifft mitten ins Herz. In der Operette wissen Sie: Am Anfang mögen sie sich nicht, zwischendurch hassen sie sich, und plötzlich, in den letzten fünf Minuten, ist es die größte Liebe ihres Lebens. Das ist für manche oft zu märchenhaft.

Die Oper ist da realistischer?

Na ja, in der Oper wird manchmal schon ein bisschen lange und viel gestorben. Bei unserer „Tosca“ wird schöner gestorben – da ist sie sofort mau-setot, und er auch. Das ist realistisch, greifbar, packend. Und genau das begeistert mich. Deswegen machen wir Oper für alle – für jene, die zum ersten Mal kommen, ebenso wie für erfahrene Opernfreunde. Wenn ich spüre, dass Menschen berührt nach Hause gehen, dann weiß ich: Es hat funktioniert.

Ihr Vater hat Sie stark geprägt – inwiefern begleitet er Sie heute noch?

Er hat mir etwas geschenkt, das man nicht lernen kann: Leidenschaft. →



„Lokalaugenschein“. Zu Gast bei Intendant Daniel Serafin in der Oper im Steinbruch: UG-Chefredakteur Christian Rösner.

→ Dieses Brennen, dieses völlige Aufgehen in einer Aufgabe. Er hat gesagt: „Du musst überzeugt sein, sonst sind es die anderen nicht.“ Das ist mein innerer Kompass geblieben.

Und jede Vorstellung im Steinbruch ist anders?

Ja. Andere Stimmungen, anderes Licht, andere Energie. Das Publikum trägt uns – mal stürmisch, mal leise, immer einzigartig. Ich begrüße die Gäste jeden Abend persönlich. Jeder dieser Abende ist neu. Und wenn der letzte Sonnenstrahl den Steinbruch verlässt, weiß ich, warum ich das mache. ☺ (rös)



Zur Person: Daniel Serafin

Daniel Serafin, Sohn von Inge Serafin und Kammersänger Harald Serafin, ist Kulturmanager, Opernsänger und Künstlerischer Direktor der Oper im Steinbruch St. Margarethen. Nach Studien in Musik, Gesang und Kulturmanagement in Wien und im Ausland sammelte er internationale Bühnenerfahrung, bevor er zunehmend in kuratorische und leitende Aufgaben wechselte. Neben seiner Tätigkeit für den Opernspielort engagiert sich Serafin für kulturelle Bildungsprojekte, Benefizveranstaltungen sowie die Förderung junger Künstlerinnen und Künstler und organisiert u. a. auch den Wiener Opernball in New York.

Kultur im PVÖ

Im Pensionistenverband gibt es Kultur-Angebote für jeden Geschmack. Vom Bodensee bis zum Neusiedler See.



OPER IM STEINBRUCH
Tosca

Vergünstigte Karten für PVÖ-Mitglieder
Sa., 25.7., So., 26.7. sowie Do., 13.8.2026



SEEFESTSPIELE MÖRBISCH
Ein Käfig voller Narren

PVÖ Sondervorstellung am
Mo., 27.7.2026

BREGENZER FESTSPIELE
La Traviata

Vergünstigte Karten für die Generalprobe (für 2026 bereits ausverkauft)



RONACHER
Maria Theresia

25 Prozent Rabatt auf Tickets. Gilt auch für „Das Phantom der Oper“ und „Die Schöne und das Biest“.



SCHLOSS-SPIELE
KOBERSDORF
Der nackte Wahnsinn

Ermäßigte Karten für PVÖ-Mitglieder am
5., 9., und 19. Juli 2026

NESTROY-FESTSPIELE
Mein Freund

PVÖ-Sondervorstellung
am 19. Juli 2026



PASSIONSSPIELE
ST. MARGARETHEN
Mirjam „Stark wie der Tod ist die Liebe“

Ermäßigte Karten für
30. Mai 2026 und
7. Juni 2026

Wir sind Kultur - und noch viel mehr!
Für nur 33 Euro pro Jahr

Der Pensionistenverband ist die stärkste Interessenvertretung der älteren Generation – und zugleich eine echte Großfamilie sowie ein vielseitiger Freizeit- und Vorteilsclub. Wir bieten Aktivitäten für alle Interessen: Kunst und Kultur von Volksmusik bis Oper, Sport und Bewegung von sanfter Aqua-Gymnastik bis zum Weitwander-Abenteuer „Burgenland-Extrem“, Geselligkeit vom Kartentreff bis zum gemeinsamen Musizieren. Dazu kommen Ausflüge und Reisen – von Tagesfahrten mit der Ortsgruppe bis zu den Frühjahrs- und Herbsttreffen, organisiert von unserem Reiseveranstalter SeniorenReisen.

Mitglieder profitieren von Rabatten, etwa auf Brillen, Sportartikel, Kleidung oder Musikkarten sowie von kostenloser Beratung. Sechsmal jährlich erhalten Sie außerdem unser Magazin bequem per Post. All das gibt es 2026 für nur 33 Euro Mitgliedsbeitrag. Alle Vorteile der PVÖ-Mitgliedschaft:

🌐 pvoe.at/vorteile

WEITERE KULTUR-ANGEBOTE aus Ihrem Bundesland gibt es auf den Webseiten der PVÖ-Landesorganisationen: 🌐 pvoe.at/kontakt-landesorganisationen

Vorfreude. Disneys „Die Schöne und das Biest“ in der Neuinszenierung von US-Star-Regisseur und Choreograf Matt West kommt ab 25. September ins Raimund Theater.

Magische Musicalmomente in Wien!

Musicalstadt mit Herz. Die Vereinigten Bühnen Wien sorgen für unvergessliche Theaterabende mit gleich drei Erfolgs-Musicals. Für PVÖ-Mitglieder gibt es dabei attraktive Ticket-Ermäßigungen!

Die Vereinigten Bühnen Wien laden zu großen Emotionen und bewegend Geschichten! Drei Produktionen zeigen die ganze Bandbreite des Genres Musical – märchenhaft, historisch und geheimnisvoll.

MÄRCHENHAFTE PREMIERE

Im Herbst zieht Zauber ins Raimund Theater ein: Am 25. September 2026 feiert Disneys „Die Schöne und das Biest“ Premiere. Marlene Jubelius als Belle und Dominik Hees als Biest führen durch die berührende Geschichte über Mut, Liebe und innere Schönheit. Die prachtvolle Neuinszenierung vereint opulente Bühnenbilder, schillernde Kostüme und die unvergesslichen Melodien von Alan Menken.

ERFOLGSSTÜCK VERLÄNGERT

„Maria Theresia – Das Musical“ im Ronacher begeistert seit der Premiere mit monumentaler Musik, eindrucksvoller Choreografie und spannender Handlung. Mehr als 100.000 Besucher haben bereits



Anschaun! Nur noch bis Ende Juni können Sie das Geheimnis von „Das Phantom der Oper“ lüften (o.). – Ein großer Erfolg geht in Verlängerung: „Maria Theresia – Das Musical“ im Ronacher (u.).

die Geschichte der Kaiserin erlebt. Aufgrund des großen Erfolgs wird das Musical über die außergewöhnliche Herrscherin um eine weitere Saison verlängert.

LETZTE CHANCE FÜR DAS „PHANTOM“

Noch bis Ende Juni ist „Das Phantom der Oper“ im Raimund Theater zu sehen. Die Neuproduktion von Cameron Mackintosh beeindruckt mit spektakulären Effekten und der packenden Musik von Andrew Lloyd Webber. Letzte Vorstellungen nicht entgehen lassen!

25 % Ermäßigung für PVÖ-Mitglieder



Für alle verfügbaren Vorstellungen von „Das Phantom der Oper“, „Maria Theresia – Das Musical“ und Disneys „Die Schöne und das Biest“.

Wo gibt es ermäßigte Karten?

- online unter pvoe.musicalvienna.at (mit Code-Eingabe: „PVOE“)
- ☎ 01/588 85/Dw. 111 (Wien-Ticket, Kw. „PVÖ“)
- an den Kassen der Vereinigten Bühnen Wien (Kw. „PVÖ“ bzw. Mitgliedsausweis)



Zugang für alle. Immer mehr ältere Menschen sind online aktiv. Doch es gibt noch viele, die nicht das Internet nutzen – für sie sind weiterhin analoge Alternativen nötig.

Digitale Diskriminierung hat viele Gesichter!

Der Pensionistenverband bekämpft sie auf allen Ebenen!

- **Beim Einkauf:** Online-Only-Rabatte, Rabatte nur via App
- **Bei Förderungen und Unterstützungen:** Handwerkerbonus, Reparaturbonus, Sanierungsbonus, Geräte-Retter-Prämie
- **Sicherheit:** Online-Only-Informationen z. B. über Produktrückrufe
- **Behördenwege und Services der öffentlichen Hand,** die nur noch via ID Austria funktionieren.
- **Rechnungen/Bescheide,** die nur per E-Mail oder Online-Formular kommen.
- **Betriebsanleitungen,** die man nur noch über einen QR-Code erhält.
- **Einstellung von telefonischen Informations-/Kundenhotlines** (zuletzt Hofer)
- **Digitale Tickets** bei Verkehrsmitteln und Eintritten
- **Online-Terminvergabe** bei Ärzten, Handwerkern und Co
- **Online-Reservierung** in Thermen, bei Ausflugszielen und Restaurants

Geräte-Retter-Prämie und Co Nur Digital? Diskriminierung!

Für den PVÖ steht fest: Es muss bei digitalen Angeboten auch **immer eine Alternative für Personen ohne Internet** geben! Jetzt gibt es ein aktuelles Experten-Gutachten, das diese Forderung bestätigt und ihr mehr Gewicht verleiht!

Der renommierte Jurist und frühere Sektionschef im Bundeskanzleramt Prof. Dr. Manfred Matzka hat gemeinsam mit dem Pensionistenverband Österreichs ein Gutachten zur sogenannten Geräte-Retter-Prämie erstellt. Darin hält der langjährige Spitzenbeamte fest, dass eine rein digitale Antragstellung ohne analoge Möglichkeit gegen den Gleichheitsgrundsatz verstößt und diskriminierend wirkt.

STARKER RÜCKENWIND FÜR EINE PVÖ-FORDERUNG

Matzka zeigt detailliert auf, dass der Gleichheitssatz der Verfassung, das Behindertengleichstellungsrecht, das E-Govern-

ment-Gesetz und der Datenschutz einer „Online-Only“-Praxis klare Grenzen setzen. „Genau darauf weisen wir seit Jahren hin: Es ist verfassungsrechtlich, sozialpolitisch und menschlich unzulässig, Menschen von Förderungen auszuschließen, nur weil sie keinen Computer oder kein Smartphone benutzen können oder wollen“, betont PVÖ-Präsidentin Birgit Gerstorfer.

DIGITALISIEREN JA – ABER NIEMALS OHNE ANALOGE WAHLFREIHEIT

Der Pensionistenverband fordert seit Langem, dass staatliche Förderungen und zentrale Verwal-

**WIR
FORDERN ...**

... ein gesetzlich verankertes Recht auf analoge Kommunikation mit Behörden und privaten Stellen, die öffentliche Aufgaben erfüllen.

Die öffentliche Hand muss mit gutem Beispiel vorangehen; zugleich sind Händler, Dienstleister und andere Anbieter stärker in die Pflicht zu nehmen. Für alle Angebote ist stets eine Option ohne Smartphone und Internet notwendig. Services und Informationen müssen auch ohne Apps zugänglich bleiben. Rechnungen, Bescheide und Betriebsanleitungen sind weiterhin gedruckt bereitzustellen. Terminvereinbarungen und Reservierungen müssen auch weiterhin telefonisch möglich sein.



„Wir begrüßen Digitalisierungsmaßnahmen, wenn sie das Leben einfacher machen – aber nicht, wenn sie Menschen ausschließen. Dieses Gutachten ist ein Weckruf: Die Politik darf den bequemen Weg des Digitalzwangs nicht länger beschreiten. Es braucht ein klares Bekenntnis zu echter Wahlfreiheit – digital und analog!“

Birgit Gerstorfer, MBA
PVÖ-Präsidentin

tungsleistungen immer auch analog – also auf Papier, telefonisch oder persönlich – beantragt werden können. „Ob Reparaturbonus, Geräte-Retter-Prämie oder andere Unterstützungsleistungen: Es muss überall eine gleichwertige analoge Alternative geben“, betont Gerstorfer.

PVÖ FORDERT EINE RASCHE GESETZLICHE VERANKERUNG

Der Pensionistenverband ist kein „Fortschrittsverweigerer“. Wir begrüßen Digitalisierungsmaßnahmen, wenn sie das Leben einfacher machen – aber nicht, wenn sie Menschen ausschließen. Der PVÖ fordert die Bundesregierung daher auf, das vom Gutachten bestätigte Recht auf analoge Alternativen rasch gesetzlich abzusichern und bestehende Förderprogramme entsprechend anzupassen.

DIGITALE KOMPETENZEN SCHULEN UND FÖRDERN

Parallel dazu muss aber auch der Erwerb digitaler Kompetenzen für (ältere) Menschen erleichtert und gefördert werden. Der Pensionis-

tenverband Österreichs sucht hier – gemeinsam mit anderen Seniorenvertretungen im Seniorenrat – stetig den Dialog mit Politik und Wirtschaft.

Der Pensionistenverband schult und hilft aber auch selbst und direkt. So bietet der PVÖ Kurse für ältere Mitbürger an (Tablet, Smartphone, KI-Anwendungen). In den Landesorganisationen Tirol und Vorarlberg gibt es zudem die sogenannten „DigiCoaches“, die bei Problemen mit Smartphone und Co helfen. Dieses Projekt findet enormen Zuspruch und soll auf ganz Österreich ausgeweitet werden. ^P

(ell)



Das Gutachten von Prof. Dr. Manfred Matzka

und mehr Informationen unter:

🌐 pvoe.at/gutachtendigital

Ausgedrucktes Exemplar

anfordern: ☎ 01/313 72,

✉ redaktion@pvoe.at oder per Post (siehe Adresse unten).

ERSTE ERFOLGE ...

... wir kämpfen weiter:

Einige Umstellungen auf „Online-Only“-Angebote konnten Dank unseres Einsatzes schon rückgängig gemacht werden. Durch das neue Gutachten erhalten wir hier starken Rückenwind.

- **Bundesschatz:** Der Nachfolger der Staats-Anleihe wäre ursprünglich nur via ID Austria verfügbar gewesen. Wir haben durchgesetzt, dass er auch schriftlich und per Telefon abgeschlossen werden kann.
- **JÖ-Rabatte:** Die physische Karte und Rabatt-Marken hätten durch eine App ersetzt werden sollen. Rabatte wären dann nur noch via App möglich gewesen. Durch zahlreiche Gespräche ist es uns gelungen, dass die Karten und Rabatt-Marken erhalten bleiben.
- **Impfmeldungen in Covid-Zeiten:** Ursprünglich gab es nur eine Online-Anmeldung zur Impfung. Der Pensionistenverband hat durchgesetzt, dass sich die Menschen auch per Telefon für Impftermine anmelden können.



Wo nehmen Sie noch „Digitale Diskriminierung“ wahr?

Schicken Sie uns Ihre Beispiele. Per E-Mail an ✉ redaktion@pvoe.at oder per Post an Pensionistenverband Österreichs, Gentzgasse 129, 1180 Wien.

PVÖ-GENERALSEKRETÄR
**Christian
Rösner-El-Heliebi**
EHRlich G'SAGT

Österreich ohne PVÖ?

Wie viel härter Politik und Alltag für die ältere Generation wären, wenn der PVÖ nicht mehr laut, unbequem und solidarisch für sie eintreten würde.

Ehrlich g'sagt: Österreich ohne Pensionistenverband wäre für so manche Regierung bequemer – aber für die Älteren deutlich härter.

WER WÜRD LAUT WERDEN

Wer würde noch laut werden, wenn die Pensionsanpassung „zur Budgetkonsolidierung“ geschmälert oder der 13. und 14. Bezug für die Pflegefinanzierung angepöft werden soll?

Ehrlich g'sagt: Ohne PVÖ gäbe es weniger Widerspruch gegen Selbstbehalt,

höhere Kassenbeiträge und rein digitale Anträge, die viele einfach ausschließen. Wer hilft dann beim Pflegegeld, wer legt sich mit Ministerien an, wenn eine Förderung nur per App beantragbar ist?

Ehrlich g'sagt: Ein Österreich ohne PVÖ wäre auch einsamer. Keine Ortsgruppen-Vorsitzenden, die anrufen, wenn jemand fehlt. Keine Reisen, kein gemeinsamer Sport – und deutlich weniger Menschen, die still dafür sorgen, dass man nach

dem Faschingsfest wieder gut nach Hause kommt.

FUNKTIONÄR*IN WERDEN

Ehrlich g'sagt: Ohne diese Stimme in der Politik und dieses Netz im Alltag würde die ältere Generation viel schneller übersehen.

Ehrlich g'sagt: Gerade weil Österreich ohne PVÖ so viel härter wäre, braucht es Menschen, die dieses Netz auch in Zukunft tragen. Ob in der Ortsgruppe, im Bezirksvorstand oder bei der Unterstützung im Alltag – wer sich im

PVÖ engagiert, sorgt mit dafür, dass niemand in der Pension allein bleibt, dass die Politik die Älteren nicht übersieht und dass aus schönen Worten handfeste Verbesserungen werden.

Erzählen Sie Freunden, Nachbarn und Bekannten von den Vorteilen einer PVÖ-Mitgliedschaft. Je mehr wir sind, desto lauter ist unsere Stimme in Politik und Gesellschaft und desto bunter und vielfältiger sind unsere Aktivitäten in den Ortsgruppen.

Euer Christian Rösner

BEZAHLTE ANZEIGE

GSK

„Gürtelrose?
Es kam wie aus dem Nichts!

Es war extrem schmerzhaft – mein
Leben stand über Monate still.“*

Mehr Informationen unter

GÜRTELROSE-INFO.AT Impfung schützen!



Keine echten Patient*innen gezeigt.
*Inspiriert durch wahre Geschichten von Betroffenen.
Gürtelrose kann Schmerzen verursachen, die über Monate anhalten und Ihre Lebensqualität erheblich beeinträchtigen können.

Jede/r Dritte erkrankt im Laufe des Lebens an Gürtelrose. Unterschätzen Sie Ihr Risiko nicht.

Schützen Sie sich jetzt mit einer
Impfung vor Gürtelrose!

Die Gürtelrose-Impfung ist für **alle Personen ab 60 Jahren** und **für bestimmte Risikogruppen bereits ab 18 Jahren** empfohlen. Lassen Sie sich ärztlich oder in Ihrer Apotheke beraten, ob die Impfung für Sie **empfohlen und kostenlos** ist.

© 2025 GSK Unternehmensgruppe oder deren Lizenzgeber
NP-AT-HZU-JRNA-250028, 08/2025

Pflanzlich gegen Verstopfung

Für viele Betroffene ein Thema, über das sie nur ungern sprechen: Verstopfung! **Hilfe kommt aus der Natur.**

Obstipation (Verstopfung) ist für Betroffene äußerst unangenehm: Man kann nicht regelmäßig auf die Toilette gehen, hat Schmerzen beim Stuhlgang oder plagt sich mit einem Blähbauch. Besonders wenn sie immer wieder auftritt, kann die Verstopfung zu einer großen Belastung im Alltag werden.

WAS PASSIERT IM KÖRPER?

Bei einer Verstopfung verbleibt die Nahrung länger als üblich im Darm. Das liegt in den meisten Fällen an einer zu schwachen Darmaktivität – etwa aufgrund von Stress, Medikamenteneinnahme, hinausgezögerten Toiletten-gängen oder hormonellen Schwankungen. Dadurch wird dem Stuhl laufend Wasser entzogen, wodurch er hart wird. Zu starkes Pressen sollte man dann in jedem Fall vermeiden. Denn langfristig kann dies zur Entstehung schmerzhafter Hämorrhoiden beitragen.

ACHTUNG: ABFÜHRMITTEL

„Abführmittel sollten der letzte Ausweg sein. Werden sie zu oft angewendet, führt das häufig zu einem Gewöhnungseffekt. Im schlimmsten Fall braucht der Darm dann ständig diesen Reiz von außen, um gut arbeiten

zu können“, so Allgemeinmedizinerin Dr. Christine Kiesel. Glücklicherweise gibt es auch andere Möglichkeiten, die Darmtätigkeit wieder anzuregen. In erster Linie ist das eine ausreichende Flüssigkeits- und Ballaststoffzufuhr. Versuchen Sie also, täglich mindestens 1,5 bis 2 Liter Wasser zu trinken und möglichst viel ballaststoffreiche Kost aufzunehmen.

SO HELFEN BALLASTSTOFFE

Neben ihrer allgemein gesundheitsfördernden Wirkung sorgen Ballaststoffe vor allem für eine gute Verdauung. Um einen optimalen Effekt bei Verstopfung und hartem Stuhl zu erzielen, sollte man Ballaststoffe aber klug miteinander kombinieren. Tatsächlich haben unterschiedliche Ballaststoffarten nämlich auch unterschiedliche Wirkmechanismen.

Quelleffekt: Sogenannte unlösliche Ballaststoffe (z. B. aus Gerstengras oder Pflaumen) erhöhen das Stuhlvolumen und regen die Darmtätigkeit an.

Gleitfähigkeit: Lösliche Ballaststoffe (z. B. aus Flohsamen oder Apfelschalen) machen den Stuhl weicher und erhöhen seine Gleit-

fähigkeit. Das erleichtert die Darmentleerung.

Präbiotische Wirkung: Fermentative Ballaststoffe (z. B. aus der Yaconwurzel) dienen zudem den nützlichen Darmbakterien als Nahrungsquelle und fördern so ein gesundes Darm-Mikrobiom.

Entsprechende Kombinationspräparate finden Sie in Ihrer Apotheke.



Die Zufuhr von ausreichend Ballaststoffen ist eine sinnvolle Alternative zum Abführmittel.

Dr. Christine Kiesel
Ärztin für Allgemeinmedizin

Dr. Böhm®

WIRKT SANFT BEI hartem Stuhl

Darm aktiv
Ballaststoff-Getränk

Zur Anregung der Darmtätigkeit*

Pflanzliche Ballaststoffe aus Flohsamen, Gerstengras, Pflaume, Apfel plus Kannel

Pflanzlich
Nahrungsergänzungsmittel

Dr. Böhm® Darm aktiv regt die Darmtätigkeit* an und sorgt so für einen normalen Stuhlgang – wie es eigentlich sein sollte.

- Wohlschmeckende 5-fach Kombination aus pflanzlichen Ballaststoffen
- Leichte und regelmäßige Darmentleerung dank Flohsamen
- Spürbarer Effekt schon nach einem Tag*

*TGA-Produkt-Test (TGA.de, 10/2022)

Qualität aus Österreich.



V.l.n.r.: PVÖ-Präsidentin Birgit Gerstorfer, PVÖ-OÖ-Präsident Norbert Höpoltzeder, PVÖ-Generalsekretär Christian Rösner-El-Heliebi.

OÖ: Neuer Landespräsident

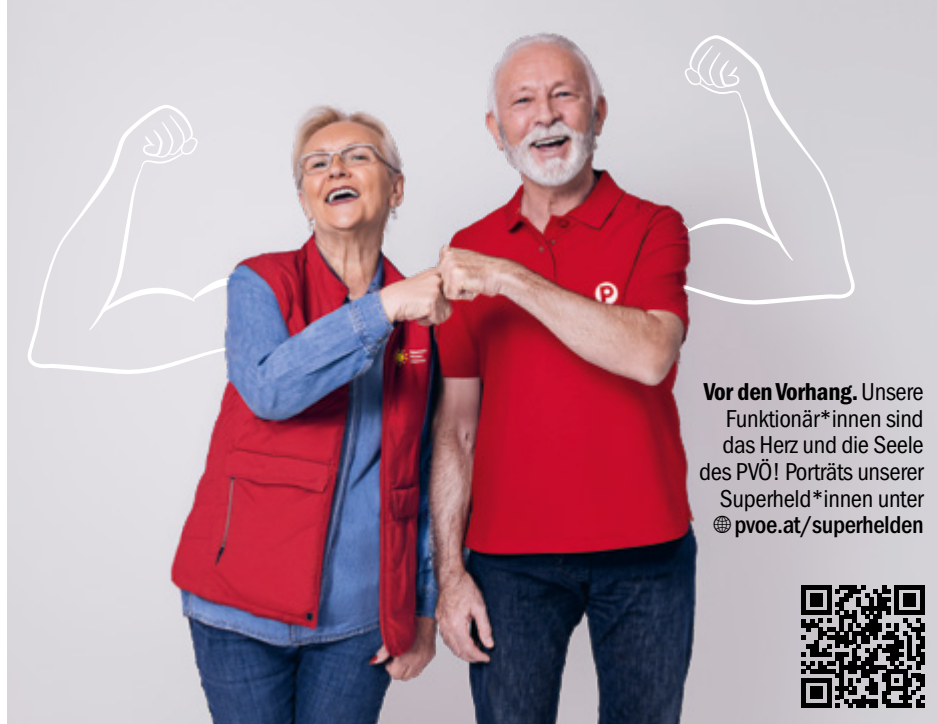
Mit beeindruckenden 99,44 Prozent der Delegiertenstimmen wurde Norbert Höpoltzeder zum neuen Landespräsidenten gewählt.

Bereits im Oktober 2025 war Höpoltzeder vom Landesvorstand als geschäftsführender Landespräsident eingesetzt worden. Mit dem nunmehrigen, überwältigenden Wahlergebnis bei der Landeskonzferenz tritt er offiziell die Nachfolge von Birgit Gerstorfer an, die seit Sommer 2025 als Präsidentin den PVÖ auf Bundesebene vertritt. Norbert Höpoltzeder, der nun an der Spitze des PVÖ-OÖ mit seinen rund 70.000 Mitgliedern in mehr als 300 Ortsgruppen steht, bringt umfassende politische und organisatorische Erfahrung mit.



Mietschulden? Wohnschirm hilft!

Der Wohnschirm ist ein Programm des österreichischen Sozialministeriums. Er bietet kostenlose Beratung sowie finanzielle Hilfen bei Mietrückständen, drohenden Energieabschaltungen und zur Vermittlung in neue Wohnungen für Menschen mit geringem Einkommen. Eine Unterstützung erfolgt ausschließlich nach einer persönlichen und kostenlosen Beratung. Mehr Information gibt es unter wohnschirm.at oder beim Bürgerservice des Ministeriums unter ☎0800/201 611.



Vor den Vorhang. Unsere Funktionär*innen sind das Herz und die Seele des PVÖ! Porträts unserer Superheld*innen unter pvoe.at/superhelden



Wer ist Ihr/e Held*in?

Der Pensionistenverband lebt vom Engagement seiner Funktionär*innen! Wir bitten unsere „PVÖ-Superheld*innen“ auf die Bühne und sagen laut: DANKE!

Wenn Sie auch eine/n besondere/n Funktionär*in vor den Vorhang holen wollen (und diese/r mit der Veröffentlichung einverstanden ist), schreiben Sie uns: über unsere Webseite pvoe.at/superhelden, per E-Mail an redaktion@pvoe.at oder per Post

an Pensionistenverband Österreichs, Gentzgasse 129, 1180 Wien.

Wichtig: Foto nicht vergessen! Je mehr Fotos, desto besser. Wir veröffentlichen alle Porträts auf unserer Webseite und einige auch in „UG – Unsere Generation“ und dem PVÖ-Newsletter.



Sabine Porsch

Organisationstalent und Heldin ihrer Ortsgruppe

Was ihre Ortsgruppe Obersiebenbrunn (NÖ) über Sabine Porsch sagt: „Wir haben in unserer Ortsgruppe eine Superheldin. Sie organisiert alle Reisen, gestaltet alle Einladungen, organisiert alle Pensionist*innen-Nachmittage, kennt die besten Kuchenbäckerinnen und hat immer die besten Ideen. Ihr Name: Sabine Porsch!“



Heinrich (Heinz) Schächle

Engagierter Obmann, Reiseleiter und Vorbild

Seit Jahrzehnten prägt er mit Herz und Energie die Ortsgruppe Kobersdorf-Lindgraben (Bgld.) und formte sie zu einer der mitgliederstärksten im Bezirk. Er leitet Klubnachmittage, organisiert Theaterbesuche und Ausflüge. Als Reiseleiter ist er weit über die Ortsgrenzen hinaus bekannt. Wo immer Hilfe gebraucht wird, packt Heinz an – als Kassier beim Dorffest oder als Fahrer der „Nachbarschaftshilfe Plus“.

Gratis-Impfprogramm ausbauen!

Impfen schützt. Davon ist Österreichs ältere Generation überzeugt. Das zeigt nicht zuletzt die Nachfrage nach der seit November 2025 gratis abgegebenen Impfung gegen Gürtelrose.

Zwischen zehn- und zwanzigtausend Österreicherinnen und Österreicher pro Woche lassen sich seit der Gratis-Abgabe gegen die Folgen der Gürtelrose impfen. Diese hohe Nachfrage zeigt, wie wichtig die hartnäckige Forderung des Pensionistenverbandes war, dass die Kosten für diese Impfung nicht mehr von den Patienten, sondern vom Gesundheitssystem getragen werden sollen. Das für die Impfung verwendete Geld ist gut investiert. Denn durch den Schutz vor Ausbruch der Krankheit wird ein Vielfaches an Kosten für stationäre Aufenthalte gespart.

Ähnlich verhält es sich mit einem Erreger, der in unseren Breiten alljährlich zwischen November und April für zahlreiche Erkrankungen verantwortlich ist: dem RS-Virus (RSV).

Auch RSV kann bei älteren Personen und Menschen mit Vorerkrankungen schwere Verläufe der Krankheit auslösen. Betroffen sind davon vor allem die oberen und unteren Atemwege. Rund ein Fünftel der wegen RSV im Spital aufgenommenen Patienten muss

auf die Intensivstation verlegt werden. Dazu kommt, dass RSV hochansteckend ist. Doch man kann sich davor schützen: durch eine Impfung.

Der Pensionistenverband tritt daher dafür ein, dass – rechtzeitig vor der nächsten RSV-Welle – auch diese Impfung für Risikogruppen gratis abgegeben wird.  (hau)



RSV-Impfung. Das Respiratorische Synzytial-Virus (RSV) kann bei Menschen fortgeschrittenen Alters komplizierte Krankheitsverläufe auslösen. Es gibt eine wirksame Impfung. Sie sollte in Zukunft gratis abgegeben werden.

FOTO: KUGENERIERT

 Bundesministerium
Finanzen

Voll einfach, voll transparent: Voll vertreten in FinanzOnline

Für alle, die sich von Familienangehörigen oder Bekannten helfen lassen möchten

Seit Oktober 2025 ist FinanzOnline noch sicherer: Der Zugang ist nur mehr mit 2-Faktor-Authentifizierung möglich. Wer diese nicht nutzen möchte, kein Smartphone besitzt oder Unterstützung braucht, kann nun eine „Unentgeltliche Vertretung“ benennen. Voraussetzung ist, dass der oder die Vertretene nur Einkünfte aus unselbstständiger Arbeit hat oder eine Pension bezieht.

Einfach, klassisch und offiziell

Sie erteilen Ihrer Vertrauensperson dafür eine Vollmacht, damit diese alle Aufgaben für Sie in FinanzOnline übernehmen kann, etwa die Arbeitnehmerveranlagung. Dazu

füllen Sie das Formular „FON-UV1 Unentgeltliche Vertretung in FinanzOnline“ aus. Es ist auf bmf.gv.at/formulare oder im Finanzamt erhältlich. Das unterschriebene Formular wird von der Vertrauensperson über den eigenen FinanzOnline Zugang unter „Vertretungsbeziehung verwalten“ hochgeladen. Nach erfolgter Prüfung kann Ihre Vertrauensperson bereits für Sie einreichen. Die Vollmacht kann jederzeit widerrufen werden. Das bewährte Angebot von FinanzOnline wird damit erweitert – auch für diejenigen, die sich bei der digitalen Nutzung gerne unterstützen lassen möchten. Auch die klassische Abgabe von Formularen bleibt weiterhin möglich.

Alle Details finden Sie unter bmf.gv.at/vertretung oder telefonisch unter 050 233 792.

bmf.gv.at



ENTGELTLICHE EINSCHALTUNG



von PVÖ-Konsumentenschützer

Mag. Dr. Rainer Spenger

🌐 pvoe.at/konsumenten



Ab 1. April: Sozialtarif für Strom

Sämtliche Stromanbieter, die Haushaltskund*innen beliefern, sind verpflichtet, diesen Tarif bereitzustellen. Für ein jährliches Grundkontingent von 2.900 Kilowattstunden gilt ein gesetzlich festgelegter Energiepreis von 6 Cent pro kWh. Netzkosten sowie Steuern und Abgaben werden zusätzlich verrechnet. Anspruch darauf haben nur bestimmte Personengruppen u. a. Pensionist*innen oder Bezieher*innen von Pflegegeld, die auch von der ORF-Haushaltsabgabe befreit sind. Wenn Sie schon vom ORF-Beitrag befreit sind, erfolgt die Umstellung automatisch. Es kann aber sein, dass noch fehlende Informationen wie z. B. die Zählernummer nachgereicht werden müssen.

Mehr Informationen gibt es beim ORF-Beitrags-Service unter:

☎ 050 200 800

(Mo.–Fr., 7–19 Uhr, außer feiertags)

bzw. ✉ service@obs.at



Regelung. Seit Jänner 2026 können Menschen ihre Anliegen in FinanzOnline von einer vertrauten, volljährigen Person („Vertrauensperson“) erledigen lassen.

NEU: VERTRETUNG AUF FINANZ-ONLINE

Bitte mach meinen Steuerausgleich!

Die Möglichkeit, eine vertraute Person offiziell mit der Erledigung der Steuerangelegenheiten in FinanzOnline zu betrauen, ist ein wichtiger Erfolg und entspricht einer langjährigen Forderung des Pensionistenverbandes Österreichs. Damit wird endlich nachvollziehbar geregelt, was in der Praxis längst Realität war. Kinder, Enkelkinder, Verwandte oder gute Freunde helfen bei der Arbeitnehmerveranlagung oder bei Rückerstattungsanträgen – und tun das nun in einem rechtlich klaren und sicheren Rahmen.

Wer kann sich vertreten lassen? Man muss volljährig, voll handlungsfähig sein und ausschließlich Einkünfte aus nicht selbstständiger Arbeit – wie z. B. Pensionseinkünfte – haben.

Wer kann vertreten? Vertreten können volljährige, voll handlungsfähige Personen. Eine Person darf höchstens vier andere Personen vertreten. Für die Nutzung der Vertretung ist erforderlich, dass die Vertrauensperson in FinanzOnline mit ID Austria oder EU-Login einsteigt.  (ell)

WIE RICHTE ICH EINE UNENTGELTLICHE VERTRETUNG EIN?

1. Amtliches Formular ausfüllen – siehe Link unten.
2. Formular unterschreiben: Eine handschriftliche Unterschrift oder eine elektronische Signatur ist möglich. Ein Scan des unterschriebenen Formulars als PDF genügt.
3. Formular in FinanzOnline hochladen: Die Vertrauensperson darf die Vollmacht ausschließlich in FinanzOnline über die Funktion Weitere Services > Vertretungsbeziehung verwalten hochladen. Andere Wege der Übermittlung an das Finanzamt sind nicht zulässig. Die unentgeltliche Vertretung kann befristet oder unbefristet eingerichtet werden. Ein Widerruf ist jederzeit schriftlich möglich.
4. Nach der Übermittlung: Nach der Datenübertragung prüft das Finanzamt die Angaben und hinterlegt die Vertretung, sofern alle Voraussetzungen erfüllt sind. Bei Bedarf kann vom Finanzamt die Vorlage des unterschriebenen Formulars im Original angefordert werden.



Mehr Informationen zu diesen Themen, den Link zum Formular sowie ein Erklärvideo gibt es auf der Seite des Finanzministeriums:

🌐 www.bmf.gv.at/services/finanzonline/unentgeltliche-vertretung.html

KREBSREPORT 2025

Vorsorge rettet Leben!

Statistisch gesehen erkrankt jede/r Dritte über 75 an Krebs. Der Österreichische Krebsreport zum Thema Krebs im Alter betonte die Wichtigkeit von Prävention, Vorsorge und individueller Behandlung.

Die Herausgeber und Autor*innen präsentierten bei der Pressekonferenz zum Krebsreport 2025, zu dem PVÖ- und Seniorenratspräsidentin Birgit Gerstorfer das Vorwort geschrieben hat, neue Daten zu Krebs im Alter und zum verbesserten Überleben Älterer durch moderne Krebstherapien.

Besonders wird hier die Wichtigkeit von Vorsorge-Untersuchungen betont. Denn je früher eine Krebserkrankung diagnostiziert wird, umso besser sind die Heilungschancen. Und desto geringer ist die Belastung für die Patient*innen und das Gesundheitssystem. Für die ältere Generation ist der Zugang zur Vorsorge leider häufig mit Hürden verbunden:

Der österreichische Krebsreport liefert eine bedeutende und fundierte Grundlage für Medizin, Politik und Forschung!

Birgit Gerstorfer,

Präsidentin des Pensionistenverbandes Österreichs und des Österreichischen Seniorenrats

Mobilitätseinschränkungen, fehlende Informationen oder Unsicherheiten im Umgang mit digitalen Gesundheitsdiensten erschweren die Teilnahme.

Umso wichtiger ist es, dass Präventions- und Informationsmaßnahmen niederschwellig, altersgerecht und ver-



Gemeinsame Präsentation der Ergebnisse des Krebsreports 2025 (v.l. n. r.): Doris Kieffhaber (GF Österreichische Krebshilfe), Birgit Gerstorfer, MBA (Präs. Österreichischer Seniorenrat), Priv.-Doz. Dr. Kathrin Strasser-Weippl (Medizinische Leiterin OeGHO), Univ.-Prof. Dr. Ewald Wöll (Präs. Österreichische Gesellschaft für Hämatologie und Medizinische Onkologie – OeGHO), Univ.-Prof. Dr. Paul Sevela (Präs. Österreichische Krebshilfe), Walter Voitl-Bliem, MBA (Österreichische Gesellschaft für Hämatologie & Onkologie).

ständig gestaltet werden. Information und Anmeldung müssen auch ohne digitale Hürden kostenlos möglich sein. Untersuchungen zur Prävention oder im Verdachtsfall müssen flächendeckend und zeitnah angeboten werden. (ell)

www.krebsreport.at

BEZAHLTE ANZEIGE

Besser hören. Besser verstehen.

Hörgeräte-Technologie, die Stimmen hervorhebt und Umgebung sanft ordnet.

- Gespräche in lauter Umgebung verstehen
- TV & Radio entspannt genießen und verstehen
- Einfache Hörgeräte Handhabung



Angebot sichern und
bis zu **1000€ sparen!***

Aktion gültig auf Oticon Intent 1
bis 30.04.2026



Neuroth: Über 140x in Österreich
Gratis Service-Hotline:
00800 8001 8001
neuroth.com

QR-Code
scannen
und mehr
erfahren.



NEUROTH
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN



Tick, Tack, Tick, Tack ... Die Stunden ziehen sich und wieder hat man eine Nacht ohne oder nur mit geringem Schlaf verbracht.

Wenn die Nacht unendlich erscheint: So kommen Sie zu erholsamen Schlaf

Für süße Träume. Einschlafprobleme, nächtliches Erwachen oder unruhiger Schlaf: Welche Ursachen dahinterstecken, wie sich der Schlaf im Alter verändert und welche einfachen Tipps helfen können, endlich wieder entspannte Nächte zu genießen.

Abends ins Bett gehen und schon wieder bekommt man kein Auge zu – für viele ältere Menschen ist das Realität. Die Erholungsphase für den Körper ist gering, untertags ist man müde und die Stimmung gedrückt. Warum schläft man nicht mehr so wie früher? Und was lässt sich tun, um wieder erholsame Stunden zu bekommen?

IMMER WENIGER RUHIGE NÄCHTE?

Schlafprobleme sind bei Seniorinnen und Senioren keine Seltenheit. Studien zeigen, dass etwa die Hälfte der Über-60-Jährigen Symptome wie Einschlaf- oder Durchschlafstörungen beklagt; deutlich häufiger als bei Jüngeren und nicht einfach ein „normaler Altersprozess“^(*). Manche liegen lange wach, andere werden mehrfach in der Nacht munter und finden nicht mehr in den Schlaf zurück. Diese Fragmentierung des Schlafs mindert die erholsame Tiefschlafphase und führt zu Tagesmüdig-

Und 1, 2 ...

Schäffchen zählen mag nicht helfen. Aber Rituale vor dem Einschlafen signalisieren dem Körper: Jetzt ist es Zeit, zur Ruhe zu kommen und abzuschalten.

keit und Konzentrationsproblemen. Unser moderner Alltag macht es nicht leichter. Reizüberflutung, Bildschirmnutzung bis spät in den Abend, verschobene Schlaf-wach-Rhythmen durch Zeitumstellung oder wechselnde Routinen stören die innere Uhr und reduzieren die nächtliche Melatoninproduktion, die ohnehin im Alter abnimmt. Langes Schlafen am Tag mag verlockend erscheinen, stört aber den Nachtschlaf. Kurze Nickerchen (20–30 Minuten) können hingegen erfrischend wirken, ohne dabei den natürlichen Rhythmus negativ zu beeinflussen.

AUCH ERKRANKUNGEN KÖNNEN DAHINTER STECKEN

Mit zunehmendem Alter verändern sich viele biologische Abläufe. Die Zirbeldrüse produziert weniger Melatonin, das das Einschlafen erleichtert und den Schlaf-wach-Rhythmus stabilisiert. Das macht es abends schwerer, zur Ruhe zu kommen. Ein weiterer häufiger Grund für Schlafunter-



Abendrituale. Sorgen Sie vor dem Zubettgehen für eine ruhige, entspannte Atmosphäre, zum Beispiel mit dem Lesen leichter Lektüre.

brechungen ist nächtlicher Harndrang (Nykturie). Weil die Hormonsteuerung von Wasser- und Salzhaushalt im Alter nicht mehr so gut funktioniert, steigt die nächtliche Urinproduktion und weckt viele Menschen auf. Aber Achtung: Nicht immer ist es nur eine „altersbedingte Blase“. Häufige Toilettenbesuche können auf Prostata-Probleme, Diabetes oder auf Nebenwirkungen von Medikamenten hinweisen und sollten mit dem behandelnden Arzt oder der Ärztin abgeklärt werden.

ENTSPANNENDE „HELFERLEIN“ AUS DER NATUR

Es gibt pflanzliche Mittel, die traditionell zur Entspannung beitragen. Dazu zählen Baldrian, Hopfen, Melisse, die abends beruhigend wirken und die Einschlafphase unterstützen. Melatonin-Präparate können bei einem nachgewiesenen Mangel sinnvoll sein. CBD-Produkte wiederum reduzieren Stress und Ängste und fördern damit auch ein besseres Einschlafen (nach ärztlicher Rücksprache). Die Blasenfunktion kann man gezielt durch Nahrungsergänzungsmittel mit natürlichen Wirkstoffen stärken (z. B. mit Kürbistabletten von Dr. Böhm® aus der Apotheke).

EINFACHE TRICKS FÜR ERHOLSAME NÄCHTE

Achten Sie auf einen regelmäßigen Rhythmus; gehen Sie jeden Tag zur gleichen Zeit schlafen und stehen Sie zur gleichen Zeit auf. Schaffen Sie Ruhe vor dem Einschlafen mit kleinen Ritualen wie leiser Musik, einem warmen Fußbad oder leichter Lektüre. Das signalisiert dem Körper, dass es Zeit ist, abzuschalten. Vermeiden Sie eine Stunde vor dem Schlafengehen Handy, Tablet oder Fernseher. Das blaue Licht hemmt die Melatoninproduktion. Aufenthalte im Freien und moderate Bewegung tagsüber helfen, den natürlichen Rhythmus zu stabilisieren. Trinken Sie am Tag ausreichend, aber reduzieren Sie große Mengen zwei Stunden vor dem Zubettgehen, um nächtlichen Harndrang zu verringern. Wir wünschen eine gute und erholsame Nacht! ☺ (gör)

Endlich wieder schlafen wie ein Baby

Sie wälzen sich hin und her, aber der Schlaf will einfach nicht kommen? Das erleben immer mehr Österreicher, die nicht einschlafen können oder ständig nachts aufwachen. Geht es auch anders?



Oft ist man nach einem anstrengenden Tag erschöpft und müde und findet trotzdem nicht in den wohlverdienten Schlaf. Ist man dann endlich eingeschlafen, wacht man häufig mitten in der Nacht wieder auf. Sofort beginnt sich das Gedankenkarussell zu drehen und an Wieder-Einschlafen ist nicht mehr zu denken. Auslöser dieser Schlafprobleme sind meist Stress oder Sorgen (z.B. um die Gesundheit oder die Familie).

MEISTGEKAUFT IN ÖSTERREICH*

Experten empfehlen in diesem Zusammenhang häufig Melatonin. Der natürliche Schlafbotenstoff wird ab dem Einsetzen der Dunkelheit in unserem Körper gebildet und sorgt für Müdigkeit. Mit zunehmendem Alter wird er nur mehr in geringer Menge produziert, weshalb eine zusätzliche Zufuhr beim (Wieder-)Einschlafen unterstützen kann. Besonders sinnvoll ist eine Kombination mit weiteren pflanzlichen Schlafhilfern – so wie in den Ein- und Durchschlaf Tabletten von Dr. Böhm®. Diese überzeugen seit Jahren mit einer idealen 3-fach Wirkung:

- **Melatonin** sorgt für rasches Einschlafen
- **Xanthohumol** aus Hopfen entspannt
- **Baldrian** fördert das Durchschlafen

Der große Vorteil: Die gut verträglichen Dragees verursachen keinerlei Gewöhnungs- oder Abhängigkeitseffekte.

CHEMISCHE SCHLAFTABLETTEN?

Verständlich, dass da der ein oder andere überlegt, sich Schlaftabletten verschreiben zu lassen. Die möglichen Nebenwirkungen von chemischen Medikamenten sollte man aber nicht unterschätzen. Vor allem bei Betroffenen im fortgeschrittenen Alter können diese etwa das Reaktionsvermögen und die Muskelkontrolle verringern und so die Gefahr nächtlicher Stürze steigern. Außerdem können sie die erholsamen Tiefschlafphasen reduzieren. Für all jene, die stattdessen sanfte Unterstützung suchen, bietet die Apotheke aber auch gut verträgliche und rezeptfreie Alternativen.

BEZAHLTE ANZEIGE



DR. BÖHM®
EIN- UND DURCHSCHLAF AKUT

Jetzt mit 1,9 mg Melatonin

Qualität aus Österreich.

Nahrungsergänzungsmittel

PZN 5838972





Frag Babsi!

Dipl. Päd. Barbara
Strobl-Ischovits, MSc.
PVÖ-Lebensberaterin

Schicken Sie mir Ihre Fragen:

Einfach mit dem Kw. „Frag Babsi!“
unter Angabe Ihres Namens,
Alters und Anliegens ein E-Mail an
✉ office@pvoe.at senden.

Terminvereinbarungen für
telefonische Beratungen unter
✉ office@pvoe.at oder unter
☎ 01/313 72-0 während der
Bürozeiten.

Franz Z. (81): „Ich fühle
mich oft überfordert von der
schnellen Welt. Das stresst
mich sehr. Wie bleibe ich in-
nerlich ruhig?“

Barbara Strobl-Ischovits:
Viele Menschen in Ihrem Al-
ter und auch schon Jüngere
empfinden die Welt heute als
zu schnell und zu laut. Das ist
kein persönliches Versagen,
sondern eine verständliche

Margit Sch. (72): „Ich
schäme mich für meine Trau-
rigkeit. Darf man im Alter noch
so verletzlich sein?“

Barbara Strobl-Ischovits:
Natürlich, gerade im Alter.
Verletzlichkeit ist kein Mak-
kel, sondern ein Zeichen von
Lebendigkeit und innerer
Reife. Viele Seniorinnen und
Senioren haben gelernt, für
die Familie, für andere, für

Reaktion. Innere Ruhe ent-
steht durch bewusste Reduk-
tion. Bestimmen Sie, welche
Nachrichten, Termine und
Reize Sie wirklich aufnehmen
wollen. Kleine Rituale, feste
Tagesstrukturen, Spazier-
gänge in der Natur und kurze
Atempausen beruhigen das
Nervensystem. Sprechen Sie
mit Menschen, die ähnlich
fühlen. Manchen hilft leise

das Leben stark zu sein. Doch
Gefühle wollen gesehen wer-
den. Traurigkeit ist kein Ver-
sagen, sondern ein Hinweis
auf Verlust, Veränderung,
Erinnerungen oder eine un-
erfüllte Sehnsucht.

Sie zeigt, wie wichtig Ihnen
Beziehungen und Sinn sind.
Sprechen Sie offen mit ver-
trauten Menschen, in einer
Runde mit Gleichgesinnten

Musik, ein Gebet oder Tage-
buchschreiben; all das kann
stabilisieren und entlasten.

Im Pensionistenverband
Österreichs (PVÖ) finden vie-
le einen geschützten Rahmen
ohne Leistungsdruck. Und:
Sie dürfen langsamer sein.
Seien Sie freundlich zu sich
selbst; Ihre Lebenserfahrung
erlaubt Ihnen, es jetzt ruhiger
anzugehen. ☺

wie bei den Klub-Treffs im
Pensionistenverband Öster-
reichs (PVÖ) oder mit einer
Beraterin darüber.

Viele erleben in dieser Um-
gebung plötzlich: Ich bin gar
nicht allein mit dem, was
mich bewegt. Sich zu zeigen
braucht Mut, aber es ist ein
lohnenswerter Schritt, der oft
eine Tür zu Nähe, Trost und
neuer Lebensfreude öffnet. ☺

FOTO: PVÖ/BUBU DUJMIC



Wann, wenn nicht jetzt!

IMPRESSUM: UG – Unsere Generation, das Magazin des Pensionistenverbandes Österreichs (PVÖ), Datenschutz-Nr. 0047040. **Medieninhaber & Herausgeber:** Pensionistenverband Österreichs, 1180 Wien, Gentzgasse 129, ☎ 01/313 72-0, ✉ redaktion@pvoe.at, 🌐 pvoe.at. **Chefredaktion:** Christian Rösner-El-Heliebi, MSc. **Chefs vom Dienst:** Michaela Görlich/Claus Funovits. **Redaktionelle Mitarbeit:** KommR. Willi Binder, Mag.^a Susanne Ellmer-Vockenhuber, Mag.^a Gabriela Fischer, Heinz Haubenwallner, Mag. Dr. Rainer Spenger. **Assistenz:** Alfred Papelicki, Karin Eller. **Artdirektion/Grafik:** Mag. art. Thomas Haring. **Anzeigenkontakt & Produktion:** seniormedia – echo medienhaus ges.m.b.h., 1060 Wien, Windmühlgasse 26, 2. Stock, ☎ 01/535 05 25, ✉ unseregeneration@echo.at, 🌐 www.echo.at. **Geschäftsführung:** Christian Pöttler/Paul Pöttler. **Geschäftsführung Key Account:** Manuela Paganotta-Hofbauer. **Verlagsleitung/Chefredaktion:** Michaela Görlich. **Marketing & Sales:** Claudia Neumann. **Verlagsort:** Wien. **Druck:** maxmedia gmbh, 1010 Wien, 🌐 www.max-media.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 ab Anfang Juni 2026.

Offenlegung laut Mediengesetz:

Medieninhaber:

UG Unsere Generation ist das Magazin des Pensionistenverbandes Österreichs (PVÖ). Sitz: Gentzgasse 129, 1180 Wien.

Der PVÖ wird vertreten durch seinen Verbandspräsidentin
Birgit Gerstorfer, MBA.

Vorstandsmitglieder:

Helmut Bieler, Bgm. a. D. Rupert Dworak, Herbert Ettenauer, Dieter Hacker, Wolfgang Höllbacher, Norbert Höpolseder, Prof. Harry Kopietz, Manfred Lackner, Christian Rösner-El-Heliebi, MSc., Klaus Stanzer, Herbert Striegl, Mag.^a Gerlinde Zehetner.

Grundlegende Richtung von UG – Unsere Generation:

Informationen über die soziale Sicherheit sowie die Tätigkeit
und Angebote des Pensionistenverbandes entsprechend
seinen Statuten.



**PENSIONISTEN
VERBAND
ÖSTERREICHS**



Landespräsident
Norbert Höpolteder

PVOÖ-Sprechstage

Landesorganisation Oberösterreich

Wiener Straße 2, 4020 Linz
☎ 0732/66 32 41-13
Beratungen finden nach
Terminvereinbarung statt.
Bringen Sie bitte alle erforder-
lichen Unterlagen mit.

Rechtsberatung

Notar Dr. Walter Dobler
Di., 7. April, 9 Uhr
Di., 5. Mai, 9 Uhr
Di., 2. Juni, 9 Uhr

Sozialberatung

Eva Breitenfellner
Mi., 6. Mai, 9 Uhr
Mi., 3. Juni, 9 Uhr

Lohnsteuerberatung

Leopold Pichlbauer
Mi., 8. April, 13 Uhr
Mi., 22. April, 13 Uhr
Mi., 6. Mai, 13 Uhr
Mi., 20. Mai, 13 Uhr
Mi., 3. Juni, 13 Uhr

Veranstaltung Tag der Demenz

Mi., 23.9., 13-17 Uhr,
VH Ebelsberg

Bürozeiten

Wir haben folgende Bürozeiten:
Mo.-Do., 8-16 Uhr
Freitag, 8-12 Uhr



Unser Oberösterreich

DAS WICHTIGSTE AUS UNSEREM BUNDESLAND

Dank und Auftrag zugleich: starkes Votum für die Zukunft

Mit großer Dankbarkeit und ehrlicher Ehrfurcht nehme ich das überwältigende Wahlergebnis zum Landespräsidenten an. Dieses klare Votum erfüllt mich mit Stolz – vor allem aber mit Verantwortung. Mein aufrichtiger Dank gilt allen Delegierten, die mir ihr Vertrauen geschenkt haben. Dieses Vertrauen ist Ansporn und Verpflichtung zugleich.

Das Ergebnis ist nicht nur eine persönliche Bestätigung, sondern ein starkes Zeichen für Geschlossenheit und gemeinsamen Gestaltungswillen. Es zeigt, dass wir als Organisation bereit sind, die kommenden Herausforderungen entschlossen anzupacken und unsere Werte weiterhin kraftvoll zu vertreten.

In den nächsten Jahren werden wir einen klaren Schwerpunkt, wie im Leitantrag beschlossen, auf die 3 As legen. Der PVÖ steht

für umfassende soziale Sicherheit um ein Leben ohne Armut, Alterseinsamkeit und jegliche Art von Altersdiskriminierung zu ermöglichen.

Wir werden auch unsere Bezirks- und Ortsorganisationen bei der gezielten Suche nach engagierten Funktionärinnen und Funktionären unterstützen, die Verantwortung übernehmen und unsere Arbeit mit Ideen, Einsatz und Begeisterung bereichern. Ebenso wichtig ist die Gewinnung neuer Mitglieder. Eine lebendige und wachsende Gemeinschaft ist die Grundlage für nachhaltigen Erfolg.

Gemeinsam werden wir die Zukunft aktiv gestalten – mit Mut, Zusammenhalt und einem klaren Blick nach vorne.

*Herzlichst Euer
Norbert Höpolteder*

Fia de schene Osterzeit

*Griäß eich, i bin's da Eberhard
i gspia wia a worms Lifalt waht.
De Bleamö riacht ma weit und breit
O du herrlich schene Ostazeit.*

*An Aufbruch gspiat ma mit ganza Sö
besonders stark beim PVÖ.
A jeda, dea a wengalschaut,
siagt wia se da Norbert einihaut.*

*Da Ostahos hot se was denkt,
und uns an gschicktn Präsi gschent.
Er schaut auf koa Zeit und wo's nur geht,
tuat a ois, dass uns bessa geht.*

*Da Norbert da, de Birgit in Wean,
zwoa Leit, de se um uns so schern.
Stolz kimma sei, so wia i man,
wie's Oberösterreicher san.*

*De Susi hat a ganz keck,
in Franz a Ostanest vasteckt,
se gfreit si so wia a kloans Kind,
wei a s'Nest so lang ned findt.*

*Da Franz woas genau, dass hintan Bam,
da Susi ihre Nestal san.
Er lasst se owa mit'n Finden Zeit,
wei se d'Susi gar so gfreit.*

*Wern de Tag dann langsam woam,
fang ma wieda an zan foarn,
um die Frühjahrstreffen is a Griß,
noch Albena und noch Marmaris.*

*Fia de schene Ostazeit,
vü Liebe und Geborgenheit,
vü Glick, a innare Rua,
wünscht euer Eberhard und schaut's eich zua.*

Best of ... Monika Ballwein singt ihre Lieblingslieder

Mi., 20. Mai 2026, 18 Uhr, KUSZ Hörsching



Konzert. Lassen Sie sich von Monika Ballwein und dem ptArt Pop Orchestra, unter der Leitung von Norbert Hebertinger mit auf eine Reise in die 1960er, 70er und 80er Jahre nehmen. Ein Abend voller Schwung, En-

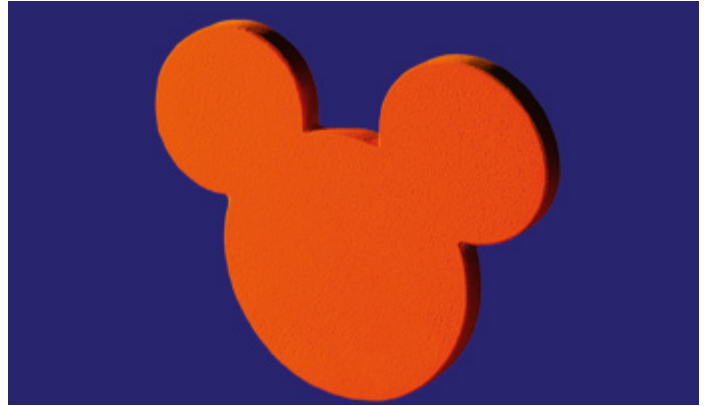
tertainment und mit der für Monika Ballwein so typischen gekonnten Mischung aus vielen Musikgenres erwartet Sie. Genießen Sie Unterhaltung auf bestem Niveau ... inklusive einer kleinen Überraschung.

Karten

Kartenbestellung bei Andrea Dollhopf, ☎0732/66 32 41-12, ✉andrea.dollhopf@pvoe.at. Informationen finden Sie auch auf pvoe.at

Ein Teelöffel Feenstaub Disney's Magic Songs

So, 31. Mai 2026, 15 Uhr, Musiktheater Linz



Konzert. Zum Ende der Spielzeit tut sich das vielfach preisgekrönte Linzer Musicalensemble mit dem Bruckner Orchester und dem Kinderchor des Landestheaters zusammen, um sich der Musik aus den bekanntes-

ten Disney-Filmen zu widmen. Eine spannende und unterhaltsame Auswahl der besten dieser Melodien wird in dem Konzert mit Arrangements für das groß besetzte Bruckner Orchester Linz interpretiert.

Karten

Kartenbestellung bei Andrea Dollhopf, ☎0732/66 32 41-12, ✉andrea.dollhopf@pvoe.at. Informationen finden Sie auch auf pvoe.at

Linzer Quetschnspüla

Mi., 20. Mai 2026, 18 Uhr, KUSZ Hörsching

Harmonika. Sie sind insgesamt 18 Musiker*innen, spielen die Steirische Harmonika „Quetschn“ sowie Gitarren und haben ein Musikrepertoire von Walzern, Märschen, Evergreens, Boarischen, Volksmusik etc. Sie musizieren überall, wo es gewünscht wird, so z. B. am Linzer Südbahnhofmarkt bei Schönwetter seit Jahren und im Kurpark Bad Hall. Heuer am Samstag, dem 20. Juni um 15.30 Uhr. Auch geben

die Quetschnspüla Konzerte für den Mutter- und Vatertag, bei verschiedenen Festen, in Heimen oder in Ortsgruppen, wo eben Musik ein Fest umrahmen soll. Gespielt wird auch in kleineren Gruppen von 6–8 Personen. Anfrage unter ✉linzer.quetschnspuela@gmail.com. Auf der Homepage linzer.quetschnspuela.at finden Sie weitere Informationen. Wenn jemand mitspielen möchte, bitte melden.



PVÖ-Bundesmeisterschaft Ski Alpin 2026



Margit Höll und Gottfried Kühnas

Skisport. Mit insgesamt 17 Teilnehmer*innen war OÖ auch dieses Jahr wieder stark bei der PVÖ-Skimeisterschaft in Tirol vertreten. Bei sehr guten Wetter- und Pistenverhältnissen konnten wir mit Margit Höll und Gottfried Kühnas zwei

3. Plätze in den jeweiligen Altersklassen belegen. Im Mittelpunkt stand aber die Freude am Skifahren und das gemütliche Beisammensein beim Festabend. Wir bedanken uns bei allen Aktiven, die uns dieses Jahr begleitet haben.

Sporttermine

Landeswandertag

inkl. Nordic Walking
Fr., 19. Juni, Schalchen

Landesradsternfahrt

Fr., 4. September,
Mühlheim am Inn

Informationen bei Landessportkoordinator Roland Adami

Tel. 0664/88 45 53 24
E-Mail: roland.adami@pvoe.at

Landesmeisterschaft Eisstockschießen 2026

Vöcklabruck war der Austragungsort unserer diesjährigen Landesmeisterschaft im Eisstockschießen.



Stocksport. Erstmals waren auch Mixed-Mannschaften zugelassen und somit kam es zu einer Rekordbeteiligung von 20 Mannschaften, die am Turnier teilgenommen haben.

Nach unglaublich spannenden Vorrunden setzten sich im Finale die amtierenden Asphaltstock-Bundesmeister St. Martin/Traun, in der Besetzung Klaus Pröll, Reinhold Meier, Johann Schuster und Hermann Weigl durch. Die Plätze zwei und drei erreichten die Mannschaften Traun und Mühlheim am Inn.

Die anschließende Siegerehrung wurde von Landessportreferent Erich Rippl abgehalten, der die Leistungen unserer Sportlerinnen und Sportler entsprechend würdigte. Einen besonderen Rahmen verlieh der Veranstaltung auch die Anwesenheit unseres neuen Landespräsidenten Norbert Höpoltzeder und der Bezirksvorsitzenden von Vöcklabruck, Barbara Winkelbauer, die sich somit von den Leistungen unserer Stockschiützen*innen persönlich überzeugen konnten.

P PENSIONISTEN
VERBAND
ÖSTERREICH

FRÜHJAHRSAKTION!*
€39,-
statt € 46,-
Premium-Rucksack

Unser qualitativ hochwertiger Touren- & Wanderrucksack mit 30 l Fassungsvermögen, hervorragendem Tragekomfort und integriertem Regenschutz. Reflektierendes Logo.

*Aktion gültig bis 30. Juni 2026



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

Weitere Produkte finden Sie auf unserer Homepage pvoe.at/oberoesterreich

Zeit für Neues – Zeit für mich

Mit dem Übergang in die Pension beginnt ein neuer Lebensabschnitt. Gewohnte Zeitstrukturen fallen weg, Verpflichtungen werden weniger, der Tagesrhythmus verändert sich. Für viele ist das eine wohl-tuende Entlastung. Gleichzeitig tauchen aber neue Fragen auf: Was tut mir gut? Wie bleibe ich körperlich und geistig aktiv? Wo finde ich Gemeinschaft und Austausch?

Bildung. Gerade diese Phase bietet die Chance, eigene Interessen neu zu entdecken oder lange Aufgeschobenes endlich umzusetzen. Unterstützung bietet die Volkshochschule Oberösterreich mit einem vielfältigen Programm für Menschen vor und in der Pension. Im Mittelpunkt stehen Themen, die im Alltag zählen: Aktivität, Begegnung, Orientierung, Entlastung – und das gute Gefühl, nicht allein zu sein.

RAUM FÜR INTERESSEN UND BEGEGNUNG

Kurse, Vorträge und Workshops sind weit mehr als Wissensvermittlung. Sie schaffen regelmäßige Kontakte, fördern Geselligkeit und stärken das Gefühl der Zugehörigkeit. Gerade im reiferen Alter ist das besonders wichtig.

Studien zeigen: Soziale Aktivität reduziert Einsamkeit, unterstützt die psychische Stabilität und wirkt sich positiv auf die körperliche Gesundheit aus. Auch in der De-



Angebote für ein aktives, selbstbestimmtes Leben in der Pension

menzprävention spielt soziale Einbindung eine bedeutende Rolle. Der Ansatz des „Social Prescribing“ – also die gezielte Empfehlung sozialer und gemeinschaftlicher Aktivitäten zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden – greift diese Erkenntnisse auf. Gemeinsames Lernen, kreatives Tun oder der Austausch in einer Gruppe leisten hier einen wertvollen Beitrag.

ORIENTIERUNG IN DER NEUEN LEBENSPHASE

Rund um den Pensionsantritt entsteht bei vielen der Wunsch nach Neuorientierung. Was soll künftig mehr Raum bekommen? Welche In-

teressen möchte ich vertiefen?

Ab dem Frühjahrsemester 2026 bietet die Volkshochschule Oberösterreich persönliche Beratungsgespräche an – in Linz und in allen Bezirken Oberösterreichs. In entspannter Atmosphäre können Wünsche geklärt, Möglichkeiten ausgelotet und passende Angebote gefunden werden – ganz ohne Leistungsdruck.

Die Gespräche richten sich an Personen, die ihren Alltag bewusst gestalten möchten, die neue Interessen entwickeln oder frühere wieder aufgreifen wollen oder die einen neutralen Gesprächsraum für ihre Fragen suchen.

Terminvereinbarung unter
☎ 0732/66 11 71-18

PSYCHISCHE GESUNDHEIT STÄRKEN

Ein inhaltlicher Schwerpunkt liegt auf Demenz und Pflege, insbesondere auf der Entlastung pflegender Ange-

höriger. Neben regionalen Kursen und Vorträgen gibt es kostenlose Online-Impulse zur mentalen Gesundheit, etwa die Reihe „Happy Minds“. Sie richtet sich an Menschen, die Verantwortung tragen und dabei selbst oft zu kurz kommen. Die Teilnahme ist kostenlos und anonym.

SICHER IM DIGITALEN ALLTAG

Smartphone, Internet und digitale Services sind aus dem Alltag kaum noch wegzudenken. Einsteiger*innen-Kurse in kleinen Gruppen helfen, Sicherheit zu gewinnen und digitale Möglichkeiten selbstständig zu nutzen – ohne Stress, im eigenen Tempo und mit persönlicher Begleitung.

VORTEIL FÜR PVÖ-MITGLIEDER

Der Pensionistenverband Oberösterreich unterstützt seine Mitglieder aktiv.

Ein Kursbesuch pro Semester wird mit 5 Euro gefördert. Bitte geben Sie Ihre Mitgliedschaft bei der Anmeldung bekannt.



Ein VHS-Kursbesuch pro Semester wird vom PVOÖ mit 5 Euro gefördert.



GEMEINNÜTZIGE BILDUNGS-GMBH DER ARBEITERKAMMER OÖ

Informationen

Weitere Informationen und aktuelle Angebote:

🌐 www.vhsooe.at

70 Jahre ASVG – Fundament der sozialen Sicherheit

Vor 70 Jahren wurde das **Allgemeine Sozialversicherungsgesetz (ASVG)** beschlossen – die rechtliche Grundlage einer umfassenden „Volkerversicherung“ und ein Meilenstein moderner Sozialgesetzgebung.

Es gilt als Magna Charta sozialer Rechte und war zugleich ein großer Erfolg der langjährigen Bemühungen des Pensionistenverbandes Österreichs (PVÖ).

Das ASVG führte die Pflichtversicherung für alle Arbeitnehmer*innen ein und brachte wesentliche Neuerungen im Pensionsrecht: Abfindungen für Hinterbliebene, den Wiederaufbau der Witwenrente sowie die 13. Monatsrente als dauerhafte Leistung. Verankert wurde das Solidarprinzip: Wer arbeitet, zahlt ein und erhält im Krankheitsfall, bei Invali-

dität oder im Alter verlässliche Leistungen. Für heutige Pensionist*innen bedeutet das eine gesetzlich gesicherte Pension und medizinische Versorgung unabhängig vom Einkommen.

Auf Druck des PVÖ folgte 1961 mit der 8. ASVG-Novelle die Einführung der 14. Monatsrente, der vorzeitigen Alterspension bei langer Versicherungsdauer sowie deutliche Erhöhungen von Altrenten und Ausgleichszulagen. Ein weiterer sozialpolitischer Erfolg gelang mit der Abschaffung des Pflegeregresses per 1. Jänner 2018. Zuvor

mussten viele Menschen bei Pflege im Heim ihr Vermögen aufbrauchen. Ohne das ASVG wäre Altersarmut – besonders bei Frauen mit Teilzeit- und Care-Arbeit – weit verbreiteter.

70 Jahre später steht das Gesetz vor neuen Herausforderungen und wiederholten Angriffen auf seine Errungenschaften. Umso mehr braucht es den PVÖ als starkes Bollwerk für Demokratie und Solidarität. Das ASVG hat sich bewährt. Es muss gestärkt werden, damit soziale Sicherheit auch künftig selbstverständlich bleibt.



Man muss die Errungenschaften des ASVG feiern, gleichzeitig aber auch an die Herausforderungen der Zukunft anpassen.

Birgit Gerstorfer,
PVÖ-Präsidentin

FOTOS: PVÖ ÖÖ



**Fit
im
Internet**

**Mittwoch,
20. Mai 2026**

**8:30 – 15:30 Uhr
OÖNachrichtenFORUM Linz
Promenade 23**

nachrichten.at/fitiminternetlinz

Für alle, die nicht mit digitalen Technologien aufgewachsen sind und sich wertvolles Alltagswissen von erfahrenen Trainerinnen und Trainern aneignen möchten.

Spannende Vorträge zu den Themen **Handys & Tablets, online Banking, digitale Kommunikation und viele mehr.**



ID Austria Einrichtung der ID-Austria direkt vor Ort.

Jetzt Tickets sichern!

nachrichten.at/fitiminternetlinz

leserservice@nachrichten.at

0732 / 7805-560

Promenade 23, 4020 Linz



*Ticketpreis: 64,90€. Abonnenten der OÖNachrichten erhalten einen Sonderpreis von € 39,90. Bei der Bestellung den Code **OÖNCARD** im Gutscheinfeld eingeben.



In Kooperation mit



ID-Austria-Aktionstage: gemeinsam fit fürs „digitale Amt“

Großes Interesse in allen Regionen Oberösterreichs begleitete in den vergangenen Monaten die ID-Austria-Aktionstage von Pensionistenverband Oberösterreich und OÖ-Seniorenbund. Bis Ende März 2026 finden in sämtlichen Bezirkshauptmannschaften Schulungen statt – mit dem Ziel, Pensionist*innen den sicheren Einstieg in die digitale Behördenwelt zu erleichtern.



Schulungen. Im Mittelpunkt steht die Unterstützung bei der Registrierung zur ID Austria sowie die praxisnahe Einführung in die Nutzung des „Digitalen Amtes“. Erfahrene Trainer*innen begleiten die Teilnehmer*innen Schritt für Schritt: vom Download der App über die Einrichtung der Zugangsdaten bis hin zu den wichtigsten Funktionen im Alltag. Individuelle Fragen werden direkt vor Ort geklärt – verständlich, geduldig und auf Augenhöhe.



ANMELDUNG ALS GRÖSSTE HÜRDE

„Die Erfahrung bei vielen unserer Mitglieder zeigt: Die größte Schwierigkeit ist es, überhaupt erfolgreich in die ID Austria hineinzukommen, die richtigen Zugangsdaten zu erhalten und diese korrekt zu verwenden. Erst dann kann über die Anwendung der App gesprochen werden. Auch die Angst, technisch etwas falsch zu machen, nehmen unsere Expertinnen und Experten den Teilnehmerinnen und Teilnehmern niederschwellig vor Ort“, betont PVÖ-Präsidentin Birgit Gerstorfer.

NIE ZU ALT, UM NEUES ZU LERNEN

Auch PVOÖ-Landespräsident Norbert Höpolseder unterstreicht die Bedeutung der Initiative: „Das erworbene Wissen tragen unsere Pensionistinnen und Pensionisten in die Ortsgruppen und Regionen weiter. Der Wunsch nach Teilhabe ist groß. Mit den ID-Austria-Aktionstagen machen wir Mut, vermitteln Kompetenz und zeigen: Man ist nie zu alt, um Neues zu lernen.“



Was hilft gegen Frühjahrsmüdigkeit?

Die Tage werden länger, die Sonne scheint häufiger – und dennoch fühlen sich viele Menschen im Frühling ungewöhnlich schlapp. Dieses Phänomen nennt man Frühjahrsmüdigkeit. Vor allem ältere Menschen reagieren sensibel auf den Wechsel der Jahreszeiten.

Gesundheit. Ursache ist meist die Umstellung des Hormonhaushalts: Im Winter dominiert das „Schlafhormon“ Melatonin, im Frühling steigt die Produktion von Serotonin. Diese Anpassung braucht Zeit und kostet Energie.

Doch man kann aktiv gegensteuern. Besonders wichtig ist Tageslicht: Ein täglicher Spaziergang, am besten am Vormittag, unterstützt den Körper bei der Umstellung. Auch leichte Bewegung wie Gymnastik, Radfahren oder Gartenarbeit bringt den

Kreislauf in Schwung ohne zu überfordern. Ebenso hilfreich sind fixe Schlafzeiten und ausreichend Ruhe. Trinken Sie genug – idealerweise Wasser oder ungesüßten Tee. Eine ausgewogene Ernährung mit frischem Obst und Gemüse versorgt den Körper mit Vitaminen und Mineralstoffen. Belebend wirken Wechselduschen oder das Abreiben mit einem kühlen Waschlappen.

WICHTIG IST AUCH GEDULD

Frühjahrsmüdigkeit ist harmlos und verschwindet



Ein Spaziergang versorgt den Körper mit Tageslicht.

meist nach einigen Wochen von selbst. Mit kleinen, bewussten Veränderungen lässt sich diese Phase jedoch

deutlich angenehmer gestalten – und der Frühling kann wieder mit neuer Energie genossen werden.

FOTO: FREEPIK.COM

DER TARIF ZU IHREM SMARTPHONE

Kombiangebot: Mobil Tarif S mit emporiaSMART.7lite um nur EUR 199,-. Ersparnis für Raiffeisen-Kunden: EUR 50,-!

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

Das emporiaSMART.7lite bietet eine angenehme Größe mit 5,45 Zoll Touchdisplay inkl. Smartcover und physischem No-Panic-Button. Es ist Staub- und Spritzwasser geschützt und dank Fingerabdrucksensor ID-Austria-fähig.

raiffeisen-ooe.at

**Raiffeisen
Oberösterreich**



emporia
SMART.7lite
um nur
€ 199,-

mobil^s
1000 Min/SMS

5 GB
€ 4,⁹⁰ mtl.



emporia
Einfachheit ist eine Entscheidung.

MEIN GARTEN – MEHR ZEIT FÜR MICH!

ICH WILL EINEN GARTEN,
DER FREUDE MACHT –
NICHT ARBEIT!

jetzt Termin
vereinbaren



Der erste Schritt zum
pflegeleichten Garten:
kostenloser Garten-RelaxCheck*

- Besichtigung vor Ort
- Analyse & kreative Ideen
- unverbindliches Angebot

05 9060 400 oder
www.garten-welten.at



* Der Garten-RelaxCheck ist ein kostenloses und unverbindliches Beratungsangebot der Maschinenringe Oberösterreichs und umfasst einen persönlichen Vor-Ort-Termin durch einen Maschinenring-Gartengestalter inklusive Begehung der Gartenfläche, Analyse der individuellen Bedürfnisse an Nutzung, Pflegeaufwand und Gestaltung sowie des budgetären Rahmens; im Rahmen des Termins werden mögliche Herangehensweisen und Lösungsansätze mündlich skizziert, jedoch noch keine grafische Pläne, Detailzeichnungen oder Studien erstellt; zusätzlich ist ein unverbindliches Umsetzungsangebot enthalten, wobei durch den GartenRelax Check keine Verpflichtung zur Beauftragung entsteht. Änderungen, Satz und Druckfehler vorbehalten, die Aktion ist gültig bis einschließlich 4.4.2026.

GARTENGESTALTUNG | BAUMPFLEGE | GRÜNRAUMDIENST | PERSONAL | WINTERDIENST | AGRAR

www.maschinenring.at

Besser hören. Besser verstehen.

Hörgeräte-Technologie, die Stimmen
hervorhebt und Umgebung sanft ordnet.

- ✓ Gespräche in lauter
Umgebung verstehen
- ✓ TV & Radio entspannt
genießen und verstehen
- ✓ Einfache Hörgeräte
Handhabung



Angebot
sichern und
bis zu **1000€
sparen!***

Aktion gültig auf Oticon Intent 1
bis 30.04.2026



Neuroth: 18x in Oberösterreich
Gratis Service-Hotline:
00800 8001 8001
neuroth.com

QR-Code
scannen
und mehr
erfahren.



NEUROTH
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN



Weitere Termine, Informationen
und Berichte finden Sie unter:
pvoe.at/oberoesterreich/braunau

Ausflug nach Salzburg

Braunau-St. Peter, Ranshofen. Am 5. Februar haben wir einen Ausflug zur Fa. Austrosleep nach Salzburg unternommen, wo wir sehr herzlich empfangen wurden. Nachdem jeder Platz genommen hatte, wurde ein kleines Frühstück für alle gereicht. Anschließend erhielten wir vom Chef der Firma Austrosleep eine ausführliche Produktpräsentation. Danach gab es natürlich auch die Möglichkeit einzukaufen bzw. Bestellungen aufzugeben. Nach der Verabschiedung ging der Ausflug weiter auf den Gaisberg in die Goasalm zum Bratlessen. Nach dem Essen war noch Freizeit mit der Möglichkeit ein wenig spazieren zu gehen und die Aussicht zu genießen. Danach wurde die Heimreise angetreten.



Jahreshauptversammlung

Höhhart. Am 23. Jänner fand die Jahreshauptversammlung statt. 60 von 103 Mitgliedern waren anwesend. Als Ehrengäste konnten Landtagsabgeordnete Gabi Knauseder und

der Bezirksvorsitzende Konsulent Rudolf Streitberger begrüßt werden. Im Zuge dieser Jahreshauptversammlung fanden 14 Ehrungen statt, darunter Maria Piringer für 35 Jahre Mit-

gliedschaft und Maria Binder für 10 Jahre Tätigkeit als Kassierin. Es war alles in allem eine sehr gelungene Veranstaltung und ein gemütliches Beisammensein.



Weihnachtsfeier

Schneegattern. Unsere traditionelle Weihnachtsfeier fand auch diesmal wieder im Volkshaus statt. 100 Mitglieder feierten bei Weihnachtsschmaus und Getränken einige besinnliche Stunden. Zahlreiche Ehrengäste hielten Ansprachen und eine Abordnung der Trachtenmusikkapelle Schneegattern sorgte für die musikalische Umrahmung. Ein würdiger Jahresabschluss lässt uns zuversichtlich in das neue Jahr blicken.

Ehrenvolle Auszeichnung

St. Pantaleon. Am 12. Jänner wurde unserer Vorsitzenden Herta Buchebner in Linz von Landeshauptmann Thomas Stelzer die Verdienstmedaille des Landes Oberösterreich verliehen. Der Bezirksvorstand gratuliert zu dieser ehrenvollen Auszeichnung.



Termine

Kostenlose Beratung

Polling: Mo., 13.4., 14 Uhr, Gasthaus Stranzinger
Eggelsberg: Di., 14.4., 14 Uhr, Gasthaus Steinerwirt
Munderfing: Di., 14.4., 14.30 Uhr, Clubhaus beim Tennisplatz
Schneegattern: Mi., 22.4., 15 Uhr, Volkshaus Schneegattern
Mauerkirchen-Burghaus: Di., 19.5., 9.30 Uhr, Gemeindeamt
Mattighofen: Do., 28.5., 15.30 Uhr, Stadtamt Mattighofen

Feldkirchen bei Mattighofen

Fr., 17.4., 14 Uhr, gemütlicher Nachmittag, Wirt Vormoos
Fr., 8.5., 12 Uhr, Mutter-/Vater- tagsfeier, Holzjockn Stüberl
Fr., 12.6., 14 Uhr, gemütlicher Nachmittag, Aschauer Stüberl

Friedburg

Mi., 6.5., 14 Uhr, JHV und Mutter-/Vatertagsfeier, Café Pub Kastinger

Mauerkirchen-Burghaus

Fr., 8.5., 12 Uhr, JHV und Muttertagsfeier, Wirt z'Hermating

Munderfing

Sa., 18.4., 14 Uhr, JHV, NMS Turnsaal

Muttertagsfeiern

Braunau-St. Peter
Fr., 15.5., 14 Uhr, GH Berger, St. Peter
Moosdorf-Hackebuch
Mi., 6.5., 12 Uhr, Seminarraum Gemeindeamt
Ranshofen
Fr., 8.5., 14 Uhr, Pensionisten- stüberl, Muttertagsfeier
Schalchen
Fr., 8.5., 17 Uhr, Gemeinde, 2. Stock
Schneegattern
Fr., 8.5., 15 Uhr, Keglerstüberl
Schwand-Gilgenberg
Sa., 9.5., 12 Uhr, GH Dorfwirtin
Überackern
Mi., 6.5., 12 Uhr, GH Grlinger, Ranshofen
Uttendorf
Sa., 2.5., 16 Uhr, Helpfauerhof
Weng
Fr., 8.5., 14 Uhr, Wirt z'Leitn



Teilnehmerrekord beim Tarockieren

Bezirk. Mit einem neuen Teilnehmerrekord ging das diesjährige Bezirkstarockturnier des Pensionistenverbandes Freistadt in Gutau über die Bühne. Unter den 56 Spielenden waren erfreulicherweise elf Frauen.

Für die Organisatoren Sepp Krupka und Ernst Hennerbichler stellte die große Teilnehmerzahl zu Beginn eine deutliche Herausforderung dar. Obwohl das im Bezirk übliche „19-er Rufen“ gespielt wurde, gibt es dabei doch ortsweise recht deutliche

Unterschiede. Beim Turnier selbst überwog die Spielfreude deutlich über schmerzliche Fehler und mangelndes Kartenglück. Und auch das Endergebnis – von Joe Poscher wieder perfekt ausgewertet – brachte manche positive und auch weniger erwartete Überraschung. Deutlich gewonnen hat Hubert Kellerer aus Sandl vor Karl Schmollmüller aus Wartberg und Franz Rienesl aus Windhaag. Beste Frau wurde Christine Mühlbachler aus Pregarten auf dem gesamt siebenten Rang.



Bunte Ortsgruppe

Wartberg ob der Aist. Das Faschingskränzchen am 23. Jänner im Gasthaus Wia z'Haus war eine sehr gut besuchte und rundum gelungene Veranstaltung. Zahlreiche Pensionistinnen und Pensionisten kamen teilweise maskiert und sorgten so schon optisch für gute Laune. Die etwa 180 Besucher*innen des Balls setzten sich auch aus Vertreter*innen

aus Tanzfreudigen aus Nachbarbezirken zusammen. OG-Vorsitzender Ing. Erich Hackl begrüßte die Gäste und „Willi – der Grünbacher“ sorgte mit seiner beschwingten Musik für einen gelungenen, stimmungsvollen Tanznachmittag.

In bester Laune und bei einem fröhlichen Miteinander verging die Zeit wie im Flug und das Fest endete erst am späten Nachmittag. Ein herzliches Dankeschön an alle für dieses tolle Faschingskränzchen.



Termine

Kostenlose Beratung
Freistadt: Sa., 2.5./6.6.,
9 Uhr, SPÖ-Bezirkssekretariat

Bezirksmeisterschaft Kegeln
21.–23.5., GH Dunzinger,
Guttenbrunn

Bezirks-Geschicklichkeitstag
Mi., 10.6., 9 Uhr, Wartberg,
Sportplatz

Bezirkswandertag
Do., 18.6., 9 Uhr,
Kefermarkt

Tanzveranstaltungen
Gutau
Mi., 22.4., 14 Uhr, GH Oyrer
St. Oswald
Mi., 29.4., 14 Uhr, Veranstaltungssaal

Spannende Duelle auf Eis

Bezirk. Die Bezirksmeisterschaft im Eisstockschießen in Tragwein sorgte wieder für viele spannende Duelle. Obwohl heuer nur sieben Moarschaften genannt hatten, war der Bewerb ein voller Erfolg. OG-Vorsitzende Anna Pilz und Sportreferent Herbert Reisinger veranstalteten jedenfalls ein perfekt ausgerichtetes Turnier, bei dem das Maßband immer wieder über Erfolge mitentscheiden musste. Schlussendlich konnte die Moarschaft aus Wartberg punktgleich aber mit besserer Quote den Sieg vor Kefermarkt für

sich verbuchen. Dritte wurden die Schützen aus Hagenberg. Auf den weiteren Plätzen folgten Tragwein, Pregarten, Windhaag und Sandl. Bei der Siegerehrung dankte Anna Pilz den

Teilnehmenden für die faire Ausführung, betonte aber auch augenzwinkernd, dass Tragwein aus Fairnessgründen die Siegerränge gerne den anderen Orten überlassen habe.





Weitere Termine, Informationen und Berichte finden Sie unter:
pvoe.at/oberoesterreich/gmunden

Danke schön

Bad Goisern. Die Ortsgruppe, an der Spitze mit Vorsitzendem Helmut Pilz und seinem Stellvertreter Karl Jung, bedankt sich bei Ausflugs- und Reisebegleiterin Waltraud Kirchschrager für die Organisation ihres 50. Ausflugs.



Jubiläum

Ebensee. Am 22. Jänner gratulierten wir Resina Steiner zu ihrem 106. Geburtstag. Sie ist somit die älteste Gemeindebürgerin und eines der ältesten PVÖ-Mitglieder. Bei unseren Veranstaltungen ist Resina Steiner immer noch anwesend und aktiv dabei. Wir wünschen ihr noch weitere gesunde Jahre im Kreise ihrer Familie.



ID-Austria-Schulung

St. Konrad. Um in Zukunft digitale Amtswegen ohne Probleme erledigen zu können ist die ID Austria notwendig. Manfred Pühringer und Maria Prielinger organisierten für die ältere Generation drei vollbesetzte Informationsabende im Gemeindeamt. Wichtig war es zu erkennen, welche Erleichterungen die ID Austria bietet.

Erfolgreicher Jahresrückblick

Altmünster. 2025 war ein erfolgreiches Jahr. Vorsitzender Alois Ehrleitner zählte zahlreiche gut besuchte Aktivitäten auf: monatliche Treffen, Seniorenfrühstück, traditionelle Feiern, Fahrten ins Blaue, Tagesfahrten, Kegeln, E-Bike-Touren sowie Theater- und Konzertbesuche. Höhepunkte waren die viertägige Reise zur Prosecco- und Grappa-Straße und der Weißwurstfrühstücken, hervorragend organisiert von Ronald Lachmair. Bei der JHV wurde Josefa Mizelli mit Blumen für ihre langjährige Mitgliederbetreuung geehrt – sie kann diese Aufgabe aus gesundheitlichen Gründen leider nicht mehr fortführen.



Immer was los

Bad Ischl. Die Weihnachtsfeier 2025 wurde in festlicher Atmosphäre mit Musik, Lesungen und Kuchen abgehalten. Bei unserer Turnerweihnachtsfeier gab es gesellige Gespräche und es herrschte beste Stimmung. Ein Tagesausflug führte uns nach St. Leonhard. Der Besuch des Weihnachtsmarkts bot Lichterglanz, Leckereien und fröhliche Momente bei kaltem Wetter. Die Gruppe genoss das Miteinander und die adventliche Stimmung.

Beim saisonalen Nordic-Walking-Abschluss wurden gemeinsam Kekse verkostet und gelacht. Das Zusammensein war geprägt von Spaß und kulinarischem Genuss.



Kulturgenuss & Bildung

Roitham. Am 2. Jänner besuchten wir das PVOÖ-Neujahrskonzert im Brucknerhaus und wurden von PVÖ-Präsidentin Birgit Gerstorfer begrüßt. Das pt.art-Orchester unter der Leitung von Norbert Hebertinger und die Solist*innen sorgten für beste Unterhaltung.

Die Smartphone-Schulung stieß auf großes Interesse, ebenso die ID-Austria-Schulung. Vielen Dank an Bürgermeister Thomas Avbelj für die Bereitstellung des Sitzungssaals.



Besinnliche Ortsgruppe

Scharnstein. Unser Weihnachtsausflug nach Pürgg bescherte echte Adventstimmung.

Die Weihnachtsfeier im Gasthof Silbermair war auch wieder ein Erfolg.



Termine

Kostenlose Beratung

Scharnstein: Do., 9.4., 15.30 Uhr, Gemeindeamt
Pinsdorf: Do., 16.4., 14 Uhr, Gemeindeamt Pinsdorf
St. Wolfgang: Fr., 17.4., 9 Uhr, Zum Mosti
St. Konrad: Mo., 20.4., 14 Uhr, Gasthaus Silbermair
Gosau: Fr., 24.4., 13 Uhr, Hotel Gosauerhof
Bad Goisern: Do., 30.4., 9 Uhr, Marktgemeindeamt Bad Goisern
Roitham am Traunfall: Mo., 11.5., 14 Uhr, Gemeindeamt Roitham
Hallstatt-Obertraun: Di., 12.5., 14 Uhr, Gemeindeamt Hallstatt

Bad Goisern

Mi., 15.4. Ausflug Brauereischiff, Schärding
 Sa., 2.5. Muttertagsfeier, Vivea Gesundheitshotel

Bad Ischl

Mo., 4.5., 14 Uhr, Muttertagsfeier, Pfarrsaal
 Mi., 27.5., Wanderung Predigtstuhl

Ebensee

Fr., 17.4., Fahrt zu „Frucht und Sinne“, Frankenmarkt
 Mi., 13.5., Muttertagsfahrt, Waging am See

Laakirchen

Di., 7.4., Mutter- und Vatertagsfahrt
 Mi., 13.5., Maiandacht

Neukirchen-Reindlmühl

Do., 9.4., Buchschacherweg, Seefeld/Attersee
 Fr., 24.4., Zimmer-Gewehr-schießen, Schützenverein

Scharnstein

Mi., 15.4., Ausflug ADLER-Frühlingsmode, Ansfelden
 Do., 16.4., Wanderung Grillenparz, Schlierbach

Vorchdorf

Mo., 6.4., Ostermontag, Flohmarkt
 Di., 14.4., Jenichlhof



Termine

Kostenlose Beratung

Eferding: Di., 14.4., 17 Uhr,
Schiferstift

Waizenkirchen: Fr., 24.4.,
9 Uhr, Gasthaus Mariandl

Aschach-Hartkirchen- Haibach

Mi., 1.4./15.4./6.5./20.5.
/3.6., Vereinsnachmittag
Fr., 11.4., Frühlingsball, AVZ

Bad Schallerbach

Do., 16.4., Ausflug Firma
Megaflex – Schiffsahrt auf
dem Mondsee
Do., 7.5., Ausflug Eisenerz –
Erzberg, Admont

Gallspach

Fr., 10.4., 14 Uhr, Mit-
gliederversammlung und
Neuwahlen, Kursaal
Mi., 22.4., 18 Uhr, Stamm-
tisch, Restaurant Gusto

Geboltskirchen

Mi., 8.4., 10 Uhr,
Wanderung nach
St. Marienkirchen/H.
Sa., 18.4., 14 Uhr, Früh-
lingsball, GH Mayhuber

Grieskirchen

Mi., 8.4., 14 Uhr, Pensionis-
ten- und Spielenachmittag,
Café Luger
Mo., 11.5., 7.30 Uhr, Tages-
ausflug Fa. Megaflex und
Mondseeschiffsahrt

Prambachkirchen

Di., 21.4., 14 Uhr, Jahres-
hauptversammlung
Do., 7.5., Mutter- und
Vatertagsfeier

Schlüßlberg

Di., 18.5., Tagesausflug
nach Wieselburg

Waizenkirchen

Fr., 24.4., 9 Uhr, Sozial-
sprechtag, GH Mariandl
Fr., 8.5., Muttertagsfeier,
12 Uhr, Wirt in Spaching

Wallern

Mi., 15.4., Fahrt zum Stift
Heiligenkreuz und Wiener
Zentralfriedhof

Ausflug St. Wolfgang

Grieskirchen. Unser letzter Ausflug im Jahr 2025 führte uns zur Kleefeldalm und nach St. Wolfgang. Nach dem Mittagessen unternahm ein Teil der Gruppe eine kleine Rundwanderung durch den Tierpark. Anschließend ging unsere Fahrt weiter nach St. Wolfgang.



Neues aus der Ortsgruppe

Neumarkt-Kallham-Pötting-Wendling. Das Jahr 2025 war ein sehr erfolgreiches. Der Vorsitzende Erwin Fürst brachte viele neue Ideen in die OG ein, z. B. in der warmen Jahreszeit monatlich eine E-Bike-Ausfahrt, ganzjährig zweimal monatlich eine Kegelrunde im Vis-a-Vis beim Luger in Neumarkt. Die Veranstaltungen werden gut angenommen. Über unsere Termine informieren wir in der WhatsApp-Gruppe „OG Pens.verb“. In unserem Jah-

resprogramm 2026 sind alle Termine, Reisen, Telefonnummern und Tipps zu finden. Reisegutscheine geben der Vorsitzende Erwin Fürst und Reiseleiter Otmar Zehetner aus.



Faschingsball

Wallern. Unser traditioneller Faschingsball am 30. Jänner wurde wieder von zahlreichen Gästen aus Wallern und aus Nachbargemeinden besucht. Für musikalische Unterhaltung war gesorgt und das Tanzbein wurde fleißig geschwungen. Unsere große Tombola mit 450 Preisen war in kürzester Zeit ausverkauft. Die Funktionär*innen und Mitarbeiter*innen unserer OG bemühten sich um das leibliche Wohl der Besucher*innen. Auch die Sektbar lud zu einem kurzen oder längeren Verweilen ein.

35 Jahre Ortsgruppe

Schlüßlberg. Die gut besuchte Weihnachtsfeier am 10. Dezember 2025 stand im Zeichen des 35-Jahre-Jubiläums der Ortsgruppe. Im Bild sind von links nach rechts zu sehen: Der Vorsitzende von 2012 bis 2022, Robert Edlinger, der Bezirksvorsitzende Konsulent Gottfried Tröbinger, das Gründungsmitglied Bgm. a. D. LABg. a. D. Otto

Weinberger, der Vorsitzende von 2001 bis 2012, Siegfried Gruber, Bürgermeister Klaus Höllerl und der aktuelle Vorsitzende Franz Wieshofer.



Ausflug Kerzenwelt und Granitweihnacht

Prambachkirchen. Mit vollbesetztem Bus fuhren wir am 28. November nach Rothalmünster und besuchten die dortige Kerzenwelt. Nach dem Mittagessen im „Hacklberg-Bräu“ in Passau ging es nach Hauzenberg zur „Granitweihnacht“. So war es ein schöner Tag mit hervorragender Unterhaltung und Verköstigung.

Ausflüge und Wanderung

Weibern. In den Herbstmonaten wurden einige Bälle in den Nachbarorten besucht, es fanden kulinarische Ausflüge statt, wie etwa das Entenessen im Gasthaus Roitingen oder das Saukopfessen beim Wirt in Entern. Auch eine Besichtigung der Heizkesselproduktion der Fa. Fröling stand auf dem Programm. Die Fahrt ins Blaue führte ins Mühlviertel zu einem Betrieb mit Schaufleischerei und anschließend nach Linz zu den

OÖN mit Einblicken in die Produktion einer Tageszeitung. Zum Jahresabschluss fand eine Wanderung in der heimatlichen Umgebung statt.





Weitere Termine, Informationen und Berichte finden Sie unter:
pvoe.at/oberoesterreich/kirchdorf

Digitalisierung – Chance oder Risiko?

Bezirk. Die digitalen Technologien dringen in rasantem Tempo in immer mehr Lebensbereiche ein und haben zunehmend Einfluss auch auf den Alltag unserer Generation. Den Nutzen und die Risiken kann man nicht pauschalisieren, denn die Anwendungsgebiete sind vielfältig. Immer mehr Dienstleistungen können nur mehr über das Internet in Anspruch genommen werden.

In Zusammenarbeit mit den Bezirkshauptmannschaften haben nun die Senioren-

verbände in einer Schwerpunktaktion in jedem Bezirk Aktionstage initiiert, um unseren Mitgliedern Hilfestellung beim Zugang zur ID Austria zu geben. Diese ist ein staatlicher Ausweis für das Internet und man kann sich damit sicher elektronisch identifizieren und z. B. digitale Behördenwege erledigen. Anfang Februar nahm eine große Anzahl von Funktionär*innen und Mitgliedern aus verschiedenen Ortsgruppen dieses Angebot an und wurde in der WKO Kirchdorf von Fachkun-



digen praxisnah in diese Materie eingeführt.

Altersdiskriminierung, die mittlerweile in allen Bereichen stattfindet und besonders die digitale Diskriminie-

rung ist ein Thema, auf das der Pensionistenverband mit der steten Forderung auf das Anrecht eines analogen Lebens auch in Zukunft ganz genau schauen wird.

Veranstaltungen in den Ortsgruppen

Bezirk. Jedes Jahr bieten unsere Ortsgruppen ein Jahresprogramm, welches sich sehen lassen kann. Das Angebot für die Mitglieder ist vielfältig, umfassend, abwechslungsreich und deckt viele Interessen ab. Seien es die organisierten Tagesausflüge oder mehrtägigen Reisen, die Stammtisch- und Sparvereinstreffen und verschiedenste sportliche Angebote, das Miteinander bei Mutter- und Vatertags-

oder Weihnachtsfeiern. Dazu kommen die Grillfeste und Tanzveranstaltungen, bei denen auch jene der Nachbarortsgruppen besucht werden.

All das bedingt viel Einsatz der Ehrenamtlichen und man freut sich, wenn die Angebote auch entsprechend angenommen werden.



Magazin „Meine Generation“

Bezirk. Nachdem es im Mitglieder magazin des Pensionistenverbandes „UG – Unsere

Generation“, welches alle zwei Monate an unsere Mitglieder ausgeschickt wird, vor einiger Zeit Veränderungen gab und daher nicht alle Berichte aus den einzelnen Ortsgruppen Platz finden, gibt es ergänzend seit dem Vorjahr die Möglichkeit, über Aktuelles aus dem Bezirk in einem eigenen Magazin, welches unter dem Namen „MG – Meine Generation“ zweimal jährlich erscheint, zu berichten. An der zweiten Ausgabe, die im

Dezember des Vorjahres an unsere Mitglieder zur Verteilung gebracht wurde, beteiligten sich bereits 12 Ortsgruppen mit ihren Berichten, die sie an unsere Bezirksredakteurin Christine Hageneder lieferten und die erstellte daraus gemeinsam mit Claudia Würzlhuber eine wirklich ansprechende Zeitung mit einem stimmigen Gesamtbild. Wir freuen uns auf die nächste Ausgabe, deren Produktion bereits in den Startlöchern steht.



Termine

Bezirk

22.5., Frühlings-Bezirkswandertag (Kooperation der OGs Windischgarsten-Edlbach/Spital am Pyhrn/Roßleithen-Vorderstoder-Hinterstoder)

Molln

25.4., Tanz in den Mai
 Nußbach
 12.6., Grillfest

Steinbach am Ziehberg

30.5., Grillfest

Wartberg an der Krems

11.4., JHV



Termine

Kostenlose Beratung

Asten: Mi., 15.4./20.5.,
15.15 Uhr, Seniorenklub
Alkoven: Mo., 11.5., 9 Uhr,
Kulturtreff Alkoven

Alkoven

Mi., 8.4., JHV
Do., 9.4., Frühlingswanderung
Mi., 6.5., Mutter-/Vatertags-
feier, Ternberg
Mi., 27.-Fr., 29.5., 3-Tage-
Radtour, Moldaustausee

Langholzfeld-Wagram

Do., 16.4., Seegrotte in der
Hinterbrühl und Schloss
Laxenburg
Do., 28.5.-Fr., 29.5., 2-Tage-
fahrt Schloss Neuschwanstein
und Zugspitze, Fahrt mit der
Tiroler Zugspitzbahn
Seniorenturnen, Neu: Mi.,
7.45-8.45 Uhr, Treffpunkt
Schulzentrum
Nordic Walking jeden Do., 9-10
Uhr, Treffpunkt Schulzentrum

Leonding

Jeden ersten Freitag, 14 Uhr,
Treffen und Sparvereineinzah-
lung, Askö-Stube
Mi., 15.4., Besuch Lignorama
und Schnaiterhof
Sa., 16.5., Muttertagsfeier mit
Ehrungen, Kürnberghalle
Do., 21.5., Ausflug Grüne Erde
und Kriminalmuseum

Neuhofen

Mi., 15.4., JHV und Mitglieder-
ehrung
Sa., 2.5., Muttertagsfeier

St. Martin bei Traun

Nordic-Walking, jeden Montag,
9 Uhr, Parkplatz Volksheim
Senior*innenturnen jeden
Montag, 17.30-19 Uhr,
Mittelschule St. Martin

Jahreshauptversammlungen mit Neuwahl

Langholzfeld-Wagram. Einstimmig wieder ge-
wählt wurde am 29. Jänner Hans Hofer als Vorsit-
zender, ebenso seine Vertreterin Helene Freyberg.
Erfreulich ist, dass das bestehende Team und zwei
neue Mitglieder-Betreuerinnen ihre Mitarbeit zu-
gesagt haben. Großen Anklang fand die Multime-
dia-Show mit dem Jahresrückblick 2025.

Pucking. Am 9. Dezember fand unsere Jahres-
hauptversammlung mit Neuwahl und Ehrung
langjähriger Mitglieder statt. Als Ehrengäste
konnten wir unsere Landesgeschäftsführerin
Mag.a Jutta Kepplinger und Bgm. Thomas Altof
begrüßen.

Bei der Neuwahl wurde Vorsitzende Angela Alt-
reiter mit ihrem Team einstimmig gewählt.



Wintersport am Weißensee

Alkoven. Unsere Sportlergruppe mit 20 Personen
verbrachte im Jänner wunderschöne Tage am Wei-
ßensee. Mit der größten Natureisfläche Europas, zeigte
sich der See von seiner schönsten Seite und alle waren
begeistert. Die Tage verbrachte man auf dem Eis und
die Abende in geselliger Runde. Der Ausflug war ge-
prägt von traumhaftem Wetter, einer wunderschönen



Umgebung, per-
fektem Eis und
bester Stim-
mung in der
Gruppe: Es war
ein rundum ge-
lungenes Erleb-
nis.

Ausflug ins Salzburger Land!

Leonding. Bei strahlend schönem Winterwetter durf-
ten wir eine atemberaubende Berglandschaft in Filz-
moos und Umgebung erleben. Eine ausgiebige Rast gab
es auf der 350 Jahre alten Oberhofalm. Es war genügend
Zeit, das wunderschöne Panorama mit Blick auf die Bi-
schofsmütze und die Gipfel des Gosauer Steins zu be-
wundern.

Eine köst-
liche Alm-
schman-
kerl-Jause
auf 1.200
m rundete
den schö-
nen Tag ab.



Winterwandern in Schlierbach

Neuhofen. Am 15. Jänner wanderten 19
Mitglieder den 8 Kilometer langen „Bau-
er in Reith Rundweg“. Danke an unseren
Wanderführer Ferdinand Lehner für die
vorbildliche Organisation. Alle waren
sich nach der Wanderung einig: Es war
ein schöner Start ins Neue Jahr.



Beste Stimmung beim Faschingsfest

Oedt. Vorsitzende Erika Geisberger freu-
te sich beim Faschingsfest über bunte Kos-
tüme und schöne Masken der großen Besu-
cherschar. Bei schwungvoller Musik wurde
das Tanzbein fleißig geschwungen; lusti-
ge Beiträ-
ge sorgten
für viel La-
chen. Sobe-
finden wir
uns immer
wieder in
bester Ge-
sellschaft.





Weitere Termine, Informationen
und Berichte finden Sie unter:
pvoe.at/oberoesterreich/linz-stadt

Wunderschöne Ausfahrt

Kleinmünchen. Unsere diesjährige Adventfahrt führte uns nach Passau und Vielshofen. Wir schlenderten über die Weihnachtsmärkte und konnten die verschiedensten Köstlichkeiten genießen. Ebenso gab es schönes Handwerk zu bestaunen. So verbrachten wir einen wundervollen Tag. Gerne wieder!



Unternehmungsfreudige Ortsgruppe

Chemie. Unsere Tagesfahrten führten uns im Jänner nach Pregarten zur Schafwoll-

Manufaktur Stübl, im Februar in die Stiegl-Brauwelt nach Salzburg und im März zum Schloss Hluboka bei Budweis und nach Krumau. Die Wanderung im Jänner ging von Wagram nach Pasching. Wie ihr seht, gibt es immer wieder spannende Ausflüge zu erleben.



Schöne Feierlichkeit

Franckviertel. Die Weihnachtsfeier war wieder sehr gut besucht. Von der Ortsgruppe gab es Punsch und Essen. Bei unserem alljährlichen Adventtisch mit selbst gebastelten Kränzen und selbst hergestellten Köstlichkeiten konnten die Mitglieder kleine Geschenke erwerben. Der Erlös kam in die Vereinskasse.

Termine

Chemie

Monatsversammlungen:

Do., 2.4./ 21.5./ 11.6., 14 Uhr,
Volkshaus Franckstraße

Kultur:

Mi., 28.4., Johann-Strauß-Orchester, Brucknerhaus Linz
So., 12.7., Theaterfahrt nach
Bad Hall zu „Giuditta“ von
Franz Lehár

Ausflüge:

Mi., 15.4., Veste Oberhaus,
Passau
Mi., 6.5.-Fr., 8.5., 3-Tage-Fahrt
ins steirische Joglland
Mi., 17.6., Fahrt nach Bad Ischl
zur Kaiservilla

Wanderungen:

Do., 26.3., Weg Sinnenreich,
Rohrbach
Do., 23.4., Bauernberg und
Botanischer Garten, Linz
Do., 28.5., Von Gerling nach
Bad Mühlacken, Pesenbachtal

Kleinmünchen

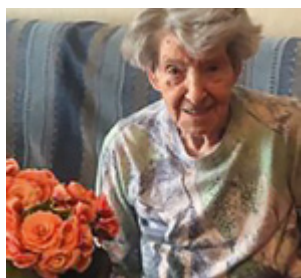
Ausflüge:

Di., 21.4., Schulmuseum,
Krapfen & Alpaka
Di., 19.5., Moldaustausee
& Lebzeltrei Kastner, Bad
Leonfelden
Mi., 10.6., Kunsthistorisches
Museum Wien

Es gab was zu feiern

Ebelsberg. Maria Neundinger feierte ihren 90. Geburtstag und ist noch immer eine unserer engagiertesten Betreuerinnen – eine bewundernswerte Persönlichkeit, die wir in unseren Reihen sehr zu schätzen wissen.

Maria Kübelböck (im Bild) feierte ihren 99. Geburtstag. Wir gratulieren sehr herzlich und freuen uns mit ihr, auch sie war in der Vergangenheit jahrelang Betreuerin bei uns.



Spannende Aktivitäten

Auwiesen. Am 6. Dezember waren wir auf dem Garstener Weihnachtsmarkt, der uns so richtig in die Adventzeit einstimmte. Unsere schöne und besinnliche Weihnachtsfeier fand am 12. Dezember statt. Diese wurde von Martin und Regina festlich gestaltet. Es gab auch kleine Geschenke und ein ausgezeichnetes Festmahl. Gemeinsam verbrachten wir mit 64 Mitgliedern einen schönen Tag.

Im diesem Jahr freuen wir uns über eure Teilnahme an den abwechslungsreichen Aktivitäten, die ihr in der Mappe überreicht bekommen habt.

DEM GLÜCK
EINE CHANCE
GEBEN
 LOTTERIEN SENIORENHILFE

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



Termine

Kostenlose Beratung

Ried in der Riedmark: Mi., 8.4.,
15 Uhr, Gasthaus Mayr
Mauthausen: Mo., 13.4.,
16.30 Uhr, Betreubares
Wohnen

Au an der Donau

Sa., 9.5., Muttertagsfeier,
Sportheim

Gloxbwald

Do., 30.4., JHV und Muttertags-
feier, GH Schauer

Langenstein

Sa., 9.5., Muttertagsfeier,
Großer Gemeindesaal
So., 14.6., Vatertagsfrühschop-
pen, Moarhaus

Mitterkirchen

Sa., 2.5., JHV und Muttertags-
feier, GH Haberl

Naarn

Do., 28.5., Muttertags- und
Vatertagsfeier, GH Redl, Neuhof

Saxen

Sa., 2.5., JHV und Muttertags-
feier, GH Auer

Schwertberg

Sa., 11.4., Frühlingsfest,
Volksheim

Die Welt der Autos

Naarn. 43 Mitglieder besichtigten das Autohaus Ortner in Perg. Bei einer Führung durch die Firma erhielten wir Einblick in die Werkstatt, das Ersatzteil- und Reifenlager, die Spenglerei und die Lehrwerkstätte. Betriebsleiter Franz Palmetzhofer und Thomas Leitner gaben Infos zum Neuwagenkauf sowie zu den Abläufen in der Werkstatt. Abschließend gab es einen kleinen Imbiss sowie einen Gutschein für eine Autowäsche. Siegi Kern bedankte sich im Namen der Teilnehmer für den Betriebsbesuch.



Wir treiben's bunt

Katsdorf. Mit einem bunten Nachmittag am 9. Jänner wurde der Veranstaltungsreigen für 2026 eröffnet. 150 Pensionist*innen unterhielten sich im Veranstaltungszentrum Im Hof prächtig. Zur Musik von „Willi“ wurde fleißig das Tanzbein geschwungen. Mit einer großen Tombola, einem Schätzspiel und selbst gemachten Mehlspeisen verbrachten wir einige vergnügliche Stunden.



Geselliges Beisammensein

St. Georgen am Walde. Die Winterzeit ist die Zeit des gemütlichen Beisammenseins in der warmen Stube. Am 28. Jänner fanden sich daher 50 Mitglieder zum Kartenspielen im Gasthaus Angermühle ein. Abschließend gab es für alle ein ausgezeichnetes Ritteressen. Der Start ins neue Jahr ist somit bestens gelungen.



Rundes Jubiläum

Perg. Unser Mitglied August Eichinger feierte am 3. Jänner seinen 100. Geburtstag. Zu diesem besonderen Jubiläum gratulierten ihm unser Landespräsident

Norbert Höpolseder, Bezirksvorsitzender Leopold Pichlbauer, OG-Vorsitzender Anton Mader, Gemeinderat Karl Ortner und Bürgermeister Luger. August Eichinger ist der älteste Bürger von Windhaag und ist seit 40 Jahren Mitglied in der Pensionistenverbandsortsgruppe Perg.



Spannendes Tarockieren

Schwertberg. Am 9. Jänner lud die Ortsgruppe zum zweiten Mal zum Tarockturnier ins Volksheim ein. Über 100 Tarockierer*innen spielten um den begehrten Sieg und die schönen Preise. Organisiert wurde dieses Turnier von Josef (Jimmy) Raab. 2027 wird das Turnier – eine Veranstaltung des Mühlviertler Tarockcups – wieder stattfinden.





Weitere Termine, Informationen
und Berichte finden Sie unter:
pvoe.at/oberoesterreich/ried

Nachruf und Jubiläum

Pramet-Schildorn. Am 27. Dezember ist Johann Schatzdorfer nach einem langen Leidensweg von uns gegangen. Mit Schatzi, wie wir ihn alle genannt haben, verloren wir ein jahrelanges und verlässliches Mitglied unserer Ortsgruppe. Als Subkassier kümmerte er sich um die Einhebung der Mitgliedsbeiträge und stand immer mit Rat und Tat zur Seite. Traurig, ihn verloren zu haben und ein großes Danke für die gemeinsame Zeit. Der Familie drücken wir unsere tiefe Anteilnahme aus.

Am 6. Jänner durften wir einer ganz besonderen Einladung folgen. Unsere liebe

Anna Seifriedsberger, ältestes Mitglied in unserer Ortsgruppe, feierte ihren 95. Geburtstag im Pflegeheim Eberschwang. In Begleitung ihrer Tochter Irene besucht Anna noch regelmäßig unsere Stammtische. Mit ihrem Humor, ihrer Herzlichkeit und ihrer Offenheit begeistert Anna uns immer wieder. Ein besonderer Höhepunkt waren für uns ihre Enkelkinder, die sich mit einem Ständchen vorstellten und für viele berührende Momente sorgten. Liebe Anna, danke für die schöne Feier und wir wünschen dir weiterhin Gesundheit,



Lebensfreude und noch viele fröhliche Stunden!

Weihnachtsfeier

Waldzell. Am 18. Dezember luden wir zur gemeinsamen Weihnachtsfeier in die gemütliche Gaststube des Gasthauses Schachinger mit einem guten Mittagessen ein. Nach der Ansprache durch unseren OG-Vorsitzenden Hans Jöchl und Bez.-Vorsitzenden Kons. Helmut Gruber unterhielt uns ein Gesangstrio unter der Leitung von Karla Kastenhuber mit stimmungsvollen Liedern und schönen, besinnlichen Texten. So verbrachten wir angenehme, unterhaltsame Stunden in gemütlicher Runde.

Vom Frauenteam wurden originelle weihnachtliche Aufmerksamkeiten an die anwesenden 54 Mitglieder verteilt.



In Erinnerung

Bezirk. Wir nehmen Abschied von unserem Kollegen Fritz Hoser und danken für 33 Jahre Mitgliedschaft und seine lange Zeit, die er als Funktionär im Verband gewirkt hat. Kons. Fritz Hoser hat die Bezirksorganisation Ried von 1997 bis 2015 als Bez.-Vors. geleitet. Fritz war ein absolut verlässlicher und ausgesprochen loyaler Mitarbeiter und seine Wortmeldungen sind uns stets als sehr sachlich und zweckdienlich in bester Erinnerung. Besonders soziale Anliegen waren ihm wichtig. Unzählige Sozialsprechstage und daraus folgend eine Vielzahl an Unterstützungsleistungen für bedürftige Menschen hat Fritz organisiert. Darüber hinaus war Fritz auch ein bekennender Demokrat, der stets für soziale Politik und Rechtschaffenheit eintrat. Zahl-



reiche Ehrungen wurden ihm auf Gemeinde- und Landesebene sowie vom Bund zuteil. Der Pensionistenverband OÖ hat Kollegen Hoser die höchste zu vergebende Auszeichnung, den Titel Sozialrat verliehen. Die Anwesenheit des erst kürzlich neu gewählten Landespräsidenten Norbert Höpolseder unterstreicht

die Wertschätzung, die unserem lieben Fritz Hoser entgegengebracht wird. Ehrlichkeit, Geradlinigkeit, Freundschaft und Solidarität waren Eigenschaften, die Fritz Hoser auszeichneten. Er wird uns allen fehlen und er reißt eine große Lücke in unsere Gemeinschaft. Wir trauern um einen wunderbaren Menschen, der viel für die Gemeinschaft geleistet hat und der eine große Bereicherung für uns alle darstellte.

Termine

Kostenlose Beratung

Mettmach: Mi., 8.4.,
14 Uhr, Gemeindeamt
Mettmach

Eberschwang: Do., 9.4.,
16 Uhr, Gasthaus Pillichshammer

Eberschwang

Do., 30.4., 14 Uhr, Stammtisch, Stadinger Alm
Sa., 9.5., 14 Uhr, Muttertagsfeier, GH Moarhof
Do., 21.5., 14 Uhr, Halbtagesfahrt, Geinberg Biohof – Mostbauer

Mi., 27.5., 14 Uhr, Stammtisch, Wirt in der Au
Fr., 12.6., 14 Uhr, Pensionisten-Café, Pfarrheim

Geinberg

Fr., 17.4./15.5., Bürgertag

Pramet-Schildorn

Do., 7.5., 14 Uhr, Bürgertag + Muttertagsfeier, Kirchenwirt Maletzky

Waldzell

Sa., 2.5., Maibaum aufstellen, Schmiedwirt
Do., 14.5., 12 Uhr, Muttertagsfeier, Schmiedwirt
So., 31.5., 14 Uhr, Maibaumfest mit Maibaumverlosung



Termine

Kostenlose Beratung

Rohrbach-Berg: Do., 9.4./11.6., 9 Uhr, SPÖ-Bezirkssekretariat

Aigen-Schlögl: Do., 9.4., 15 Uhr, Gasthaus zum Auerhahn
Julbach: Fr., 10.4., 16 Uhr, Gasthof Luger

Kleinzell: Fr., 17.4., 9 Uhr, Gemeindeamt Kleinzell

Rohrbach-Berg

Mi., 22.4., Wanderung, mit Einkehr im GH Kollonödt
Mi., 13.5., zweite Radausfahrt
Mi., 20.5., Mutter-/Vatertagsfeier

Mi., 27.5., Wanderung mit Führung Erlebniswelt Granit, Plöcking
Mi., 10.6., dritte Radausfahrt

Ulrichsberg-Klaffer-Schwarzenberg

Do., 30.4., Tagesausflug – Fahrt ins Blaue
Sa., 9.5., Muttertagsfeier, GH Hafner
Di., 26./Mi. 27.5., 2-Tage-Ausflug nach Friesach, Besichtigung Burgbau mit Spektakeldinner und Burg Hochosterwitz, Kärnten

Rundes Jubiläum und Kärntenreise

Rohrbach-Berg. Wir gratulieren unserem langjährigen Mitglied Sepp Brandl zum 90er herzlich und freuen uns, dass er immer wieder an unseren Veranstaltungen teilnimmt.

Freie Plätze gibt es noch bei unserer Reise nach Kärnten ins Hotel Pfeffermühle in St. Urban (23.–26. Juli) mit sechs inkludierten Ausflügen und Reiseleitung um € 595,-. Bei Interesse bitte rasch bei Fa. Wagner (☎07289/715 85) anmelden.

Bunte Ortsgruppe

Peilstein. Sehr gut besucht – auch mit Gästen aus anderen OGs – war unser Faschingskränzchen im GH Ramlhof am 17. Jänner. Die Gruppe Meraner sorgte für musikalische Unterhaltung. Es gab eine große Tombola mit schönen Preisen. Begrüßen konnten wir auch den Bürgermeister von Nebelberg.



Eisstock-Meisterschaft

Bezirk. Bei herrlichem Wetter fand auf den Eisbahnen in Haslach die Bezirksmeisterschaft im Eisstockschießen für Damen und Herren statt. Den Bezirksmeistertitel bei den Damen holte sich die Mannschaft aus Haslach, bei den Herren die Mannschaft Nebelberg, OG Peilstein. Wir gratulieren den Gewinner*innen.



Weihnachtsfeier mit Überraschungsgast

Kleinzell. Zu unserer stimmungsvollen Weihnachtsfeier war ein Überraschungsgast angesagt, der für Neugier sorgte. Und so gab es große Augen, als der Nikolaus den Saal betrat. Bei seinem Auftritt hat sich der Nikolaus einige Mitglieder „zur Brust genommen“ und so manches Fehlverhalten bei Ausflügen mit einem Augenzwinkern vorgetragen. Sogar für den Vors. Siegfried Barth und seinen Stv. Gerhard Laimer gab es mahnende Worte. Reumütig wurden umgehend

Einsicht und Verbesserung zugesagt. Schlussendlich haben aber alle Anwesenden kleine Gaben vom Nikolaus erhalten. Wir bedanken uns herzlich bei Ernst Meßthaller, der mit großer Würde in die Rolle des Nikolaus ge-



Neue Kegelbahn

St. Martin-Plöcking. Nach der Schließung des GH Wöhrer in St. Martin musste für die Sportler eine Ersatz-Kegelbahn gefunden werden. Nun wird im Café Fierlinger in Lembach wieder zweimal monatlich gekegelt. Die Gruppen sind mit Begeisterung bei der Sache.



Bei uns war einiges los

Ulrichsberg-Klaffer-Schwarzenberg. Unser langjähriges Mitglied Anton März feierte am 17. Dezember bei bester Gesundheit seinen 90. Geburtstag. Dazu gratulierten ihm Franz und Hildgard Zimmerbauer sehr herzlich und wünschten ihm weiterhin alles Gute.

Mit 68 Mitgliedern fuhren wir am 11. Dezember zum Deutsch-Amerikanischen Weihnachtsmarkt in die Westernstadt Pullmann City nach Deutschland. Nach vielen Attraktionen und Showprogrammen, wie der märchenhaften Parade und der musikalischen Christmas Light Show, genossen wir noch Live-Musik im Black Bison Saloon.

Zu unserer Weihnachtsfeier am 13. Dezember im GH Hafner konnten wir 139 Mitglieder begrüßen. Mit weihnachtlichen Liedern stimmte uns Wolfi Fleck auf seiner Ziehharmonika auf das bevorstehende Fest ein. Bei gutem Essen und geselligem Beisammensein verweilten wir bis in die frühen Nachmittagsstunden.





Weitere Termine, Informationen
und Berichte finden Sie unter:
pvoe.at/oberoesterreich/schaerding

Informationen unseres Vorstands

Bezirk. Mit Schwung und mitreißen der Musik genossen 50 Mitglieder des Bezirks am 2. Jänner das Neujahrskonzert im Brucknerhaus in Linz. Unter dem Motto „Bes(ch)wingt ins Neue Jahr“ war dies eine musikalische Traumreise der Philharmonie ptArt unter der Leitung von Norbert Hebertinger mit Mezzosopranistin Kerstin Turnheim und Sänger Eric Papilaya. Der Jungstar war der 16-jährige Benedikt Auzinger auf seiner Steirischen Harmonika, der sein außergewöhnliches musikalisches Talent zeigte. Zum Abschluss des großartigen musikalischen Nachmittags kehrten wir bei der Heimreise noch kurz beim Gasthof Mariandl in Waizenkirchen ein und ließen so den Tag ausklingen. Ein Dank an Bez.-Vors.-Stv. Robert Kinzlbauer, der die Organisation für diesen schönen musikalischen Jahresbeginn übernahm.

Auch das Aspacher Gstanzlsinga sorgt immer wieder für gute Unterhaltung.

Am 3. März fand die Landeskonferenz und die Neuwahl des Landesvorstandes sowie die Angelobung des neuen Landespräsidenten Norbert Höpoltzeder statt. Bei dieser Neuwahl wurde für den Bezirk Schärдинг Robert Kinzlbauer als geschäftsführender Bezirksvorsitzender vorgeschlagen.

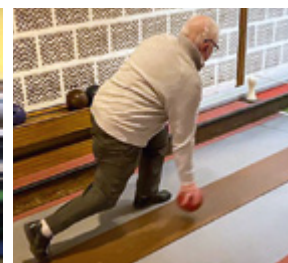
Unser Konsulent für Soziales, Josef Welljacek, unser bisheriger langjähriger Bez.-Vors., wird bei der Wahl des Bezirksvorstandes im Mai dieses Jahres sein

Mandat aus gesundheitlichen Gründen zurücklegen und die Aufgaben an Robert Kinzlbauer übergeben.

Wir bedanken uns schon jetzt bei Josef sehr herzlich für sein immerwährendes Engagement für den Pensionistenverband und seine Mitglieder. Die Würdigungen seiner jahrelangen ehrenamtlichen Arbeit als Bez.-Vors. werden wir in der nächsten Ausgabe allen sehr gerne zur Kenntnis bringen.

Die vielen geplanten Veranstaltungen unserer Ortsgruppen sind wiederum ein Bild des Zusammenhaltes, des Gedankenaustausches und auch der Geselligkeit wie man an unseren Kegel*innen sehen kann. Es sind dies alles Dinge, die einer Einsamkeit im Alter entgegenstehen!

Es gibt viel Neues, das heuer ansteht, aber mit dem Engagement aller werden wir das neue Jahr wieder meistern und unsere Stärke durch unsere vielen Gemeinsamkeiten beweisen!



Zum Abschied

Zell an der Pram. Bereits im vergangenen Jahr hat sich abgezeichnet, dass die Ortsgruppe Zell an der Pram leider nicht mehr erhalten werden kann. Der bisherige, jahrzehntelange Ortsgruppenvorsitzende Adolf Mühringer musste aus gesundheitlichen Gründen sein Amt niederlegen. Trotz vieler Versuche die Ortsgruppe zu erhalten, fanden sich keine Mitglieder für einen neu-

en Vorstand. Am 8. Jänner musste daher die Auflösung der Ortsgruppe durch den Bezirksvorstand bekannt gegeben werden. Viele Mitglieder nahmen die Möglichkeit wahr, sich in der benachbarten Ortsgruppe Riedau zu etablieren. Ein Dank an die OG-Vorsitzende Roswitha Krupa für das Engagement, einige Mitglieder aus der aufgelösten OG Zell an der Pram aufzunehmen.

Termine

Kostenlose Beratung

Andorf: Mi., 22.4. 15.30 Uhr, Café guad einkehrt

Wernstein: Mo., 11.5., 9 Uhr, Jugendheim

Andorf

Fr., 14.4., 14 Uhr, Pensionistennachmittag im VAZ

Mi., 6.5., 14 Uhr, Muttertagsfeier im VAZ

Brunnenthal

Do., 2.4., Stammtisch, Stelzenwirt

Do., 7.5., 14 Uhr, Mutter- und Vatertagsfeier

Diersbach

Sa., 2.5., 11.30 Uhr, Mutter- und Vatertagsfeier, GH Jell (Bergwirt)

Sa., 30.5., Ausflug Bad Aussee

Enzenkirchen

Di., 7.4., 14 Uhr, Stammtisch

Sa., 2.5., 12 Uhr, Muttertagsfeier

Esternberg

Sa., 2.5., 11.30 Uhr, Muttertagsfeier,

GH Hubinger

Di., 9.6., 3-Tage-Ausflug, Steiermark

Haibach bei Schärдинг

Di., 14.4., 14 Uhr, Frühlingsfest, Wirth z'Hareth

Mi., 6.5., 14 Uhr, Muttertagsfeier, Wirth z'Hareth

Kopfing

Do., 2.4., 14 Uhr, Stammtisch Mostschänke Hofstätter

Do., 7.5., 14 Uhr, Stammtisch GH Kramer/Kirchenwirt

Münzkirchen

Mittagstisch, jeden 2. Mittwoch

Sa., 9.5., 11.30 Uhr, Mutter- und Vatertagsfeier, Gasthof Wurmsdobler

Rainbach bei Schärдинг

Do., 2.4., 14 Uhr, Stammtisch Kirchenwirt Rainbach

Mi., 29.4., Fahrt Moden ADLER und Stift Schlierbach

Schärдинг

Mi., 8.4., 13.30 Uhr, JHV, Arbeiterkammer

Mi., 29.4., Muttertagsfahrt Mühlviertel

St. Florian am Inn

Sa., 11.4., 14 Uhr, JHV, Gasthaus Stelzenwirt, Brunnenthal

Do., 16.4., Tagesausflug München und Landshut

Taufkirchen

Do., 2.4., Halbtagsausflug laut Programm

Sa., 9.5., 14 Uhr, Mutter- und Vatertagsfeier, GH Beham

Wernstein

Fr., 17.4., JHV, SPÖ-Heim

Sa., 9.5., Muttertagsfeier, SPÖ-Heim



Termine

Kostenlose Beratung

Pfarrkirchen: Di., 7.4., 15 Uhr, Gemeindeamt (Hintereingang)
Steyr: Mi., 8.4./13.5./10.6., 15 Uhr, SPÖ-Gebäude, 1. Stock
Weyer, Kleinreifling, Gafelnz: Do., 16.4., 16 Uhr, Gemeindeamt Weyer
Großraming, Losenstein: Do., 16.4., 18 Uhr, Gasthaus Hanusch
Unterlaussa: Do., 23.4., 9.30 Uhr, Schulgebäude Unterlaussa

Bezirk

Do., 7.5., 14 Uhr, Stockhalle Losenstein, Bezirksmeisterschaft Stockschießen
Mi., 3.6., 14 Uhr, Bezirkswandertag, Sportplatz SV Sierning
Mi., 17.6., 10.30 Uhr, Bergmesse Fatimakapelle

Kleinreifling

Di., 19.5., 14 Uhr, Kaffee-Nachmittag, Dorfzentrum „D'Schmiedn“

Sierning

Mi., 10.6.-So., 14.6., 5-Tage-Fahrt in den Schwarzwald

Ternberg

Di., 12./Mi., 13.5., 2-Tage-Fahrt Graz und Slowenien

Waldneukirchen

So., 26.4., 14 Uhr, Mostkost, Stockhalle Waldneukirchen

Weyer

Mi., 8.4., 8.50 Uhr, Frühlingsausfahrt, Kreuzbergplatz

Wolfen

Do., 23.4., 7.30 Uhr, Ausfahrt nach Schwanenstadt, Schauglashütte
Fr., 15.5., 10.30 Uhr, Muttertagsmesse Pfarrkirche und Feier, GH Neubauer

Adventfeier

Wolfen. Der Vorstand freute sich über besonders viele Mitglieder bei unserer Adventfeier im GH Neubauer am 29. November. Mit einem voll besetzten Bus ging unsere letzte Ausfahrt 2025 zum Grafenegger Advent, der alle in eine vorweihnachtliche Stimmung versetzte.



Traditionelle Feier

Unterlaussa. Am 23. November hatten wir mit 75 Personen in der Pfarrkirche unsere traditionelle Elisabethfeier. Dank der musikalischen Gestaltung von Richard Schaupp und seinem Team konnten wir die Feier und im Anschluss im Vereinssaal das gemütliche Zusammensein stimmungsvoll genießen.

Feierliche Ortsgruppe

Steyr-Stadt. Am 19. Dezember feierten wir mit unseren Mitgliedern Weihnachten im Gasthaus Zöchling. Nach der musikalischen Einstimmung durch einen Schülerchor und kurzen Weihnachtsgeschichten, gelesen von Gemeinderätin Rosa Hieß, war die große Überraschung der Besuch vom Steyrer Christkindl. Mit großer Begeisterung folgte man seinem Prolog und alle machten dann gerne Fotos mit dem Christkind.

Jahresabschluss und runder Geburtstag

Pfarrkirchen. Am 30. Dezember wanderten 30 Mitglieder wie jedes Jahr zum bevorstehenden Jahreswechsel zum Zollner. Dort haben alle die verbrauchten Kalorien mit einer ausgezeichneten Jause ersetzt. Danach haben wir bei gemütlichem Zusammensitzen mit guter Unterhaltung und viel Spaß unsere letzte Aktivität im Jahr 2025 ausklingen lassen.

Am 9. Jänner gratulierte unser Vorsitzender seiner

Mutter, Josefa Bresenhuber, zu ihrem 100. Geburtstag. Sie ist das älteste Mitglied in der Ortsgruppe.



Stimmungsvolle Wanderung

Weyer. Am 11. Dezember sind 21 Pensionist*innen unserer OG bei der Laternenwanderung vom Kreuzbergparkplatz zum Gasthaus Steineck gewandert. Dort angekommen haben wir uns dann im Innenhof mit Glühwein und Punsch aufge-

wärmt um anschließend bei einem Imbiss noch ein paar gemütliche Stunden zu verbringen.



Runde Jubiläen

Behamberg-Haidershofen-Kleinraming. Zwei Damen, beide mit 33-jähriger Mitgliedschaft, feierten besondere Ehrentage. Vorsitzende Elisabeth Kastner und Vors.-Stv. Walter Stadlmayr gratulierten Martina Eilmer zum 100. und Stefanie Flankl zum 95. Geburtstag herzlichst und wünschten weiterhin alles Gute!

Ternberg. Im November gratulierten wir Ottilie Fröhlich zum 100. Geburts-

tag. Bei unserer Weihnachtsfeier am 7. Dezember konnten wir 79 Mitglieder begrüßen und gratulierten Erna Kraus zum 90er.



Martina Eilmer, Stefanie Flankl



Weitere Termine, Informationen und Berichte finden Sie unter:
pvoe.at/oberoesterreich/urfahr-umgebung

Ein besonderer Moment des Dankes

Gramastetten-Eidenberg Lichtenberg. Am 13. Jänner fand unsere Jahreshauptversammlung statt. Dabei erklärte der langjährige Vorsitzende Gerhard Öller aus gesundheitlichen und altersbedingten Gründen seinen Rücktritt. Gerhard leitete die OG Gramastetten seit 2005, formte diese durch die Fusion mit Eidenberg und Lichtenberg zur heutigen Ortsgruppe „GREI-

LI“ und steigerte die Mitgliederzahl von 38 auf 146. Durch sein großes Engagement, leistbare Ausflüge und zahlreiche musikalische Veranstaltungen – unterstützt von seiner Frau Monika – prägte er die OG nachhaltig. Als Dank wurde ihm vor 78 anwesenden Mitgliedern der Titel „Ehrenvorsitzender“ verliehen. Gerhard bleibt uns weiterhin unterstützend verbunden.



Ein Jahr voller Aktivitäten

Feldkirchen an der Donau. Das vergangene Jahr war für die Mitglieder der OG geprägt von zahlreichen Aktivitäten, Begegnungen und gemeinsamen Unternehmungen. Einen besonderen Platz nahm dabei unsere Reise nach Krakau und Schlesien ein. Wir erlebten Krakau als eine historisch beeindruckende, wunderschöne und weltoffene Stadt. Besonders bewegend war der Besuch des Geburtsortes von Papst Johannes Paul II. in Wadowice, wo wir die berühmte Vanillecremeschnitte

(Kremówka papieska) kosteten – einst eine Lieblingssüßspeise des Papstes. Ein weiterer Höhepunkt war der Ausflug in das Salzbergwerk Wieliczka, eines der ältesten der Welt. Tief beeindruckt waren wir auch vom Besuch des Marienwallfahrtsortes Tschenstochau mit der „Schwarzen Madonna“.

Diese Reise war geprägt von vielfältigen Eindrücken, neuen Erfahrungen und bewegenden Momenten – ein Erlebnis, das uns noch lange in Erinnerung bleiben wird.



Aktiv für die ältere Generation

Gallneukirchen. Mit viel Elan sind wir ins neue Jahr gestartet. Auch heuer dürfen sich unsere Mitglieder wieder auf ein besonderes „Mitmach-Programm“ freuen: 58 Veranstaltungen mit rund 280 Veranstaltungstagen bieten ein breites Spektrum an Aktivitäten. Das Angebot reicht von geselligen wöchentlichen Klubzusammenkünften über kulturelle Veranstaltungen bis hin zu Gesundheitsgymnastik, Wandern, Radfahren und Tanzen. Ergänzt wird es durch Tages- und Mehrtagesausflüge. Dabei steht unser zentrales Anliegen im Vordergrund: Gemeinschaft fördern, Neues entdecken und Freude am Miteinander erleben. Neben vielfältigen Freizeitaktivitäten nimmt auch die Interessenvertretung unserer Mitglieder einen wichtigen Platz ein. Aktuell beschäftigt uns das Thema „öffentliche Mikromobilität in Gallneukir-

chen“. Mit der Einstellung des „Postbus Shuttles“ im Verbund Gusental ist für die ältere Generation ein wesentliches Verkehrsmittel verloren gegangen. Um die soziale Inklusion älterer oder mobilitätseingeschränkter Einwohner*innen weiterhin zu unterstützen, fordern wir von der Stadtgemeinde die Einführung eines innerstädtischen, bedarfsorientierten City-Busses.



Termine

Kostenlose Beratung
Reichenau-Haibach-Ottenschlag: Do., 16.4., 14.30 Uhr, Gasthaus Seyrlberg
Bad Leonfelden: Di., 28.4., 13.30 Uhr, Gasthaus Leonfeldnerhof

Bezirk
 Fr., 15.5., Bezirkswandertag in Steyregg

Feldkirchen
 Mi., 8.4., Ausflug zum Stift Göttweig und AKW Zwentendorf
 Do., 23.4., Wandern am Rannastausee
 Sa., 16.5., Maiandacht bei der Nepomukkapelle, Berghheim
 Do., 11.6., Radfahren rund um den Chiemsee

Gallneukirchen
 Di., 7.4., Ostereierpecken im Klub
 Do., 9.4., Wir gründen ein Rollenspieltheater
 Fr., 17.4., Chansonabend im Klub: „Seemann“ – mit Monika Holzmann und Angela Dobretsberger
 Do., 30.4., RadAktiv Panoramaradtour Böhmerwald
 Do., 21.5., Muttertagsfahrt Grafenegg und Weinbaugbiet Kampthal
 Do., 28.5., Themenwanderung „Erlebniswelt Affenzeller“
 Mi., 17.6., Boccia-Turnier, Gusenparkstadion

Greili
 Di., 7.4./2.6., Monatstreffen, Kirchenwirt, Gramastetten
 Mi., 22.4., Tagesausflug Kittenberger Gärten und Weinverkostung
 Di., 5.5., Monatstreffen – Mutter- und Vätertagsfeier, Kirchenwirt, Gramastetten
 Mi. 10.6., Tagesausflug Schloss Hluboka und Stadtführung Budweis

Vorderweißenbach
 Fr., 10.4., 14 Uhr, „Tanz in den Frühling“, GH Lummerstorfer



Termine

Kostenlose Beratung

Unterach am Attersee: Mo.,
13.4., 14 Uhr, Gemeinde-
amt

Seewalchen: Mo., 8.6., 14
Uhr, Betreubares Wohnen

Bezirk

13.5., 9 Uhr, Sprechtag,

2. Stammtisch

11.6., 9 Uhr, Vorstands-

Sitzung, AK Vöcklabruck

24.6., 9 Uhr, Ausschuss-

Sitzung, AK Vöcklabruck

Seewalchen

18.4., 14 Uhr, Frühlingsfest,
Kultursaal

Kultur

Di., 28.4. 18 Uhr, Frühlings-

konzert, Brucknerhaus Linz

Di., 12.5., 19.30 Uhr,

Komödie „Der Menschen-

feind“, Kammerspiele Linz

So., 31.5., 15 Uhr, Ein Tee-

löffel Feenstaub - Disney's

Magic Songs, Musiktheater

Linz

Karten bei Andrea Dollhopf,

0732/66 32 41-12,

andrea.dollhopf@pvoe.at

SeniorenReisen

Frühjahrsstreffen Marmaris,

Türkei

Mo., 13.4./Di., 14.4./Mi.,

15.4. - Turnus I (Ablinger)

Mo., 4.5./Di., 5.5./Mi., 6.5.

- Turnus IV (Mondseeland)

Stimmungsvolles Weihnachtskonzert

Konzert. Am 21. Dezember durften wir als Pensionistenverband Bezirk Vöcklabruck bereits zum zweiten Mal zu einem stimmungsvollen Weihnachtskonzert ins Kulturzentrum Timelkam laden. Das Konzert mit J.J. King (alias Jürgen Höchtl) war seit Wochen restlos ausverkauft und wurde zum musikalischen Treffpunkt für rund 600 Besucher*innen. Unsere Bez.-Vors. Barbara Winkelbauer und Franz Köppl begrüßten das Publikum sowie die Musiker und eröffneten einen besonderen vorweihnachtlichen Nachmittag. Gemeinsam mit seiner musikalischen Begleitung begeisterte J.J. King das Publikum. Die Rückmeldungen waren eindeutig: „Es war Spitze – mit einem zur Höchstform aufgelaufenen Leadsänger!“ Ein großer Dank gilt den zahlreichen Helfer*innen aus unseren Ortsgruppen. Die OG Timelkam sorgte mit einem reichhaltigen Kuchenbuffet für süße Genüsse, die OG Vöckla-



markt bereitete köstliche Schinken- und Käsestangerln zu. Ein besonderer Akzent war der Espresso aus dem Genuss Café, ausgeschenkt auf Initiative von Franz Pichler durch Johannes Hillebrand. Wir bedanken uns herzlich bei allen Unterstützern, der Stadtgemeinde Timelkam und dem Team des Kulturzentrums. 2026 wird es voraussichtlich wieder ein vorweihnachtliches Konzert geben, aber in etwas anderer Form.

Birnstockturnier

Bezirk. Am 28. Jänner fand in der Eishalle von Vöcklabruck das Bezirks-Birnstockturnier auf Eis statt. In zwei Gruppen kämpften die teilnehmenden Mannschaften mit großer Leidenschaft, Präzision und taktischem Geschick um die Platzierungen. Spannende Begegnungen, faire Wettkämpfe und eine hervorragende Stimmung prägten den Turnierverlauf. Für die gewohnt perfekte Organisation zeichnete wieder Bezirks-Sportreferent Ludwig „Lucky“ Loibl verantwortlich, der das Turnier auch heuer souverän leitete. Ein rundum gelungener Eisstockvormittag im Zeichen von Sport und Gemeinschaft.



Bunte Masken, volle Tanzflächen, beste Laune

Bezirk. Die Faschingszeit wurde von den PVÖ-Faschingsbällen ordentlich aufgemischt. Die Ortsgruppen Frankenburg, Vöcklamarkt sowie Ampflwang mit Zell am Pettenfirst steckten viel Liebe, Herzblut und vermutlich auch ein paar schlaflose Nächte in die Organisation. Zahlreiche gut gelaunte Faschingsnarren strömten herbei, mit kreativen Kostümierungen, guter Laune und Lust zu tanzen. Ob Glitzerhut, schräge Perücke oder fantasievolle Verkleidung – der Einfallsreichtum kannte keine Grenzen. Auf der Tanzfläche wurde gelacht und gefeiert. Fazit: beste Stimmung, gut gefüllte Säle und Fasching, wie er sein soll – fröhlich, bunt und herrlich närrisch.





Weitere Termine, Informationen
und Berichte finden Sie unter:
pvoe.at/oberoesterreich/wels

JHV und Weihnachtsfeier



Stadl-Paura. Am 20. Dezember fand unsere Jahreshauptversammlung mit Neuwahl und anschließender Weihnachtsfeier statt. Vors. Eva Hofer begrüßte die Anwesenden und gab einen Überblick über die vielen Aktivitäten. Vor der



Neuwahl des Vorstandes gedachten wir unserer 17 verstorbenen Mitglieder mit einer Schweigeminute. Wir durften auch 42 Mitglieder für ihre langjährige Mitgliedschaft ehren. Das Gasthaus 7erStall verwöhnte uns zum Mittagessen



mit Wiener Schnitzeln und köstlichen Mehlspeisen. Die anschließende Weihnachtsfeier gestalteten heuer „Die Weinbergsschnecken“ mit einem besinnlichen und humorvollen Programm.

Kripperloas

Bad-Wimsbach-Neydharting. Am 22. Jänner haben wir uns aufgemacht um das Krippenbrauchtum in und um Neukirchen bei Altmünster zu entdecken. Wir besuchten die Natmessnig-Krippe von Xandl Natmessnig und die prunkvolle Schwanthaler Krippe in der Pfarrkirche von Altmünster, welche auch als Mutterkrippe des Salzkammerguts be-

zeichnet wird. Nächste Station war das Viechtauer Heimathaus, das eine Sammlung von Krippen aus Viechtau und Umgebung beherbergt. Letzte Station unserer Kripperloas mit geselligem Ausklang und herrlicher Verpflegung war das Gasthaus Fürthauer, wo wir ebenfalls eine liebevoll gestaltete Salzkammergut-Krippe bestaunen konnten.



Bei uns wird gefeiert

Wels-Pernau. Unsere Weihnachtsfeier hielten wir am 6. Dezember wieder im Gasthof Waldschänke ab. Anni Kern führte gemeinsam mit Monika durch das Programm. Nach Weihnachtsgedichten, die von Monika und GR Christian Kittenbaumer vorgetragen wurden, richtete Vbgm. Klaus Schinninger nette Worte an uns. Nach dem Mittagessen teilten wir unser Reiseprogramm 2026 aus und es wurden bereits einige Anmeldungen abgegeben.



Rundes Jubiläum

Weißkirchen. Unsere Maria Tischl feierte am 18. Jänner ihren 100. Geburtstag. Als erste Gratulanten stellten sich der Bürgermeister Patrick Krutzler, unser Landespräsident Norbert Höpoltzeder und der Ortsgruppenvorsitzende Hermann Höpoltzeder ein.

Beim darauffolgenden Dienstagstreffen feierten wir unsere Maria im Beisein von 53 Mitgliedern mit einem passenden Gedicht einer Freundin und der Übergabe eines gebackenen Hunderters durch unseren Ortsgruppenvorsitzenden.



Termine

Kostenlose Beratung

Wels: Mo., 13.4./4.5./1.6., 15 Uhr, Lichtenegger-Treff
Mo., 11.5., 10 Uhr, Lichtenegger-Treff

Sport

Mo., 20.4., Bezirksmeisterschaft Asphaltstockschießen Herren
Di., 21.4., Bezirksmeisterschaft Asphaltstockschießen Mixed
Di., 12.5., Stöbeln, OG Thalheim
Fr., 22.5., Radsternfahrt nach Gunkirchen
Di., 19.6., Bezirkswandertag, Pichl

Bad Wimsbach-Neydharting

Do., 16.4., Radausfahrt
Do., 7.5., Wanderung Ödsee
Sa., 9.5., Muttertagsausfahrt
Do., 11.6., Wanderung Damberg

Gunkirchen

Sa., 30.5., Frühschoppen mit 60-Jahre-Feier der OG

Stadl-Paura

Di., 7.4./5.5./2.6., 14 Uhr, Tanznachmittag
Do., 23.4./28.5., Wanderungen
Do., 7.5./Di., 9.6., Radausfahrten
Di., 12.5., Muttertagsfahrt Traunsee, GH Hoisn
Do., 11.6., Ausflug Botanischer Garten Linz



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**

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



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

Usbekistan- Zauber der Seidenstraße

Gruppenreise (9 Tage/8 Nächte)

1.11. – 9.11.2026

Erleben Sie das Herz der Seidenstraße und den wunderschönen Orient!

Die Reise führt Sie durch historische Städte, Wüstenlandschaften und lebendige Oasen. Erkunden Sie die märchenhaften Städte Chiwa, Buchara und Samarkand.

Inkludierte Leistungen

- Reisebegleitung von SeniorenReisen
- Betreuung durch medizinisches Personal von SeniorenReisen
- Trinkgelder für die lokale Reiseleitung und Busfahrer
- Flug ab/bis Wien mit Turkish Airlines nach Urgentsch/ von Taschkent (über Istanbul) inkl. Steuern und Gebühren in der Economy Class
- Zugfahrten Buchara - Samarkand und Samarkand - Taschkent in der 2. Klasse
- Transfers lt. Reiseverlauf
- Rundreise im landestypischen, klimatisierten Reisebus lt. Reiseverlauf
- 7 Nächte in den genannten oder gleichwertigen Hotels der Mittelklasse und gehobenen Mittelklasse
- 8x Frühstück, 7x Abendessen, davon 1x Abendessen in der Familie mit Plov-Kochkurs (usbekisches Nationalgericht), 1x Folklore beim Abendessen
- Deutschsprechende Reiseleitung
- Besichtigungsprogramm inkl. Eintrittsgelder lt. Reiseverlauf



Preise pro Person

Doppelzimmer	€ 2.499,-
Einzelzimmerzuschlag	€ 300,-
Aufzahlung bei 16 - 19 Teiln.	€ 150,-
Nichtmitgliederzuschlag	€ 100,-
Reiseversicherung	€ 160,-

Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen

Nicht inkludiert: Getränke, sonstige Trinkgelder, Mittagessen, persönliche Ausgaben

Sie hören gut, verstehen aber schlecht?

Die Schädigung der Haarzellen im Innenohr führt dazu, dass Gespräche nicht mehr gut verstanden werden. Eine bahnbrechende Schweizer Innovation löst dieses Problem effektiv.

Täglich bemerken viele Menschen, dass alle Schwierigkeiten haben, Gesprächen zu folgen. Sie hören zwar die sprechende Person, verstehen aber nicht richtig, was gesagt wird. Die Ursache dafür ist oft eine Schädigung des Innenohrs. Dabei erschweren Umgebungsgeräusche, schlechte Akustik, undeutlich sprechende Personen und Hintergrundmusik das Verstehen zusätzlich.

Schädigung des Innenohrs

Haarzellen im Innenohr sorgen für Anpassungen im Klang. Sind diese Zellen beschädigt, hören Sie leise Geräusche noch leiser und laute Geräusche erscheinen Ihnen hingegen lauter. Durch störende Umgebungsgeräusche sind Gespräche nicht mehr gut zu verstehen. Dank der enormen Fortschritte in der Hör-Technologie werden diese Probleme nun zielgerichtet gelöst.

Optimale Kompensation

Neue Hörlösungen erkennen und analysieren Geräusche blitzschnell und äußerst präzise. Dadurch ist es möglich, genau die richtige Verstärkung zu liefern, die für eine optimale Kompensation der Schädigung im Innenohr erforderlich ist. Hören wird so wieder zu Verstehen.

Hervorragende Klangqualität

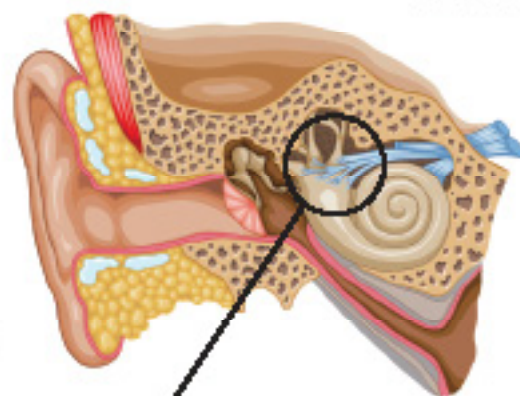
Die in der Schweiz entwickelten Infinio-Hörgeräte von Phonak sind

mit modernster Technologie ausgestattet. Sie bieten eine hervorragende Klangqualität und bestmögliche Sprechverstehen in jeder Hörumgebung. Hinzu kommt, dass der leistungsstarke Lautsprecher sehr nah am Trommelfell sitzt. Dies sorgt für eine optimale Schallübertragung und ein ultimatives Hörerlebnis. So können Sie wieder aktiv an allen Gesprächen teilnehmen. Darüber hinaus sorgt das einzigartige weiche Material für einen hohen Tragekomfort. Sie merken kaum, dass Sie ein Hörgerät tragen.

Testpersonen gesucht!

Hansaton sucht aktuell Personen, die diese revolutionären Hörgeräte in der Praxis testen möchten. Kennen Sie die vorhin beschriebene Situation und

„Ich habe gemerkt, dass ich Gesprächen nicht mehr richtig folgen konnte. Das war sehr unangenehm. Dank Hansaton kann ich Gespräche wieder voll und ganz genießen. Ich empfehle jedem, den Test zu machen und den Unterschied selbst zu erleben.“



Die Haarzellen im Innenohr bewegen sich sehr schnell und fungieren als Verstärker sowie Dämpfer. Sind die Haarzellen beschädigt, wird Sprache nicht mehr ausreichend verstärkt und störende Geräusche werden nicht mehr gedämpft.

möchten Sie wieder alles verstehen? Testen Sie die neueste Hörtechnologie kostenlos und unverbindlich in Ihrem persönlichen Umfeld.

Schnell anmelden!

Sind Sie interessiert? Wer sich schnell anmeldet, kann sich noch vor dem Testgeräte sichern! Die Teilnahme ist kostenlos und völlig unverbindlich. Die Ausgabe erfolgt, solange der Vorrat reicht. Anmeldung online auf hansaton.at, telefonisch unter 0800 880 888 (Anruf kostenlos) oder direkt bei Hansaton in Ihrer Nähe.

**Jetzt
anmelden!**

kostenlos und unverbindlich

**0800 880 888
hansaton.at**

QR-Code zur
Online-Termin-
vereinbarung:



Hansaton





Powerfrau. Gertrude Mikyska zeigt mit 89, wie jung Tischtennis hält – als Europameisterin im Einzel und Doppel!



Kämpfer. Staatsmeister und WM-Bronzemedallengewinner Stangl nutzt Tischtennis als Parkinson-Therapie.

Tischtennis ohne (Alters-)Grenzen

Die Erfolge unserer PVÖ-Mitglieder Gertrude Mikyska und Hans-Peter Stangl zeigen: Sportliche Höchstleistungen sind auch im hohen Alter und trotz körperlicher Beeinträchtigungen möglich.

Tischtennis gilt nicht als „ruhiger“ Sport und erfüllt keineswegs das Klischee eines „Seniorensports“. Rasanter Ballwechsel, scharfer Blick, ruckartige Bewegungen und hohes Tempo sind gefordert, dennoch kann man Tischtennis bis ins hohe Alter spielen. Es trainiert Kondition und Koordination optimal. Für unsere PVÖ-Mitglieder Gertrude Mikyska aus Wien und Hans-Peter Stangl aus der Steiermark ist Tischtennis nicht nur Sport, sondern auch Leidenschaft und Lebenselixier.

JUNGBRUNNEN SPORT: MIT 89 NOCH AKTIV

Geboren am 28. März 1936, lebt Gertrude Mikyska nach dem Motto: „Sport hält jung!“ Die rüstige Wienerin ist der beste Beweis dafür, dass (Leistungs-)Sport kein Alterslimit kennt. Als Mitglied im Wiener Tischtennis-Verband fährt sie noch immer regelmäßig zu Wettkämpfen. International feiert sie große Erfolge: 2019 wurde sie bei den Senioren-Europameisterschaften Europameisterin in

der Altersklasse 80 plus. Vergangenes Jahr holte sie mit 89 Jahren den Europameister-Titel im Einzel und Doppel in der Altersklasse 85 plus.

LORBEEREN IM PARKINSON-TISCHTENNIS

Für den 1958 geborenen Steirer aus Köflach ist Tischtennis nicht nur sportliche Leidenschaft, sondern auch eine Therapie gegen seine Parkinson-Erkrankung. In der noch jungen Szene des Parkinson-Tischtennis ist Hans-Peter Stangl seit Jahren aktiv und erfolgreich. Die Regeln unterscheiden sich dabei kaum von klassischen Wettkämpfen. Der einzige Unterschied: Wenn es notwendig ist, darf man sich an der Tischplatte festhalten.

Stangl ist österreichischer Staatsmeister im Parkinson-Tischtennis Herren Einzel Klasse 2 und Vizemeister im Herren Doppel offene Klasse. Er vertritt Österreich regelmäßig bei Welt- und Europameisterschaften und gewann bei einer Weltmeisterschaft bereits Bronze. (ell)

Tischtennis im PVÖ:

Im Pensionistenverband treffen sich in ganz Österreich (Hobby-) Tischtennis-Begeisterte regelmäßig zum gemeinsamen Spiel und Training. Einmal jährlich gibt es außerdem Landes- und Bundesmeisterschaften. Fragen Sie einfach direkt in Ihrer betreffenden Landes- oder Bezirksorganisation nach Tischtennis-Gruppen in Ihrer Nähe und mehr Informationen: pvoe.at/kontakt-landesorganisationen



Jetzt mitmachen: Erzählen Sie uns Ihre sportlichen Erlebnisse!

„UG – Unsere Generation“ will Ihre Sport-Geschichten kennenlernen! Ob ungewöhnliche Sportarten, große Erfolge oder besondere Momente – wir freuen uns auf Ihre Einsendung! E-Mail an redaktion@pvoe.at oder Pensionistenverband Österreichs, z.H. Redaktion „Unsere Generation“, 1180 Wien.



Willi Binder

PVÖ-Bundessportreferent

Dreimal Sport-Spaß an einem Ort!

Gemeinsam aktiv sein! Aller guten Dinge sind bekanntlich drei. Darum bietet der PVÖ drei bei seinen Mitgliedern besonders beliebte Freiluft-Sportarten zur gleichen Zeit am gleichen Ort an.

Drei Sportarten an einem Ort – besser kann das PVÖ-Motto „Lieber gemeinsam statt einsam!“ nicht gelebt werden. Singles gehen in der Gemeinschaft ihrem Lieblingssport nach oder unternehmen unter der Führung eines Guides schöne Touren in der Gruppe und knüpfen dabei neue Kontakte. Und auch für Paare oder Freunde sind die PVÖ-Outdoor-Tage ideal. Jede und jeder kann seiner bevorzugten sportlichen Betätigung nachgehen und am Abend treffen sich alle im Hotel und lassen den Tag gemeinsam ausklingen.

Den Golfern werden Einsteiger- und Fortgeschrittenenkurse (beides unter Anleitung von Pros des GC Lungau) angeboten. Die Radfahrer und Wanderer unternehmen jeden Tag eine von einem Guide begleite-

te Tour in der herrlichen Landschaft des UNESCO Biosphärenparks Lungau.

Anmeldung bitte ausschließlich schriftlich oder per Mail an Sabine Egg (✉ seniorensport-wien@pvoe.at) oder direkt über die Website pvoe.at/wien

Outdoor-Tage im Lungau

21. Juni bis 25. Juni 2026

St. Michael/Lungau, Wastwirt

Drei Sportarten, ein Termin, ein Ort

Geführte Radtouren für „normale“ Fahrräder und für E-Bikes

Wandertage mit geführten Wanderungen im UNESCO Biosphärenpark

Mehrtägige Golfkurse für Einsteiger und für Fortgeschrittene



Erste Hilfe beim Sport

Zugegeben, wir sind nicht mehr die Jüngsten, aber immer noch aktiv. Sind wir auch mit lebensrettenden Maßnahmen wie z. B. der stabilen Seitenlage oder Wiederbelebungsmaßnahmen vertraut? Wann haben wir zuletzt einen Auffrischkurs für Erste Hilfe besucht? Meist ist es lange her und wir beherrschen oft die einfachsten Rettungsmaßnahmen nicht mehr. Bei diesen Kursen erfahren wir, wie wir uns bei Unfällen richtig verhalten. Schließlich wollen wir alle von sportlichen Aktivitäten wieder gesund nach Hause kommen. Nehmen wir uns vor, dass wir die Angebote des Samariterbundes oder des Roten Kreuzes annehmen. *Das wünscht sich euer Bundessportreferent KommRat Willi Binder.*

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 – GVA
- Stütz- und Bewegungsapparat
- dermatologische Erkrankungen (Neurodermitis, Psoriasis)
- ambulante Therapien mit Verordnungsschein

Garantierte Einzelbelegung!



KURZENTRUM LUDWIGSTORFF



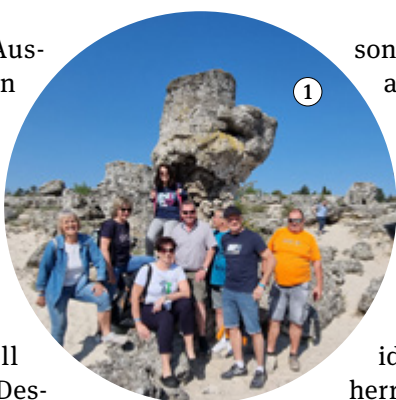
Urlaubsglück. In Albena waren unsere Gäste 2025 vor allem vom wunderbaren Strand angetan.



In freudiger Erwartung

In knapp einem Monat starten die Frühjahrstreffen! Damit alles seinen perfekten Lauf nimmt, besuchten SeniorenReisen-Delegationen sowohl Albena als auch Marmaris und trafen die Vertreter aus Politik und Tourismuswirtschaft.

Dabei war die Ausgangslage in den jeweiligen Gesprächen eine erfreuliche. Ziel muss es sein, dass die Treffen 2026 ebenso perfekt durchgeführt werden können, wie es im vergangenen Jahr der Fall war. Denn in beiden Destinationen, in Albena und in Marmaris, war die Zufriedenheit der Reisegäste, die am Treffen 2025 teilgenommen hatten, außerordentlich groß.



HÖCHSTER STANDARD

Gelobt wurden nicht nur die Hotels und die Verpflegung – Bereiche, auf die Frühjahrstreffen-Gäste traditionell be-

sonders achten – sondern auch das Gesamtpaket aus Erlebnis und Erholung; die Abwechslung zwischen interessanten Ausflügen und dem Genießen am Strand, wozu in beiden Orten geradezu ideale Voraussetzungen herrschen. Dieser Mix aus aktivem Entdecken und süßem Nichtstun wird daher auch 2026 beibehalten. Ebenso erhalten bleibt das von den Gästen mit Begeisterung aufgenommene Frühlingstreffen an beiden Orten.

Hier sind den Frühjahrstreffen-Reisenden vor allem die Schüler*innen der Musik- und Folklore-Schule in Kotel in Bulgarien ans Herz gewachsen,



Fröhlichkeit. Marmaris bot im Vorjahr perfekte Urlaubsfreuden und ließ unsere Gäste begeistert schwärmen.

Jetzt Restplätze sichern!

REISEN



Albena 2026

Frühjahrsreffen für Mitglieder aus Kärnten, Niederösterreich, Steiermark, Tirol und Vorarlberg.

Reisetermine



1. Turnus: 1 Wo. ab 23.4.2026
2. Turnus: 1 Wo. ab 30.4.2026
3. Turnus: 1 Wo. ab 7.5.2026
4. Turnus: 1 Wo. ab 14.5.2026

Preis für
PVÖ-Mitglieder

€ 1.299,-
p.P. im DZ

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

deren Ausbildungssituation (Unterkünfte, Kostüme) durch großzügige Spenden der PVÖ-Mitglieder auch im letzten Jahr wieder verbessert werden konnte.

SeniorenReisen- und PVÖ-Geschäftsführerin Mag. Gerlinde Zehetner konnte bei ihrem Besuch der Schulleitung erneut eine schöne Summe an Spendengeld unserer Senior*innen übergeben. Die Kinder und Jugendlichen aus der Schule in Kotel werden es den Gästen mit fulminanten Darbietungen beim Frühlingsfest danken.

NEU: EURO JETZT AUCH IN BULGARIEN

Für Veranstalter und für Gäste heuer neu: In Bulgarien wurde mit 1. Jänner 2026 der Euro als Zahlungsmittel eingeführt. Damit entfällt die lästige Herumrechnung in den Cafés und Geschäften.

ALLE BEREIT – UND ALLE FREUEN SICH

Es ist also alles getan, um ein wunderbares Frühjahrsreffen erleben zu können. Alle „Roten Engel“ von Senioren-Reisen freuen sich schon auf ihren Einsatz in Albena und Marmaris. Möchten Sie auch dabei sein? – Noch sind einige Restplätze bei SeniorenReisen zu haben. ☺ (hau)

1. Neben dem Strandleben warten auch sehr interessante Ausflüge auf die Urlauber in Albena.
2. Haben alle ins Herz geschlossen: die Kinder der Musikschule in Kotel.
3. SeniorenReisen- und PVÖ-GF Mag. Gerlinde Zehetner besuchte vor wenigen Wochen die Gouverneurin der Provinz Albena.
4. Auf großer Fahrt vor der Küste von Marmaris.
5. Eine SeniorenReisen-Delegation beim letzten Check, bevor das Treffen 2026 in Marmaris startet.



Marmaris 2026

Frühjahrsreffen für PVÖ-Mitglieder aus dem Burgenland, aus Oberösterreich, Salzburg und Wien.

Reisetermine

1. Turnus: 1 Wo. ab 13.4.2026
2. Turnus: 1 Wo. ab 20.4.2026
3. Turnus: 1 Wo. ab 27.4.2026
4. Turnus: 1 Wo. ab 4.5.2026

Preis für
PVÖ-Mitglieder

€ 1.299,-
p.P. im DZ

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



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**
seniorenreisen.cc



Erleichterung und große Freude: Wohlbehalten wieder daheim! Die PVÖ-Reisenden aus Salzburg und Vorarlberg (Bild links) und aus Tirol (Bild unten). SeniorenReisen hat einmal mehr herausragendes Krisenmanagement bewiesen.



Krise gemeinsam gemeistert

Reisen ist Vertrauenssache. Speziell für „unsere Generation“. Die jüngsten Ereignisse im Iran und deren Folgen haben gezeigt, dass es in dieser Hinsicht wohl keine bessere Wahl als den verbandseigenen Reise-Veranstalter SeniorenReisen gibt.

Nichts geht mehr. Alle Flüge sind gestrichen. Der Luftraum für Tage blockiert. – Mit dieser schockierenden Meldung als Folge der Kriegshandlungen im Iran und der Region waren 117 SeniorenReisen-Gäste in drei Gruppen am Ende ihres davor schönen Aufenthalts in Dubai konfrontiert.

Als Alleinreisende/r bedeutet das Stress pur: Hotel suchen, ein leistbares, täglich mehrmals checken, ab wann welche Fluglinie wieder fliegt. Und alles in Konkurrenz mit Tausenden anderen Gestrandeten, die alle dasselbe wollen: eine sichere Unterkunft, Verpflegung, einen Platz in einem der ersten Flieger. Ellenbogen-Horror der schlimmsten Art.

Auch als Gruppenreisender ist die Verunsicherung am Anfang natürlich da: Wie wird unser Reiseveranstalter reagieren? Sich auf „höhere Gewalt“ berufen? Kann er überhaupt etwas machen? Wie gut sind seine Kontakte zu den handelnden Personen in dem Land, in dem wir gerade festsitzen?

Und in der Tat: Dramen haben sich abgespielt. Man konnte es den Medien entnehmen. Vielerorts – nur nicht bei den SeniorenReisen-Gästen. Denn sie konnten sich auf ihren Veranstalter, der bereits im Vorfeld jeder Reise die besten Kontakte vor Ort sondiert, verlassen. Und auch auf die fachlichen und menschlichen Qualitäten der beteiligten Personen: Reisebegleiter, mitreisendes medizinisches Personal und alle zu Hause im Büro.

BESTENS BETREUT – SICHER ZURÜCK!

Und so kam es, dass die SeniorenReisen-Gruppen in Dubai nicht zerstreut wurden, alle 117 Reisenden in komfortablen 5-Sterne-Hotels bestens versorgt waren und es auch gelungen ist, die Gruppen geschlossen in die Heimat fliegen zu lassen. Alles ohne Mehrkosten für die Gäste!

Wieder einmal hat sich bewährt, dass eigenes medizinisches Personal dabei ist: Dr. Thomas Ginzler hat in akribischer



Krisenmanager in Dubai: SR-Arzt Dr. Thomas Ginzler und die Reisebegleiterinnen Roswitha Scheuringer (im Bild), Mag. Nadine Eder und Monika Pancheri.



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**
seniorenreisen.cc



Krisenmanager. Von Wien aus hat SR-Prokurist Okan Toprakci in mehr als 1.000 Mails, WhatsApps und Anrufen, Hotels und Rückflüge gecheckt. Ein organisatorisches Meisterstück.

Arbeit aus verschiedenen Apotheken die wegen der unfreiwilligen Verlängerung fehlenden Medikamente für alle Reisenden besorgt. Dafür ein riesengroßes Dankeschön.

Auch die Verunsicherung über den ungewissen Fortgang des Kriegsgeschehens konnte aufgrund des guten Informationsaustauschs mit dem Büro in Wien und durch das große Einfühlungsvermögen der drei Reisebegleiterinnen Mag. Nadine Eder, Monika

Panchieri und Roswitha Scheuringer gering gehalten werden. Unzählige Gespräche und die zusätzliche psychologische Unterstützung durch Dr. Thomas Ginzler haben trotz aller widrigen Umstände dazu geführt, dass sich die SeniorenReisen-Gäste letztendlich immer auf der sicheren Seite fühlten.

Die Stimmung in dieser langen Woche des Wartens auf den Rückflug war natürlich nicht ausgelassen; sie war stabil, gut, zuversichtlich. Und euphorisch nach der sicheren Rückkehr. Es war wieder einmal der Beweis, dass der Slogan „Stimmung, Service, Sicherheit“ keine hohle Phrase ist. – Bei SeniorenReisen ist er Programm. 📞(hau)



„SeniorenReisen-Gruppenreisen sind ein Garant für Zusammenhalt und Sicherheit!“

Mag. Gerlinde Zehetner,
Geschäftsführerin PVÖ und
SeniorenReisen

BEZAHLTE ANZEIGE

Wien und Bratislava
mit dem
Twin City Liner erleben

20 JAHRE

TWIN CITY

LINER.com

WIEN BRATISLAVA

SAISON START
Freitag 20.03.2026

**SUPER
DIENSTAG**

Jeden Dienstag für SeniorInnen
(ab 60 Jahre) 50% Ermäßigung
für die gesamte Saison.*

*exkl. Hafentaxen und
sonstiger Zuschläge.

+43 1 904 88 80 | www.twincityliner.com

Makarska Riviera 2026

Das Herbsttreffen 2026 führt Sie an die dalmatinische Küste im Süden Kroatiens. Die ****Hotels liegen in Tučepi.



Leistungen (Auszug)

- An- und Abreise mit modernen Reisebussen ab Heimatort
- 6 Nächtigungen in ****Hotels auf Basis Vollpension/Buffer
- Inkludierte Ausflüge (s. u.)
- Deutschsprachige Reiseführer
- Deutschsprachiges Ärzteteam

Reisetermine

1. Turnus: 20.9. – 26.9.2026
2. Turnus: 26.9. – 2.10.2026
3. Turnus: 2.10. – 8.10.2026
4. Turnus: 8.10. – 14.10.2026

Inkludierte Ausflüge

Trogir & Split (ganztags)

Zwei UNESCO-Weltkulturerbestätten an einem Tag.

Insel Korčula (ganztags)

Eine der Insel-Perlen vor der Küste der Makarska-Riviera.

Preis für
PVÖ-Mitglieder

€ 999,-
p.P. im DZ

EZZ: € 269,- (Doppelzimmer zur Alleinbenutzung)
Nichtmitglieder: € 1.099,- p.P. DZ



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**

Vielfalt. Glasklares Meer, schmucke Orte mit charmananten Gässchen, schattenspendendes Grün und majestätische Berge auf kleinstem Raum: Das ist die Makarska Riviera.

Genuss auf allen Linien

Was Ihr wollt! Unter diesem Motto steht das diesjährige Herbsttreffen an der kroatischen Makarska Riviera. Denn dieser Landstrich bietet Urlaubsfreuden und Genuss für wirklich jeden Geschmack.

Es hat schon seine guten Gründe, warum die Makarska Riviera nach 2012 in diesem Jahr wieder zum Ziel eines Herbsttreffens des Pensionistenverbandes ausgewählt wurde. Den Mitarbeiter*innen von SeniorenReisen ist die außergewöhnlich hohe Zufriedenheit der Gäste heute noch in bester Erinnerung.

QUALITÄT & VIELFALT

Natürlich hat sich in den vergangenen Jahren einiges getan. Orte, Hotels und die lokale Gastronomie sind dem Zeitgeist entsprechend schicker geworden; – doch das so behutsam, dass der ursprüngliche Charakter nicht verloren gegangen ist.

An den natürlichen Voraussetzungen für einen Urlaubsgenuss für jeden Geschmack hat sich nichts geändert. Eine Kiesbucht nach der anderen, allesamt mit glasklarem Wasser, lädt zum Baden ein. Gut gepflegte Spazierwege lassen Sie bequem per pedes die Gegend erkunden. Jeder Küstenort hat eine ausgebaute Promenade die miteinander verbunden sind.

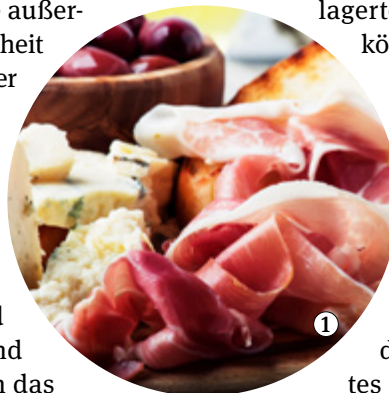
Wem die heimatlichen Berge fehlen, der muss sich am Meeresufer stehend nur umdrehen und kann in schon kurzer Entfernung auf seine Höhenmeter kommen. Auch

zum Biken – ob mit oder ohne E – ist die Gegend ein Genuss.

Und für den Müßiggang werden Sie leicht Ihr Lieblingsplatzerl finden, von dem aus Sie den Blick über das Meer und die vorgelagerten Inseln schweifen lassen können.

KULINARISCH TOP

Apropos Genuss: Die Makarska Riviera bietet das Beste aus zwei Welten: fangfrische Meeresfrüchte und herzhafte ländliche Genüsse. Beides abgerundet durch ein schmackhaftes Olivenöl, das ebenfalls aus der Gegend kommt. Dazu gibt es – je nach Geschmack – einen leichten weißen Kujundžuša oder einen dunkelroten Plavac Mali. ☺ (hau)



- 1 **Genuss.** Das Beste aus dem Meer und vom Land. Kulinarisch bleiben keine Wünsche offen.
2 **Traum.** Ein Sonnenuntergang wie gemalt.



Rezept von
Silvia Benes, Wien

WEISSE BOHNENSUPPE MIT NOCKERLN

Dieses vielfach erprobte Familienrezept stammt von der Großmutter von Silvia Benes. Es ist kostengünstig, rasch zuzubereiten und dennoch delikat.

Zubereitung

1. Zwiebel fein schneiden und in einem großen Topf in 30 g Butter anschwitzen, bis sie leicht glasig wird.
2. Suppengemüse putzen, klein schneiden und zu der Zwiebel geben. Kurz anrösten, bis sich Röstaromen bilden. Knoblauch fein hacken und ebenfalls hinzufügen.
3. Hafermark in den Topf geben und kurz mitrösten. Dann 2 l kochendes Wasser angießen. Lauch und etwas Petersilie klein schneiden und hinzufügen. Mit Suppenwürfel, Liebstöckel, Salz und Pfeffer würzen. 10 Minuten köcheln lassen.
4. In der Zwischenzeit das Mehl in eine Schüssel wiegen, in der Mitte eine Mulde formen, das Ei hineinschlagen und leicht salzen. Schrittweise Mineralwasser unterrühren, bis ein festerer Spätzleteig entsteht. Kurz ruhen lassen.
5. Mit einem langen Joghurtlöffel, den man vorher in die Suppe taucht, kleine Nockerln abstechen und direkt in der Suppe kochen lassen.
6. Dosenbohnen etwas abseihen, zur Suppe hinzufügen und abschmecken. Restliche Petersilie hacken und einstreuen. Sobald die Nockerln an der Oberfläche schwimmen, ist die Suppe fertig. Mahlzeit!

Tipp: Wer die Bohnen lieber etwas zerkochter mag, gibt sie direkt nach dem Würzen in die Suppe.

Zutaten

- 1 große Dose Bohnen
- 1 Bund Suppengemüse
- 1 große Zwiebel
- 2 Zehen Knoblauch
- 30g Hafermark (oder kleine Haferflocken)
- 30g Butter oder Margarine
- ev. 1 Suppenwürfel
- 1 große Prise getrockneter Liebstöckel
- ev. Maggi
- 1/4 Bund Petersilie
- 200g Mehl
- 1 Ei
- Mineralwasser (oder Wasser)
- Salz, Pfeffer

Mitmachen & gewinnen: Verborgene Küchenschätze gesucht!

Kulinarik-Fans aufgepasst: Der Pensionistenverband Österreichs sucht laufend Rezepte, die immer mehr in Vergessenheit geraten. Geplant ist, damit ein Rezeptbuch für PVÖ-Mitglieder zu erstellen.

In jeder Familie – von Vorarlberg bis ins Burgenland – gibt es sie: alte Küchenschätze, die gerettet werden müssen. Machen Sie mit und schicken Sie uns Ihr Rezept zu!

Unter allen Einsendern verlosen wir **Geschenkbboxen mit herrlichen Gewürzen von Stay Spiced!** Rezept-Einsendungen mit Angabe von Name, Adresse, Telefonnummer, Porträtbild und Bild des Gerichts an: ✉ redaktion@pvoe.at 📍 Pensionistenverband Österreichs, Gentzgasse 129, 1180 Wien



STAY SPICED!

Hier anmelden:
vorlesetag.eu



**ÖSTERREICHISCHER
VORLESETAG
26. MÄRZ 2026**

VORmagazin

ORF

**LESEN BEFLÜGELT
DIE FANTASIE.
VORLESEN
AUCH!**



JEDE VORLESUNG ZÄHLT!

WIR FEIERN DAS LESEN! Und jeder macht mit – Vorlesen hat Vorbildwirkung und motiviert zum selbst Lesen.

Am 26. März 2026 ist ÖSTERREICHISCHER VORLESETAG. Also schnappt euch ein Buch und lest vor: im Wohnzimmer, auf einer Parkbank, für Kinder, im Zug, für Omas und Opas, im Garten, auf einem Aussichtsturm – je kreativer, desto besser! Meldet eure Vorlesungen auf www.vorlesetag.eu an.

Die ersten 10.000 angemeldeten Vorlesungen werden mit dem gratis Vorlesebuch belohnt.

Übrigens: der ÖSTERREICHISCHE VORLESETAG ist **offizieller Projekttag in allen Schulen Österreichs!**

www.vorlesetag.eu

sehr leichte Holzart	a. einem Schiff in Dienst treten	hand-warm	Kfz-Z. Steyr-Land/00	Patron von Venedig	charakter-schwach, gefügig	Name Wiens im MA.	Atomart eines chem. Elements	Grenze (z. B. eines Kredits)	Kurzwort für ein Spezial-bier	österr. Schlager-sängerin (Petra)	früherer österr. Fußballer (Johannes)	freund-lich
→	↓	↓	↓	Fisch	→		Schutz-stoffe verab-reichen	→	↓	↓	↓	↓
Possen-reiBerin; Törin	→					9	dt. Physiker † 1854	→	falscher Weg (in die ... gehen)	→		
→		10	Paa-rungs-zeit b. Wild	ge-schickte Täu-schung	→		4	Feder-betten-stoff	→			
Eulen-vogel		österr. Radrenn-fahrer (Max) †		2		kleinere Religions-gemein-schaft		orient. Reis-brannt-wein		eine der Nordfrie-sischen Inseln		3
→	5			kleines Fein-gebäck		belg. Heilbad in d. Ar-dennen						
Winter-sportort am Arlberg		Verhält-niswort mit Artikel		Bein-gelenk	→		8	böse, schlimm				
kreis-förmig Gewun-denes	→					Fels-nische, -mulde		6				
→			11	Skat-ausdruck	1							
Stadt und Fluss in Österreich	kräftiger Schubs	→				12	dt. Kom-ponist (Werner) † 1983	→	7			

8 - kanztit.de

ASKÖ

Rätsel knacken & gewinnen: Unter allen Einsendungen mit richtigem Lösungswort wird ein **Semesterkurs des ASKÖ Fitprogramms** in Ihrem Bundesland verlost! **Senden Sie das Lösungswort an:** ✉redaktion@pvoe.at oder ✉Pensionistenverband Österreichs, Gentzgasse 129, 1180 Wien

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

LEICHT

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

MITTEL

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

SCHWER

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



Schau genau-Bilderrätsel: Finden Sie die 5 Fehler!

Auf den ersten Blick scheinen die Bilder ident zu sein, doch der Fehlerteufel steckt bekanntlich im Detail. Wenn es nicht klappt: UG durchblättern und Lösung suchen!

Schicken Sie Ihr Lieblingsbild! Wird Ihr Foto beim Bilderrätsel veröffentlicht, erhalten Sie ein **ASKÖ Sport Sicherheitspaket**.

✉redaktion@pvoe.at oder
✉Pensionistenverband Österreichs, Gentzgasse 129, 1180 Wien

Mode trifft Muse.

UG-Leserin Katrin (61) zeigt Looks für Kulturabende, die edle Akzente und Komfort flott und frisch miteinander verbinden. (gör)

zum Kulturgenuß

Fotos: Bubuj Dujmic.
 Bezugsquelle Mode/
 Accessoires:
 Hämmerle
 haemmerle-mode.at
 (inkl. Storefinder)
 HUMANIC
 00 800 80 100 100
 www.humanic.net
 (Online-Shop und
 Storefinder)

Pfiffig. Endlich findet die ehemalige Chefredakteurin und alleinerziehende Mutter Zeit für ihre Hobbys: Reisen und Kultur. Nach Mörbisch zur Seebühne geht es in flotter Tunika-Bluse mit Exotik-Print, glänzendem Kurzmantel im Blouson-Stil, lässiger Freizeithose (alles Hämmerle) und praktischer Schultertasche (Humanic). Ein Muss. Schmuck als Eye-Catcher!

Nonchalant. Für kühle Open-Air-Abende präsentiert sich Katrin in leichtem Pulli (Insieme), apartem Tweed-Gehrock mit Schmuckknöpfen (Rena Marx), verkürzten Wide-Leg-Jeans (Raffaello Rossi, alles Hämmerle), Slingpumps in Jeans-Optik (Lazzarini) und Crossover-Tasche (Tommy Hilfiger, beides Humanic).

Très français. Bei diesem Outfit lässt Pariser Schick grüßen: kurze Bouclé-Jacke mit Hahnentrittmuster (Joop!), apartes Oberteil (Luisa Cerano), Hose im Anzug-Stil (Seductive), Mini-Bag (Hidesins, alles Hämmerle) und spitze Slingpumps (Kate Gray, Humanic).

Glänzend.

Elegant, raffiniert und komfortabel zugleich: Unser kulturgebeistertes Model in sanft umspielender, schimmernder Tunika-Bluse (Rena Marx), gerade geschnittener Hose mit üppigem Blumenprint (Seductive, beides Hämmerle), angesagten Ballerinas mit Goldspitze (Silvia Schneider) und Crossbody-Bag in zartem Mint und Türkis (Guess, beides Humanic)

Feminin. Sommerliche Leichtigkeit trifft luxuriöse Eleganz bei diesem Kleid mit floralen Pink- und Blautönen, goldenen Barock-Akzenten und fließender A-Linie (Hale Bob, Hämmerle). Das Feminin-Filigrane des Looks wird mit den Slingpumps (Kate Grey) und der Tasche (Steve Madden, beides Humanic) mit frischen Farbverläufen zusätzlich unterstrichen.

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: 27.4.2026. (gör)

Backstage tobt „nackter Wahnsinn“!

10 % Ermäßigung für PVÖ-Mitglieder
und 2 x 2 Karten zu gewinnen!



Schloss-Spiele Kobersdorf. Diesen Sommer wird auf der Bühne lustvoll hinter die Kulissen geblickt, wo „Der nackte Wahnsinn“ stattfindet: Eine Komödientruppe probt ihr Stück – und schon die Hauptprobe lässt Schlimmes ahnen! Die wahren Dramen spielen sich auf der Hinterbühne ab und lassen die ganze Tournee im Chaos versinken. Selbstverständlich stürzt sich auch Intendant und Kammerschauspieler Wolfgang Böck in den vom britischen Erfolgsautor Michael Frayn erdachten Irrwitz. Regie führt dabei Claus Tröger.

Informationen und Karten:

30. Juni (Premiere) bis 26. Juli 2026, 20.30 Uhr, Kartenpreise: € 32,- bis € 58,-,
☎ 02682/719-8000; ✉ schloss-spiele@kobersdorf.at, 🌐 www.schlossspiele.com
10 % Ermäßigung für PVÖ-Mitglieder (gegen Vorlage PVÖ-Mitgliedsausweis)
im Kartenvorverkauf an **Donnerstagen und Sonntagen**. Weiters haben Sie die Chance, **2 x 2 Karten für die Vorstellung am 12. Juli 2026** zu gewinnen. An diesem Sonntag bietet ELITE TOURS Reisebüro GmbH eine bequeme Busfahrt (Wien-Kobersdorf und retour) an.

Gewinne
3 x 2 Gutscheine



Unser Land von oben

Ab 30. April im Kino. „Über Österreich – Eine höhere Sicht“ entführt uns in eine Welt, die wir zu kennen glauben und hier doch neu entdecken. Der jüngste Kinofilm des heimischen Bildmagiers Georg Riha erzählt ohne Worte und allein durch eindrucksvolle Luftaufnahmen von der Entstehung, Schönheit, Vielfalt und Geschichte Österreichs. In eleganten, poetischen Bildern spiegelt sich nicht nur die Landschaft, sondern auch der Umgang des Menschen mit der Pracht und Vielfalt der Natur. Ein Film, der zum Innehalten und Nachdenken einlädt.

3 x 2 Kinogutscheine gewinnen
(Kw. „Über Österreich“)

Gewinne
2 x 1 Spiel



Rock'n'Roll-Rallye

Ratespiel. „Hitster Rock BOB!“ bringt 300 legendäre Rocksongs aus mehreren Jahrzehnten auf den Spieltisch. Aufgabe der Runde: die gehörten Titel in die richtige zeitliche Reihenfolge bringen. Klingt knifflig, ist aber herrlich unterhaltsam. Dank drei wählbarer Schwierigkeitsstufen kommen Musikkenner ebenso auf ihre Kosten wie mutige Rater. Gewonnen hat, wer zuerst zehn Songs korrekt einsortiert. Für 2–10 Spieler ab 16 Jahren, Jumbo Spiele, ca. € 26,99.

2 x 1 Spiel gewinnen
(Kw. „Hitster Rock BOB!“)

Gewinne
2 x 1 Spiel



Lachanfänge inklusive

Quizspaß. Eine Frage, zehn Antworten – und jetzt sogar im Dunkeln! Die neue Smart 10 „Spotlight“-Edition bringt LEDs ins Spiel, 100 frische Fragen und 1.000 Antwortmöglichkeiten. Perfekt für schlaue Köpfe ab 12 Jahren, 2–8 Spieler, Piatnik, Preis: ca. € 37,95. Alle, die es pikanter mögen, greifen zur „18+“-Erweiterung mit Herausforderungen zum Schmunzeln: von Aphrodisiaka bis zum Serienmörder-Ranking (ab 18 Jahren, ca. € 14,95, Smartbox notwendig).

2 x 1 Spiel gewinnen
(Kw. „Smart 10 Spotlight“)

100 Jahre Passionsspiele



Ermäßigung für PVO-Mitglieder

Termine: 30. Mai 2026 und
7. Juni 2026, jeweils 16 Uhr

Ermäßigte Karten: um
€ 37,- | € 30,- | € 22,-

Kartenbestellungen: im Landes-
sekretariat Burgenland, Manuela
Meiböck, ☎ 02682/775-433,
✉ manuela.meiboeck@pvoe.at

Für die Vorstellung am 7. Juni gibt es
außerdem **3 x 2 Karten** zu gewinnen
(Kw. „Passionsspiele“)

Information: 🌐 www.passio.at

Theater. Große Gefühle, starke Bilder und eine
überraschende Perspektive: Die Passionsspiele
St. Margarethen feiern 2026 ihr 100-jähriges Be-
stehen – mit einer mutigen Neuinterpretation der
biblischen Geschichte. Im Stück „Mirjam – Stark
wie der Tod ist die Liebe“ erinnert sich Maria Mag-
dalena zwanzig Jahre nach den Ereignissen in Jeru-
salem an Jesu Wirken und seine letzten Tage.

Aus ihrer Sicht entfaltet sich die Passion als be-
wegendes Geflecht aus Erinnerung, Zweifel und
Hoffnung. Rund 400 Mitwirkende aus dem Ort
bringen das monumentale Spiel im eindrucksvol-
len Steinbruch mit neuer Musik, neuer Regie und
starken Bildern auf die Bühne. Premiere ist am
23. Mai, gespielt wird bis 12. Juli 2026. Ein kultu-
relles und spirituelles Sommererlebnis.



Magie der Kristallschädel

Ausstellung. Tauchen Sie ein in die ge-
heimnisvolle Welt der Kristallschädel in
der Amethyst Welt Maissau! Ab 21. März
2026 zeigt die weltweit größte Kristall-
schädel-Schau über 30 Exponate aus Süd-
amerika, Mitteleuropa, Tibet und Indien.
Auch zwei der 13 Schädel der berühmten
Maya-Legende mit beweglichem Unter-
kiefer sind vor Ort zu bestaunen.

Mythos, Spiritualität und Wissenschaft
verschmelzen hier zu einem faszinieren-
den Erlebnis. Entdecken Sie die verborgene
Macht der Kristalle, spüren Sie die
Aura uralter Kulturen und lassen Sie sich
von ihrer mystischen Schönheit, den ge-
heimnisvollen Legenden und der Energie
verzaubern – ein Abenteuer direkt über
Europas größter Amethyst-Ader!



**5 x 2 freie Eintritte
zu gewinnen!**

Information:

Kristallschädel – Schlüssel zu verborgenen Welten?
Ab 21. März 2026, Amethyst Welt Maissau
☎ 02958/84840, 🌐 www.amethystwelt.at

5 x 2 freie Eintritte ins Edelsteinhaus inklusive
Besuch der Sonderausstellung zu gewinnen
(Kw. „Amethyst Welt Maissau“)



**Gewinne
3 x 1 Buch**

Klagen mit Leichtigkeit

Umdenken. Mit
viel Witz und kluger
Psychologie loten
Daniela Nagel und
Heike Abidi im Buch

„Achtsam jammern“ (€ 19,-, Gold-
egg Verlag) die Kunst des angesemes-
senen Nörgelns aus und zeigen, wie
wir aus der Negativspirale entkom-
men. Perfekt für alle, die mehr Leich-
tigkeit im Alltag suchen!

Bücher gewinnen
(Kw. „Jammern“)



**Gewinne
3 x 1 Buch**

Cholesterin im Griff

Gesund bleiben.
In „Cholesterin natürlich
senken“ (humboldt Ver-
lag, € 22,70) erklärt

Dr. Andrea Flemmer verständlich, wie
Ernährung, Bewegung und pflanz-
liche Kräfte helfen, den Cholesterin-
spiegel ins Gleichgewicht zu bringen.
Praktisch für alle ab 60, die ihre Herz-
gesundheit natürlich und ohne
Nebenwirkungen stärken wollen.

Bücher gewinnen
(Kw. „Cholesterin“)



**Gewinne
3 x 1 Buch**

Erbe klug regeln

Vorsorgen. Erb-
rechts-Experte Dr.
Hubert Niedermayr er-
öffnet in seinem Buch
(Ueberreuter Verlag, ca.

€ 24,-) Wege durch das emotio-
nale und juristische Minenfeld von
Testament, Pflichtteil und familiären
Konflikten. Anschaulich, mit Fällen
aus der Praxis und gut verständlich.

Bücher gewinnen
(Kw. „Erbstreit“)

Und plötzlich scheint nichts mehr wie es war

Oft genügen wenige Worte, und alles fühlt sich anders an – im Guten wie im Schlechten. Mit positiven Nachrichten kommen wir zurecht, doch belastende, manchmal lebensverändernde Mitteilungen reißen uns den Boden unter den Füßen weg.

Meiner Freundin sagte ihr Mann drei Tage vor Weihnachten plötzlich, er habe eine andere Frau kennengelernt und werde noch am selben Tag ausziehen – und fort war er. Mit einem Mal war nicht nur das Auto weg, sondern auch ihre Träume, ihre Zukunftsvorstellungen. Zurück blieben Trauer, Selbstzweifel, Unsicherheit, Einsamkeit.

Dieses Gefühl, abzustürzen, Halt zu verlieren und einer dunklen Zukunft entgegenzublicken, entsteht, wenn etwas Grundlegendes wegbricht, auf dem unser inneres Gleichgewicht gebaut war. Ausgelöst durch

plötzlichen Kontrollverlust – Unfall, Diagnose, Trennung, Tod. Das Gehirn reagiert auf Bedrohung: Zerschneiden gefühlter Gewissheiten lässt unsere innere Stabilität erschüttern. Manchmal verschwindet nicht nur etwas, sondern auch die eigene Identität – wer wir waren.

Das Ich sucht Halt und findet ihn nicht, daher das Gefühl, der Boden werde weggezogen. Fehlt Verständnis und Mittragen durch andere, verstärkt sich die Bodenlosigkeit. Dieses Gefühl bedeutet nicht ein Zerschneiden; nur, dass der Schicksalsschlag zu groß war, um ihn einfach wegzustecken.

Professionelle Unterstützung oder jene durch Familie und Freunde ist wichtig, aber erlauben Sie sich, zu trauern. Anfangs geht es ums Aushalten, nicht ums Verstehen. Sinn ist etwas, das sich oft erst im Rückblick zeigt.



Mag. Gabriela Fischer

Lebens- und Sozialberaterin
www.gabifischer.com

FOTO: HUBERT DIMKO

„Wenn du durch die Hölle gehst, geh weiter.“

Winston Churchill

Lösungen

Für das Bild zum aktuellen Fotorätsel bedanken wir uns bei Johann Czuchajda – er erhält ein ASKÖ Sicherheitspaket.

LEICHT

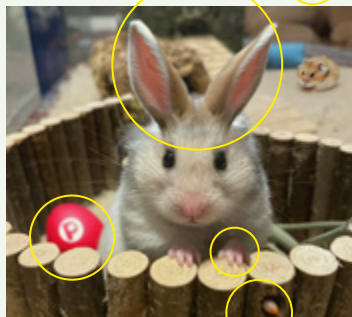
4	2	6	8	7	1	5	3	9	4
8	7	5	6	4	2	9	1	3	8
1	2	6	1	3	8	9	5	4	7
5	7	2	4	3	8	6	1	9	5
9	6	7	1	3	9	8	2	4	6
6	4	8	2	5	1	9	7	3	8
3	6	5	7	8	9	4	1	2	6
1	4	1	8	9	7	5	3	6	2
7	8	3	2	7	8	9	6	5	4
4	1	2	9	6	3	8	5	7	1

MITTEL

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

SCHWER

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



SCHWEDENRÄTSEL UG 01/26

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

Altersbilder

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

Suedafrika



Die Lösung der Schwedenrätsels in diesem Heft wird erst in der nächsten Ausgabe abgedruckt, da damit ein Gewinnspiel verbunden ist. Wir bitten um Ihr Verständnis!



Unsere PVÖ-Vorteilspartner

Alle Vorteilspartner finden Sie auf pvoe.at/vorteilsklub



ADLER

10% RABATT
FÜR PVÖ-MITGLIEDER

Gegen Vorweis des PVÖ-Mitgliedsausweises. Gültig auf nicht reduzierte Artikel. Nicht mit anderen Rabatten und Aktionen kombinierbar. Barauszahlung und Gutscheinkauf sind ausgeschlossen. Rabatt ist nicht gültig im Zuge einer PVÖ-Busgruppenservice-Veranstaltung.

[ADLER.DE](https://www.adler.de) Bild wurde mit KI erstellt.

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

Tauernhof
GROSSARL

10 % RABATT
auf den Listenpreis
für PVÖ-Mitglieder

10 % Rabatt auf den Listenpreis außerhalb der Hauptsaison, gegen Vorlage des PVÖ-Mitgliedsausweises und unter Angabe des Buchungscode: **seniorenvorteil21**.

Hotel Tauernhof**** Unterbergstraße 55, 5611 Großarl
+43 (0) 6414264-0 • info@tauernhof.com • www.tauernhof.com

KOLPING WIEN-ZENTRAL

€49,-
p.P. im DZ/NF
€ 76,- im EZ/NF

Ihr Haus für Ihren Aufenthalt in Wien

- gegen Vorlage des PVÖ-Mitgliedsausweises, gültig bis 31.12.2026
- 90 Doppelzimmer Tief- und Fahrradgarage,
- 100 % barrierefrei, reichhaltiges Frühstücksbuffet

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

KIESER

100 Euro Rabatt*
bei Abschluss einer Neumitgliedschaft für 12 oder 24 Monate

Gilt in folgenden Kieser-Training-Studios:

Salzburg, ☎ 0662/87 28 18 | Graz, ☎ 0316/72 25 55 | Wien, Julius-Tandler-Platz, ☎ 01/319 77 70 | Wien, Neustiftgasse, ☎ 01/523 78 78 | Wien, Praterstern, ☎ 01/214 80 80 **www.kieser.at**

SEEWALD
ORTHO

20 % RABATT*
auf Bestellungen in
unserem Onlineshop.

MIT DEM VORTEILS-CODE:
HBDBFH

MIKRONÄHRSTOFFE
VITALPILZE
DIAGNOSTICS
KLOSTERSPEZIALITÄTEN
BIOKOSMETIK

www.seewald-ortho.com

* Gültig bis auf Widerruf, zumindest aber bis 31.12.2026! Der Rabatt ist nicht übertragbar und nicht mit anderen Rabatten/Aktionen oder Gutscheinen kombinierbar.

** Gültig bis 31.03.2027, nicht anwendbar für Pauschalangebote, nicht kombinierbar mit anderen Rabatten oder Gutscheinen.

*** Kontaktlinsen, Pflegemittel & Handelswaren sind von der Aktion ausgeschlossen. Der Rabatt ist nicht übertragbar und nicht mit anderen Rabatten kombinierbar. Gültig bis 31.12.2026.



**PENSIONISTEN
VERBAND
ÖSTERREICHS**



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**

Wir wünschen **Frohe Ostern!**



FOTO: KI GENERIERT

Wenn unzustellbar, Retouren an Postfach 100, 1350 Wien



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

Ausgabe: 2/2026
(April-Mai 2026)