

zeitlos

UNSER STEIRISCHES MAGAZIN

STEIRISCHER
SENIORENBUND



Partner

HILFSWERK
STEIERMARK



P.b.b. • Erscheinungsort Graz • Verlagspostamt • 8020 Graz
VP € 4,- • GZ 02Z033224 M • 56/3 • SEPTEMBER/OKTOBER 2021



**Bgm. der Stadt Graz Mag. Siegfried Nagl
LO SB, Präs. Hilfswerk Steiermark Gregor Hammerl
Gemeinsam mit Lanzelot für eine tierfreundliche Stadt**

Foto: Fischer

Besser hören. Besser leben.

Weil besseres Hören
Lebensfreude bedeutet.

24 x in der Steiermark

Service-Hotline:
00800 8001 8001
Vertragspartner aller
Krankenkassen

neuroth.com

 **NEUROTH**



Pflege mit Herz

Liebevolle Pflege in Ihrer Nähe

Wir pflegen seit 20 Jahren mit Herz in der Steiermark...
...weil bei uns der Mensch im Mittelpunkt steht!

Kirschenhof Seiersberg-Pirka	Seniorenresidenz Graz-Ragnitz Graz-Ragnitz	Kastanienhof Groß St. Florian	
Eschenhof Semriach	Föhrenhof St. Johann i. d. Haide	Akazienhof St. Andrä/Hoch	Ulmenhof Peggau

www.pflegemitherz.co.at Infos: +43 (0) 316 282672 kontakt@pflegemitherz.co.at

WICHTIGE ADRESSEN IN DER STEIERMARK

Pensionsversicherungsanstalt

Landesstelle Steiermark
Eggenberger Straße 3, 8020 Graz, Tel.: 050 303

Sozialversicherung der Selbständigen

SVS-Kundencenter Steiermark

Versicherungsgruppe Bauern

Körblergasse 115, 8010 Graz, Tel.: 050 808 808

Sozialversicherung der Selbständigen

SVS-Kundencenter Steiermark

Versicherungsgruppe Gewerbetreibende

Körblergasse 115, 8010 Graz, Tel.: 050 808 808

Versicherungsanstalt öffentlich Bediensteter, Eisenbahnen und Bergbau

bvaeb Landesstelle für Steiermark

Grieskai 106, 8020 Graz, Tel.: 05 04 05-25 700

Österreichische Gesundheitskasse Steiermark

Josef-Pongratz-Platz 1, 8010 Graz, Tel.: 050 766-15

Sozialministeriumservice – Landesstelle Steiermark

Babenbergerstr. 35, 8021 Graz, Tel.: 0316/7090, 05 99 88-7090

Amt der Steiermärkischen Landesregierung

8010 Graz-Burg, Tel.: 0316/877-0

Magistrat Graz

8010 Graz-Rathaus, Tel.: 0316/872-0

Hilfswerk Steiermark – Partner d. Steir. Seniorenbundes

Mobile Hauskrankenpflege – 24-Stunden-Betreuung

Notruftelefon – Betreutes Wohnen

Paula-Wallisch-Straße 9, 8055 Graz, Tel.: 0316/81 31 81

„Koa Wossa in Brunn !“

Fohrst auffi auf d Olm do scheint sche die Sunn
Unt'n in Grob'n is koa Wossa im Brunn.
Kimmt von ob'n nix mehr owa is ois scho mehr dia'
Die Wölt is vdraht kimmt mia scho bold via.
Hob'n die Bacherl no g'rauscht bis owi in's Tol
Heit san's fost truck'n – es wor hoit amol.
I hoff das recht bold die Zeit wieda kimmt
Und s' Wasserl wieder frisch in Brunn'eini rinnt.

Herbert Drexler

Inhalt

	17	Gesundheit	
6	LH Schützenhöfer	23	Bezirke
7	Bgm. Siegfried Nagl	35	Ehejahre
10	Prof. Leopold Neuhold	39	Internes
11	Ingrid Korosec	47	Service
12	LGF Fritz Roll	51	Reise
15	Gesundheit	55	Rätsel

IMPRESSUM

HERAUSGEBER, EIGENTÜMER UND VERLEGER:

Steirischer Seniorenbund, Karmeliterplatz 6, 8010 Graz
T: 0316/82 21 30, Fax: DW-9
E-Mail: seniorenbund@stvp.at
www.seniorenbund.stvp.at



REDAKTION: LO Bundesratspräsident a.D. Gregor Hammerl, LGF Friedrich Bernd Roll, Fabienne Hatzl, Dr. Elisabeth Hrastnig, Barbara Trummer

STÄNDIGE AUTOREN: LO Bundesratspräsident a.D. Gregor Hammerl, Steuerberater Mag. Michael Binder, Dr. med. vet. Herfried Forster, Assoz.Prof.Priv.Do. Dr. Markus Gugatschka, Univ.-Prof. Dr. Heinz Hammer, Prim. Univ.-Prof. Dr. Hubert Hauser, LTAvg. Prof. Dr. Sandra Holasek, Präs. ÖSB LAbg. Ingrid Korosec, Dir. Mag. Gerald Mussnig, Univ.-Prof. Dr. Leopold Neuhold, RA Mag. Andreas W. Kleinbichler, LGF Friedrich Bernd Roll, Mag. Gerd Weisz

ANZEIGENLEITER: Mag. Alfred Meindl

Landstraße 38, 2000 Stockerau
T: +43 (0) 676/55 62 166
www.agentur1.at • alfred.meindl@agentur1.at

UMSETZUNG: Mag. Tina Veit-Fuchs, www.t-v-f.at
LET ME BE YOUR TEXTIMONIAL, Werbeagentur

DRUCK: Druck Styria GmbH & Co KG, Graz

- Im Sinne des Gleichbehandlungsgesetzes haben personenbezogene Bezeichnungen in gleicher Weise für Frauen und Männer Geltung.
- Fotos ohne Hinweis stammen aus unserem Archiv.

REDAKTIONSSCHLUSS
29. Oktober 2021 um 10 Uhr

Gesundheitsbericht für die Steiermark

Der gesamte Gesundheitsbericht inklusive aller grafischen Darstellungen ist nachzulesen unter:
www.gesundheitsbericht-steiermark.at



Landesobmann Präsident d. Bundesrates a.D. Gregor Hammerl,
Präs. Hilfswerk Steiermark.

Foto: Pertz/Journal Graz

In meinen zahlreichen Vorträgen in den Bezirken- und Ortsgruppen mache ich immer wieder auf das Vorsorgebewusstsein der Steirerinnen und Steirer aufmerksam. Jeder fünfte Österreicher war noch nie bei einer Vorsorgeuntersuchung! Für diese Nachlässigkeit gibt es aber keinen Grund. Alle Personen ab dem vollendeten 18. Lebensjahr mit Wohnsitz in Österreich einmal jährlich kostenlos in Anspruch genommen werden. Die Schwerpunkte des Untersuchungsprogramms liegen bei der Früherkennung und Prävention.

Als Präsident Hilfswerk Steiermark bekomme ich vermehrt die Meldung, dass im Bereich der Mobilen Hauskrankenpflege immer mehr Patienten, Männer mit Prostata-Erkrankungen und Frauen mit Krebserkrankungen im Bereich Darm- und Gebärmutterhalskrebs unsere Klienten sind. Hier muss in Zukunft auch von den Verantwortlichen im Land Steiermark mehr Informationen kommen. Allerdings gilt es auch die Eigenverantwortung jedes einzelnen einzumahnen.

Der Gesundheitsbericht Steiermark folgt einem Ansatz, der verschiedene Politikfelder umfasst. Gesundheit und Krankheit werden von unterschiedlichen gesellschaftlichen Bereichen beeinflusst, z. B. Bildungswesen, Arbeitsmarkt etc. Der Gesundheitsbericht für die Steiermark bildet daher die Grundlage für Zielsetzungen, die Entwicklung strategischer Maßnahmen und deren Umsetzung im Gesundheitswesen und darüber hinaus.

Der Gesundheitsbericht 2020 für die Steiermark deckt Indikatoren zu allen Steirischen Gesundheitszielen und deren Grundsätzen ab. Ziel des Gesundheitsberichts 2020 ist die Darstellung des Gesundheitszustandes und des Gesundheitsverhaltens der erwachsenen steirischen Bevölkerung. Im Hinblick auf die Steirischen Gesundheitsziele werden gesundheitsrelevante Rahmenbedingungen und gesundheitsrelevantes Verhalten der Bevölkerung wiedergegeben.

Grundsätzlich ist es das Ziel des Gesundheitsberichts, alle Ergebnisse nach Möglichkeit und Datenverfügbarkeit regional, nach Alter, Geschlecht, Bildung und im zeitlichen Verlauf abzubilden.

Basisdatenjahre für den Gesundheitsbericht sind das Jahr 2019 oder frühere, je nach Datenverfügbarkeit. Allgemeine demografische Daten werden zum Stichtag 01.01.2020 dargestellt. Aus diesem Grund wird auch auf Fragestellungen rund um die COVID-19-Pandemie in diesem Gesundheitsbericht nicht eingegangen.

Demografie und Gesundheitszustand der Bevölkerung in der Steiermark

Indikatoren zur Demografie und zum Gesundheitszustand sollen Entscheidungsträgerinnen und Entscheidungsträgern ermöglichen,

Zielgruppen für spezifische gesundheitsförderliche Maßnahmen und Programme zu identifizieren. Besonderes Augenmerk wird auf bevölkerungsbezogene Daten gelegt, die sozial benachteiligte Zielgruppen beschreiben. Damit sollen Entscheidungsgrundlagen für einen wichtigen Grundsatz der Steirischen Gesundheitsziele, „Gleiche Chancen für alle“, geschaffen werden.

Am 01.01.2020 lebten in der Steiermark 1.246.395 Menschen. Seit 2005 weist die Steiermark ein Bevölkerungswachstum von insgesamt 4,2 % auf. Bis zum Jahr 2040 wird die steirische Bevölkerung um weitere knappe 6,3 % zunehmen. Die Bevölkerungsentwicklung ist regional sehr unterschiedlich. Bis 2040 wird die Versorgungsregion 61 (Graz) um rund 35 % wachsen, die Versorgungsregion 66 (Westliche Obersteiermark) um rund 16 % schrumpfen, wenn der derzeitige Trend anhält.

Gesundheit und Krankheit

2019 beträgt die Lebenserwartung der steirischen Männer 79,5 Jahre. Die Lebenserwartung der steirischen Frauen beträgt 84,7 Jahre. Seit 1970 ist die Lebenserwartung der steirischen Männer um rund 14 Jahre gestiegen und wird bis 2040 weiter um knapp 4 Jahre zunehmen. Die Lebenserwartung der Frauen ist seit 1970 um fast 12 Jahre gestiegen und wird bis 2040 ebenfalls um etwa weitere 4 Jahre steigen.

Die Lebenserwartung in (sehr) guter Gesundheit beträgt 2019 in der Steiermark 63,2 Jahre bei den Frauen und 61,8 Jahre bei den Männern. Damit liegt die gesunde Lebenserwartung in der Steiermark etwas unter den österreichischen Werten von 64,8 Jahren bei den Frauen und 63,1 Jahren bei den Männern. 2014 lag die Lebenserwartung in (sehr) guter

Gesundheit der Steirerinnen und Steirer bei rund 65 Jahren. Für Österreich liegt ein zeitlicher Verlauf anhand früherer Gesundheitsbefragungen vor. Dieser zeigt, dass die gesunde Lebenserwartung zwischen 1978 und 2014 kontinuierlich gestiegen ist und 1978 bei den Männern in Österreich durchschnittlich noch bei 52,4 und bei den Frauen durchschnittlich bei 52,9 gesunden Lebensjahren lag.

Der Gesundheitszustand wird bei der Österreichischen Gesundheitsbefragung von 70,3% der befragten Steirerinnen und 73,3% der Steirer als gut oder sehr gut eingestuft. 2014 lag dieser Anteil etwas höher bei 74,4% bzw. 79,0%. Auch hier liegt für Österreich eine längere Zeitreihe vor. Diese zeigt, dass der Anteil der Personen, die ihren Gesundheitszustand als sehr gut oder gut einschätzen, seit 1991 bis 2014 kontinuierlich gestiegen ist.

82,9% der Steirerinnen und 83,9% der Steirer stufen ihre Lebensqualität als gut oder sehr gut ein. Verglichen mit den Österreichischen Gesundheitsbefragungen 2006/07 und 2014 ist ein stetiger Anstieg zu beobachten. 2014 waren es 80,3% der Frauen und 81,4% der Männer, davor gaben 75,0% der Steirerinnen und 78,9% der Steirer ihre Lebensqualität als gut/sehr gut an. Ein höherer Bildungsstand beeinflusst die Lebensqualität positiv. Die vorzeitige Sterblichkeit weist auf gesundheitliche Belastungen bzw. höhere Gesundheitsrisiken hin. Viele der vorzeitigen Todesfälle, also der Todesfälle vor dem 70. Lebensjahr, gelten als vermeidbar. Daher können Daten zur vorzeitigen Mortalität als Entscheidungsgrundlage für Präventions- und Versorgungsmaßnahmen herangezogen werden.

2019 sind aufgrund von bösartigen Neubildungen, Krankheiten des Herz-Kreislauf-Systems, der Atmungs- und Verdauungsorgane sowie aufgrund von Verletzungen und Vergiftungen und sonstigen Krankheiten 2.566 Steirerinnen und Steirer verstorben, die jünger als 70 Jahre waren. Das sind 242 je 100.000 EW. Etwa jeder dritte Todesfall war dabei auf bösartige Neubildungen zurückzuführen, dabei sind beinahe doppelt so viele Männer wie Frauen betroffen.

Rahmenbedingungen für ein gesundes Leben schaffen

Die Steirischen Gesundheitsziele definieren acht Ziele, die „Rahmenbedingungen für ein gesundes Leben schaffen“ sollen. Diese reichen von den Themenbereichen Bewegung und Ernährung über Tabak- und Alkoholkonsum, seelische Gesundheit, Schutz vor Infektionen, Leben in Partnerschaft und Familie und Reduktion von Unfallrisiken bis zur Stärkung der Zahngesundheit. Die wesentlichsten Indikatoren zu diesen Themenbereichen werden im Folgenden kurz dargestellt.

Ernährung

47,5% der Steirerinnen und Steirer gaben 2019 an, täglich mindestens einmal Obst zu essen. Damit liegt die Steiermark unter dem österreichischen Durchschnitt von 49,9% und vor allem deutlich unter dem Wert, der im Rahmen der Österreichischen Gesundheitsbefragung 2014 ermittelt wurde (58,2%).

49,2% der Steirerinnen und Steirer sagen von sich selbst, dass sie täglich Gemüse essen. In Österreich ist dieser Wert annähernd gleich hoch (47,3%). Auch beim Gemüsekonsum war 2014 der Anteil jener, die täglich Gemüse essen, mit 52,5% höher.

2019 gaben 73,0% der Steirerinnen und Steirer an, 3-mal bis 7-mal pro Woche Fleisch und Wurst zu essen. Das entspricht dem österreichischen

Durchschnitt (73,7%) und hat sich seit der letzten Befragung 2014 nicht verändert. Der Unterschied zwischen den Männern und Frauen ist relativ groß. 84,8% der Steirer und 61,7% der Steirerinnen essen mindestens 3-mal pro Woche Fleisch und Wurst.

Bewegung

Entsprechend den Bewegungsempfehlungen bewegt sich knapp die Hälfte der Steirerinnen und Steirer zwischen 20 und 65 Jahren in ihrer Freizeit in einem gesundheitsförderlichen Ausmaß. 47,0% der Steirer und 46,1% der Steirerinnen erfüllen die Empfehlungen und bewegen sich mindestens 150 Minuten pro Woche. Der Österreichische Wert ist mit 47,6% bei den Männern und 44,7% bei den Frauen annähernd gleich hoch.

Tabakkonsum

Im Rahmen der Österreichischen Gesundheitsbefragung gaben 22,3% der Steirer und 18,5% der Steirerinnen an, täglich Zigaretten zu rauchen. Insgesamt waren es in Österreich 23,5% der Männer und 17,7% der Frauen. Damit ist der Anteil der Raucherinnen und Raucher seit der letzten Gesundheitsbefragung im Jahr 2014 etwas gesunken. Damals gaben 24,5% der Steirer und 19,2% der Steirerinnen an, täglich zu rauchen.

Alkoholkonsum 8,9% der befragten Steirerinnen und Steirer gaben in der Gesundheitsbefragung 2019 an, an mindestens 5 Tagen pro Woche Alkohol zu konsumieren. Dieser Wert liegt etwas über dem österreichischen Durchschnitt von 8,4% und auch über dem Wert, der im Rahmen der Österreichischen Gesundheitsbefragung 2014 erhoben wurde. Damals gaben 7,1% der Befragten in der Steiermark an, an mindestens 5 Tagen pro Woche Alkohol zu trinken, und der österreichische Durchschnitt lag bei 6,6%. Deutliche Unterschiede gibt es zwischen den befragten Männern und Frauen. 14,2% der Steirer und 3,8% der Steirerinnen gaben an, an mindestens 5 Tagen pro Woche Alkohol zu konsumieren. Insgesamt waren es in Österreich 13,2% der Männer und 3,9% der Frauen. Starker Alkoholkonsum ist aus medizinischer Sicht immer schädlich.

BEI FRAGEN...

...und weiteren Auskünften bzw. Informationen zu diesen Themen würde ich mich freuen, wenn Sie mich unter **Tel. 0316/822130** anrufen.

GREGOR HAMMERL
Landesobmann,
Präsident d. Bundesrates a.D.
Präs. d. Hilfswerk Steiermark

Karmeliterplatz 6, 8010 Graz
Fax: 0316/82 21 30-9
Mail: seniorenbund@stvp.at
www.seniorenbund.stvp.at



Pensions- und Pflegereform 2022

Eine konkrete Aussage zur Pensionsanpassung kann man erst nach den internen Verhandlungen der Seniorenorganisationen machen, welche im Herbst stattfinden werden.

Am 18. August war der Startschuss für die Verhandlungen zur Pensionsanpassung 2022. An diesem Tag steht nämlich die offizielle Inflationsrate für die vergangenen 12 Monate fest, welche die gesetzliche Grundlage für die Pensionsanpassung bildet.

Mein Ziel für die kommende Pensionsanpassung ist klar: Die volle Erhöhung um die Inflationsrate muss das Minimum für alle Pensionen sein!

Wien (APA) – Nach dem Gesetz würden die Pensionen für das nächste Jahr um 1,8% angehoben werden. Das ist der durchschnittliche Inflationswert von August 2020 bis Juli 2021, den die Statistik Austria veröffentlicht hat. Die Seniorenvertreter fordern aber bereits, dass es für die Bezieher niedriger Pensionen mehr geben soll. Und auch Bundeskanzler Sebastian Kurz plant eine Soziale Staffelung. Über Details soll nun verhandelt werden.

Das Gesetz sieht eine Anpassung der Pensionen mit der Inflation vor. Den dafür maßgebenden Wert des vergangenen Jahres hat die Statistik Austria nun mit 1,8 Prozent berechnet. Wenn man dabei bleibt, muss das Sozialministerium den Anpassungsfaktor mittels Verordnung bis spätestens 30. November festlegen. Sollte die Politik von diesem errechneten Faktor abweichen wollen, müsste ein Gesetz dafür beschlossen werden – so wie das auch in den vergangenen Jahren meist der Fall war.

In den vergangenen zwei Jahren wurden besonders die kleinen Pensionen stärker erhöht. Das war wichtig und richtig, um die Kaufkraftverluste dieser Pensionen auszugleichen und erste wichtige Schritte gegen Altersarmut zu setzen. Nicht zufrieden war ich jedoch damit, dass nicht alle Pensionen die volle Inflationsabgeltung bekommen haben.

Pensionsansprüche sind Versicherungsleistungen

Wenn wir diese Ausnahmen zur Regel werden lassen, gefährden wir damit das Versicherungsprinzip der Pensionen: Wer mehr einahlt, erhält auch mehr Pension. Die Menschen müssen sich darauf verlassen können, sonst verlieren sie das Vertrauen in unser Pensionssystem!

Alle Pensionsbezieherinnen und Pensionsbezieher haben Anspruch auf mindestens die Inflationsanpassung! Weil dafür die Beiträge einbezahlt wurden. Wir dürfen Sozialpolitik nicht mit Versicherungsleistungen vermischen.

Klar ist aber auch: Altersarmut darf es in Österreich nicht geben. Daher müssen wir dringend Maßnahmen setzen! Das muss parallel zur allgemeinen Pensionsanpassung geschehen, etwa über die Ausgleichszulage. Das ist treffsicherer,

sozialer und gerechter als Umverteilung innerhalb der Pensionsleistungen.

Altersarmut bereits am Arbeitsplatz bekämpfen

Außerdem beginnt Altersarmut bereits am Arbeitsmarkt. Jonglieren innerhalb der Pensionen ist Symptombekämpfung statt nachhaltiger Vorsorge. Größtes Problem ist die Kluft zwischen tatsächlichem (60 Jahre) und gesetzlichem (65 Jahre) Pensionseintrittsalter. Diese Kluft müssen wir schließen! Dazu brauchen wir:

- Die Schaffung von altersgerechten Arbeitsplätzen.
- Größte Anstrengungen seitens der Politik, Wirtschaft und der Berufstätigen selbst sind gefordert, dass Menschen länger im Arbeitsleben bleiben können und wollen.
- Flexiblere Pensionsprogramme wie sanfteren Übergang in Altersteilzeit statt Blockzeiten.
- Umfassende Gesundheitsprävention und breitere (Um-) Schulungsangebote.

Die nächsten Wochen werden für die Anpassung 2022 entscheidend sein.

Die nächsten Monate werden entscheidend sein, wie wir nachhaltig Altersarmut bekämpfen und dabei gleichzeitig das Versicherungsprinzip und die Pensionsleistungen für alle Seniorinnen und Senioren stärken.

Am 27. September wird mit Schwerpunkt – Pensionsanpassung im Vorstand des Österreichischen Seniorenrates – zugleich die Seniorenkurie des Bundes-seniorenbeirates beim Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz diskutiert.

Thema Pflege und Pflegefinanzierung

Wir müssen die bestehenden Pflegeangebote ausbauen, um pflegende Angehörige zu unterstützen und die Vereinbarkeit von Pflege und Beruf zu ermöglichen. Mobile Dienste sind neben Tageszentren und Kurzzeitpflegebetten auszubauen und die Mobile Physiotherapie und psychologische Entlastungsangebote zu etablieren. Um die personelle Basis für die Pflegeberufe zu sichern, ist die Pflegeausbildung analog zum Beispiel der Polizeiausbildung finanziell zu unterstützen und eine faire Entlohnung für das Pflegepersonal sicher zu stellen, denn diese verdienen diese gesellschaftliche Anerkennung, um auch junge Frauen und Männer für diesen Beruf zu begeistern.

Herzliche Grüße und bleiben Sie gesund.

Euer Gregor Hammerl Landesobmann

Präsident d. Bundesrates a.D., Präsident Hilfswerk Steiermark



Foto: Fischer

Liebe Leserinnen und Leser Des Seniorenmagazins „zeitlos“!

Am 26. September 2021 wählt die Landeshauptstadt Graz ihren Bürgermeister.

Am 26. September wählt Graz seine Gemeinde- und Bezirksräte und damit indirekt auch seinen Bürgermeister. Wenn eine Stadt so vielfältig ist wie Graz, ist es gut, wenn es eine klare Nummer 1 gibt. Und wenn gerade von Vielfalt die Rede ist: Lebensfreude und Unternehmergeist, Jung und Alt, Kultur und Wirtschaft, Tradition und Moderne. Die Vielfalt unserer schönen Stadt spiegelt sich auch in ihrem Bürgermeister Siegfried Nagl wider.

Es gibt wahrscheinlich keine Hauptstadt in Österreich, in der die Vielfalt ihres Bundeslandes so spürbar und sichtbar ist wie Graz in der Steiermark. Ich glaube, ich sage nicht zu viel, wenn ich sage: Es gibt wahrscheinlich kaum ein Bundesland, in dem die Menschen auf ihre Hauptstadt so stolz sind und sie so gern mögen wie die Steirerinnen und Steirer unser Graz. Das ist auch der Verdienst von Bürgermeister Siegfried Nagl. Mit ihm als Bürgermeister hat Graz den Wandel zu einer pulsierenden, vielseitigen und modernen Stadt vollzogen. Eine Stadt in der es lebenswerten Wohnraum und fantastische neue Naherholungsbereiche gibt. Eine Stadt, die so viele Gesichter hat wie ihre Bewohnerinnen und Bewohner.

Graz hat mehr politische Wechsel erlebt als jede andere Hauptstadt in



© Foto Fischer

Österreich. Rot, Blau, Schwarz – alle haben diese Stadt schon regiert. Aber der Vergleich macht sicher, wer heute und in Zukunft am besten an der Spitze der Stadt steht und das ist unser Bürgermeister. Siegfried Nagl ist einer, der verbindet. Einer, der Mut zu neuen Wegen hat – auch zu großen Zielen. Wer wäre besser für so eine Stadt wie Graz in so einer Zeit wie heute?

Das Team rund um den Bürgermeister – unsere Stadträte Kurt Hohensinner und Günther Riegler, Klubobfrau Daniela Gmeinbauer und die Gemeinderäte, die Bezirksvorsteherinnen und –vorsteher sowie die zahlreichen Bezirksrätinnen und –räte der Grazer Volkspartei haben auch in der ablaufenden Legislaturperiode auf allen Ebenen mit großem Engagement gearbeitet und für die Grazerinnen und Grazer gewirkt. Jetzt gilt es diese Kraft in der Zeit bis zum Wahlsonntag für den Wahlkampf zu bündeln und erneut ein gutes Ergebnis für unser Graz zu erreichen.

Am 26. September hat Graz die Chance, den besten Bürgermeister für diese Stadt für weitere 5 Jahre zu bekommen. Nutzen wir diese Gelegenheit. Und tragen wir alle mit all unserer Kraft dazu bei. Geben wir gemeinsam alles für unsere Stadt.

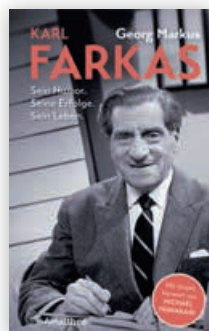
BUCHTIPP



BRILLANT RECHERCHERT

Commissario Xenia Zannier will sich an den Mördern ihres Bruders rächen. Oder will sie das korrupte europäische Netzwerk der einflussreichen Senatorin Romana Castelli de Poltieri aushebeln? Xenias Ermittlungen werden jedoch von der Wirklichkeit überrollt. Ein Frachter setzt Flüchtlinge ab, ein befreundeter Journalist wird ermordet, eine Spur führt vom BND zu Waffenschmuggel. Der Autor erzählt von den Verstrickungen des internationalen Verbrechens mit der Politik. Ein aktueller Thriller!

Veit Heinichen, Borderless, 463 Seiten, brosch., Piper Verlag, EUR 17,50.



„SCHAU'N SIE SICH DAS AN“

Wer kennt ihn nicht, diesen Ausspruch von Karl Farkas? Er war nicht nur ein bekannter „Blitzdichter“ im Simpl, sondern auch Kabarettist, Schauspieler, Autor und Regisseur. Mit Fritz Grünbaum, Maxi Böhm, Heinz Conrads, Fritz Muliari oder Ernst Waldbrunn galt er als der Inbegriff der „Doppelconference“. Mit seinen erfolgreichen Fernsehprogrammen „Bilanz des Jahres“ und „Bilanz der Saison“ wurde er zur „Ikone“ der Unterhaltungskunst. Die Liebe zur Bühne begleitete diesen großen Humoristen zeit seines Lebens.

Georg Markus, Karl Farkas, Sein Humor. Seine Erfolge. Sein Leben., 336 Seiten, S/W-Bilder, Amalthea Verlag, EUR 26,-

Für klare Verhältnisse in Graz!

In wenigen Tagen entscheidet Graz, wie die Zukunft unserer Stadt aussehen wird.

In unruhigen Zeiten braucht es Verlässlichkeit, Stabilität und Erfahrung, um die aktuellen Herausforderungen zu bewältigen. Siegfried Nagl ist die einzige Person, die die vielfältigen Aufgabenstellungen meistern und der Verantwortung, die ein Bürgermeister tragen muss, gewachsen ist.

Alle Menschen, die Siegfried Nagl auch zukünftig als Bürgermeister unserer Landeshauptstadt wollen, müssen ihn auch wählen. Aus diesem Grund ist es wichtiger denn je, dass wir die Grazerinnen und Grazer davon überzeugen, zur Wahl zu gehen und der Grazer Volkspartei ihre Stimme zu geben.

Unsere aktuellen Umfragewerte lassen darauf schließen, dass sich eine dunkelrot-rot-grüne Koalition gegen die ÖVP nicht nur ausgeht, sondern immer wahrscheinlicher wird. Sowohl die kommunistische Spitzenkandidatin als auch die Kandidatin der Grünen haben schon gesagt, dass sie sich gegenseitig zum Bürgermeistersessel verhelfen würden.

Für unsere Stadt würde das Verbot, Chaos und Instabilität bedeuten. Mitten in einer Gesundheits- und Wirtschaftskrise kostet uns das unsere innovative Vorreiterrolle als Stadt Graz.

Interview

zeitlos:

Herr Bürgermeister, Sie treten am 26. September zum fünften Mal als Spitzenkandidat der Grazer Volkspartei zur Gemeinderatswahl an. Sie sind seit kurzem mit mehr als 18 Jahren der am längsten dienende Bürgermeister unserer Landeshauptstadt. Und Sie sind unverändert voll Tatendrang und Energie und geben den Takt der Stadt vor. Wo holen Sie sich diese Kraft und Ausdauer?

Siegfried Nagl:

Mein Vater hat sich immer gewünscht, sehr alt zu werden, denn er war so neugierig darauf, was noch alles kommen wird. Und diese Neugierde prägt auch mich bis heute. Die Begegnung mit den Grazerinnen und Grazern, dieses Miterleben- und Mitgestalten dürfen, wie sich die Stadt in den letzten Jahren entwickelt hat, empfinde ich in großer Dankbarkeit als Geschenk, aber auch als Auftrag. Und ich habe eine starke Familie, einen großen Freundeskreis und ein hervorragendes Team im Rathaus und in der Grazer Volkspartei. Man kann nur gestalten, wenn man sich auch getragen weiß.

Ich trete mit meinem Team aus jungen und erfahrenen Grazerinnen und Grazern – übrigens gleichviel Frauen wie Männer –, bewährten Persönlichkeiten der Grazer Kommunalpolitik und engagierten „Neuen“ zu dieser Wahl an. Sie alle verbindet ein großes gemeinsames Ziel: unser Graz angesichts



Bgm. Mag. Siegfried Nagl

©KanizajMarija

der Herausforderungen der Zukunft bestmöglich zu gestalten. Wir fürchten uns vor Veränderungen nicht, im Gegenteil, wir wollen das Gesetz des Handelns nicht anderen überlassen!

zeitlos:

Sie haben die Entwicklung in den letzten Jahrzehnten angesprochen. Da gibt es ja durchaus auch Stimmen, die das alles ein wenig gemüthlicher haben wollen. Und wie wird das weitergehen – Stichwort: Bauboom, Stichwort: Mobilität?

Siegfried Nagl:

Der größte Feind des Menschen ist die selektive Wahrnehmung. Wer nur sieht, was er sehen will, wird das wahrnehmen, was er wahrhaben will! Bleiben wir doch bei den Fakten: Mehr als 60.000 Menschen zusätzlich haben seit der Jahrhundertwende Graz als ihren Hauptwohnsitz gewählt. Die Stadt ist sichtlich ein besonders attraktiver Ort zum Leben, zum Wirtschaften, zum Arbeiten, seine Kinder in die Schule zu schicken, das Kultur-, Sport- und Freizeitangebot zu genießen. Wir haben also vieles sichtlich richtig gemacht. Und gerade die Älteren wissen ganz genau, wie ein Großteil der Menschen früher gewohnt hat: Fünfköpfige Familien auf rund 60 Quadratmetern. Heute wird jede zweite Wohneinheit in Graz von nur mehr einer Person bewohnt. Da muss man kein promovierter Stadtplanungsexperte sein, da reichen die Grundrechnungsar-

ten, um zu verstehen, warum wir mehr Wohnraum benötigen. Was wäre die Alternative: Entweder noch mehr Pendler oder wir hören auf, Graz für die Anforderungen einer sich ständig weiterentwickelnden Gesellschaft zukunftsfit zu gestalten. „Zusperren“ und „Stillstand“ kommen in meinem aktiven Wortschatz nicht vor!

Ich kenne keinen vernünftigen Stadtplaner, der die Zukunft des urbanen Wohnens nicht im Bauen entlang von Verkehrsachsen sieht, die mit leistungsstarken öffentlichen Verkehrsmitteln und einem sicheren Radwegenetz bestens versorgt sind. Weil aber der Platz im Vergleich zur Bevölkerungszahl nicht mitwächst, der Wunsch nach öffentlichen Begegnungsräumen allerdings schon, müssen wir den Verkehr, den ruhenden ebenso wie den fließenden möglichst minimieren. Dazu brauchen wir Garagen ebenso wie Öffis auf selbstständigen Verkehrsflächen. Spätestens hier ist der nächste Schritt, an einen großzügigen Ausbau der Radwege und an eine Mini-Metro zu denken, völlig logisch.

zeitlos:

„Alles geben für Graz“ ist die Überschrift, mit der Sie um die Stimmen der Grazerinnen und Grazer werben. Was meinen Sie damit genau?

Siegfried Nagl:

„Alles geben“ ist zweifach zu verstehen. Zum einen ist es unser Versprechen, auch weiterhin mit ganzem Einsatz und großer Verantwortung alles für Graz zu tun. Zum anderen ist es aber auch unsere Einladung an die Grazerinnen und Grazer, sich an der Gestaltung unserer gemeinsamen Zukunft zu beteiligen. Ich will es an einem Beispiel erklären. Im Prinzip sind wir uns ja alle weitgehend einig, dass der Klimawandel eine der großen Herausforderungen unserer Tage ist und wohl auch noch lange sein wird. „Alles geben“ heißt, innovativ dieser Herausforderung entgegenzutreten, auch die Antworten der Wirtschaft und schon längst vorhandener Technologien als Chance für eine Zukunft ohne Wohlstandsverlust zu sehen. Ich kann mich oft des Eindrucks nicht erwehren, dass hier bei manchen unserer Mitbewerber das inoffizielle Motto „alles nehmen“ heißt; Politik als Erziehungsanstalt sozusagen.

zeitlos:

„Alles geben für Graz“ ist die Überschrift, mit der Sie um die Stimmen der Grazerinnen und Grazer werben. Was meinen Sie damit genau?

Siegfried Nagl:

Ich glaube nicht, dass „zeitlos“ so viel Platz hat, um hier alle guten Gründe aufzuzählen. Zum ersten gilt natürlich das, was ich eben gesagt habe: Ein starker Wirtschaftsstandort ist immer auch die beste Versicherung gegen jeden Verlust von Lebensqualität. Graz ist zum zweiten eine sehr sichere Stadt. In vielen anderen Ländern, und da muss man gar nicht weit schauen, trauen sich ältere Menschen kaum mehr auf die Straßen. Zum dritten – auch das wird naturgemäß einmal ein Thema für Ältere – ist die medizinische Versorgung in Graz von höchster Qualität. Wir arbeiten gerade auch an einem Ausbau der mobilen Betreuung für Seniorinnen und Senioren. Die Geriatrischen Gesundheitszentren werden international regelmäßig mit höchsten Auszeich-

nungen geehrt! Wir haben zum vierten gerade in der Corona-Krise erleben dürfen, dass das Miteinander der Generationen in Graz – Stichwort: Nachbarschaftshilfe – noch sehr gut gelingt. Fünftens müssen wir dennoch dem Thema Einsamkeit künftig sicherlich noch mehr Aufmerksamkeit schenken und last but not least darf ich hier auch noch ein sehr ernstes Thema ansprechen: Wie viele Ihrer Leserinnen und Leser wahrscheinlich wissen, habe ich mich gemeinsam mit meinem Vorgänger Alfred Stingl mit sehr klaren Worten gegen eine uneingeschränkte Liberalisierung beim assistierten Suizid ausge-



sprochen. Wir fordern hier ganz unmissverständlich, dass kein Mensch unter dem Druck findiger Geschäftemacher oder ungeduldiger Erben sich genötigt fühlt, den Wunsch zu äußern, seinem Leben ein Ende zu bereiten. Wir wollen vielmehr für jeden einen verbindlichen Rechtsanspruch auf Palliativ- und Hospizbetreuung sowie auf psychosoziale Suizidprävention. Das sind wir auch unserer Tradition als Europas älteste Menschenrechtsstadt schuldig!

zeitlos:

Apropos Menschenrechtsstadt. Graz hat heuer sein 20-Jahr-Jubiläum gefeiert. Warum ist Ihnen dieses Thema so wichtig?

Siegfried Nagl:

Wenn wir von Menschenrechten im Allgemeinen und einer städtischen Menschenrechtspolitik im Speziellen sprechen, so stehen wir vor grundsätzlichen zeitlosen Herausforderungen wie die Unantastbarkeit und Unteilbarkeit der menschlichen Würde – diese Fragen bleiben immer jung und aktuell –, aber auch vor Entwicklungen in unserer globalen Gesellschaft, die uns nach ständig neuen Antworten suchen lässt.

Der Grazer Journalist Ernst Sittinger hat erst unlängst eine „Neuvermessung



© Daniela Jakob

von Freiheit und Pflicht“ eingemahnt. Europa brauche „eine Dynamik, die den Einzelnen wieder stärker ans Ganze bindet.“

Klassische Menschenrechtspolitik galt und gilt unverändert weiter der Sicherung der Grundrechte, dem Verhindern von Diskriminierungen, der Gleichbehandlung aller Menschen, dem Schutz von Minderheiten, auch vor einer „Diktatur der Mehrheit über die Minderheit“ usw. Zugleich aber merken wir auch, dass selbst eine allseits verwirklichte Realisierung dieser Individualrechte nicht ausreichen wird. Die sogenannten und auch realen Krisen des 21. Jahrhunderts – Sicherheitskrise, Wirtschafts- und Bankenkrise, Flüchtlingskrise, Klimakrise, Corona-Pandemie – haben uns alle vor allem auch eines gelehrt: Die Summe

möglichst vieler und ausschließlich befriedigter Individualbedürfnisse führt nicht automatisch zu mehr gesamtgesellschaftlicher Lebensqualität.

Wo mehr Freiheit eingefordert wird, braucht es auch mehr Verantwortung! Gerade auch in einer Stadt wie Graz, in der Herkunftsvielfalt ein ständiges Thema ist, braucht es beides: die Unteilbarkeit der Menschenrechte und zugleich die Bereitschaft aller am Grundkonsens mitzuwirken. Menschenrechte in der Menschenrechtsstadt Graz müssen für alle Grazerinnen und Grazer ein Mehr an Sicherheit und Lebensqualität bringen.

Für mich ist dieses Ziel mit drei zentralen Begriffen untrennbar verbunden:

Erstens: Respekt der Menschen im Umgang miteinander, im persönlichen wie auch im politischen Sinn, ist keine Tugend von gestern. Respekt ist vielmehr der Grundanspruch, den wir alle an uns stellen müssen, wenn unser Zusammenleben gelingen soll.

Zweitens: Resilienz, das Stärken der persönlichen Lebenschancen, ist ein Anrecht aller Menschen, nicht nur der Benachteiligten. Wie geht die Stadt künftig mit Begegnungsplätzen im öffentlichen Raum, wie mit wachsender Einsamkeit um?

Und drittens: Selbstermächtigung bedeutet, mehr Mitwirkung und Teilhabe am Stadtleben zu ermöglichen. Nicht die Vollkaskoversorgungs- und Bevormundungsstadt ist das Ziel, sondern die mündigen, verantwortungsbereiten Bürgerinnen und Bürger.

Und sich sage auch gleich dazu, das wird nur gelingen, wenn hier jede Generation ihren Beitrag leistet. So wie wir alles gegen Altersdiskriminierung tun müssen, keine Frage, so dürfen wir auch die reichen Potenziale dieser Bevölkerungsgruppe nicht ignorieren.

Ich stehe für eine Politik, die auf dem Boden eines christlich-humanistischen Weltbildes steht. Jeder Mensch muss sich mit all seinen Fähigkeiten einbringen können und zugleich haben wir als Gesellschaft aber auch die Verpflichtung, für jeden Menschen die Rahmenbedingungen für ein gutes Leben zu sichern!

zeitlos:

14 Listen treten zur Wahl an, die Wahlbeteiligung ist wie immer das große Fragezeichen. Was ist hier Ihr Wunsch an die Bevölkerung?

Siegfried Nagl:

Genau genommen sind es drei Wünsche. **Erstens:** Bitte machen Sie von Ihrem Wahlrecht Gebrauch. Ich weiß, viele haben das Gefühl, es geht uns gut in Graz, unser Bürgermeister macht das schon richtig und bleiben dann zu Hause. Aber nur wer wählen geht, entscheidet über seine Zukunft, wer nicht wählen geht, lässt andere über sich entscheiden.

Zweitens: Gerade nach Corona und angesichts der großen Herausforderungen, vor denen wir alle stehen, ist diese Wahl eine Richtungsentscheidung, die weit über die Zusammensetzung des Gemeinderats in den nächsten fünf Jahren hinausgeht. Um hier handlungsfähig zu sein, braucht es auch klare Mehrheiten und den unmissverständlichen Auftrag der Grazerinnen und Grazer.

Und drittens: Geben Sie mir bitte am 26. September Ihre Stimme. Ich verspreche Ihnen, auch künftig alles für Graz zu geben.



Der Autor

LO-Stv. Univ.-Prof.
Dr. LEOPOLD NEUHOLD

Es war in den achtziger Jahren des vorigen Jahrhunderts. Ich durfte in Wien bei einem etwas skurrilen Verein „Aneinander vorbei“, geleitet von einem ehemaligen Stadtrat, vortragen. Der Verein befasste sich mit dem Thema des Aneinander-Vorbeiredens. Interessant und bedrückend zugleich, wie manchmal Menschen aneinander vorbeireden, Ungenauigkeit, Bequemlichkeit und vorschnelles Dazwischenreden führen oft zu großen Missverständnissen. Wir schaffen uns ein Bild vom anderen und von seiner Wirklichkeit, das oft so ganz und gar nicht passt, welches aber unser Verhalten bestimmt. Dabei kommt es dann gar nicht mehr zum Gespräch miteinander, weil man sich schon eine Meinung gebildet hat, die keine Widerrede mehr zulässt. Dazu eine bekannte Geschichte des Philosophen und Kommunikationswissenschaftlers Paul Watzlawick.

Ein Mann will ein Bild aufhängen, er hat einen Nagel, aber keinen Hammer. So beschließt er, zum Nachbarn zu gehen, um sich einen Hammer auszuborgen. Auf dem Weg dorthin melden sich beim Mann Zweifel. „Was ist, wenn mir der Mann den Hammer nicht borgt?“ Und er findet Hinweise, warum das so sein könnte: „Gestern hat er mich schon so komisch angeschaut und kaum begrüßt. Er hat etwas gegen mich!“ Die Hinweise darauf, dass der Nachbar ihm gegenüber feindlich eingestellt ist, verdichten sich, und schließlich wird es für den Mann zur Gewissheit: „Der borgt mir den Hammer nicht!“ Wütend stürmt er zum Haus des Nachbarn, reißt, ohne anzuklopfen, die Tür auf und schreit: „Behalten Sie ihren Hammer, Sie Rüpel!“

In einer solchen Situation sind wir heute in manchen Punkten, wo sich Spaltungen und Klüfte in unserer Gesellschaft auftun. Wozu noch mit dem anderen reden, wenn man sowieso schon genau weiß, wie es um den anderen steht und wie er zu mir steht! Und man findet immer Hinweise zur Bestätigung seiner Einschätzung, weil man meist nur die ins Bild passenden auswählt, wie in der sogenannten Echokammer im Internet, wo man nur durch das Echo seiner Zurufe die eigene Meinung bestätigt findet. Das Bild, das wir uns vom anderen machen, bestimmt uns und unser Verhalten: Da lassen wir keinen Zweifel aufkommen. Uns geht es da wie dem kleinen Franzerl, der in der Schule bei einem Diktat wieder einmal sehr viele Fehler hat. Die Lehrerin redet ihm ins Gewissen: „Wenn du noch einmal so viele Fehler hast, fällst du in Deutsch durch! Ich gebe dir aber noch eine Chance. Wenn wir wieder ein Diktat schreiben, und dir kommen bei einem Wort Zweifel, ob du es richtig geschrieben hast oder nicht, dann kannst du das Wort im Österreichischen Wörterbuch nachschlagen.“ Darauf Franzerl: „Frau Lehrerin, das hilft mir nichts! Mir kommen nie Zweifel, ob ich ein Wort richtig geschrieben habe oder nicht!“

Wir brauchen den Zweifel, der uns weiterrückt zum besseren Verständnis hin und uns die Fehleinschätzungen überwinden hilft. Dieser Zweifel fehlt heute,

Schreiben Sie uns Ihre Meinung

Aneinander vorbei

wenn wir uns nur die Sicherheit anschauen, mit der manche ihren Blödsinn vertreten. Und das findet oft gegenseitig statt. Die einen sagen, dass ihre Anschauung zu 100 Prozent richtig ist, die anderen behaupten das von der ihren. Der andere wird dann zum Unwissenden, zum Ignoranten, ja zum Feind erklärt, mit dem man nichts gemein hat und gemein haben will. Die gemeinsame Basis, die gemeinsamen Bezugspunkte kommen damit abhanden. Diese braucht es aber, wenn man Gräben überwinden will.

Dazu eine Beobachtung, die sich auch beim schon genannten Paul Watzlawick findet. Ein Ehepaar beim Einkaufen in einem Supermarkt. Die Ehepartner verlie-

ren sich, und die beiden überlegen, wo sich hinbegeben sollen, um aufeinander zu warten. Dabei genügt es nicht, dass sich beispielsweise der Ehemann fragt, wohin seine Frau wahrscheinlich gehen wird. Diese wird nämlich zu diesem Punkt gehen, von dem sie sich vorstellt, dass ihr Mann hingehen wird. Der Ehemann richtet sich also nicht nur nach dem, was er an ihrer Stelle tun würde, sondern auch nach dem, von dem sie sich vorstellt, dass er tun würde. Das ist nicht immer leicht, die Abstimmung unter unbekanntem, unsicheren Umständen ist sehr schwierig. Um hier zu einer guten Entscheidung zu kommen, ist es wichtig, dass man sich schon vorher eine gute gemeinsame Basis geschaffen hat. Das ist sehr oft eine sensible Angelegenheit, die viel Einfühlungsvermögen auf beiden Seiten erfordert. Ich muss mich also auch unter der Perspektive des anderen sehen, nach dem mich richten, was seines Erachtens meines Erachtens das Richtige ist.



Cartoon: Lo Graf von Blickensdorf

Diese Überlegung ist ein wichtiger Hinweis darauf, wie sehr wir den Blick auf den anderen und auf das Gemeinsame brauchen, um zu einer guten Entscheidung zu kommen. Wir müssen uns gemeinsam der Wahrheit nähern und nicht immer schon glauben, dass wir sie haben. Was zum Beispiel getan werden muss, um die Pandemie wirklich zu überwinden, das müssen wir laufend neu überdenken. Das heißt aber nicht, dass alles gleich richtig ist. Da gibt es Wahrscheinlicheres und Unwahrscheinlicheres. Es ist beispielsweise sehr klar, dass Impfen einen wichtigen Beitrag zur Bewältigung leistet, was wiederum aber nicht heißt, dass durch Impfen eine 100%ige Sicherheit geschaffen wird. In den anderen nur das Schlechte zu sehen, bei uns das Gute zu konzentrieren, das bringt eine Kluft in die Gesellschaft, die kaum zu überbrücken ist.

Die Überbrückung der Spaltungen ist notwendig. Wie können wir die gemeinsame Basis finden, die Klüfte überbrückt? Was kann getan werden, dass wir trotz Verschiedenheiten der Anschauungen zu einem gemeinsamen Vorgehen kommen? Schreiben Sie uns bitte Ihre Meinung und Ihre Vorschläge. Das gemeinsame Nachdenken könnte ein erster Schritt sein.

Angehörigenpflege ist ein knochenharter 24-Stunden-Job!



Sie sind eine „unsichtbare Armee“: 900.000 Angehörige, davon beinahe zwei Drittel Frauen, pflegen in Österreich 80 Prozent der Pflegebedürftigen. Das tun sie unbemerkt, in der Regel unbezahlt – aber jedenfalls unbezahlbar! Sie leisten pro Jahr unvorstellbare 600 Millionen Stunden Pflege. Das entspricht 29.000 Vollzeitstellen und einem – konservativ geschätzten – Gegenwert von 6,1 Milliarden Euro! Sogar das Sozialministerium gibt zu, dass unser Pflegesystem ohne die Arbeit Angehöriger zusammenbrechen würde.

So sehr wir auf pflegende Angehörige angewiesen sind, so wenig finanzielle, organisatorische und fachliche Unterstützung erhalten sie. Pflege ist ein knochenharter 24-Stunden-Job. Der Lohn sind körperliche und physische Belastung, drohende Altersarmut bei Frauen und kaum Hilfe beim Durchdringen des Kompetenz-Dschungels zwischen Bund, Ländern und Gemeinden. Wir dürfen auch nicht vergessen, dass der Großteil aller pflegenden Angehörigen bereits über 60 Jahre alt ist. Die große und dauerhafte Belastung macht die Pfleger von heute zu den Pflegebedürftigen von morgen!

Die Verantwortlichen haben sich zu lange auf die pflegenden Angehörigen verlassen – das kann und wird nicht mehr gut gehen! Angehörige brauchen **Freizeit, Hilfe und Entlastung.**



Copyright: Sabine Klimpt

LABG. INGRID KOROSEC
Präsidentin des ÖSB

Mail: ikorosec@seniorenbund.at

Das bedeutet: Leistbare Pflege daheim, eine zentrale Anlauf- und Beratungsstelle und mehr Unterstützung pflegender Angehöriger durch **Case- und Care-Management sowie Community Nurses.**

Mit dem Abschlussbericht der Task Force Pflege liegen die Fakten auf dem Tisch. Jetzt haben wir keine Zeit zu verlieren, Handeln ist angesagt! Daher mache ich neben vielen Gesprächen mit Entscheidungsträgerinnen und Entscheidungsträgern auch medial Druck, dass mehr Tempo in die Pflegereform kommt. Als Ergebnis hat Sozialminister Wolfgang Mückstein für September einen Runden Tisch angekündigt. Dort müssen endlich die Weichen für die Pflegereform und damit die umfassende Entlastung pflegender Angehöriger gestellt werden. Dafür werde ich auch weiterhin kämpfen!

Ihre Ingrid Korosec
Präsidentin des Österreichischen Seniorenbundes

Landeshauptmann Hermann Schützenhöfer gratuliert Bundeskanzler Sebastian Kurz zur Wiederwahl als Bundesparteiobmann

Im VAZ St. Pölten fand am 28.08.2021 der 39. ordentliche Bundesparteitag der ÖVP statt, an dem sich Bundeskanzler Sebastian Kurz der Wiederwahl als Bundesparteiobmann der Volkspartei stellte. Kurz wurde dabei eindrucksvoll mit 99,4 Prozent an der Spitze der ÖVP bestätigt. LPO LH Hermann Schützenhöfer gratuliert Kurz zu diesem Ergebnis: „Gestern feierte der Bundeskanzler seinen 35. Geburtstag, heute darf er seine Wiederwahl als Bundesparteiobmann feiern. Sebastian Kurz hat die Volkspartei in den letzten vier Jahren durch schwere Zeiten geführt. Als Bundeskanzler musste er Herausforderungen meistern, wie kaum ein anderer Regierungschef in den letzten Jahrzehnten zuvor. Ich bedanke mich bei ihm für seinen Einsatz, den er für die Bundespartei und natürlich für ganz Österreich leistet. Die Steirische Volkspartei wird ihn auch in Zukunft zu hundert Prozent unterstützen. Ich bin überzeugt davon, dass wir ‚mit neuer Kraft‘ auf dem richtigen Weg sind, um Österreich aus der Krise und wieder an die Spitze zu führen.“





LIEBES MITGLIED DES SENIORENBUNDES!

Foto: medienservice.com/furgler

FRIEDRICH BERND ROLL
Landesgeschäftsführer

Zwischen zwei Welten

Erlagscheinlose Überweisung, Kontostand am Handy überprüfen, Unterstützungsanträge und sonstige Ersuchen bei der zuständigen Gemeinde. Während wir früher noch uns auf den Weg zur jeweiligen Stelle machen mussten, brachte uns die Technologie eine einfache Lösung. Ein kurzer Klick mit dem Finger und all diese Unbequemlichkeiten sind bereits erledigt. Behördengänge wie früher gehören teils schon der Vergangenheit an. Um eine raschere Abwicklung zu gewährleisten, finden die meisten Antragsstellungen bereits in der digitalen Welt statt. Die schwierige Situation während der Pandemie, als der Lockdown über uns verhängt wurde, beschleunigte diese Entwicklung zudem. Die Digitalisierung bietet uns die Möglichkeiten gewisse Angelegenheiten einfach von überall aus zu erledigen. Parteienverkehr und Warteschlangen ade.

Im Zuge dieses Wandels vom persönlichen Kontakt hin zur digitalen Erledigung muss aber besonders auf die ältere Generation geachtet werden. Es darf hier nicht vergessen werden, dass das Internet und all seine Facetten für einen nicht allzu geringen Teil der Senioren und Seniorinnen Neuland darstellt. Laptops, Smartphones, Internet und Co. All diese Dinge, die sich erst in den letzten 20 Jahren zu dem entwickelt haben, was sie heute sind, stellen eine Selbstverständlichkeit für die junge Generation dar. Statt die Gebrauchsanweisung für das neue Smartphone zu lesen, kann man sich ohne Probleme den Enkel im Volksschulalter zur Seite nehmen, der sofort auf alle relevanten Fragen zum Gebrauch dieser Dinge eine Antwort hat. Sie stellen die Generation dar, die damit aufgewachsen ist. Die Bedienung einer Laptops, eines Flachbildfernsehers oder des neuesten Handys fällt ihnen so leicht, wie für die Generation 60+ früher das Wechseln des Fahrradschlauchs, Stopfen von Socken, Annähen von Knöpfen und das Reparieren mancher Sachen. Denn neben der Entwicklung der Digitalisierung sind wir eine Wegwerfgesellschaft geworden. Denn wie viele bringen ihre kaputten Schuhe noch zum Schuster? Um sich diesen Weg zu ersparen, wird sich einfach stattdessen das gleiche Paar nochmals online bestellt. Ein Klick mit der Maustaste und alle Wünsche werden Einem erfüllt. Dennoch muss hervorgehoben werden, dass die digitale Welt viele Vorteile für Jung und Alt bietet. Ob es nun Informationen zu behördlichen Anträgen, die Öffnungszeiten des nächst gelegenen Arztes oder einfach nur die neuesten Tagesgeschehen sind. Antworten auf all diese Fragen bietet das Internet in Lichtgeschwindigkeit.



Um dieser rasanten Entwicklung gerecht zu werden, bietet der Steirische Seniorenbund gemeinsam mit dem Telekommunikationsanbieter A1 und dem Katholischen Bildungswerk für die Senioren und Seniorinnen Kurse im Umgang mit der neuen Technologie an. Es ist uns ein wichtiges Anliegen, dass die Senioren und Seniorinnen sich auch alleine ohne fremder Hilfe in diesem neuen Umfeld zurecht finden und sich auch mancher Annehmlichkeiten, die die digitale Welt bietet, bedienen können. Zu diesem Erlernen des Umgangs mit den neuen Technologien gehört auch ein Aufklärungsunterricht bezüglich der Gefahren, die bedauernswerterweise auch mit der neuen Entwicklung hervorkommen. Senioren und Seniorinnen sollen sich aufgrund von immer wiederkehrenden Berichten über Betrugsmaschen und Hackerangriffen nicht abschrecken lassen sich des neuen Mediums zu bedienen. Natürlich bedarf der Umgang mit dem Internet auch eines wachsamem Auges, auf welchen

Seiten ich mich heruntreiben kann, aber einmal etwas sensibilisiert für dieses Thema durch Profis können sich die Senioren und Seniorinnen im Netz sicher fühlen.

Auch wenn sich manche vielleicht fragen, bin ich nicht schon zu alt mich mit dieser neuen Technologie zu beschäftigen? Meine Antwort: Man ist niemals zu alt etwas neues zu erlernen. Zudem kann man sich der digitalen Welt mittlerweile nicht mehr entziehen. Denn die technische Entwicklung, die wir bisher mitbekommen haben, ist immer noch nicht an ihre Grenzen gestoßen.

Digitalisierung macht einiges einfacher, manches eventuell auch komplizierter. Aber dennoch sollte sie allen Generationen zur Verfügung stehen. Darum, stellen wir uns neuen Herausforderungen und machen die digitale Welt auch zu einer Selbstverständlichkeit für jene, die ohne sie aufgewachsen sind.

Ihr Landesgeschäftsführer Friedrich Roll





HIER FINDET MARIA TROST.

grazerbestattung.at



Die neu gestaltete
Verabschiedungshalle
der Grazer Bestattung



Auszeichnung
des Landes



ochingbaum / Joseph & Franz 016

Prim. Univ.-Prof. Dr. Hubert Hauser Präsident der Österreichischen Gesellschaft für Chirurgie

Im Juni 2021 erfolgte in Salzburg die Übergabe der Präsidentschaft der Österreichischen Gesellschaft für Chirurgie (ÖGCH) durch den amtierenden Präsidenten Univ.-Prof. Dr. Klaus Emmanuel, Vorstand der Universitätsklinik für Chirurgie Salzburg, **an unseren zeitlos Autor Prim. ao. Univ.-Prof. Dr. Hubert Hauser**. Mit der Übernahme des Präsidentenamtes tritt Prof. Hauser in große Fußstapfen. So hatten vor ihm prominente Chirurgenpersönlichkeiten wie z. B. Univ.-Prof. Dr. Franz Spath (1958/59), Univ.-Prof. Dr. Walter Ehalt (1962/62), Univ.-Prof. Dr. Julius Kraft-Kinz (1976/77) sowie der derzeitige KAGES Vorstand Univ.-Prof. Dr. Karlheinz Tscheliessnigg (2000/01) dieses Amt inne.

Die Österreichische Gesellschaft für Chirurgie hat ihren Sitz im Billrothhaus in Wien. Ihre Tätigkeit erstreckt sich auf das gesamte Gebiet der Republik Österreich. Die Gesellschaft umfasst über 5600 Chirurgen und Chirurgeninnen aller chirurgischen Fachrichtungen von der Tumor-, über die Unfall-, bis hin zur Plastischen-, Kiefer- und Gefäßchirurgie. Ziel der Gesellschaft ist die „Förderung der Wissenschaft auf dem Gebiet der Chirurgie in allen Sparten und Belangen.“

Seine Präsidentschaft hat Prof. Hauser unter das Motto „Bewährtes optimieren – neues etablieren“ gestellt. So stellt auch die Implementierung neuer Techniken, wie



Übergabe des Steuerrades der ÖGCH von Prof. Emmanuel an Prof. Hauser.



Vorstellung des Programmes der Präsidentschaft.

minimal invasive Chirurgie (Operationen in Knopflochtechnik), Digitalisierung, Telemedizin und Genetik ein besonderes Anliegen des neu gewählten Präsidenten dar. Weitere Ziele von Prof. Hauser sind die Förderung des chirurgischen Nachwuchses, die Verbesserung der chirurgischen Ausbildung, Evaluierung und Verbesserung der Situation von Frauen in der Chirurgie sowie die Vertiefung des Kontaktes zu ausländischen chirurgischen Gesellschaften. Diesem Zweck dient auch der vom 15.-17. Juni 2022 im Messe/Congresszentrum Graz stattfindende 63. Österreichische Chirurgenkongress. Im Rahmen dieses Kongresses werden in- und ausländische ChirurgenInnen bewährte und neue chirurgische Techniken darstellen und diskutieren.

Neben den technisch/wissenschaftlichen Aspekten der modernen Chirurgie ist es aber auch ein großes Anliegen von Prof. Hauser die ethisch/moralische Thematik des Faches Chirurgie zu beleuchten. So konnte seine Exzellenz Erzbischof Mag. Dr. Franz Lackner, Vorsitzender der Österr. Bischofskonferenz und Professor für Metaphysik, gewonnen werden, den Festvortrag zum Thema „Grenzen“ zu halten. Ein Thema mit dem ChirurgenInnen in ihrem täglichen Handeln immer wieder konfrontiert sind. Grenzen, die ChirurgenInnen manchmal überschreiten können, sehr oft akzeptieren müssen und manchmal auch nicht überschreiten dürfen!

Steirischer Jägerchor Kulturgut der Alpenländer als einzigartiges Klangerlebnis

KONZERT

für Freunde und Förderer des Steirischen Jägerchores

Freiwillige Spende
Mehlspeisenbuffet

Sonntag 28. November 2021
Beginn: 15 Uhr
im Steiermarkhof, Graz



Neue Sänger gesucht! Ein erstes Schnuppern bei einer unserer Chorproben - immer dienstags - ist möglich. Kontakt: Sepp Spath 0664/4428075

Wenn die Schilddrüse **nicht** funktioniert!

**PRIM. UNIV.-PROF.
DR. HUBERT HAUSER**

Ordination
Mandellstraße 1/I; 8010 Graz,
Tel. 0316/429922 oder 0664/380 37 06



Ultraschalluntersuchung

Die Schilddrüse befindet sich im Halsbereich unter dem Kehlkopf direkt vor der Luftröhre. Man unterscheidet einen rechten und linken Schilddrüsenlappen, die durch einen schmalen Gewebsanteil (Schilddrüsenhals) miteinander verbunden sind. Ihre Hauptaufgabe besteht in der Speicherung von Jod sowie der Produktion zweier jodhaltiger Schilddrüsenhormone (T3 und T4). Solange sie funktioniert, handelt es sich bei der Schilddrüse um ein relativ unscheinbares, kleines Organ. Funktioniert die Schilddrüse jedoch nicht oder nur unvollständig, so hat das

gravierende Folgen für zahlreiche Organ- und Körpersysteme. Gerade die steirische Bevölkerung hat jahrhundertlang an schwersten Schilddrüsenenerkrankungen, die sich in Form riesiger Kröpfe äußerten, gelitten. So berichtet z. B. der schottische Philosoph David Hume im Jahre 1748 über eine Reise ins obere Murtal „So ansprechend das Land in seiner Rauheit ist, so wild, entstellt und monströs sind die Bewohner in ihrer Erscheinung. Sehr viele von ihnen haben hässliche geschwollene Hälse. Der allgemeine Anblick der Leute ist der schockierendste, den ich jemals gesehen habe.“

Ursache für diese riesigen Kröpfe war- und ist auch gelegentlich heute noch ein **Jodmangel**. Die Schilddrüse ist bestrebt diesen Jodmangel durch gesteigertes Wachstum und Bildung vermehrter Schilddrüsenzellen auszugleichen. Dadurch kann für eine gewisse Zeit die verminderte Jodmenge durch vermehrte Hormonproduktion kompensiert werden. Dieses gesteigerte Wachstum führt jedoch letztlich zur sichtbaren Schilddrüsenvergrößerung, dem Kropf. Durch Druck desselben auf Luftröhre bzw. Kehlkopf können Atembeschwerden und Stimmveränderungen auftreten. Durch Jodmangel bedingte Schilddrüsenfunktionsstörungen sind heute glücklicherweise durch die Verwendung jodierten Speisesalzes weitgehend in den Hintergrund getreten. Für die Schilddrüse verwertbares Jod ist auch in Milchprodukten, Meeresfischen und jodhaltigen Mineralwässern enthalten. Prinzipiell sollen über Fünfzigjährige 180 Mikrogramm Jod pro Tag zu sich nehmen.

Neben der Jodmangelerkrankung können auch entzündliche Schilddrüsenenerkrankungen wie z. B. die sog. Hashimoto-Thyreoiditis Ursache für eine Schilddrüsenunterfunktion (med.: Hypothyreose) sein. Auch Autoimmunerkrankungen, gut- oder bösartige Schilddrüsentumore sowie Erkrankungen im Bereich der Hirnanhangdrüse können

eine Schilddrüsenunterfunktion verursachen. Daneben gibt es auch angeborenen Hypothyreosen. Die Symptome dieser Erkrankung werden durch den Mangel an „aktivitätssteigernden“ Schilddrüsenhormonen hervorgerufen. Symptome sind Müdigkeit, verminderte körperliche Leistungsfähigkeit, Gewichtszunahme, häufiges Kältegefühl, Antriebslosigkeit und Lustlosigkeit bis hin zum Auftreten von Depressionen. Weitere Symptome sind Pulsverlangsamung, Gelenks- und Muskelschmerzen und Störungen des Knorpel- und Knochenaufbaus. Weiters neigen diese Patienten häufig zu Verstopfungen. Die diagnostische Abklärung umfasst die Schilddrüsenhormonbestimmung im Blut, Ultraschalluntersuchung, Schilddrüsenzintigraphie und ev. sogar die Punktion der Schilddrüse. Untersuchungen und Diagnose werden durch auf diesem Gebiet spezialisierte Ärzte (Endokrinologen, Nuklearmediziner) durchgeführt. Die Behandlung erfolgt entsprechend der jeweils vorliegenden spezifischen Krankheitsursache. Diese kann von der Verabreichung von Schilddrüsenhormonen in Tablettenform (z. B. Euthyrox, Thyrex) bis hin zur Schilddrüsenoperation reichen.

Eine Schilddrüsenüberfunktion (med.: Hyperthyreose) entsteht häufig durch eine Fehlsteuerung des Immunsystems mit vermehrter Bildung von Schilddrüsenhormonen wie z. B. beim Morbus Basedow. Bei älteren Menschen tritt oft eine sog. „Autonomie der Schilddrüse“ auf d. h. die Schilddrüse beginnt eigenständig, ohne Regulation durch das Gehirn, vermehrt Schilddrüsenhormon zu produzieren. Seltener Ursachen für eine Schilddrüsenüberfunktion sind Schilddrüsenentzündungen, spezielle Typen von Schilddrüsenkrebs oder Tumore der Hirnanhangdrüse. Aber auch übermäßige Jodzufuhr oder Fehldosierungen von Schilddrüsenmedikamenten können zu einer Schilddrüsenüberfunktion führen.

Mögliche Folgen einer Schilddrüsenüberfunktion sind beschleunigter Herzschlag und Blutdruckerhöhung. Es kann auch zum Auftreten von Herzschwäche und Vorhofflimmern kommen. Auch die Schlaganfallgefahr ist erhöht. Häufig sind die Patienten nervös und unruhig. Konzentrations- und Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen wie auch erhöhte Reizbarkeit und Zittern sind weitere Symptome. Charakteristisch ist eine Gewichtsabnahme trotz Heißhunger. Muskulatur wird abgebaut, Knochendichte- und stabilität nehmen ab. Haarausfall nimmt zu. Die Haut ist überwärmt und oft leicht gerötet. Betroffene schwitzen häufiger. Es kann zum vermehrten Auftreten von Durchfällen und Erbrechen kommen. Hervortreten des Augapfels stellt ein charakteristisches Symptom für eine schwere Schilddrüsenüberfunktion dar. Für die Auswahl der richtigen Behandlung ist wiederum eine sorgfältige diagnostische Abklärung notwendig. Die Behandlung kann medikamentös durch „Schilddrüsenblocker“ (med.: Thyreostatika) erfolgen. Versagt die medikamentöse Behandlung der Schilddrüsenüberfunktion, kann das unkontrolliert hormonbildende Schilddrüsenewebe durch operative Entfernung entfernt oder durch Radiojodbehandlung bzw. Radiofrequenzbehandlung zerstört werden.

Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass Funktionsstörungen der Schilddrüse, obwohl sie das Wohlbefinden der Patienten erheblich einschränken, oft lange nicht erkannt werden. Bei rechtzeitiger Diagnose können nicht nur Langzeitfolgen für den Gesamtorganismus verhindert, sondern meist auch sehr rasch die Lebensqualität der betroffenen Patienten wiederhergestellt werden.

Prim. Univ.-Prof.
Dr. HUBERT HAUSER
Facharzt für Chirurgie,
Viszeral- und Gefäßchirurgie





Univ.-Prof.
Dr. HEINZ HAMMER
Privatklinik Kastanienhof

Sie fühlen sich gut? Das heißt nicht, dass Sie tatsächlich gesund sind. Darmkrebs macht im Frühstadium keine Beschwerden. Wenn man ihn spürt, ist er oft schon so weit fortgeschritten, dass er nicht mehr heilbar ist. Darmkrebs ist aber die einzige Krebserkrankung, die sich durch Vorsorge zu fast 100 Prozent verhindern lässt.

Wer hat ein Risiko?

Auch der gesündeste Lebensstil kann den regelmäßigen Darmcheck beim Arzt und die Abklärung des persönlichen Risikos nicht ersetzen. Ein erhöhtes Risiko für Darmkrebs haben Menschen, die

- übergewichtig sind
- sich zu fett und ballaststoffarm ernähren und wenig bewegen
- rauchen
- Darmpolypen haben oder hatten
- Blut in oder auf ihrem Stuhl finden
- eine chronisch-entzündliche Darmerkrankung haben (Colitis ulcerosa und Morbus Crohn)
- Fälle von Darmkrebs in der Familie haben
- Älter als 50 Jahre sind.

Achtung: Familie!

Gibt es in Ihrer Familie Fälle von Darmkrebs? Wenn ja, könnten Sie selbst ein erhöhtes Risiko für eine Darmkrebserkrankung haben. Bereits bei einer Darmkrebserkrankung in der Familie verdoppelt sich für alle, die direkt mit dem erkrankten Familienmitglied (Eltern, Geschwister, Kinder) verwandt sind, das eigene Darmkrebsrisiko. Gibt es in Ihrer Familie mehrere Fälle von Darmkrebs oder sind Darmkrebs und Darmpolypen vor dem 50. Lebensjahr aufgetreten, nimmt das Risiko für direkte Verwandte noch einmal dramatisch zu. Je niedriger das Alter, in dem der Darmkrebs festgestellt wurde, desto höher das Erkrankungsrisiko für die anderen Familienmitglieder. Typischerweise tritt Darmkrebs in erblich belasteten Familien nicht nur häufiger, sondern auch in einem wesentlich niedrigeren Alter als 50 Jahre auf. Doch auch in diesem Fall gilt: Darmkrebs lässt sich durch frühzeitige Vorsorge verhindern.

Gesund bleiben durch Darmkrebsvorsorge

Mit der Vorsorgeuntersuchung sollen in erster Linie die Vorstufen von Darmkrebs (Polypen) erkannt und entfernt werden. Werden eventuell vorhandene bösartige Tumore im Frühstadium entdeckt, sind diese dann sehr häufig noch heilbar. Das Tückische an Darmkrebs ist, dass weder die Vorstufen noch der Tumor selbst Beschwerden verursachen müssen. Das heißt, man kann sich lange in der falschen Sicherheit wiegen, gesund zu sein, während im Darm bereits ein Krebs heranwächst. Sicherheit gibt hier nur die Vorsorgeuntersuchung. Man schätzt, dass Polypen etwa 10 Jahre benötigen, um zu Darmkrebs zu werden. Zeit genug also, um dieser Entwicklung durch eine Vorsorgeuntersuchung zuvor zu kommen. Die zuverlässigste Vorsorgemethode ist die Darmspiegelung.

Darmkrebsvorsorge durch Darmspiegelung (Koloskopie)

Sicher & schmerzfrei: Die Darmspiegelung

Mit der Einführung der Vorsorgekoloskopie wurden strenge Qualitätsauflagen verbunden. Dank der Kurzschlafspritze, mit der Sie sich in einen Dämmer Schlaf versetzen lassen können, ist dies heute eine schmerzfreie und komplikationsarme Untersuchung. Auch die Vorbereitung zur Reinigung des Darms ist deutlich einfacher geworden.

Bei der Untersuchung entdeckte Polypen werden sofort entfernt, so dass aus ihnen kein Krebs mehr entstehen kann. Wurden bei der Darmspiegelung keinerlei krankhafte Veränderungen der Darmschleimhaut festgestellt, haben Sie die beruhigende Gewissheit, für die nächsten 10 Jahre vor Darmkrebs geschützt zu sein.



Bild 1



Bild 2



Bild 3

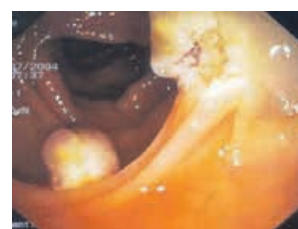
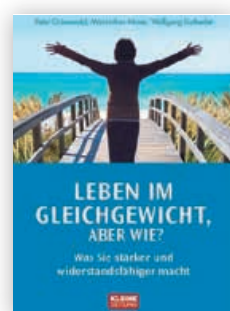


Bild 4

Die Abbildungen zeigen einen Polypen (Bild 1), der mit der Schlinge gefasst (Bild 2), und dann mit Strom abgeschnitten wird (Bilder 3 und 4). Aus diesem gutartigen Polypen kann kein Krebs mehr entstehen.

BUCHTIPP

LEBEN IM GLEICHGEWICHT



Mit diesem Buch lernen Sie mit großen Belastungen umzugehen, gesund zu bleiben und gute Leistungen zu erbringen. Sie lernen dabei Ihre gute Urteils- und Entscheidungsfähigkeit zu erhalten. Außerdem erfahren Sie auch Ihre Widerstandskraft zu stärken und wie Sie herausfordernden Situationen effektiver begegnen können. Auch über die Wahl Ihrer Lebensmittel, die Sie fitter und gesünder machen, werden Sie informiert.

P. Grünwald/M. Moser/W. Gutberlet, Leben im Gleichgewicht, aber wie? Was Sie stärker und widerstandsfähiger macht, 135 Seiten, brosch., Edition Kleine Zeitung, EUR 14,90.

Antikörper

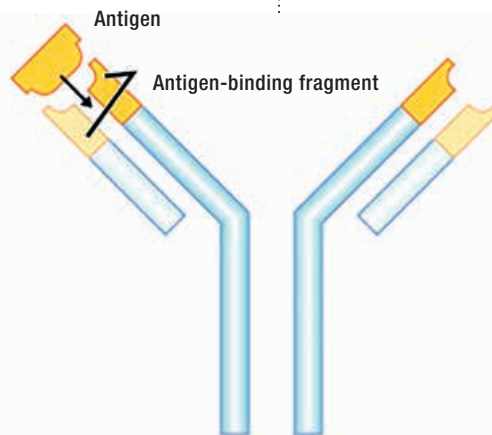
Antikörper, Immunglobuline (Ig) genannt, sind Teil der Immunabwehr unseres Körpers gegen Bakterien und Viren. Es handelt sich um Eiweiß-Moleküle (Proteine), die in ihrer äußeren Form dem Buchstaben „Ypsilon“ ähneln. Sie werden von Plasmazellen produziert und zirkulieren im Blut. Die beiden Arme des „Ypsilon“ (Antigen-binding fragment) erkennen und binden Bestandteile von Bakterien oder Viren, sogenannte Antigene, nach dem Schlüssel-Schloss-Prinzip. Nach der Anbindung können dann die Bakterien oder Viren direkt unschädlich gemacht (neutralisiert) und Zellen des Immunsystems zum Zerstören der Bakterien oder Viren aktiviert werden. Die Bindung an Bestandteile von Bakterien oder Viren ist sehr spezifisch, d.h., Schlüssel und Schloss passen sehr gut zueinander. Das bedeutet aber auch, dass im Körper keine spezifischen Antikörper gegen ein Bakterium oder Virus vorhanden sind, wenn noch kein Kontakt stattgefunden hat. Die bei einem erstmaligen Kontakt mit einem Bakterium oder Virus produzierten Antikörper sind dann für einige Zeit im Blut nachweisbar, die Subklasse der IgM-Antikörper für einige Monate, die Subklasse der IgG-Antikörper auch für Jahrzehnte. So fanden sich bei Personen, die die Spanische Grippe im Jahr 1918 erlebt haben, noch im hohen Alter, ca. 90 Jahre später, Antikörper gegen das damalige Grippevirus. Antikörper-Spiegel (Titer) im Blut kann man mit Labormethoden bestimmen und daraus Rückschlüsse auf einen Schutz vor einer bestimmten Infektionserkrankung ziehen. Wichtig für einen Infektionsschutz ist auch die Funktion der Zellen des Immunsystems (T-Zellen, Monozyten, Granulozyten, dendritische Zellen), für die es bisher jedoch keine Standard-Labortests gibt.

Wenn es zu einem zweiten Kontakt mit dem gleichen Bakterium oder Virus kommt, dann hat der Körper bereits nach dem Schlüssel-Schloss-Prinzip gut „passende“ Antikörper und die Immunreaktion kann schneller und stärker ablaufen. Das nutzt man für Impfungen. Hier werden Bestandteile von Bakterien oder Viren gespritzt,

die keine Erkrankung auslösen, aber durch Kontakt mit den Zellen des Immunsystems die Produktion spezifischer Antikörper bewirken. Im Fall der RNA- und DNA-Impfstoffe werden die fremden Antigene erst nach der Impfung am Injektionsort im Muskel gebildet und das Immunsystem reagiert dagegen. Für die Abwehr von Atemwegsinfektionen spielt auch die Subklasse der IgA-Antikörper eine Rolle, die sich auf den Schleimhäuten von Nase, Rachen und Bronchien findet. Diese IgA-Antikörper werden nicht gebildet, wenn die Impfung in einen Muskel am Arm erfolgt. Damit IgA-Antikörper in den Atemwegen gebildet werden, müssen speziell dafür entwickelte Impfstoffe durch die Nase eingeatmet (inhalieren) werden, was bisher nur für die Grippeimpfung bei Kindern und Jugendlichen zum Einsatz kam.

Antikörper sind als Medikamente in Form von Infusionen oder Injektionen in der Behandlung von Autoimmun- und Krebserkrankungen verwendbar. Hier kommen biotechnologisch hergestellte Antikörper zum Einsatz, die bestimmte Strukturen, die für den jeweiligen Krankheitsprozess bedeutsam sind, erkennen. In der Therapie von Autoimmunerkrankungen dämpft man damit die schädliche Immunreaktion gegen den eigenen Körper. In der Behandlung von Blutkrebserkrankungen (Leukämien) können mit solchen Antikörpern Krebszellen zerstört werden. Bei anderen Krebserkrankungen wiederum wird die Reaktion der körpereigenen Immunzellen gegen Krebszellen stimuliert. Diese therapeutisch verwendeten

Antikörper sind sogenannte monoklonale Antikörper, d. h., sie sind für jeweils eine genau bestimmte medizinische Verwendung entwickelt und haben ihren Ursprung im „Bauplan“, der DNA, einer einzigen Ursprungszelle. Das ermöglicht die großtechnische Herstellung immer gleich aufgebaute Antikörper in unbegrenzter Menge. Natürliche Infektionen im Körper mit Bakterien oder Viren bewirken hingegen die Produktion vieler verschieden strukturierter Antikörper durch viele verschiedene Ursprungszellen, was als polyklonale Antikörperbildung bezeichnet wird.



<https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Antibody.png>

BUCHTIPP

DAS GANZE LEBEN LEBEN. HOLT EUCH DAS ALTER WIEDER ZURÜCK!

Wir wollen möglichst alt werden, verdrängen aber das Alter gleichzeitig aus unserem öffentlichen und persönlichen Bewusstsein immer mehr. Alte Menschen sind zunehmend von Isolation, Vereinsamung und Ausgrenzung betroffen. Das Buch „Das ganze Leben leben. Holt Euch das Alter wieder zurück!“ beschäftigt sich mit der Vision einer Reintegration des Alters in die Mitte unserer Gesellschaft. Die Autorinnen und Autoren, die sich seit vielen Jahren in ihrer beruflichen Praxis in der Medizin, Pflege, Wissenschaft, Politik, Philosophie und Theologie mit dem Thema des Alterns beschäftigen, nähern sich aus ihrer jeweils eigenen Perspektive dem Thema des Alterns in Würde und sozialer und gesellschaftlicher Teilhabe.

Besonders geehrt sind die Herausgeber, dass Herr Bischof emeritus DDr. Egon Kapellari das erste Kapitel des Buches verfasste. Im Buch werden die Ursachen der aktuellen Entwicklungen, die alte Menschen so oft an den Rand der Gesellschaft treiben, analysiert und notwendige Veränderungen und Lösungsmodelle vorgestellt. Das Buch weckt Hoffnung auf Selbstbestimmung und zeigt Wege auf, wie aktives Altern in Gesundheit und Teilhabe am gesellschaftlichen Leben gelingen kann. Angesprochen werden alle Menschen, die an gesundem und aktivem Altern für sich und ihre Mitmenschen interessiert sind und die wissen wollen, was wir heute tun müssen, damit Alter nicht länger mit Einsamkeit, Isolation und Leben im Pflegeheim gleichgesetzt wird.



Springer Verlag, 304 Seiten,
ISBN 978-3-662-62486-9
Herausgeber: Walter Schippinger, Rudolf Likar, Georg Pinter
Prim. Priv.-Doz. Dr. Walter Schippinger MBA
Präsident des Netzwerks Altersmedizin Steiermark
www.netzwerk-steiermark.com

PD Dr.
THOMAS SEIFERT-HELD, MBA
UNIVERSITÄTSKLINIK
FÜR NEUROLOGIE

Med. Uni. Graz



Das Hilfswerk Steiermark informiert

Schwache Blase, träger Darm?

In Österreich sind knapp 1 Million Menschen von Inkontinenz betroffen, Frauen öfter als Männer. Bei Frauen zählt Inkontinenz sogar zu den häufigsten chronischen Gesundheitsproblemen. Obwohl Inkontinenz oft erst ab ca. 65 Jahren auftritt, kann sie auch schon bei Jüngeren vorkommen. Leider ziehen sich viel zu viele Menschen zurück und meiden soziale Kontakte, wenn sie Probleme mit ihrer Kontinenz haben. Ihre Scham, Sorge, Verlegenheit oder Unsicherheit ist zu groß. Manchmal hegen Betroffene auch die Hoffnung, dass "die unangenehme Sache" mit der Zeit von selbst vergeht. Sich jemandem anzuvertrauen, sich familiären oder ärztlichen Rat zu holen, kommt vielen gar nicht in den Sinn. Dabei ist "darüber reden" nicht nur eine Möglichkeit, das Tabu zu brechen – die meisten Personen fühlen sich nach einem Gespräch mit einer Vertrauensperson sichtlich erleichtert. Reden ist ein erster Schritt, reden hilft! Sie werden feststellen, dass Sie mit Ihrem Problem nicht alleine sind, dass Ihr Umfeld Verständnis für Ihre Situation aufbringt. Und vor allem, dass es Unterstützung, Therapien und Hilfsmittel gibt, die das Leben und den Umgang mit Inkontinenz wesentlich erleichtern.

Reden, aber mit wem?

Auch, wenn es etwas Überwindung kostet: Je eher die Ursache einer Inkontinenz erkannt und behandelt wird, desto schneller kann Besserung eintreten. Setzen Sie daher so früh wie möglich auf das Gespräch mit einer Vertrauensperson. Meist ist der erste Weg jener zur vertrauten Hausärztin/zum vertrauten Hausarzt. Eine allgemeine Harnuntersuchung hilft beispielsweise zu erkennen, ob „nur“ eine Blasenentzündung vorliegt oder ob möglicherweise weitere fachärztliche Untersuchungen aus den Bereichen Urologie, Gynäkologie oder Neurologie zur Abklärung notwendig sind. Daraus ergeben sich allfällige weitere Schritte.

Außer ärztlichen Rat einzuholen, können Sie sich auch vertrauensvoll an eine Beratungsstelle in Ihrem Bundesland wenden. Dort nehmen sich professionelle Pflegefachkräfte mit speziellen Kenntnissen zur Inkontinenz Ihres Anliegens an. „Darüber reden“ kann durchaus auch im Rahmen eines Gesprächs mit einer Psychologin/einem Psychologen Sinn machen, die oder der Sie bei eventuellen Sorgen professionell begleiten kann. Viele Betroffene machen auch gute Erfahrungen mit Selbsthilfegruppen, wo sie sich in einem diskreten Rahmen mit anderen betroffenen Menschen austauschen.



Unsere Hilfswerk Pflegefachkräfte verfügen über vielfältige Kompetenz in Kontinenz, sprechen Sie uns gerne darauf an. Zusätzlich stellt das Hilfswerk die neue kostenlose Fachbrochure zum Thema Inkontinenz zur Verfügung. Bestellen Sie unsere Hilfswerk-Broschüren online unter www.hilfswerk.at/steiermark/ oder unter der Hilfswerk-Servicehotline **0800 800 820** (gebührenfrei aus ganz Österreich).

**DAS GUTE
LIEGT SO NAH.
GENAU WIE
DEIN NEUER JOB.**

GROSSE HILFE,
GANZ NAH.



Finde jetzt eine Stelle in deiner Nähe:

- 22 Standorte in der Steiermark
- 37-Stunden-Woche
- Flexible Arbeitszeiten
- Fortbildungen

WEN WIR SUCHEN:

- DGKP
- Pflegeassistentinnen und -assistenten
- Heimhilfen

Jetzt bewerben: jobs-pflege.at

Rettung aus der Eiseskälte

Der Aktive Tierschutz Austria kümmert sich unterstützt von vielen (Testaments-) Spendern um verwahrloste, verletzte und misshandelte Tiere.

Es war mitten in einer eiskalten Winternacht, als den Aktiven Tierschutz Austria die Meldung erreichte, dass sechs Welpen auf einer Wiese einfach sich selbst überlassen worden waren. Im Stammhaus der Tierschutzorganisation, der „Arche Noah“ in Graz, wurden die unterkühlten, gerade einmal sechs Wochen alten Hundekinder sofort medizinisch versorgt und liebevoll aufgepäppelt. Nach einigen Wochen im Tierheim fanden sie ein gutes, neues Zuhause.

Zufluchtsort für Tiere in Not

Insgesamt bietet die Arche Noah Platz für 165 Hunde und 220 Katzen. Doch die Hilfe hat ihre Spuren hinterlassen: Das Tierheim ist in die Jahre gekommen und muss dringend renoviert werden. Die Zwingeranlagen sind desolat, die Dächer teilweise undicht, die Hütten nur spärlich beheizbar. Auch die Katzenquartiere sind alles andere als zeitgemäß und müssen dringend erneuert werden.

365 Tage im Jahr im Einsatz

Neben der „Arche Noah“ und zwei weiteren Standorten betreibt der Aktive Tierschutz Austria auch die Tierrettung für die Steiermark und rettet damit jedes Jahr rund 1.400 entlaufene, ausgesetzte und verletzte Tiere.

Weil der Verein den Großteil der anfallenden Kosten aus privaten Mitteln finanzieren muss, ist er auf die Unterstützung von privaten Spenderinnen und Spendern angewiesen. Gerade so außergewöhnliche und einmalige Projekte wie die Renovierung des Tierheims können nur mit Hilfe von Testamenten und Vermächtnissen finanziert werden.

Sie möchten Infos zum Erbrecht und zur Initiative Vergissmeinnicht?

Gratis-Ratgeber bestellen unter
Gratishotline 0800 700 111
info@vergissmeinnicht.at,
www.vergissmeinnicht.at



Mehr als 160 Hunde betreut das Tierheim Arche Noah pro Jahr, die Zwingeranlagen müssen dringend renoviert werden.

© aktiver Tierschutz Austria

Besuchen Sie kostenlos unsere Erbrechtsveranstaltung am 11.10. um 17:30 im Grazer Augustinum, Lange Gasse 2 inklusive Campusführung (16:30)
Info: www.vergissmeinnicht.at/aktuelles
Anmeldung: info@vergissmeinnicht.at, 0800 700 111

WIR MACHT'S MÖGLICH.

Es ist nicht der Einzelne, der die Welt verändert. Es ist die Gemeinschaft, die stärker ist als alles andere. Das Wir, das füreinander sorgt und füreinander Mehrwert schafft. Aus der Region und für die Region und die Menschen, die darin leben. So ermöglichen wir die Verwirklichung großer Träume und gestalten eine nachhaltige Zukunft.

wirmachtsmöglich.at

FÜR IMMER JUNG 2021: Das Messehighlight

Alles zum Thema Vorsorge und aktive Lebensgestaltung sowie ein aufregendes Bühnenprogramm erwartet Sie vom 20. bis 21. November 2021.

Alter ist nur eine Zahl und jeder fühlt sich heute mindestens 10 Jahre jünger als er ist. Damit dies auch so bleibt, bietet die FÜR IMMER JUNG vom 20. bis 21. November 2021 in der Messe Graz, Halle A Erdgeschoß täglich von 9 bis 17 Uhr, jede Menge Information und Beratung um weiterhin vital, lebenslustig und unternehmungsfreudig durch den Alltag zu gehen.

FÜR UNTERHALTUNG IST GESORGT

Was erwartet Sie in diesem Jahr bei der FÜR IMMER JUNG? Jede Menge! Neben einem großen Ausstellungsbereich sorgt ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm für gute Laune. Die Messe steht ganz im Zeichen der guten Musik. Ein großartiges Rahmenprogramm unterhält Sie über das gesamte Messewochenende mit einem spektakulären Auftritt der Edlseer am Samstag. Am Sonntag, nach dem Gottesdienst, geht es weiter mit dem ORF-Frühshoppen und im Anschluss erwartet Sie ein charmantes Live-Konzert von Oliver Haidt. Autogrammwahl natürlich inklusive.



©DIE EDLSEER / Fotograf: Karl Schrotter

AUSSTELLUNGSBEREICH MIT HOCHWERTIGEM ANGEBOT

Auch abseits der Bühne bietet die FÜR IMMER JUNG zahlreiche Highlights und Interessantes im Ausstellungsbereich. Alles zu den Themen Vorsorge, Gesundheit, Freizeitangebote und noch vieles mehr finden Sie bei unseren Ausstellern. Im Rahmen des FÜR IMMER JUNG-Gesundheitsparcours können Sie Hör- und Sehtest machen. Die Krebshilfe Steiermark veranschaulicht mit begehren Modellen von Darm & Co. Krankheiten und gibt Tipps wie man die eigene Krebsvorsorge noch verbessern kann. Außerdem kann man sich auch über gesunde Ernährung und Essen auf Rädern informieren – damit man die besten Jahre im Leben noch besser genießen kann. Für die Reiselustigen unter Ihnen gibt es natürlich auch das eine oder andere neue Reiseziel zu entdecken. Falls Sie noch auf der Suche nach Angeboten für Wohnen im Alter oder das passende Mobiliar sind, sind Sie auf der FÜR IMMER JUNG ebenfalls am richtigen Ort.



GEMEINSAM FÜR WARMER KINDERFÜSSE

Wir stricken für den guten Zweck. Gemeinsam mit der Maschenwerkstatt stricken wir Socken um die Wette und spenden diese an die Kinderklinik Graz. Denn gerade im oft nassgrauen November gibt es nichts Schöneres als handgestrickte Socken und dies vor allem an Kinderfüßen. Wie Sie ein Teil dieser großartigen Aktion werden können? Einfach auf die FÜR IMMER JUNG kommen, in unserer Strick-Ecke mitmachen und einem Kind eine große Freude bereiten. Mitzubringen: Am besten eigene Stricknadeln, jede Menge Motivation und den einen oder anderen Strickbegeisterten gleich dazu. Sie sind noch kein Strickmeister? Kein Problem! Vor Ort helfen Profis beim Handwerken und für alle die weder Stricknadeln noch Wolle zur Verfügung haben, diese werden von der Maschenwerkstatt und Ferner Wolle bestmöglich versorgt. Falls die Ablenkung und Unterhaltung auf der Messe doch zu verlockend sein sollten und Sie schaffen es nicht die Socken vor Ort fertig zu sticken, gibt es die Möglichkeit diese mit nach Hause zu nehmen, fertig zu stricken und bis 15. Dezember bei der Messe Graz abzugeben.

SPASS IM ÜBERFLUSS

Nicht nur unsere Showbühne bietet allerhand an Unterhaltung, sondern auch im Ausstellungsbereich ist für reichlich Spaß gesorgt. Im November dreht sich schon alles um die bevorstehende Adventzeit und jeder ist schon auf der Suche nach der passenden Dekoration für Zuhause. Hier bietet sich das alljährliche Adventkranzbinden natürlich perfekt an. Ganz gleich, ob Sie zu den Profis oder doch eher Anfängern gehören – für Material und Hilfe bei der Gestaltung vor Ort ist gesorgt. Und die restliche Zeit vertreibt man sich am besten im FÜR IMMER JUNG-Tanzcorner. Bestaunen Sie die geübten Tänzer, lernen Sie ein paar neue Schritte dazu oder legen Sie selbst eine flotte Sohle aufs Parkett. Mitmachen sollten Sie auf jeden Fall!

mit jeder Menge Unterhaltung

PROGRAMM-HIGHLIGHT

Die Edlseer

Samstag, 20. November, 13.00 bis 14.00 und 14.30 bis 15.30 Uhr.
Für immer Jung-Bühne

Gregor Hammerl, Präsident d. Bundesrates a.D., Präsident Hilfswerk Steiermark, Landesobmann Steirischer Seniorenbund

Vortrag „Pflegerreform – Pflegende Angehörige; Gesellschaftlicher und politischer Druck“

Samstag, 20. November, 14.00 bis 14.30 Uhr

Blutspendeaktion Österreichisches Rotes Kreuz

Samstag, 20. November, 11.00 bis 15.00 Uhr

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ
STEIERMARK

Aus Liebe zum Menschen.

**BLUT
SPENDEN
RETTET
LEBEN**

Oliver Haidt

Sonntag, 21. November, 13.30 bis 14.30 Uhr, Für immer Jung-Bühne

Gottesdienst

Sonntag, 21. November, 9.30 Uhr, Für immer Jung-Bühne

ORF-Frühshoppen

Sonntag, 21. November, ab 11.00 Uhr

Stricken für den guten Zweck

Samstag, 20. November und Sonntag, 21. November, ganztägig

Adventkranzbinden

Samstag, 20. November und Sonntag, 21. November, ganztägig

FACTS

Für immer Jung 2021

20. bis 21. November

Messe Graz, Halle A, Erdgeschoß

Täglich von 9 bis 17 Uhr geöffnet

Mehr Information und das gesamte Rahmenprogramm finden

Sie unter: www.fuerimmerjung-messe.at



Messe Graz



messe_graz

mcg | graz

Für immer
Jung

Messe für Vorsorge und
aktive Lebensgestaltung

20. – 21. NOVEMBER
MESSE GRAZ

Täglich ab 9:00 Uhr | fuerimmerjung-messe.at

MIT DABEI SIND:
Die Edlseer, Oliver Haidt,
Stricken für warme Kinderfüße,
Blutspendeaktion

WERBUNG

NEUROTH

Sommer, Sonne, Hör Genuss mit Neuroth

Ob Familienfeier im Garten, Festspiele am See oder das Rauschen des Meeres – der Sommer hält wunderbare Klänge bereit.

Und mit den modernen Hörlösungen von Neuroth werden Sie keinen davon versäumen!

Die letzten Monate waren geprägt von Lockdowns, gesellschaftlichem Rückzug und Ruhe. Doch damit ist nun Schluss. Die Lokale füllen sich wieder, Veranstaltungen dürfen wieder stattfinden und endlich können wir Freunde und Familie treffen. Eine Plauderei im Gastgarten, ein geselliger Abend am Lagerfeuer oder der leiseste Ton im Freiluftkonzert – der Sommer hat seinen ganz eigenen Klang, umgeben von Lachen, Stimmen und Naturgeräuschen. Das ist pure Lebensfreude, die in unsere Ohren strömt und ein Gefühl von Gelassenheit und Wärme vermittelt.

Mit allen Sinnen genießen

Gerade jetzt, wo das Leben wieder richtig loslegt, will man nichts verpassen. Diesen Sommer werden wir mit allen Sinnen genießen! Und einer unserer wichtigsten Sinne für ein erfülltes Leben ist das Hören. Doch was tun, wenn die



Die besonderen Hörmomente des Sommers voll und ganz erleben. Mit individuellen Hörgeräten von Neuroth.

Ohren nicht mehr so fit sind wie früher? Wenn das Stimmen-Wirrwarr in Gesellschaft verwirrt und man den Gesprächen am Tisch nicht folgen kann? All das, worauf man sich so lange gefreut hat, macht plötzlich gar keinen Spaß, wenn man nicht gut hört. Geht es Ihnen auch so?

Unauffällig aber Überzeugend

Keine Sorge, das muss nicht so bleiben. Denn Neuroth sorgt sich gerne darum, dass Sie diesen Sommer nicht das kleinste Zirpen der Grillen verpassen. Neuroth bietet Ihnen das ganze Jahr über kostenlose Hörtests in über 140 Fachinstituten in ganz Österreich an. Und weil jeder Mensch anders ist, finden die Hörakustiker und Hörakustikerinnen von Neuroth die beste Lösung für Sie und Ihre Hörbedürfnisse. Nach Terminvereinbarung werden bei Neuroth in einem ausführlichen Gespräch Ihre Hörbedürfnisse besprochen, sodass Sie ihren akustischen Alltag wieder wahrnehmen und meistern können. Außerdem können Sie die gewählte Hörlösung unverbindlich testen, um zu sehen, ob diese für Ihre individuellen Anforderungen passend ist. Die Neuroth-Hörlösungen sind klein und un-

auffällig, aber überzeugen durch große Wirkung. Mit den neuesten Akku-Hörgeräten von Neuroth sind Sie zudem am aktuellsten Stand der Technik. Sie überzeugen durch schnelle Ladezeit und maximale Flexibilität, was sie zu perfekten Begleitern für den Alltag, aber auch für den Sommerurlaub oder laue Sommerabende in Gesellschaft macht.



Klein, unauffällig und leistungsstark, das sind die modernen Akku-Hörlösungen von Neuroth.

Akku-Hörlösungen kostenlos testen

Jetzt Termin vereinbaren und die neuesten Akku-Hörgeräte kostenlos und unverbindlich testen.

**Neuroth: Österreichische
Tradition seit 1907
24 x in der Steiermark**

Weitere Informationen zu unseren Hörgeräten und dem Neuroth-Service finden Sie auf [neuroth.com](https://www.neuroth.com).

Kostenlose Termin- und Service-Hotline: **00800 8001 8001**

BRUCK-MÜRZZUSCHLAG

BRUCK-MUR KAPFENBERG

Wandertag

Bedingt durch die Pandemie konnte auch unser Vereinsleben leider nicht in gewohnter Form stattfinden. Dennoch genoss eine Gruppe Wanderfreudiger bei herrlichem Wetter die Tyrnauer Alm.



Die Wanderung ging auf die Tyrnauer Alm.

PERNEGG

Grüner Pass für Senioren

Noch an dem Tag, an dem die Android-Version der App für den „Grünen Pass“ verfügbar war, hatten ihn die Teilnehmerinnen der Smartphone-Schulung schon auf ihrem Handy. Sie haben damit die Möglichkeit, das Zertifikat als Nachweis über ihre Immunisierung bei Gasthausbesuchen und sonstigen Kontrollen digital vorweisen. Die Smartphone-Schulung hielt der Pernegger Seniorenbund in Kooperation mit dem Katholischen Bildungswerk ab.



MÜRZZUSCHLAG ALLERHEILIGEN/MÜRZTAL

Besondere Geburtstage

Obm. Karl Weissenbacher gratulierte folgenden Jubilaren zu ihren hohen Geburtstagen: **Christine Medl (90)**, **Maria Pirchegger (85)** sowie **Hermann Piller und BR Grete Pirchegger (beide 80)**. Weiterhin alles Gute und Gesundheit!

KAPELLEN

Klimawandelweg

Die Ortsgruppe führte am 15. Juli den ersten Wandertag durch. Begrüßt von Obm. Heinz Bitesser und Wanderbeauftragten Frando Schwaiger, ging es unter fachkundiger Führung durch Ingrid Deininger in Altenberg über den „Klimawandelweg“. Im Altenberger Hof gab es abschließend für die 30 Teilnehmer ein verdientes Mittagessen. Auch das Wetter meinte es gut.

Natürlich wird auch das Reiseprogramm wieder aktiviert. So ist am 8. Oktober eine Fahrt in die Steirische Weinstraße und zum Jahresabschluss am 10. Dezember eine Adventfahrt zum Wolfgangsee geplant.

Für das kommende Jahr wird natürlich (sofern es die Pandemiemaßnahmen erlauben) an einem umfangreichen Jahresprogramm gearbeitet.



Eine heiß ersehnte Wanderung konnte stattfinden.

VEITSCH

Gutschein zum Geburtstag

Im vergangenen zweiten Halbjahr gab es auf Grund der Pandemie für die Jubilare „nur“ einen Gutschein für das Geburtstagsessen, verbunden mit einem Geburtstagsbrief. Nachdem die Jubilare alle diesen Gutschein noch hatten, holten wir dieses Geburtstagsessen heuer nach.

Folgenden Jubilaren wurde gratuliert: **Margaretha Scheikl (90)**; **Christine Zangl, Jolande Fraiß (beide 85)**; **Peter Pusterhofer, Leopoldine Fladl, Mathilde Bauer, Helene Brettenhofer, Irmgard Feichtenhofer (alle 80)**; **Franz Lackner und Margarete Lackner (beide 75)**; **Zangl Rudolf (70)**.

DEUTSCHLANDSBERG

DEUTSCHLANDSBERG

Stadtgruppe wieder aktiv

Dass Anatevka am 16. Juni wieder gespielt werden konnte, wurde für 34 unserer Opernfreunde, trotz Maskenpflicht während der Aufführung, zum lang herbeigesehnten Genuss. Teils fröhliche, teils traurige Melodien begleiten die Personen im „Schtetl Anatevka“. Kluge Texte, großartige Darsteller und ein ansprechendes, stimmiges Bühnenbild, bescherten den Deutschlandsberger Senioren einen wunderschönen, genussvollen Opernabend.

Wegen der großen Hitze wurde die Wandertour auf 2,5 km verkürzt. Das Ziel Weingut Resch vulgo Longus in Geipersdorf war somit bald erreicht. Dort warteten schon die Nichtwanderer, die mit dem Auto gekommen waren. Für Speis und Trank sorgte das gastfreundliche Haus mit Ully und Hannes und die in Fragen des

Weinbaues schon sehr versierten Tochter Elisabeth. Sie informierte uns auch über den Betrieb mit 17ha Rebenfläche und die erzeugten Weine, die wir natürlich auch kosteten. Es war ein Nachmittag zum Wohlfühlen im schönen Ambiente des Hauses unter schattigen Bäumen.



Auch der Hund fühlte sich im Schatten wohl...

FRAUENTAL

Auf den Spuren der Grazer Straßenbahn

Der erste Programmpunkt des interessanten Nachmittags in Graz war eine Führung im Tramway Museum in der ehemaligen Remise der Mariatroster Bahn. Der Museumsmitarbeiter berichtete, dass dieses Museum bereits im Jahre 1971 als Verein gegründet wurde und 1983 an den jetzigen Standort übersiedelte. Danach folgte der Besuch der Wallfahrtskirche Mariatrost. Der Ausklang dieses Ausfluges fand im Buschenschank der Familie Fellner in Schamberg statt. Reisereferent SR Eduard Koch dankte allen für die Teilnahme und Obfrau Theresia Fuchshofer dankte dem Organisator für die kompetente Reisebegleitung.

Geburtstage hatten: Maria Kasper, Angela Aldrian, Johann Reinbacher, Alfred Petschnegg und Gisela Krasser. Herzlichen Glückwunsch und alles Gute!



Im Tramway Museum in Graz Mariatrost...

LANNACH

Das Dorf an der Grenze

Am 29. Juli machten wir einen spannenden Ausflug mit einem Bus der Firma Pölzl. Erstes Ziel war das beeindruckende Museum im Handwerkerdorf Pichla bei Mureck, wo Gerhard Seher, der Erbauer und Besitzer des Museums, interessantes Hintergrundwissen zu diesem wertvollen Kulturgut erläuterte. Beinahe unfassbar, dass Herr Seher die vielen historischen Objekte in jahrelanger Arbeit

nahezu allein abgetragen und in Pichla errichtete. Viele Gebäude – darunter eine Greißlerei, eine Schule und eine Kapelle – stammen aus dem 18. Jahrhundert. Sogar ein Haus aus Lannach findet sich dort!

Kulinarischer Ausklang war im Buschenschank „Annis Heuriger“ in Oberblumegg, wo sich auch Bgm. Josef Niggas einfand und die Gruppe auf ein Getränk einlud. Dafür Danke!



Der Ausflug führte nach Pichla.

PÖLFING BRUNN

Fröhliche Jubilarin

Kürzlich feierte Maria Ulbing ihren 70er. Obfrau Renate Pichler gratulierte der Jubilarin und überbrachte ihr die besten Wünsche für den weiteren Lebensweg.



Jubilarin Maria Ulbing (l.) mit Obfrau Renate Pichler.

UNTERBERGLA

Nach Corona-Lockdown

Ende Juni traf man sich um 18 Uhr zu einem gemütlichen Würstelgrillen bei der Familie Dietrich. Der Zuspruch war groß und alle freuten sich, nach so langer Pause wieder zusammen zu sitzen und miteinander zu plaudern.

Anfang Juli wurden alle 17 Jubilare (14 konnten kommen) zu einem gemeinsamen Mittagessen in das Landhaus Oswald eingeladen. Anton Mandl zog sich nach zehn Jahren aktiver Mitwirkung aus dem Vorstand zurück. Obfrau Gerti



Die Geburtstagsjubilare.

Jauk sprach ihm ein großes Dankeschön aus und konnte ihn mit großer Freude mit der Ehrennadel in Silber auszeichnen.

Mitte Juli wurde der Nostalgiewelt Posch in Feldbach ein Besuch abgestattet. Ein köstliches Mittagessen wurde im Kulmberghof eingenommen. Am Nachmittag stand die Besichtigung von Christine's Garten der Lebensfreude auf dem Ausflugsprogramm.

GRAZ

EGGENBERG

Endlich!

Nach Monaten von Einschränkungen konnten wir am 14. Juli mit dem ersten Seniorennachmittag in diesem Jahr starten. Die Veranstaltung war gut besucht. Als Gäste konnte Obm. Walter Deutscher den BV DI (FH) Robert Hagenhofer und GR Dr. Peter Piffli-Percevic begrüßen. Obwohl die Temperaturen wieder die 30 Grad Grenze überschritten, ließen sich viele Senioren nicht abhalten und tanzten fleißig zur Livemusik. Ein gelungener, schöner Nachmittag.

GRIES

Geburtstagsgruß

Der Seniorenbund wünscht seinem lieben **Dkfm. Günther Röthl alles Liebe zum 95. Geburtstag!** Natürlich ließen wir auch die anderen Jubilare hoch leben.



Hoch soll er leben!

LEND

Lesung und Torten

Wir konnten endlich wieder am 23. Juni ein Treffen veranstalten. Zwar diesmal nicht in unserem gewohnten Lokal beim Grazerwirt, aber mit einigem Aufwand im Pfarrsaal der Pfarre Graz-Kalvarienberg. Mag. Ingrid Schuster bereicherte das Treffen mit einer Lesung aus ihren Büchern. Auch sonst ist es trotz der Einhaltung der Coronabestimmungen recht lustig zugegangen. Frau Heftberger trug anlässlich ihres runden Geburtstages mit zwei Torten zur guten Stimmung bei.



Mag. Ingrid Schuster und Obm. Mag. Rupert Maderbacher.

LIEBENAU

Treffen nach der Pandemie

Coronabedingt mussten wir lange auf einen neuerlichen Anfang bzw. Aktivitäten warten. Am 7. Juni war es wieder so weit und wir konnten eine Vorstandssitzung abhalten. Wir gingen mit Datendrang an die Arbeit, um ein neuerliches Programm für die restlichen Monate des Jahres zu gestalten.

Es war ein gutes Gefühl, wieder vertraute Gesichter bzw. Personen zu treffen und dass wir diese schwierige Zeit gut überstanden haben. Man geht auch sehr gestärkt aus so einer Situation heraus und wir freuen uns schon sehr auf die Seniorennachmittage bzw. -Fahrten im Kreise unserer „Familie“.



Endlich gab es wieder eine Vorstandssitzung.

MARIATROST

Neuer Schwung

Im Juli fand im Cafe Kern in Mariatrost der Bezirksseniorentag statt. Zahlreiche Mitglieder sind gekommen, um bei der Neuwahl dabei zu sein. Reg.-Rat Hubert Fuchs legte nach erfolgreichen 21 Jahren seine Funktion als Obmann zurück, ebenso seine Vorstandsmitglieder.

Mit Mag. Brigitte Allesch, Gymnasial-Professorin a. D. wurde eine kreative und innovative Führungspersönlichkeit gefunden. Mag. Allesch wurde einstimmig zur neuen Obfrau gewählt, ebenso ihr Team, dem u. a. die Besitzerin der Tanzschule Schweighofer, Patricia Stieber-Zebedin, angehört.

Mit Gymnastik, Wandern, Schwimmen, Tanzen, Vorträge über Gesundheit und Sicherheit, möchte man die Senioren in Mariatrost länger fit und gesund halten. Neben dem Referenten Stadtgr.-Obm. BR Ernest Schwindsackl waren auch BPO und Bezirksvorsteher Erwin Wurzinger, GR Stefan Haberler und die Stadtgr.-Obm.-Stv. Mag. Gerd Weisz und Rudolf Gruber gekommen.



Mag. Brigitte Allesch bringt als Obfrau mit ihrem Team neuen Schwung in die Ortsgruppe.

RIES

Erstes Treffen

Wir hatten im Juli nach der langen Auszeit eine sehr gelungene Zusammenkunft im GH Griesbauer in Schaftal bei Graz. Bei herrlichem Wetter konnten wir im Freien sitzen. Einige sehr große Schirme sorgten für genügend Schatten.

Wir schafften es gemeinsam, unsere nicht mobilen Mitglieder abholen zu lassen, damit auch sie dabei sein konnten. Hier spürte man, dass wir eine große „Familie“ sind und es waren alle sehr glücklich und froh, endlich wieder zusammensitzen, essen, trinken und plaudern zu können. Das Wetter spielte mit, und alle waren zufrieden und glücklich.



Auch das gute Essen beim Griesbauer trug zum Glückhsein bei.

GRAZ-UMGEBUNG

EGGERSDORF

Berichtet über Aktivitäten

Am 6. Juli konnten wir uns wieder bei einem gemütlichen Nachmittag treffen. Unsere erste Ausfahrt am 21. Juli ging auf die Teichalm und zum Huabn Theater, wo wir uns vom humorvollem Stück „S'Herz am rechten Fleck“ begeistern ließen. Für unsere Geburtstagskinder gab es eine gemeinsame Feier. Obm. Peter Mohr und Obm.-Stv. Maria Friedberger sowie unsere LO-Stv. BO Rosalia Tantscher gratulierten sehr herzlich und wünschten gesegnete Lebensjahre: **Gertraud Pfeifer, Waltraud Gumse, Maria Pusswald, Franz Schrock (alle 75); Elisabeth Plaschg, Maria Schiefer, Martha Saurer, Ewald Straner, Reinhardt Ferdinand, Josef Schiefer (alle 80); Hildegard Schloffer, Karl Kalcher (beide 85); Rosina Gradwohl (90); Aloisia Rappold (91). Bleibt gesund!!!**



Die gemeinsame Feier unserer Geburtstagsjubilare.

HART-PURGSTALL

Gratulationen

Geburtstage hatten: Aloisia Neubauer (92); Michael Gradwohl (85); Fritz Loder, Franz Perk (beide 80); Gerda Haberhofer, Max Gingl (beide 75); Maria Mautner, Anton Winkler, Christine Pscheidt, Norbert Knoll (alle 70).

Am 11. Juni trafen wir uns zur Wanderung am Eggersdorfer Planetenweg. Im Park wird unsere Sonne im Modell dargestellt. Begleitet wurden wir vom Hobbyastronom Franz Klambauer. Zwischendurch wurde eine Rast beim Buschenschank Kos eingelegt. Dank geht an Josef Kohlfürst und Franz Klambauer für Organisation und Engagement.

Die „Wanderung ins Blaue“ führte durch den Greithgraben nach Edelsbach und über den Stockinggraben zum Gmooswiesenteich. Heimwärts ging es durch das Gartencenter Painer über Edelsbach.



Interessierte Wanderer beim Sonnenmodell.

Foto: Peter Österreicher

KUMBERG

Gratulationen

Endlich ist es soweit, dass wir uns wieder treffen können. Am 8. Juli hatten wir unseren ersten Nachmittag bei Kaffee und Kuchen. Der Nachmittag war sehr unterhaltsam.

Am 22. Juli konnten wir unseren Geburtstagsjubilare gratulieren. Auch Obfrau Maria Sauseng war anwesend. Eine kurze Ansprache hielt Hannes Trost für die Jubilar. Besonders freuten wir uns, dass Bgm. Franz Gruber unseren Jubilarinnen gratulierte. Danach gab es einen gemütlichen Nachmittag, Musik und schöne Gespräche mit den Jubilarinnen.



Die Geburtstagsjubilare von Kumberg.

SEMRIACH

Geburtstagsfeiern

Am 10. Juli fand im GH Jaritz für 16 Jubilar eine Geburtstagsfeier statt. Auch Obm. OSR Heinz Kamper war kurz anwesend und wünschte den geladenen Gästen Gesundheit für die nächsten Jahre.

Bereits im Mai feierte man den **85. Geburtstag** von **Norbert Hollergschwandtner**. Die Feier fand im Beisein von Margit Pfleger, Dorli Löffler und Gabriele Klaus statt, wobei herzlich gelacht und gescherzt wurde.

Ebenfalls im Mai feierte **Maria Stelzer ihren 85er**. Es war eine fröhliche Runde, wobei viele alte Jungenderinnerungen erzählt wurden. Herzlichen Dank für diese Stunden!

Am 29. Juli fand die Almfahrt ins Steirische Salzkammergut zur Tauplitz statt. Der Ausblick zum Steirersee war atemberaubend!



Norbert Hollergschwandtner und... ...Maria Stelzer feierten ihre 85er.

ST. MAREIN BEI GRAZ

Gemeinsame Feier

Eine gemeinsame Geburtstagsfeier war überfällig und sie konnte endlich stattfinden. Folgende Mitglieder hatten im vorigen Jahr Geburtstag: **Maria Glettler, Anna Paar (beide 95); Theresia Loderer, Charlotte Olbert (beide 90); Maria Froschhauser, Maria Hacker, Frieda Krenn, Johann Lipp, Johanna Puchleitner, Josef Weinzettl, Rosa Zechner (alle 85); Emil Edelsbrunner, Franz Genser, Hilda Hasenhüt, Hilde Jäger, Alois Pfeifer, Ernfriede Sattinger, Maria Totter (alle 80); Theresia Hödl, Mary Christine Huber, Elfriede Koller, Rosa Puchmüller, Albert Schwarz (alle 75); Erna Fuchs, Waltraud Haas, Ing. Johann Moser (alle 70).**

Es ist zu hoffen, dass die Beschränkungen durch Lockdowns wieder vorbei sind. In diesem Sinne wird es eine erste Ausfahrt noch im August geben.

ST. OSWALD/PLANKENWARTH

Geburtstagsfeiern

Die Mitglieder bedauern, dass im Coronajahr 2020/21 verdiente Jubilare und langjährige Mitglieder nicht gebührend gefeiert werden konnten. Ein großer Dank gilt daher zwei besonderen Jubilaren!

Unser Gründungsobmann **Anton Baumgartner** sowie unser **Obm.-Stv. DI Wilfried Hartweger** wurden **80 Jahre** alt. DI Hartweger und seine Gattin Gabriele sind bereits seit 1999 treue und unterstützende Mitglieder des Seniorenbundes Graz-Umgebung.

Beide Jubilare sind seit der Gründung der Ortsgruppe 2009 für die lebendige Mitgestaltung einer guten Ortsgemeinschaft und für das Wirken im Seniorenbund bei allen Mitgliedern sehr beliebt und geschätzt. Ein herzliches Dankeschön nochmals dafür!

Obm. Baumgartner und sein Team gratulierten und übergaben Gutscheine an folgende Jubilare: Komponist **Sir Prof. Karl Haidmayer (94, am Fronleichnamstag 2021 gestorben), Charlotte Schäder (90) und Alfred Brandstätter (80).**

Allen Jubilaren die besten Wünsche für Gesundheit und Lebensfreude.

ST. RADEGUND

Schöckltag

Am 1. Juli ging es los mit unserem traditionellen „Schöckl-Tag“, der die Gondelfahrt, eine Andacht bei der Johanneskapelle, Spaziergänge auf dem Plateau und Einkehr bei unseren Wirtsleuten am Berg zum Mittagessen beinhaltet. Der Abschluss in der „Schöcklstube“ bei Silvias hausgemachten Mehlspeisen beendete unseren Ausflug.

Die erste Ausfahrt führte zur Wallfahrtskirche Pöllauberg, wo wir von Pfarrer Mag. Ibounigg begrüßt und informiert wurden. Nach dem Gottesdienst mit Pfarrer Binder und einem Rundgang im Ort wartete schon das Mittagessen im Berggasthof König. Anschließend fuhr nach Obergreith zu den Weizer Schafbauern, wo wir alle Produktionsabläufe kennenlernten. Der Abschluss war im Buschenschank Lammer in Klettendorf, wo Rupert Lackner zum Geburtstag gratuliert wurde.



Gruppenfoto vor dem Hauptportal der Wallfahrtskirche.

VASOLDSBERG

Wandertag – Geburtstagsfeier

Bei strahlendem Wetter und angenehmen Temperaturen starteten wir unseren Wandertag. Das Ziel, der Alpakahof in Vasoldsberg, war bald erreicht. Dort genossen wir die malerische Umgebung, die liebenswerten Alpakas und eine kleine Erfrischung, die wie immer unser Josef Rupp organisierte. Aber auch Stöbern im Hofladen war möglich. Auf der Fortsetzung des Rundweges wurden wir noch einmal zu einem Umtrunk eingeladen, bevor wir am Ausgangspunkt ankamen und die vorbereitete Jause einnahmen.

Bei der Geburtstagsfeier unserer Jubilare im GH Riedisser konnten wir diesmal über 60 Personen begrüßen und sie hochleben lassen. Unsere Feste erfreuen sich ungebrochener Beliebtheit und werden beinahe zu 100 Prozent gerne angenommen.



Wer mag sie nicht, die liebenswerten Alpakas?

WUNDSCHUH

Geburtstagsfeier 2021

Nach überstandener Coronakrise nahm der Seniorenbund Wundschuh seine Tätigkeit wieder auf. Der Vorstand lud alle Mitglieder ab siebzig Jahren mit Partner zur alljährlichen Seniorengburtstagsfeier ein. Im GH Haiden wurden alle Jubilare von Obm. Alois Strommer herzlich begrüßt. Unser Wirt, Erwin Haiden, servierte anschließend ein hervorragendes Mittagessen und anschließend Kaffee und Kuchen. Nach dem Gruppenfoto und anregenden Gesprächen löste sich die Feier mit sichtlich glücklichen Gesichtern langsam auf.



Glückliche Gesichter bei den Jubilaren.

LEIBNITZ

GABERSDORF

Geburtstagsfeier

Der Seniorenbund lud zu einer gemeinsamen Geburtstagsfeier. Wir genossen einen schönen gemeinsamen Nachmittag mit **Juliane Potzinger (80), Gertrude Gigler, Agnes Huss und Margarete Gründl (alle 75)**. Der Seniorenbund wünschte den Jubilarinnen noch viele schöne Jahre.



Glückliche Geburtstagskinder.

HEILIGENKREUZ AM WAASEN

Geburtstagsrunde

Im Vorjahr konnte leider keine gemeinsame Geburtstagsrunde stattfinden. Die Jubilare wurden aber mit einem Geschenk persönlich besucht. Heuer war die Freude groß, endlich wieder gemeinsam feiern zu dürfen. Der Vorstand lud alle Jubilare ein und 36 sind zur Feier gekommen. Bei der Kontrolle der 3G-Regeln konnte erfreulich festgestellt werden, dass viele der Anwesenden bereits geimpft sind. ➤



Eine beachtliche Geburtstagsrunde.

Die Seniorengruppe trauert um Alt-Bgm. Josef Weixler. Herr Weixler war langjähriges Mitglied der Seniorengruppe und bei allen Aktivitäten und Reisen gerne dabei. Wir werden ihn nie vergessen!

HENGESBERG

Feiern und bewegen

Sobald es möglich war, sind wir rege und aktiv geworden. Die Geburtstags- und Ehejubilare wurden zu einem gemeinsamen Mittagessen beim Kirchenwirt eingeladen. Die Wanderrunde wählte den Ligister Panoramaweg über die Burgruine Ligist auf den Wartenstein. Unsere Radler starteten über Mellach, Hühnerberg zu einer Stiefingtalrunde bis nach Edelsee. Danke dem Sportreferenten Hans Rechberger für die tolle Organisation der beiden Touren.

Eine Zugfahrt in die älteste Stadt Kärntens, nach Friesach organisierte Anni Holzmann. Eine Halbtagesfahrt, organisiert von Franz Edler, führte uns zur historischen Ölmühle nach Aibl und einer Weinverkostung nach Wies.

Die Nordic Walking Gruppe trifft sich stets mittwochs zu einer Morgenrunde.



Gruppenfoto der Jubilare.

SCHLOSSBERG

Sommerausflug

Unsere Fahrt ging zuerst zur Nostalgiewelt Posch in Untergiem bei Feldbach, wo uns Herr Posch schon erwartete. Eine Vielzahl an Trinkgefäßen und Tellern sowie in der Halle mit Oldtimern gibt es jede Menge Teddybären von klein bis groß und Puppen zu sehen. Im nächsten Raum erklärte uns Herr Posch, wie Elektrizität auf chemischer und elektromagnetischer Basis entsteht. Das Mehrzweckflugzeug Antonov AN-2 konnte man innen und außen besichtigen. Nach dem Essen im Kulmberghof besichtigten wir den Lebensgarten der Familie Neuhold in Hirsdorf. Auf der Fahrt zum Buschenschank Grabin in Labuttendorf machten wir noch einen Abstecher zur Kirche Maria Fatima in der von Nähe von Gnas.



Die Teilnehmer des Sommerausflugs.

ST. NIKOLAI OB DRASSLING

Informationsnachmittag

Obfrau Josefine Zöhrer lud am 21. Juli in den Buschenschank Grabin in Labutendorf zu einer Vollversammlung ein, die mit einem Wiedersehen, gemütlichen Beisammensein und vielen neuen Informationen verbunden war. Sie freute sich über den Besuch von Ehrenobfrau Anna Ambros. Obfrau Zöhrer informierte über die eingeschränkten Aktivitäten der letzten 18 Monate und präsentierte die kommenden Unternehmungen, wie Kegeln, Schnapsen, Lesestunden, Bezirkswandertag, mehrere Ausfahrten mit dem Bus und die Adventfeier mit JHV im Dezember. Eine gute Buschenschankjause beendete den gemütlichen Nachmittag.

Geburtstage: Stefanie Rupp (91); Rosa Tieber (85); Erika Fuchs (80); Willi Fleck (75); Hilde Senger (65).

Ab November gibt es Seniorenturnen im Turnsaal der Volksschule unter der Leitung von Maria Löffler.

STRASS

Zurück zur Normalität

Nachdem wir alle geimpft sind, können wir auch wieder aktiv werden. Einige Unternehmungen, wie das Radfahren und Wandern in kleinen Gruppen gaben wir nicht auf. In Zusammenhang mit dem Radfahren danken wir dem Bezirk für die E-Bike-Schulung in Gabersdorf sehr herzlich. Es war eine interessante Schulung zur Vermeidung von Unfällen und zur richtigen Bedienung der Bikes. Auf Wunsch wurden auch die Räder überprüft.

Das erste Treffen hatten wir im Juli beim Buschenschank Schober in Gersdorf. Obfrau Rode konnte über vierzig Senioren begrüßen. Es wurden unsere kommenden Vorhaben besprochen und das Programm für das zweite Halbjahr ausgeteilt. Der Vorstand wünscht allen eine schöne Sommerzeit.



Die bestens eingeschulte Radlergruppe.

WILDON

Jede Menge Spiele

Beim gemütlichen Spielenachmittag fühlen sich unsere Senioren wohl.



Wer gewinnt?

WOLFSBERG

Es wird wieder...

Unsere Mitglieder hielten dem Verein in dieser langen Coronaruhezzeit die Treue. Obm. Wilfried Schutte ließ aber nie den Kontakt abbrechen. Jetzt reisen wir wieder, wandern, feiern. Alle Geburtstage wurden nachgefeiert, auch Kegeln und Spielesachmittage sind wieder im Angebot.

Im Juli wurde die erste Ausfahrt ausgeschrieben und der Bus war bis auf den letzten Platz besetzt. Wenn die Senioren reisen, hat das Wetter meist ein Einsehen, und auf der Weinebene erwartete uns herrlich frisches Bergwetter. Zum Ausklang gab es eine Einkehr mit guter Jause – wie in alten Zeiten!

Unser Jahresplan wurde an die Mitglieder ausgegeben, viele Angebote warten auf ihre Verwirklichung.



Die Fahrt ging auf die Weinebene.

SÜDOSTSTEIERMARK

FELDBACH

AUERSBACH

Umfangreiche Sammlung

Ziel eines lang ersehnten Ausflugs war die Blumen- und Nostalgiewelt Posch in Untergiem. Alle waren fasziniert von der umfangreichen Sammlung von Oldtimern, zauberhaften Puppen und Teddybären, von den kunstvollen Schlösser- und Burgenmodellen uvm. Mit großer Begeisterung und Freude führte Herr Posch durch sein Museum und zeigte auch einige Beispiele der Elektrotechnik. Alle staunten über sein großes Wissen und waren sich einig, dass die Sammlung jederzeit einen Besuch wert ist. Beim Buschenschank Friedl gab es den kulinarischen Abschluss. Alle freuten sich über das gemütliche „Z'amkemman“.

Wir gratulierten **Theresia Lafer (80) und Maria Mandl (70)** zu den Geburtstagen und wünschten alles Gute und viel Gesundheit.



Gruppenfotos in der Blumen- und Nostalgiewelt Posch.

BAIRISCH-KÖLLDORF

Zusammen gefeiert

Auf Grund der schwierigen Situation während der Pandemie konnten wir die Geburtstagsfeier im Jahr 2020 nicht abhalten. So haben wir die Veranstaltung am 21. Juni zusammengefasst und es gab eine gemeinsame Feier. Unter den 17 Jubilaren war auch unsere geschätzte Obfrau Magdalena Repp. Es wurde eine erzählreiche Feier, nachdem wir einander so lange nicht sahen. Allen runden Geburtstagskindern wünschen wir alles Gute für die Zukunft, vor allem Gesundheit und Lebensfreude.



Glückliche Geburtstagsjubilare.

EDELSBACH

Hohe Geburtstage

Zum **95. Geburtstag** durften wir unserer Ehrenobfrau **Maria Walter** bei bester Gesundheit sehr herzlich gratulieren. Außerdem gratulierten wir: **Theresia Pichlbauer (90); Theresia Grießbacher und Simon Hasenburger (beide 85); Ludmilla Gölles, Rosina Karner, Rosa Thaller, Johanna Hafner und Josef Astl (alle 80); Agnes Kandlhofer, Anni Zangl, Herbert Lafer, Herbert Melbinger und Obm. Alois Meier (alle 75).**

Zur Goldenen Hochzeit beglückwünschten wird das Ehepaar **Erna und Heinrich Pfeifer**.

Wir wünschen allen unseren Jubilaren noch weitere gesunde und zufriedene Jahre.



Die Jubilare von Edelsbach.

FELDBACH

Ausflug und Feiern

Als ersten Ausflug machten wir eine Busreise zur Wallfahrtskirche Maria Schutz „Dem Juwel des Semmering Gebietes“. Wir feierten mit Stadtpfarrer Mag. Friedrich Weingartmann die Hl. Messe. Anschließend fuhren wir zum „Ramswirt“. Ein besonderes Erlebnis war dort die „Bullenschau“.

Geburtstage hatten: Antonia Vaupotic (95); Ottilie Röck, Maria Fortmüller, Maria Luttenberger, Margarethe Feiertag, Theresia Heschl, Franz Matzhold (alle 85); Christine Tragler, Gudrun Schaar, Erich Nagler, Manfred Schiffer, August Pint, Franz Greger, Herbert Köhldorfer, Herlinde Kovacsics, Erna Fink, Theresia Riffnaller (alle 80).

Der Vorstand des Seniorenbunds beglückwünschte alle Jubilare und wünschte ihnen noch viele glückliche Jahre.

HATZENDORF

Geburtstage und Aktivitäten

Im Mai fand eine Muttertags- und Vaternachtsaktion statt.

Geburtstage hatten: Marija Söllmann, Herlinde Maurer; Elisabeth Niederl (alle 70); Josef Friedl (75); Franz Kerschberger (80); Antonia Wilfling (85); Maria Schreiner (90); Karl Grandl (93). Allen Jubilaren wünschen wir alles Gute, viel Glück und vor allem Gesundheit.

Ab Juli wird wieder gemeinsamer Sport, wie Wandern und Kegeln, ausgeübt. Außerdem gibt es auch gemütliche Nachmittage mit Kartenspielen, Brettspielen usw. Vier Frauen unserer Ortsgruppe besuchten den E-Bike Kurs im KOMM-Zentrum in Leitersdorf. Unser erster Tagesausflug führte uns auf das Klippitzthörl, wo 94 Personen aufgeteilt auf zwei Tage einen unterhaltsamen Nachmittag mit musikalischer Umrahmung beim GH Buchbauer verbrachten.

JAGERBERG

Reise ins Salzburger Land

Unser erster Tagesausflug ging in die Weststeiermark zum Kirchlein „Zum heiligen Wasser“. Dort feierten wir mit Monsignore Koschat die Hl. Messe.

Drei Wochen später starteten wir zu unserer 4-tägigen Reise ins Salzburger Land. Besucht wurden Heiligenblut, die Kaiser-Franz-Josef-Höhe, Bruck an der Großglockner Hochalpenstraße sowie der Weißsee, wo uns eine Gondel rauf brachte zum Gletscherpanorama. Abends unterhielten uns einige „Nonnen“ mit musikalischer Darbietung. Am nächsten Tag fuhren wir nach Zell am See, erlebten die Schmittenhöhe oder genossen eine Schifffahrt am See. In der naheliegenden Kirche feierten wir mit unserem Pfarrer eine Hl. Messe. Am letzten Tag besuchten wir in St. Johann den prachtvollen Dom und den steirischen Bodensee.



Beste Unterhaltung gab es mit den „Nonnen“.

LEITERSDORF

Hoher Geburtstag

Im März feierte **Alt-Bgm. und Ehrenobmann** des Seniorenbunds Leitersdorf, **Johann Hödl**, seinen **80. Geburtstag**. Mehr als zehn Jahre leitete er mit großer Tatkraft und Engagement die Ortsgruppe als Obmann. Der Vorstand der Ortsgruppe sowie BO-Stv. Anna Ploderer wünschten ihm im Namen aller Mitglieder alles Gute sowie viel Glück und Gesundheit.

Ehrenobmann Johann Hödl wurde 80.



PALDAU

„S' Herz am rechten Fleck“

Unsere erste Vorstandssitzung fand am 21. Juli statt. Wir fixierten zügig das Programm für das zweite Halbjahr 2021. Weiters diskutierten wir die Finanzgebarung und besprachen den Viertagesausflug 2022.

Zum Abschluss ließen wir noch zwei Geburtstagskinder hochleben. Herzliche Glückwünsche gab es für unseren Obm.-Stv. **Josef Happer** zum **70. Geburtstag**.

Zu unserer ersten gemeinsamen Fahrt am 1. August zum Brandluckner Huab'n Theater meldeten sich mehr als 60 Personen an. Nach einem gemütlichen Beisammensein beim Jägerwirt war der Regen vorbei, es strahlte die Sonne vom blauen Himmel und so genossen alle, dick verummt und teilweise in Decken gehüllt, das Theaterstück „S' Herz am rechten Fleck“.



Obm.-Stv. Josef Happer feierte seinen 70er.

RIEGERSBURG

Erste Treffen 2021

Wir nahmen die monatlichen Treffen beim Buschenschank Maurer am 3. Juli wieder auf. Und am 14. Juli gab es die erste Wanderung. Ausgangspunkt und Ziel waren Elfie's Gasthaus in Lödersdorf. Mit den Ausfahrten starteten wir am 15. Juli mit einer Fahrt in die Oststeiermark. Nach einem Aufenthalt in St. Kathrein am Offenegg, wo Kulturreferentin Christine Schwarz in der Kirche eine Andacht hielt, ging es weiter auf die Brandluck'n. Das Mittagessen wartete beim Bauernhofer auf uns, wo wir vorzüglich bewirtet wurden (siehe auch Internes).

Bewegungshungrige kamen bei einem Sparziergang um den Teichalmsee auf ihre Rechnung. Zum Abschluss fanden wir uns beim Buschenschank Christiner in Stücklberg ein.

Bei allen unseren Unternehmungen achteten wir auf die Einhaltung der 3G-Regeln. Und doch war es schön zu erleben, wie groß die Sehnsucht nach Treffen in gemütlichen Runden war.

SCHWARZAU-MITTERLABILL

Erstes Treffen nach Corona

Nach coronabedingter Pause trafen wir uns zu einem gemütlichen Nachmittag beim Buschenschank Ackerbauer. Die Stimmung war gut und alle freuten sich, dass man sich wieder sah. Nach einer guten Jause und einem Glaserl Wein ging es wieder heimwärts.

Zur diesjährigen Feier beim Almwirt in Lappach lud der Vorstand am 22. Juli alle Mitglieder ein, die heuer Geburtstag bzw. einen Hochzeitstag feiern. Obm. Richard Nentwicht konnte auch Bgm. Alois Trummer und GK Michaela Stradner begrüßen. In den Grußworten wurden Glückwünsche ausgesprochen, und die Vorstandsmitglieder überbrachten Präsente und gratulierten auf das Herzlichste. Beim Mittagessen sowie Kaffee und Kuchen kam die Geselligkeit nicht zu kurz. Zu den Harmonikaklängen von Fredi Pucher wurde so manches Tänzchen gewagt.



Gruppenfoto der Jubilare.

ST. STEFAN IM ROSENTAL

Hohe Geburtstage

Am 25. Juli wurden die Geburtstagsjubilare sowie eine Goldene Hochzeit bei einem Gottesdienst und einem anschließenden Essen im GH Schuster geehrt. Obfrau Gerti Roßmann überreichte Geschenke, gratulierte sehr herzlich und wünschte noch viele glückliche und vor allem gesunde Jahre. Leider konnten nicht alle Jubilare, auch ein eisernes Hochzeitspaar, zur Feier kommen, wurden aber von unserer Obfrau persönlich besucht.

Am 16. Juli konnten 49 Senioren endlich wieder eine Fahrt unternehmen. Es ging zum Brandluckner Huabn-Theater wo wir das Theaterstück „S' Herz am rechten Fleck“ besuchten. Vor Beginn gab es ein ausgezeichnetes „Bratlessen“. Es war ein sehr humorvolles Stück und ist auf jeden Fall empfehlenswert.



Die Jubilare, die hohe Geburtstage feierten.

UNTERLAMM

Hohe Geburtstage

Zum **80. Geburtstag** von **Maria Kristiner** gratulierte Obm. Josef Jandl sehr herzlich und wünschte der Jubilarin noch viel Gesundheit und Gottes Segen für die Zukunft.



Maria Kristiner (l.) und ...



... Helene Loidl feierten ihre 80er.

Ebenfalls ihren **80. Geburtstag** beging **Helene Loidl**, wozu Obm. Josef Jaindl, Bgm. Robert Hammer und Gebietsleiterin Marianne Friedl die besten Glück- und Segenswünsche überbrachten.

Zum **91. Geburtstag** von **Anna Loidl** gratulierte Obm. Josef Jaindl sehr herzlich.

RADKERSBURG

BAD RADKERSBURG

Stift Rein und Stübing

Am 7. Juli veranstaltete der Seniorenbund eine eintägige Busfahrt mit 35 Mitgliedern. Das erste Ziel war das weltälteste Zisterzienserstift Rein. Die Bad Radkersburger bestaunten die großartige Außenanlage, die Klosterkirche, Ausgrabungen und die berühmte Bibliothek mit den Handschriften. Das Mittagessen wurde im Restaurant Fischerwirt in Gratwein-Straßengel eingenommen.

Am Nachmittag stand das Österreichische Freilichtmuseum Stübing am Programm. In Kleingruppen flanierte man durch das „Tal der Geschichte“. Einige machten es sich wegen der Hitze schon bald im Gastgarten „Zum Göller“ unter der Linde gemütlich, andere schafften es bis zur Vorarlberger Baugruppe. Von besonderer Bedeutung war für viele das Weingartenhaus aus Tieschen mit seinem mittelalterlichen Charakter, das 1564 erstmals urkundlich erwähnt wurde.



Die Busfahrt führte auch zum berühmten Stift Rein.

DEUTSCH GORITZ

Mehr als 100 Mitglieder

Nach langer Coronapause konnten wir uns endlich wieder treffen. Mehr als 100 Mitglieder kamen (unter strengen Corona-Regeln) zum Buschenschank Dunkl, der extra an seinem Ruhetag die Schank für unsere Ortgruppe aufsperrte. Mit sehr viel Gesprächsstoff verbrachten wir einen gemütlichen Nachmittag in Nägelsdorf.



Das lang ersehnte Treffen fand endlich statt.

ST. PETER AM OTTERSBUCH

Geburtstage und Ehrungen

Am 15. Juni wurden von Obm. Oswald Prisching sowie Bgm. Reinhold Ebner folgende Personen geehrt: Sprengelleiter Anton Prutsch (Dank- und Anerkennung), OSR Johann Hötzl (langjähriger Kassier der früheren Ortsgruppe Bierbaum) und Johann Scheucher (beide Silberehrenden) sowie Sprengelleitern Obm.-Stv. Karl Tackner (Bronze).

Auch zwei kurze Fahrten wurden organisiert: Am 24. Juni eine Halbtagesfahrt nach Söchau zur Besichtigung des Kräutergartens und am 15. Juli eine Tagesfahrt nach Mürrzuslag zur Besichtigung des Eisenbahnmuseums.

41 Mitglieder hatten einen runden Geburtstag, der gemeinsam am 22. Juli im GH Dunkl in St. Peter am Ottersbuch gefeiert wurde.



Gruppenfoto der gemeinsamen Feier im Juli.

STRADEN

Ausflug und Ehrung

Zum **80. Geburtstag** unseres fleißigen Mitarbeiters **Anton Smodis** waren zahlreiche Gäste, u.a. seine Gattin Gertrud, Obfrau Anni Leitl, Vorstand Ronald Kurz und Bgm. Gerhard Konrad gekommen. Die Ortsgruppe dankte für die langjährige Arbeit und wünschte viel Gesundheit!

Gut gelaunt und fröhlich starteten wir die zweite Reise seit der Lockerung der Covid-19-Maßnahmen. Dem Muttertagausflug waren 63 Mitglieder der Einladung gefolgt. Bei heißen Temperaturen war es wohltuend, im klimatisierten Bus von Karl Hütter zum Wallfahrtsort Maria Rehkogel zu fahren. Nach einer spirituellen Messe anno 1950 aßen wir im GH Kaiser zu Mittag. Der Abschluss fand im GH Pock in Hof bei Straden statt.



Anton Smodis feierte den 80. Geburtstag.

VOITSBERG

KÖFLACH

Durchgestartet

Obwohl wir noch auf die Coronasituation achtgeben, veranstaltete unser neuer Obmann, Wolfgang Fandl, ein Pfingsttreffen. Am 21. Mai ging es zum „Karpfenking“ in Köflach. Herr Wascher zeigte uns sein Naturparadies, seine Teichanlage mit Karpfen, Schleien, Krebsen und die seltenen Obstsorten auf seiner Streuobstwiese (für Familien mit Kindern sehr lehrreich).

Am 17. Juni machte Prof. Mag. Dr. Ernst Lasnik eine Stadtführung durch Köflach – von der Steinzeit bis in die Moderne. Dr. Lasnik zuzuhören, war grandios.

Am 1. Juli gab es eine Sitzung im Vereinslokal, und man beschloss, Maximilian Unger zu einer Lesung für den 8. Juli einzuladen. Der Gastgarten war bis auf den letzten Platz gefüllt. Er gab Lustiges, Trauriges und Ernstes zum Besten.

Am 5. August gab es ein Grillfest auf der Kremser Burg.

OBERES KAINACHTAL

Obfrau wieder gewählt

Durch den Lockdown wurde die Neuwahl des Vorstands erst im Juni durchgeführt. Obfrau Maria Fraidl konnte zahlreich erschiene Mitglieder sowie LO-Stv. BO Walter Reiter sehr herzlich begrüßen. Maria Fraidl wurde bei der Neuwahl einstimmig wiedergewählt. Zu ihren Stellvertretern wurden Herbert Buchgraber und Fritz Pöschl gewählt, deren Wahl ebenso einstimmig ausfiel, wie jene der übrigen Vorstandsmitglieder. In seinen Grußworten bedankte sich LO-Stv. BO Reiter für die zahlreichen Aktivitäten der Gruppe und betonte auch die Wichtigkeit des Zusammenkommens der Senioren bei Sport und Spiel, wobei Geist und Seele nie zu kurz kommen. Das anschließende gemeinsame Mittagessen genossen alle Anwesenden im GH Bojer in Kainach.

SÖDING – MOOSKIRCHEN

Reise nach Maria Luschari

Obm. Ferdinand Lackner und Obm. Erwin Wutte der Ortsgruppen Söding bzw. Mooskirchen organisierten eine Wallfahrt nach Maria Luschari. Bei schönem Wetter wurde die Fahrt angetreten. Während an der Talstation der Gondelbahn auf den Monte Luschari Hitze herrschte, war es am Berg windig und etwas kälter. Pater Peter erwartete die Gruppe nach kleinen Wanderungen am Berg und feierte mit ihr einen schönen Gottesdienst. Das folgende Mittagessen war eine Klasse für sich. Drei verschiedene erstklassige Menüs wurden angeboten und schmeck-



Auch wenn es am Berg kälter war, genoss man die Wanderungen.

ten hervorragend. Auf der Rückfahrt wurde noch der Markt in Tarvis besucht. Die beiden Obmänner dankten allen Mitreisenden und freuen sich schon auf die kommenden Fahrten.

VOITSBERG-ROSENTAL

Gärtnereibesuch

Mit einem attraktiven Sommer-Herbst-Winterprogramm starteten wir nach der coronabedingten Pause wieder voll durch. Nach einigen Treffen im GH Merta besuchten wir die Gärtnerei Plettig in Stallhofen, wo uns die Familie Plettig durch ihre großartige Anlage führte und den Produktionsablauf erklärte. Diese Gärtnerei zählt zu den größten in Österreich. Obm. Walter Gaich dankte der Familie Plettig für diese informative Führung sehr herzlich.

Auch ein Buschenschankbesuch mit Vz-Bgm. Manfred Pretenthaler bei der Familie Gantschnigg vlg. Grillbauer war ein besonders lustiges Zusammentreffen. Zu den nächsten Veranstaltungen zählen eine Operettenfahrt ins Felsentheater am Neusiedler See, eine Wachaufahrt zum Stift Melk mit anschließender Donauschiffahrt und eine Fahrt zu den Höhlen von Pastojna (Adelsberger Grotten).

Der Abschluss für heuer ist die Jahreshauptversammlung mit Weihnachtsfeier.

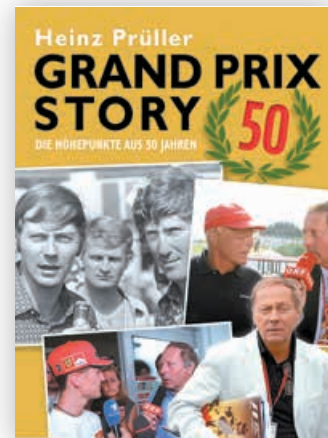


Ein lustiges Zusammentreffen im Buschenschank Gantschnigg.

REDAKTIONSSCHLUSS
29. Oktober 2021 um 10 Uhr

BUCHTIPP

IMMER MITTENDRIN



1971 erschien die erste „Grand Prix Story“. Darin wurde der viel zu früh verunglückte Jochen Rindt gewürdigt. Heinz Prüller liefert in seinem Buch Hintergrund-Stories aus den Boxen, berichtet von bemerkenswerten Momenten auf der Rennstrecke oder Fahrerlagern, erzählt persönliche Geschichten von Rennfahrern und von den aufregenden Zeiten beim Rennzirkus. Noch nie gezeigte Fotos und ganz persönliche Erinnerungen des Autors machen diesen Jubiläumsband zum Höhepunkt der Formel-1-Geschichte.

Heinz Prüller, **Grand Prix Story, Die Höhepunkte aus 50 Jahren**, 527 Seiten, S/W- und Farbfotos, Residenz Verlag, EUR 34,-. EUR 14,90.

Schwungvoll in die zweite Lebenshälfte



Eine Mitgliedschaft beim Steirischen Seniorenbund bringt sehr viele Vorteile, egal ob Rat und Hilfe in allen Lebensbereichen, Teilnahme an sportlichen oder gesellschaftlichen Veranstaltungen, Weiterbildung, Reisen und vieles mehr.

www.seniorenbund.stvp.at

GEMEINSAMKEIT

- Ausflüge der Ortsgruppen
- Regelmäßige Zusammenkünfte in den Ortsgruppen
- Aufführungen im Opern- und Schauspielhaus
- Vorträge und Informationen

BERATUNG

- Sprechtag in der Landesgeschäftsstelle
- Auskünfte in allen Pensionsangelegenheiten
- Pensionsüberprüfungen
- Allgemeine kostenlose Rechtsberatung
- Auskünfte in einfachen steuerlichen Angelegenheiten

BEREICH PFLEGE

- Hilfestellung b. Pflegeansuchen
- Infos zur 24-Stunden-Betreuung
- Hilfe in der mobilen Hauskrankenpflege, Alten- und Heimhilfen (Partner Hilfswerk Steiermark)
- Notruftelefon
- Betreutes Wohnen

AKTIVITÄTEN UND WEITERBILDUNG

- Computerkurse
- Sprachkurse
- Tanzkurse
- Gymnastik
- Kartenspiele
- Schach

SPORT

- Kegeln
- Eisstockschießen
- Stockschießen
- Schifahren
- Tennis
- Turnen
- Wandern
- Radfahren
- Nordic Walken
- Tanzen

REISESERVICE

- Seniorengerechte Reisen im In- und Ausland (Bus-, Schiffs- und Flugreisen)

Wenn Sie als Leser auch

Freunde und Bekannte an den Vorteilen einer Mitgliedschaft teilhaben lassen möchten, geben Sie bitte die Zeitung einfach weiter oder kontaktieren Sie unser Büro unter der T: 0316/82 21 30, per E-Mail: seniorenbund@stvp.at oder besuchen Sie unsere Homepage:

www.seniorenbund.stvp.at

JAHRESMITGLIEDSBEITRAG

- Einzelmitglied € 23,-
Ehe- und Lebenspartner € 17,-

ZEITUNG

- JA
 NEIN

Beitrittserklärung

Einzusenden an: Steirischer Seniorenbund

Karmeliterplatz 6/P., 8010 Graz, T: 0 31 6/82 21 30 • F: DW 9
E-Mail: seniorenbund@stvp.at, www.seniorenbund.stvp.at



STEIRISCHER SENIORENBUND



Partner des



Familienname:

Vorname:

Adresse:

Telefon/Mobil:

E-Mail:

Datum/Unterschrift:

Ortsgruppe:

Geburtsdatum:

JA, ich bin damit einverstanden, dass meine persönlichen Daten zum Zweck der Mitgliederverwaltung vom Steirischen Seniorenbund gespeichert und verarbeitet werden.

Mit meiner Unterschrift akzeptiere ich die Datenschutzerklärung unter www.seniorenbund.stvp.at/datenschutz

Ehejahre



50 • 60 • 65 • 70

RANTEN • 70 Jahre gemeinsamer Lebensweg

Das Ehepaar Maria und Franz Midl feierten im Mai das seltene Fest der Gnadenhochzeit. Aus diesem Anlass überbrachten Obm. Hans Pernthaler und KassiererIn Marianne Neumann dem Jubelpaar die besten Glückwünsche und dankte für deren langjährige Treue zu unserer Gemeinschaft.



Franz Midl feierte außerdem im Jänner seinen 95. Geburtstag und übte über einen sehr langen Zeitraum die Funktion des Kassiers in unserer Ortsgruppe aus. Er wurde bereits vor Jahren mit der Goldenen Ehrennadel des Steirischen Seniorenbunds ausgezeichnet. Die Ortsgruppe Ranten wünscht dem Ehepaar Midl noch gute gemeinsame Jahre und Gottes Segen.

ANGER • Johanna und Konrad Schröck vlg. Holzkonrad feierten im Mai die Eiserne Hochzeit (65 Jahre). Die naturverbundenen Bergbauersleute aus dem Naintschtal gehören zu den verlässlichen Senioren in unserer Ortsgruppe, die sehr oft und mit viel Freude beim Wandern, Singen, Tanzen und vor allem beim Kegeln dabei sind. Wir danken dem Jubelpaar für die lange Treue und wünschen noch viele schöne gemeinsame Jahre.



ANGER • Das kreative und innovative Landwirteehepaar Kathi und Luis Strahlhofer aus Fresen bei Anger feierte Diamantene Hochzeit. Luis, ein unternehmungslustiger Jerusalem- und Jakobsweg-Pilger, ist verlässlicher Wanderführer bei unserer Wandergruppe und Kathi ist die starke Frau an seiner Seite. Wir danken Luis für die aktive Mitarbeit und wünschen dem Jubelpaar Zufriedenheit, Gesundheit und den Segen von oben für noch viele gemeinsame Jahre.



ANGER • Angela und Sepp Wiener vlg. Großhartbauer feierten ihre Goldene Hochzeit im kleinen Rahmen. Der Seniorenbund gratulierte dem langjährigen Wanderführer und Mitglied im Vorstand und dankte für die verlässlich mitgetragene Sorge in der Ortsgruppe. Wir wünschen dem Goldenen Paar noch viele erfüllte gemeinsame Jahre.



BIRKFELD • Das Fest der Goldenen Hochzeit feierten Regina und Peter Reithofer. Der Seniorenbund gratulierte sehr herzlich und wünschte dem Jubelpaar alles Gute.



FELDBACH • Margareta und Franz Matzhold feierten im Mai die Diamantene Hochzeit. Beide sind eifrige Teilnehmer bei unseren Veranstaltungen.



FELDBACH • Im Juni feierten Herlinde und Josef Kovacsics die Diamantene Hochzeit. Das Jubelpaar betrieb gemeinsam mit seiner Tochter in Feldbach ein Uhren- und Juwelergeschäft.



FELDBACH • Das Fest der Goldenen Hochzeit feierten Theresa und Ing. Josef Reisinger. Der Ehejubililar war auch Obmann des Stadtchores Feldbach.



FELDBACH • Das Ehepaar Johanna und Franz Uller feierte im Jänner die Goldene Hochzeit. Sie betrieben eine Landwirtschaft und helfen noch heute eifrig mit.



FELDBACH • Maria und Karl Meier feierten im Mai ihre Goldene Hochzeit. Das Jubelpaar betrieb in Lödersdorf ein Installationsunternehmen.



FELDBACH • Im Juli feierten Maria und Hans Fassold die Goldene Hochzeit. Man traf sich zu einem gemeinsamen Festgottesdienst in der Stadtpfarrkirche Feldbach und anschließender kleinen Feier mit Obm. Herbert Köhldorfer.



HATZENDORF • Juliane und Adolf Ledel (Bild) aus Tiefenbach hatten im Juni ihre Diamantene Hochzeit. Maria und Franz Friedl aus Stang feierten im Mai das Fest der Goldenen Hochzeit. Den Ehejubilaren wurde herzlich gratuliert und alles Gute gewünscht.



RIEGERSBURG • Anlässlich des ersten Ausflugs im heurigen Jahr hatten wir Mitglieder für unseren Obm. Anton Schwarz und seiner Gattin Christine eine Überraschung vorbereitet. Aus Anlass ihrer Goldenen Hochzeit gratulierten wir dem Jubelpaar mit einem Glas Sekt und überreichten ihnen eine kleine Aufmerksamkeit. Die Überraschung war uns wohl gelungen.



MURAU • Das Ehepaar Katharina und Gottfried Stockreiter vulgo Grillschmied (M.) feierten ihre Diamantene Hochzeit. Obm. Ing. Stefan Klausinger und seine Gattin Nelly gratulierten dem Jubelpaar sehr herzlich. Das Ehepaar nimmt an den Veranstaltungen des Seniorenbunds stets regen Anteil und stellte oftmals die Eisbahn bei ihrem bäuerlichen Anwesen zur Verfügung.



HEILBRUNN • Anlässlich einer gemeinsamen Feier wurde den Ehepaaren Rosina und Peter Unterberger sowie Martha und Dionys Straußberger zur Diamantenen Hochzeit gratuliert. Als Ehrengäste waren LO-Stv. BO Anton Paierl mit Gattin sowie Pfarrer Mag. Johann Leitner gekommen. Der gemütliche Nachmittag ging bei Kaffee und Kuchen zu Ende.



ST. ANNA AM AIGEN • Zur Goldenen Hochzeit von Maria und Friedrich Haas gratulierte der Seniorenbund und wünschte noch viele gemeinsame Jahre!



ST. ANNA AM AIGEN • Vor kurzem feierten Hilda und August Weiß-Grein die Diamantene Hochzeit. Der Seniorenbund wünschte noch viele gemeinsame glückliche Jahre!



ST. ANNA AM AIGEN • Das Ehepaar Hermine und Franz Legenstein feierten die Diamantene Hochzeit. Dazu gratulierte der Seniorenbund aufs Herzlichste und wünschte noch viele gesunde Jahre!



ST. JOHANN AM TAUERN • Unser Obmann, Franz Mayer, feierte mit seiner Gattin Erika die Goldene Hochzeit. Eine Abordnung des Seniorenbunds und des Kameradschaftsbunds gratulierte sehr herzlich.



ST. JOHANN IN DER HAIDE • Ehrenobfrau Josefina Riegler und ihr Gatte Johann feierten kürzlich das Fest der Diamantenen Hochzeit in idyllischer Umgebung, bei der Waldkapelle Maria Loretto. Vikar Mag. Mario Brandstätter segnete das Jubelpaar. Josefina Riegler war elf Jahre Obfrau unserer Ortsgruppe. Wir wünschen dem Ehepaar noch viele gemeinsame Jahre in Gesundheit.



ST. KATHREIN/OFFENEGG •

Auf der Sommeralm wurde im Juni die Goldene Hochzeit vom Almhalterpaar Maridi und Franz Kreimer im Kreise der Familie gefeiert. Die Hl. Messe bei der Sommeralmkapelle zelebriert Pfarrer Toni Herk-Pickl, und wurde von Maria und Norbert feierlich gestaltet. Der Seniorenbund wünschte dem Goldenen Ehepaar alles Gute, viel Glück und Gesundheit für die Zukunft.



ALLERHEILIGEN/MÜRZTAL • Obm. Karl Weissenbacher gratulierte unserem Ehrenobmann Anton Prutsch und seiner Gattin (Bild) sehr herzlich zur Diamantenen Hochzeit, dankte für die langjährige Arbeit und wünschte noch viele gesunde und zufriedene Jahre. Die Goldene Hochzeit feierten: Irmgard und Stefan Eggel, Heidelinde und Hermann Piller sowie Marlies und Gerhard Raspotnig. Herzliche Gratulation!



ST. LORENZEN AM WECHSEL • Im Juni feierte das Ehepaar Elfriede und Erwin Höller das Fest der Goldenen Hochzeit. Es gratulierte ihnen Obm. Alois Kogler und Bereichsleiterin Marianne Kroisleitner sehr herzlich und wünschte Gesundheit und noch viele gemeinsame glückliche Jahre.



STRADEN • Das Ehepaar Anna und Johann Konrad feierte ein besonderes Ehejubiläum. Das Landwirteehepaar ist seit 65 Jahren (Eiserne Hochzeit) verheiratet. Für den Seniorenbund gratulierte Mitarbeiterin Maria Kohlmaier sehr herzlich.



STRALLEGG • Gratulationen zur Goldenen Hochzeit ergingen an Herta und Karl Schneeberger (r.) sowie an Maria und Franz Lechner (Bilder jeweils mit Herma Wiener und Franz Mosbacher). Der Seniorenbund gratulierte herzlich und wünschte den Paaren noch viele glückliche Jahre. Die Wünsche gingen auch an Rosa und Franz Schneeberger, die bei der gemeinsamen Feier nicht anwesend sein konnten.



UNTERLAMM • Das Fest der Goldenen Hochzeit feierten kürzlich unsere lieben Vorstandsmitglieder Alois und Anna Spörk. Obm. Josef Jaindl, Bgm. Robert Hammer und Hermine Jaindl stellten sich mit den besten Glückwünschen ein. Der gesamte Vorstand wünscht dem Jubelpaar noch viele schöne, gesunde gemeinsame Jahre.

Graz

Volkskundemuseum besucht



Dr. Claudia Unger und BR Ernest Schwindsackl (M.) mit den Grazer Bezirksobleuten.

Stadtgruppenobmann BR Ernest Schwindsackl besuchte nach der langen „kulturellen Pause“ mit den Grazer Bezirksobleuten das renovierte Volkskundemuseum in der Paulustorgasse. Leiterin Dr. Claudia Unger führte die interessierten Teilnehmer persönlich durch das neugestalt-

tete Museum. BR Schwindsackl war, wie alle Teilnehmer, von den Ausstellungsobjekten begeistert, und unterstützte mit einem Kartenkontingent alle Grazer Bezirke, um die laufenden Ausstellungen im Volkskundemuseum zu besuchen.

Feldbach

Wichtigkeit der E-Bike-Schulung

Auch den Mitgliedern des Seniorenbunds im Regionalbezirk Feldbach wurde heuer eine E-Bike-Schulung angeboten. Die Schulung fand am 21. Juli für 13 Kursteilnehmer auf dem Gelände des KOMM-Zentrums in Leitersdorf im Raabtal statt.

LO-Stv. BO Bgm.a.D. Vet.R. Dr. Othmar Sorger betont, dass es gerade für die ältere Generation, die oft sehr aktiv den Radsport betreibt, von besonderer Wichtigkeit ist, nicht nur die technischen, sondern auch die gesetzlichen Vorschriften zu kennen. Themen der Schulung sind u.a. die Auswahl des Rades, Rahmengröße, Ausstattung, Bereifung, Bremsen, Sattel, aber auch die Ausrüstung. Das Ziel dieses Kurses ist das Senken des Unfallrisikos!

Weiters dankte Dr. Sorger dem Erfinder dieser Sicherheitsschulung, Landes-Radsportreferent Obm. Hans Ostermann sowie seinen Mitarbeitern für diese sehr sinnvolle Aktion. Gedankt sei auch der Neuen Stadt Feldbach für die Bereitstellung des Vorplatzes der KOMM-Halle für die praktischen Übungen sowie ganz besonders Obm. Leo Neuherz (OG Leitersdorf) für die Vorbereitung und reibungslose Durchführung dieser Veranstaltung.



Bestens geschult kann man sich ins Radfahrvergnügen begeben. Links Obm. Hans Ostermann.

St. Johann in der Haide

Verspätete Feier zum „Runden“

Bereits im Jänner feierte Obm. Florian Kohlhauser aus St. Johann in der Haide seinen 70. Geburtstag. Coronabedingt wurde die offizielle Feier mit der Familie, Freunden und Wegbegleitern nun nachgeholt. Unter den Gratulanten waren NAbg. Reinhold Lopatka, die LAbg. Hubert Lang und Lukas Schnitzer sowie eine Abordnung des Trachtenmusikvereins Unterlungitz. Der Jubilar ließ die wichtigsten Stationen seines Lebens in launigen Worten Revue passieren. Seit 2018 ist der Jubilar Obmann der Ortsgruppe und seit 2019 Bezirksobmann und Landesobmann-Stellvertreter des Seniorenbunds. „Die Gesellschaft lebt von Menschen, die bereit sind, mehr zu tun, als ihre Pflicht“, dankte NAbg. Lopatka für das Engagement. Diesem Dank schlossen sich auch die LAbg. Lang und Schnitzer an.



Florian Kohlhauser mit Gattin Inge sowie Reinhold Lopatka, Hubert Lang und Lukas Schnitzer.

Leoben

Ansichten und Anliegen

Bürger aus allen Lebensbereichen wurden zum Konjunktorgespräch mit LH Hermann Schützenhöfer gebeten, wobei es sich nicht um Funktionäre der politischen Gruppierungen handeln sollte. LO-Stv. BO Dkfm. Herbert Lasser (Bezirk Leoben) nominierte Seniorin Christl Sprung aus Kammern und bewies damit einen sehr guten Griff: Christl Sprung schlug sich hervorragend und vertrat Ansichten und Anliegen des Steirischen Seniorenbunds ausgezeichnet. Sie hat insbesondere auf die Probleme im Pflegebereich hingewiesen und Lösungen von der Politik gefordert. Ihr Beitrag wurde allgemein mit Beifall und Anerkennung aufgenommen. Die Moderation übernahm NAbg. Bgm. Andreas Kühberger (Mautern).



Christl Sprung und OA Dr. Roland Naglis.

Mürzzuschlag

Zwei verdiente Obleute geehrt



Ehrung mit BO Herbert Drexler und LGF Fritz Roll für Hermine Fraiss und Peter Rinnhofer.



Hermine Fraiss ist Gründungsmitglied der Ortsgruppe Spital a.S. (1996) und stand dieser zwölf Jahre als Obfrau vor. Ebenso lange ist sie Bezirksobmann-Stellvertreterin. Hermi führte diese OG mit vollem Einsatz und Elan mit einem ausgefüllten Programm. Und als Bezirksobmann-Stv. ist sie heute noch eine wertvolle Stütze. 2020 übergab sie den Vorsitz an ihre Tochter Hermine, die dieses Amt mit größter Sorgfalt und Umsicht weiterführt.

Peter Rinnhofer war von 2004 bis 2020 Obmann der Ortsgruppe Langenwang und zwölf Jahre Bezirksobmann-Stellvertreter, wobei er BO Herbert Drexler mit seinen Ratschlägen stets hilfreich und bereichernd zur Seite stand. Er war ein Or-

ganisator erster Klasse und sorgte stets für ein ausgefülltes Programm. BO-Stv. Elisabeth Waißenbacher übernahm 2020 die Funktion als Obfrau der OG und übt dieses Amt ebenso mit Sorgfalt aus.

Am 29. Juni wurde den beiden Jubilaren von LGF Fritz Roll und LO-Stv. BO Herbert Drexler die Ehrenobmannschaft verliehen. Beide dankten den Jubilaren für ihren Einsatz und wünschten weiterhin alles Gute, vor allem Gesundheit und noch viel Freude und schöne Stunden im Kreise der Senioren und ihren Familien.

Gleichzeitig wurde **Peter Rinnhofer** zu seinem **85. Geburtstag** (im Juni) gratuliert, den er bei voller Rüstigkeit feierte. Alles Gute und g'sund bleiben!

Weiz

Dank an Anton Paierl

Am 1. Juli fand im GH Mosbacher in Strallegg die Bezirksvollversammlung mit Neuwahlen der Bezirksgruppe Weiz statt. LO-Stv. BO Anton Paierl begrüßte sowohl die Ehrengäste, u.a. die Bürgermeister Anita Feiner (Strallegg), LAbg. Silvia Karelly (Fischbach) und Bernhard Ederer (Naas) sowie LO Gregor Hammerl und LGF Friedrich Bernd Roll, als auch rund 60 Gäste.

Begrüßungsworte kamen von Anita Feiner und Silvia Karelly. Beide dankten für die Arbeit des Seniorenbunds. An BO Anton Paierl und seinem Team kamen die Dankesworte für seine unermüdliche Arbeit im Bezirk. LGF Bernd Roll informierte über alle Aktualitäten rund um den Seniorenbund und LO Gregor Hammerl sprach über gesellschaftliche Verantwortung der Pflege und über Soziales, Pandemie und Impfung.

Bei dieser Vollversammlung wurde der Bezirksvorstand für weitere fünf Jahre gewählt.



Der Vorstand vom Bezirk Weiz mit LO Gregor Hammerl.

Radeln mit dem E-Bike – keine Hexerei

Auch heuer wurde der E-Bike Kurs des Steirischen Seniorenbundes, Bezirksgruppe Weiz, am Parkplatz Teko-plastic in Weiz fortgesetzt, weil dieser im vorigen Jahr einen sehr guten Zuspruch hatte.

LandesradSPORTreferent Hans Ostermann organisiert diese Kurse zusammen mit dem Seniorenbund und der Radfahrerschule EASY DRIVERS mit Fahrlehrer Matthias Sommeregger und der Fahrradwerkstatt Steirer Bike Service. Die anfallenden Kosten für diese Veranstaltungen werden vom Steirischen Seniorenbund übernommen.

Bei der Fahrradwerkstatt Steirer.bike konnten alle Teilnehmer, die mit eigenen Rad anwesend waren, kostenlos ihr E-Bike durch einen Service überprüfen lassen. Somit ist dieser Kurs für alle Senioren kostenlos und dauert rund drei Stunden.

BO-Stv. Obm. Johann Reisinger (Weiz) übernahm die Organisation des Parkplatzes

der Fa. Teko-plastic. LO-Stv. BO Anton Paierl durfte heuer neun E-Bike-Teilnehmer, teilweise mit eigenem Rad, begrüßen. Weiters waren BO-Schriftf. Franz Neuhold (ohne Rad, aber mit Kamera) sowie LGF Friedrich Bernd Roll gekommen. Der Kurs beinhaltet einen theoretischen sowie einen praktischen Teil, in der Pause gab es für alle eine kleine Stärkung, gespendet von der Bezirksgruppe Weiz.

Es gab viel Wissenswertes zu erfahren, auch wenn man glaubt, übers Radfahren schon alles zu wissen. Mit den E-Bikes wird es auch für Senioren möglich, größere Strecken mit dem Rad zu bewältigen. So hoffen wir, dass wir mit diesem Kursangebot den Teilnehmern Lust aufs Radfahren möglich machen.

LO-Stv. BO Anton Paierl dankte allen Teilnehmer für die Beteiligung und Hans Ostermann für diese großartige Organisation. Ein großer Dank geht auch an die Firmenleitung von Teko-plastic.



Interessierte Zuhörer bei der Information von Hans Ostermann.



Fritz Roll, Hans Ostermann, Anton Paierl, Johann Reisinger (v.l.).

Strallegg

Anlässlich einer gemeinsamen Feier, wurde **Sofie Kern** zum **90. Geburtstag** gratuliert. Der Seniorenbund wünschte ihr Gesundheit, Glück und Gottes Segen.



St. Peter ob Judenburg

Semriach

Jung hilft Alt

Ein generationenübergreifendes Projekt starteten die Landjugend und der Seniorenbund St. Peter ob Judenburg. Am 23. Juli trafen sich Alt und Jung im Café Treffpunkt in Rothenthurm, wo die Landjugendmitglieder den älteren Mitbürgern verschiedene Funktionen des Smarthandy erklärten. Diese vom Sport- und Kulturausschuss der Gemeinde ausgeschriebene Veranstaltung traf auf großes Interesse. So kam auch Bgm. Franz Sattler und reihte sich in den Kreis der „Lehrer“ ein.

Die Landjugendmitglieder unter Obm. Thomas Leban verstanden es, den älteren Semestern so manche Funktionen des „Wischhandy“ zu erklären und manche Geheimnisse bekannt zu geben. Viele haben den Grünen Pass geladen, um in Zukunft mobil zu bleiben.

Obm. Erich Mlakar dankte der Jugend für die tolle Zusammenarbeit und bat um weitere Unterstützung, vielleicht schon im nächsten Jahr...



Konzentriert folgt man den „jungen“ Anweisungen...

Margit Pflieger hat wieder ein schönes Gedicht verfasst und auch vorgetragen:

Ein schöner Anlass ist es heute,
da viele ehrenwerte Leute
sich treffen in gehob'ner Runde,
zu feiern Ihre Festtagsstunde.

Sich 7 – 8 Jahrzehnte jähren
und Jubiläumsfreud' bescheren.
Meist war es eine Aufbruchzeit
entbehrungsreich in Freud und Leid...
Durch uns're Kinder- Enkelschar
verschönte sich so manches Jahr!
Da uns der Alltag fortan schweigt,
die Kostbarkeit der Zeit sich zeigt.

Man schätzt es, sich gesund zu wissen,
darf jeden Tag erneut begrüßen,
Geduld und Nachsicht auch zu üben,
nicht jedes Wässerchen zu trüben,
Verständnis haben für die Jugend,
tolerant zu sein als reife Tugend!

Ja Tag und Zeit wird uns geschenkt,
sorgsam vom Herrgott wohl gelenkt.

Wir dürfen uns des Daseins freu'n,
noch mitten im Geschehen sein,
sich der Vergangenheit entsinnen,
das Alter trotzdem lieb gewinnen...

Drum lasset uns in Dankbarkeit
gestalten uns're späte Zeit.

Ein großes Dankeschön sei hier der Verfasserin ausgesprochen sowohl für die schönen Zeilen als auch für den Vortrag im Kreise der Jubilare.

Straden

Maria Graßl, langjährige Obfrau der Ortsgruppe Straden, wurde bei der Jahreshauptversammlung am 22. Juni mit dem Titel **„Ehrenobfrau“** überrascht. BR-Präs. a.D. LO Gregor Hammerl, LGF Friedrich Bernd Roll, Obfrau Anni Leitl und Bgm. Gerhard Konrad gratulierten ihr sehr herzlich.



St. Radegund

Unser Obm. Karl Zierler und ÖKB-Obm. Johann Klingbacher konnten unserem ältesten Mitglied, **Josef Schneider**, im Juli zum **101. Geburtstag** die allerherzlichsten Glückwünsche persönlich überbringen.



Kapfenberg

Gut gelaunt in den 100er

Geistig rege und gut gelaunt feierte **Hermine Klammsteiner** unlängst ihren **100. Geburtstag** im Kreise ihrer Familie. Besonders freute sie sich über die Glückwünsche des Seniorenbunds Kapfenberg mit Obm. Hermann Harrer und seiner Gattin Hermine. Bezirksobfrau LO-Stv. Bundesrat a.D. Herta Wimpler (l.) war ebenfalls dabei und gratulierte sehr herzlich.



Eine geistig rege und gut gelaunte 100erin – Hermine Klammsteiner.

Kirchberg a. d. Raab

Unsere Kirchberger Mitglieder Josef Ulrich und seine Gattin, die heute in einem Seniorenheim wohnt, feierten in diesem Jahr hohe Geburtstage. **Frau Ulrich wurde im Mai 97 Jahre alt, Herr Ulrich beging im März seinen 99er**, und sie sind seit 1961 verheiratet. Wegen der Pandemie gab es nur eine kleine Feier, doch die herzlichen Glückwünsche werden hier wiederholt.

Josef Ulrich fährt unter anderem noch mit dem Traktor seine Frau im Nachbarort besuchen, oder zum Raabtal-Fleischhof, oder von Berndorf nach Kirchberg. Sonntags nehmen ihn seine Nachbarn zum Gottesdienst mit. Man kann nur über diese Vitalität staunen!



Das Ehepaar Ulrich seinerzeit.



Ein vitaler Josef Ulrich.

Weiz

Ein wahres Gedicht

Sophie Hierzberger feierte in bester Gesundheit und geistiger Frische im Mai ihren **101. Geburtstag**. Ortsbetreuerin Rosa Kouba und Obm. Hans Reisinger gratulierten und überreichten einen Gutschein und Blumen. Frau Hierzberger erzählte uns von ihren jungen Jahren, der vielen Arbeit in der Landwirtschaft am Fradenberg.

Das Alter

Wie trüblich ist's von Jahr zu Jahr,
immer dünner wird das Haar,
die Zähne gehen in Flöten,
das Gedächtnis kommt in Nöten.
Nur mit der Brille kann man sehn',
mit dem Stock spazieren gehen.
Und hören tut man auch nicht gut,
zum Leben gehört schon Mut.
Der Freunde große Schar
verändert sich von Jahr zu Jahr.
Der Herrgott sich gedacht,
damit er uns das Ende leichter macht,
sodass wir uns bei Zeiten
zum Heimgang vorbereiten.

Von Sophie Hierzberger



Veitsch



Ein ganz besonderer Gruß geht an **Klara Schrittwieser**, die im August ihren **99. Geburtstag** im Kreise ihrer Lieben feiern konnte. Wir durften ihr im Beisein von LO-Stv. BO Herbert Drexler herzlich gratulieren. Mit ihrem tollen Fahrzeug besucht die Jubilarin ihre Freundinnen (zu Fuß ist es doch zu weit!!)

Anger

Ein sportlicher 95er

Max Piber, ein sportlicher Pionier in unserer Region, ist aufgrund seiner Aktivitäten noch immer sehr rüstig unterwegs. Eine kleine Hürde in letzter Zeit versucht er nun mit viel Ehrgeiz wieder zu überwinden. Wir wünschen unserem Max noch viele erfüllende Stunden und Jahre gemeinsam mit seiner Frau, seinen Freunden und mit uns Senioren.



Bad Blumau

Johann Flechel aus Jobst feierte im Juli seinen **90. Geburtstag**. Der Jubilar ist seit 21 Jahren Mitglied beim Seniorenbund Bad Blumau, war viele Jahre Ortsvertreter und wurde im Jahre 2011 mit dem Ehrenzeichen in Bronze und im Jahre 2014 mit dem Ehrenzeichen in Silber für seine Verdienste beim Seniorenbund ausgezeichnet. Wir gratulierten sehr herzlich, wünschten alles Gute, viel Glück und Gesundheit.



Birkfeld

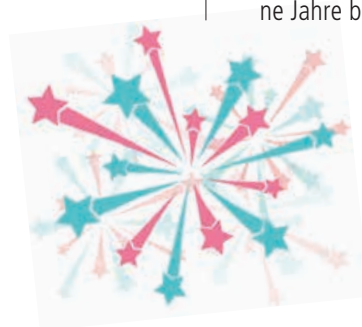
Nach dem Motto von Curd Jürgens: „**90**“ Jahre und kein bisschen weise... feierte **Peter Wurm** seinen hohen Geburtstag. Mit ihm ist es immer lustig und er ist und bleibt unsere Lachwurzeln! (Das Bild sagt alles...). Und natürlich geht er nicht die kleinen Wanderungen, nein, nur die Großen. „Je länger der Weg, desto besser“, ist sein Motto!



Großlobming-Kleinlobming



Im Namen der Ortsgruppe gratulierte Obm. Dieter Hader im Juli der Jubilarin **Anna Stocker** zu ihrem **95. Geburtstag**. Er wünschte ihr alles Gute und dankte ihr dafür, dass sie über viele Jahre mit ihrer freundschaftlichen und liebenswürdigen Art das Vereinsleben überaus positiv beeinflusste.



Eichberg



Anna Buchegger feierte ihren **90. Geburtstag**. Der Seniorenbund gratulierte sehr herzlich und wünschte alles erdenklich Gute!

Gasen



Maria Schweighofer feierte im Pensionistenheim Weiz ihren **90. Geburtstag**. Der Seniorenbund gratulierte ihr sehr herzlich und wünschte ihr alles Gute sowie Gesundheit.

Fürstenfeld

Hilde Kospach feierte ihren **90er**. Im Beisein von Vz-Bgm. DI Sabine Siegel, Fraktions-Obm. Roland Gogg, Obm. DI Heinrich Novak und Sprengelleiterin Hermine Jahn gratulierten sie der Jubilarin auf das allerherzlichste und wünschten viel Gesundheit für die Zukunft im Kreise der Seniorenbundfamilie.



Hart-Purgstall

Franz Meixner feierte seinen **93. Geburtstag**. Der Vorstand gratulierte ihm sehr herzlich und wünschte weiterhin Gesundheit und noch schöne Jahre beim Seniorenbund.



Saifen-Boden

Berta Narnhofer feierte ihren **90er**. Der Seniorenbund gratuliert nochmals sehr herzlich und wünschte alles Gute und Gesundheit.



St. Anna am Aigen

Der Seniorenbund gratuliert seinem Mitglied **Frieda Praßl** zum **90. Geburtstag** alles Gute und viel Gesundheit!



Der Seniorenbund wünschte **Johanna Frühwirth** zum **90. Geburtstag** alles Gute und noch viele gesunde Jahre!



St. Marein bei Graz



Obfrau Rosa Luttenberger gratulierte **ÖR Franz Kappel** zum **96. Geburtstag**. Nochmals alles Gute und Gesundheit!

St. Jakob im Walde



Rosa Weber feierte mit ihrer Familie kürzlich ihren **90. Geburtstag**. Pfarrer Franz Hatzl und SB-Obm. Johann Gletthofer gratulierten der geistig fitten Mutter, Oma und Uroma. Alles Gute und Gesundheit für die weiteren Jahre wünscht der Seniorenbund St. Jakob im Walde.

St. Nikolai ob Draßling



Margarete Senger feierte die Vollendung des **95. Geburtstages**. Sie errichtete mit ihrem Gatten Josef ein gutgehendes Gasthaus in Leitersdorf, das sie als bekannte Köchin jahrzehntelang führte und weit über die Gemeindegrenzen bekannt machte. Obfrau Josefine Zöhler überbrachte die Glückwünsche und ein kleines Präsent.



Stanz im Mürztal

Feier der Geburtstagsjubilare im Juni: (vorne, v.l.) **Anna Hofbauer (91)**, **Juliane Ellmaier (93)**, **Margarete und Peter Grätzhofer (75, 80)**, **Josefa Hölbling (94)**, **Josef Matscheko (80)**; (hinten) **Margarete Steinbauer (85)**, **Maria Dissauer (7)**, **Hannelore Krammer (70)**, **Anton Wetzlhütter (80)**, **Nesseline Kohlhofer (80)**, nicht im Bild). Obm. Herbert Drexler gratulierte und wünschte alles Gute und vor allem beste Gesundheit.



Meister am Grillrost

Der Buschenschank ist steirisches Kulturgut und muss als solcher hoch gehalten werden. Davon ist unser Obm. Johann Ostermann, der vor kurzem seinen 70er feierte, überzeugt. Wenn er dort in froher Runde zusammensitzt, kommen ihm die besten Ideen.

Vor gut zehn Jahren weckte Obm. Johann Ostermann die Ortsgruppe aus dem Dornröschenschlaf und seither geht es rund. Es gibt Vorträge, Exkursionen, Wanderungen, Sturm- und Kastanienfeste, Junkerverkostungen und Muttertagsausfahrten, Glühweinstände, Fahrten zu Weihnachtsmärkten und jedes Jahr einen eigenen Kalender. Der Mitgliederstand ist von 40 auf 170 angewachsen. Als Adjutanten an seiner Seite sind Maria und Josef Zach als Hüter des Geldes, Ignaz Unterasinger als Schriftführer sowie Andrea Hopper und Elisabeth Ostermann als Kassenprüfer mit dabei.

Von April bis Ende September steht jeden Mittwoch eine Radausfahrt am Programm. Unser Jubilar ist Landesradsportreferent, geprüfter Radfahrlehrer und veranstaltet Sicherheitskurse mit dem Schwergewicht E-Bike.

Von Plenzengreith verschlug es ihn nach Wetzelsdorf, wo er mit seiner Julia seit mehr als 40 Jahren glücklich ist. Als Sachverständiger für Verbrennungsmotoren arbeitete er bei AVL, der Technischen Universität und an der Fachhochschule Joanneum.

Der Meister am Grillrost geht auch gerne zur Jagd und hat als Bezirksrat immer ein offenes Ohr für die Anliegen seiner Wetzelsdorfer.



Bezirksobmann Johann Ostermann.

Mehr als ein „Mitbringsel“

Christoph Columbus brachte von seiner Entdeckungsreise nach Amerika den Kürbis als „Mitbringsel“ nach Europa. Aber heute werden weltweit Kürbisse in warmen Gebieten angebaut. Ein ganz besonderer ist unser Ölkürbis, aus dem das berühmte Kürbiskernöl gewonnen wird.

Kürbis ist nicht nur schmackhaft, sondern auch gesund. Er enthält viel Wasser, kaum Kohlehydrate, aber viele Nährstoffe, Vitamine, Magnesium, Kalium, Kalzium, Eisen, Phosphor und Folsäure.

Die bekanntesten Sorten, die gerne in der Küche verwendet werden: Hokkaido, Patisson, Muskatkürbis, Butternuss, Langer von Neapel und Spargelkürbis. Auch Gurken, Zucker- und Wassermelone sowie Zucchini gehören zur Familie der Kürbisgewächse.

(Rezept) Pikante steirische Kürbismousse

Zutaten für 6 Personen:

1 Hokkaido, ca. 700 g

2 Blatt Gelatine

Einige Tropfen Apfelessig

120 ml Obers

Salz und Pfeffer

geröstete Kürbiskerne

Zubereitung (ca. 20 Minuten):



Kürbis halbieren und bei 190 ° rund 40 Minuten mit der Schale garen, bis er weich ist. Gelatine im kalten Wasser einweichen. Den gegarten Kürbis entkernen und Schale entfernen, durch ein feines Sieb streichen, 300 g abwiegen und mit Salz und Pfeffer würzen (Rest anderweitig verwenden).

Gelatine gut ausdrücken, in 1 Esslöffel Wasser bei kleiner Hitze auflösen und unter Kürbispüree rühren. Obers steif schlagen und untermischen. Die Mousse in eine Schüssel füllen und im Kühlschrank fest werden lassen.

Zum Anrichten mit einem nassen Esslöffel Nockerl ausstechen, auf Teller platzieren und mit Kürbiskernen und –öl garnieren.

Mit Brot oder Baguette servieren.

Text: Kochen & Küche; Foto: Günter Hauer.



Aus: Arvay/Fastian/Weishaupt-Orthofer: Kürbis und Kernöl, Sorten, Anbau, Genuss, 111 Rezepte, 176 Seiten, Großformat, Farbfotos, Leopold Stocker Verlag, EUR 19,90.

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

**DEM GLÜCK
EINE CHANCE
GEBEN**



österreichische | DER PARTNER DER
LOTTERIEN | SENIORENHILFE

Bluthochdruck und die Folgen bei Hund und Katze

Auch bei Hund und Katze kann der Blutdruck zu hoch sein. Anders als beim Menschen stellt ein zu hoher Blutdruck immer ein Symptom einer Krankheit dar. So können heute vor allem chronische Nierenkrankheiten, Herzkrankheiten, Diabetes und Schilddrüsenerkrankungen mit Hilfe der Blutdruckmessung wesentlich früher erkannt und damit die Lebenserwartung der betroffenen Tiere erheblich verlängert werden.

Was ist normal bei Hund und Katze?

Der normale Blutdruck bei der Katze liegt bei 125/85, beim Hund bei 135/75. Dennoch werden Abweichungen bis 150/95 toleriert. Bis zu diesem Blutdruckwert muss nicht mit einer Schädigung anderer Organsysteme gerechnet werden. Oftmals kann der Blutdruck auch durch Aufregung etwas erhöht sein. Dies erkennt der Tierarzt aber in der Regel an der parallel gemessenen Pulsfrequenz.

Wie wird der Blutdruck bei Hund und Katze gemessen?

Der Blutdruck kann an der Vordergliedmaße oder am Schwanz schnell und völlig schmerzfrei gemessen werden. Mit HDO (High Definition Oscillometry), der neuesten und exaktesten Messtechnik, kann die Blutdruckmessung sogar Herzschlag für Herzschlag am Bildschirm verfolgt werden. Damit wird heute nicht nur der Blutdruck sondern auch die Gesamtsituation am Herzen und in den Gefäßen genau beurteilt.

Welche Organe werden infolge zu hohen Blutdrucks geschädigt?

Schon ab 160/100 treten Schäden am Auge auf. Besonders gefährlich wird es bei Drücken über 180/120: es kann z. B. zu Netzhautblutungen, Netzhautablösungen oder zu plötzlichem Erblinden kommen. Oft sind diese Veränderungen auch für den Laien zu erkennen:

- große weite Pupillen (ein- oder beidseitig)
- rotes Auge (Blut in der vorderen Augenkammer)
- Verhaltensänderungen: Anstoßen an Gegenstände, Unsicherheit bei der Futteraufnahme, offensichtliche Seheinschränkung

Über 70% der Katzen aber auch Hunde entwickeln bei anhaltendem Bluthochdruck eine Herzkrankheit. Grund ist die erhöhte Arbeitsleistung, die dem Herzen abverlangt wird. Ein hoher Blutdruck bedeutet einen hohen Widerstand, gegen den das Herz versuchen muss, das Blut in den Kreislauf zu pumpen. Es entsteht eine Herzklappeninsuffizienz (die Klappen schließen nicht mehr richtig).



Die Folgen sind

- ein Herzgeräusch
- eine nicht mehr ausreichende Herzauswurfleistung und damit eine mangelnde Sauerstoffversorgung der Organe und Muskulatur

Schon bald entstehen die ersten Symptome:

- schnelles Ermüden
- Leistungsintoleranz
- Husten
- Atemnot
- Appetitlosigkeit

Wird die Ursache durch Blutdruckmessung erkannt, kann diese sekundäre Herzkrankheit durch eine einfache Therapie erfolgreich behandelt werden.

Die Nieren können durch anhaltend zu hohen Druck erheblich geschädigt werden. Umgekehrt sind die Nieren auch die Hauptursache für einen Bluthochdruck. Durch den hohen Druck und damit zusammenhängende Mechanismen können Eiweißstoffe in den Urin gelangen (Proteinurie) und gehen damit dem Körper verloren.

Nicht selten kommt es infolge anhaltenden Bluthochdruckes im Gehirn zu einem Ödem oder sogar Gehirnblutungen. Wiederum sind v. a. Katzen betroffen – aber auch bei Hunden kann diese Schädigung vorkommen.

Häufige Symptome sind zunächst vor allem schmerzbedingt, später Folge der Ödeme oder Blutungen:

- Lautgeben (Maunzen)
- Kopf gegen Gegenstände pressen
- Nervosität

- Unruhiges Umherlaufen
- Schlechte Futteraufnahme
- Wesensveränderungen bis hin zur Aggressivität
- Teilnahmslosigkeit

In allen diesen Fällen ist es wichtig, die verantwortliche Krankheit zu behandeln und den Blutdruck schnell und dauerhaft zu senken. Betroffene Hunde und Katzen haben dann bei regelmäßiger Blutdruckkontrolle und Therapie eine meist normale Lebenserwartung und können ihrem Besitzer noch viele Jahre viel Freude bereiten.

DR. MED. VET. HERFRIED FORSTER

Foto: medienservice.com/Sissi Furgler





Waren Sie schon mal auf der Suche nach etwas und wussten nicht wie Sie es finden können? Hier haben Sie die Möglichkeit, nutzen Sie die Gelegenheit und geben Sie Ihr Inserat unter den Rubriken VERKAUFE/BIETE, SUCHE oder PARTNER-/FREUNDSCHAFT in unserem Magazin „zeitlos“.

Senden Sie diese an:

Steirischer Seniorenbund, KW: »Schatztruhe« Karmeliterplatz 6, 8010 Graz
oder an seniorenbund@stvp.at, Betreff: »Schatztruhe«

SUCHEN & FINDEN

VERKAUFE / BIETE

RETEN SIE IHRE ALTEN SCHÄTZE

8 mm-Filme, Videos, Dias, Bilder usw.
Preiswert überspielt auf DVD oder USB!
Pensioniertem Filmprofi
Simoncsics T: 0664/34 33 229

SUCHE

Rüstiger Pensionist sucht Nebenbeschäftigung, (Rasenmähen, Entrümpelungen u. a.) im Raum Gleisdorf.
T: 0650/3300239

BIETE

REISE- UND ALLTAGSBEGLEITER

Weltoffener, versierter, kultivierter Mann (65 Jahre) mit Organisationstalent und Humor bietet Begleitung und unterstützende Tätigkeiten wie z. B. Reisebegleitung, Ausflüge, Besuche kultureller Veranstaltungen, Amtswege, Terminvereinbarungen, Einkäufe, etc. an. Stundenausmaß und Dienstort nach Vereinbarung. Bitte nur seriöse Zuschriften an **bklotz.begleitung@gmail.com**

NETTE GARCONNIERE IN GRAZ RAGNITZ AN PENSIONISTEN ODER PENSIONISTENPAAR ZU VERMIETEN.

Provisionsfrei direkt von der Inhaberin

38,50 m² Wohnzimmer, moderne Küche mit Essecke, Vorraum, begehbare Garderobe, Bad. Großes Kellerabteil, neuer Aufzug. Die Wohnung liegt im 4. und letzten Stock. Absolute Ruhelage. Wohnhaus generalsaniert, Waschküche, Abstellraum für Fahrräder etc. Schöner Garten vorhanden. Die Aussicht geht in Richtung Obstbaumschule Haidegg, es gibt kein Gegenüber, schöne Aussicht ins Grüne – Parkplätze vorhanden. Bushaltestelle und alle Versorgungseinrichtungen (Billa, Spar, Bank, Apotheke etc.) vor der Türe. Elektrische Fußbodenheizung und Elektroheizkörper.

Preis: € 390,- Monatsmiete incl. aller Betriebskosten ohne Strom.
3 Monatsmieten Kautions.

Anfragen an: +43 676 373 4989
Frau oder Hr. Lang



Tarockvormittag

Tarockieren zählt neben Bridge, Sudoku, Kreuzworträtsel, Schach und Sprachkursen zu den beliebtesten Denksportübungen für ältere Semester. Diesem Rechnung tragend, wird vom Steirischen Seniorenbund ein Tarockvormittag angeboten. Für lernwillige Gruppen zu **je 5 Personen** werden auch kostenlose (Auffrischungs) Kurse abgehalten.

Interessierte melden sich bitte unter
Tel. 0676/6507279 bei Jörg Zimmermann



Redaktion: zeitlos

Der Steirische Seniorenbund trägt keine Verantwortung für den Inhalt der Inserate, diese allein liegt beim Inserenten. Der Steirische Seniorenbund behält sich vor, Inserate ohne Rücksprache mit dem Inserenten nicht zu veröffentlichen.

Um den internen Informationsfluss zu optimieren und zu beschleunigen, bitten wir Sie uns Ihre E-Mail an seniorenbund@stvp.at zu mailen. Wir haben dadurch die Möglichkeit, Ihnen wichtige Informationen rascher zukommen zu lassen.

RECHTSBERATUNG – SPRECHTAGE

Achtung: Teilnahme an Sprechtagen nur nach telefonischer Voranmeldung (Tel. 0316/822130). Die Kanzlei Dr. Gert Ragossnig & Partner hält vierwöchentlich nachmittags in der Zeit von 16 bis 17 Uhr einen Sprechtag in der Landesgeschäftsstelle des Steirischen Seniorenbundes, 8010 Graz, Karmeliterplatz 6, ab. Die nächsten Termine sind am **04. 10. und am 08. 11. 2021 um 16 Uhr**. Für unsere Mitglieder entstehen für die rechtlichen Auskünfte im Rahmen des Sprechtags keinerlei Kosten.

SPORT AVISO

VORSCHAU 2021

29.– 30.09.2021 Bundes-Kegel-Tage in Wels (OÖ)
07.10.2021 LM Kegeln, Graz ASKÖ Eggenberg

Kleines 1x1 der Pensionsversteuerung

Nachfolgend ein Überblick über die Versteuerung von Pensionseinkünften: Pensionen, die von Pensionskassen zur Auszahlung gebracht werden, gelten als Einkünfte aus nicht selbständiger Arbeit und unterliegen der Einkommensteuer.

Bei einer monatlichen Pensionshöhe bis zu € 1.055 brutto wird keine Lohnsteuer fällig; bei einem Jahreseinkommen bis zu € 11.000 fällt keine Einkommensteuer an.

Von der nach dem Einkommensteuertarif berechneten Lohnsteuer werden die Absetzbeträge (bspw. Pensionistenabsetzbetrag) abgezogen, sofern die Voraussetzungen erfüllt sind.

Sonderzahlungen (13. und 14. Pension) sind bis zu € 620,- jährlich steuerfrei. Darüber hinaus gehende Beträge werden innerhalb der Jahressechstelgrenze (= durchschnittliche Bruttopension im Kalenderjahr mal 2) mit 6% versteuert. Beträgt die Jahressechstelgrenze höchstens € 2.100,-, so entfällt die Besteuerung der Sonderzahlungen. Übersteigende Sonderzahlungsteile werden nach dem Einkommensteuertarif versteuert.

Bezieht eine Person zwei oder mehrere Pensionen, sieht das Einkommensteuergesetz eine gemeinsame Versteuerung vor: Werden Bezüge oder Vorteile aus einem früheren Dienstverhältnis neben einer Pension aus der gesetzlichen Sozialversicherung ausbezahlt, so kann der Sozialversicherungsträger eine gemeinsame Versteuerung dieser Bezüge vornehmen. In diesem Fall hat der Sozialversicherungsträger einen einheitlichen Lohnzettel auszustellen.

Die gemeinsame Versteuerung ist auf jeder monatlichen Überweisung sowie dem Jahreslohnkonto – erhält man ca im März des Folgejahres – ersichtlich.

Durch die gemeinsame Versteuerung entfällt die Veranlagung durch das Finanzamt und die damit verbundene Nachforderung an Lohnsteuer.

Aufgrund der gemeinsamen Versteuerung sind keine Einkommensteuervorauszahlungen für das kommende Jahr mehr zu leisten. Falls man trotzdem eine Buchungsmittelteilung mit Einkommensteuervorauszahlungen erhält, wenden Sie sich bitte unbedingt an das Finanzamt, um einen Antrag auf NULLSTELLUNG der Vorauszahlung zu stellen. Als Bestätigung dient einer der Bankbelege.

Blieben Sie gesund! Ihr Steuerberater Mag. Michael Binder

STEUERLICHE SENIORENBERATUNG

MAG. MICHAEL BINDER

Neufeldweg 93, 8010 Graz
Telefon 0316/427428, Fax 30
michael.binder@binder-partner.com



STEUER-INFO-TERMINE

Rat und tatkräftige Hilfe in Steuerangelegenheiten bietet der Steirische Seniorenbund in der Landesgeschäftsstelle, Karmeliterplatz 6 in 8010 Graz, wieder an. Die kostenlose Beratung wird von unserem Steuerberater Mag. Michael Binder vorgenommen.

Donnerstag, 16.9.2021, Donnerstag, 21.10.2021 und Donnerstag, 11.11.2021 JEWEILS UM 14 UHR

Teilnahme am Sprechtag nur nach telefonischer Vereinbarung unter T: 0316/822130.

Kupon ausfüllen, ausschneiden, in einem ausreichend frankierten Kuvert einsenden

Gratis-Wortanzeige

Einzusenden an: Steirischer Seniorenbund

Karmeliterplatz 6/P., 8010 Graz, T: 0 31 6/82 21 30 • F: DW 9

E-Mail: seniorenbund@stvp.at, www.seniorenbund.stvp.at



STEIRISCHER SENIORENBUND



Partner des



Für Mitglieder gratis

MG.-Nr:

Der Kupon gilt nicht für Kleinanzeigen, persönliche Dienstleistungen und Immobilienangebote. Der Steirische Seniorenbund trägt keine Verantwortung für den Inhalt der Inserate, diese allein liegt beim Inserenten. Der Steirische Seniorenbund behält sich vor, Inserate ohne Rücksprache mit dem Inserenten zu kürzen oder nicht zu veröffentlichen.

Anzeigentext bitte leserlich in Druckbuchstaben ausfüllen!

Name:

Adresse:

Telefon/Mobil:

E-Mail:

Nachruf Erich Pörtl

Unerwartet und tief betroffen mussten wir die Nachricht zur Kenntnis nehmen, dass Landesrat a.D. Erich Pörtl, langjähriges Mitglied und Freund des Steirischen Seniorenbundes, im Alter von 79 Jahren von uns gegangen ist. Erwin Pörtl war ein Politiker, der seinen Prinzipien stets treu blieb, der mit seinem Einsatz und der Gabe Menschen zu verbinden, den Seniorenbund in seinem Bezirk Hartberg geprägt hat. Bei diversen Veranstaltungen des Seniorenbundes mit Landesobmann BR. a.D. Gregor Hammerl und Landesgeschäftsführer Friedrich Roll im Bezirk Hartberg wies er stets auf die soziale und gesellschaftliche Bedeutung dieser Vereinigung hin. Jahrelang investierte

Erich Pörtl in seiner Funktion als Agrar- und Umweltlandesrat all seine Kraft in die Stärkung und Förderung der Landwirtschaft. In seiner Tätigkeit als Landesobmann des Steirischen Bauernbundes suchte er auch immer die Kooperation mit dem Steirischen Seniorenbund für verschiedene Projekte und war gern gesehener Gast von Landtagspräsident a.D. Franz Wegart in den Räumlichkeiten der steirischer Landesgeschäftsstelle. Auf seinem letzten Weg wurde er von Landeshauptmann Hermann Schützenhöfer, Bundesratspräsident a.D. Gregor Hammerl, Landesgeschäftsführer Fritz Roll und vielen politischen Weggefährten begleitet.



apaarchivbild



Der Steirische Seniorenbund gibt tief betroffen die Nachricht bekannt, dass Herr

Ernst Hausner
Rätselmann „zeitlos“

am 16. Juni 2020 im 92. Lebensjahr von uns gegangen ist.

Der Steirische Seniorenbund verliert mit dem Verstorbenen einen großartigen und liebenswerten Menschen. Herr Ernst Hausner hat die Rätsel im Seniorenmagazin „zeitlos“ über 15 Jahre entwickelt und gemacht.

Du stirbst nur einmal: Wenn der Totenvogel ruft

Die 1. Regionalausstellung, die vom Obmann des Steirischen Vulkanlandes Bgm. Josef Ober ins Leben gerufen wurde, gibt Einblicke in die Kulturgeschichte, die sich allumfassend mit Sterben und Tod beschäftigt. Die Wanderausstellung ist in vielen Gemeinden des Vulkanlandes auf öffentlichen Plätzen zu besichtigen. „Wir gehen mit dieser Ausstellung zu den Menschen, die keinen Ausstellungsraum betreten müssen, sondern bei ihren Spazier- oder Einkaufswegen gemütlich die Ausstellung besichtigen können“, sagt Bgm. Josef Ober, Obmann des Steirischen Vulkanlandes. Zusammengestellt wurde die Ausstellung, zu der auch ein Buch erschienen ist, von Prof. Johann Schleich und Bgm. a. D. OSR Karl Lenz. Das Buch zur Ausstellung ist auf 550 Seiten mit einigen tausend Bildern, einige auch aus unserer Gemeinde illustriert und in den Gemeinden und bei den beiden Autoren erhältlich.

Schon der knackige Titel „Du stirbst nur einmal – Maden werden dein Bett sein und Würmer deine Decke“ ist voller Brisanz. Dazu sagte Schleich: „Wir haben Grundlagenforschung betrieben und versucht die Geschichte rund um den Tod in den vergangenen Jahrtausenden zu erforschen. Als Forschungsraum wurde nur das Steirische Vulkanland herangezogen, in dem jahrhundertealtes Totenbrauchtum bis in die zweite Hälfte des 20. Jahrhunderts erhalten geblieben ist.“

„Nur noch die älteren Personen erinnern sich noch an die Hausaufbahrungen, an Versehänge und an das Begräbnis mit Pferden und Fuhrwagen, mit dem am Vortag noch Heu nach Hause transportiert wurde. Oder an die Totenwa-

che, bei der es oft sehr lustig und temperamentvoll zugeht“, so Lenz. Die beiden Autoren berichten auch über die Begräbnisvorbeter, Ministranten, Mesner, Totengräber und Leichensager. Spannend ist die Geschichte, wie vor vier- oder fünftausend Jahren die Toten begraben wurden, wie die Friedhöfe noch um die Kirchen angelegt waren, wie man Außenseiter der Gesellschaft begrub und ob es auf den Friedhöfen Standesunterschiede gibt. Zum provokanten Untertitel des Projektes „Maden werden dein Bett sein und Würmer deine Decke“, sagte Schleich: „Das ist keine Erfindung von mir, sondern genauso steht es in der Bibel und wer es nicht glaubt kann unter Jesaja 14,11 nachlesen. Mit dieser volkskundlichen Studie soll aufgezeigt werden, wie wertvoll das Leben ist, obwohl wir von Minute zu Minute den Tod näher rücken.“

Ausstellungstermine

11.09.2021 – 23.09.2021
Marktplatz St. Stefan im Rosenthal
25.09.2021 – 07.10.2021
Kirchplatz Gnas
09.10.2021 – 21.10.2021
Kirchplatz Kirchberg/Raab
23.10.2021 – 28.10.2021
Hauptplatz Stadtgemeinde Feldbach



Kontaktdaten: Karl Lenz,
8345 Stainz bei Straden 71,
Tel.: 0664/3550239 oder
Email: lenzkarl@gmail.com



STEIRISCHER SENIORENBUND

ALL INCLUSIVE



BRETANIDE

★★★★ SPORT & WELLNESS RESORT

4* Superior
Zimmer im Pavillon 1
(mit Lift) und Pavillon 4
(ohne Lift). Erweiterte und
modernisierte Zimmer
der 4* Superior
Kategorie!

Insel Brač / Bol

Termin: 02. - 09.10.2021

Traumurlaub mit österreichischer Qualität unter dalmatinischer Sonne!

1 Tag Urlaubsfreude mehr aufgrund
der optimalen Abfahrtszeiten

vor. Abfahrt Freitag um 21.00 Uhr
vor. Rückfahrt Samstag um 18 Uhr

Preise inkl. Frühbucherbonus bei Buchung bis
60 Tage vor Anreise. Flugpreise tagesaktuell.
Preise gültig nur für Seniorenbundmitglieder.

Von Graz nach Brač
in nur 60 Minuten!

Luxus Busreise ab Graz

7 N /DZ Standard 3*, B/T, AC, AI

Aufzahlung eingeschr. Meerblick p. P. € 38,-

7 N /EZ Standard 3*, Bk od. Terrasse, AC, AI

Aufzahlung eingeschr. Meerblick € 44,-

7 N/DZ Superior 4*, Bk od. Terrasse, AC, AI p. P.

Aufzahlung eingeschr. Meerblick p. P. € 44,-

7 N /EZ Superior 4*, Bk od. Terrasse, AC, AI

Aufzahlung eingeschr. Meerblick p. P. € 51,-

7 N /Junior Suite 4*, Bk od. Terrasse, AC, AI p. P.

Aufzahlung eingeschr. Meerblick p. P. € 76,-

p.P. im DZ
€ 529,-

€ 592,-

€ 586,-

€ 655,-

€ 649,-

Flug ab Graz

7 N /Doppelzimmer Standard 3*, B/T, AC, AI

Aufzahlung eingeschr. Meerblick p. P. € 40,-

7 N /EZ Standard 3*, Bk od. Terrasse, AC, AI

Aufzahlung eingeschr. Meerblick € 44,-

7 N /DZ Superior 4*, Bk od. Terrasse, AC, AI p. P.

Aufzahlung eingeschr. Meerblick p. P. € 44,-

7 N /EZ Superior 4*, Bk od. Terrasse, AC, AI

Aufzahlung eingeschr. Meerblick p. P. € 51,-

7 N /Junior Suite 4*, Bk od. Terrasse, AC, AI p. P.

Aufzahlung eingeschr. Meerblick p. P. € 76,-

p.P. im DZ
€ 748,-

€ 811,-

€ 805,-

€ 874,-

€ 868,-

Weitere Details und Anmeldung bei: Barbara Trummer, Reiseservice, Karmeliterplatz 6, 8010 Graz, Tel.: 0316/82 21 30-6114, e-mail: barbara.trummer@stvp.at

All inclusive:

Frühstücks-, Mittags- und Abendbuffet, Pizzeria, Spezialitätenrestaurants „Konoba“ oder „Komin“, Club, einheimische alkoholfreie und alkoholische Getränke, 2 Flaschen Wasser pro Woche im Zimmer, WLAN (im Pav. 6 in der Lobby, Rezeption, in den Suiten und Superiorzimmern sowie in der Piazzetta, im Café, der Pizzeria, am Aktiv- und Ruhepool und im Club), 3 Internet-PC's, 2 Sandtennisplätze (05.06.-16.10.2021), geführte Radtouren und Wanderungen, Fahrräder (10 Stunden pro Woche), Fit- & Gesundheitsprogramme wie Nordic Walking, Aqua Gym, Aerobic uvm., Bogenschießen, Boccia, Beachvolleyball, Universalsportplatz für Fußball und Basketball, Kinderclub (Hauptsaison), umfangreiches Animationsprogramm in deutscher Sprache, Fitnessraum, Liegen und Sonnenschirme am Pool und am Strand vor dem Hotel in begrenzter Anzahl, Badetücher

VERANSTALTER: GRUBER-reisen, Veranstalter GmbH, Firmensitz: Walfischgasse 10, 1010 Wien, operativer Sitz/Kontakt: Puchstraße 176, 8055 Graz, GISA-Nr. 18889970. Bei allen unseren Reisen gelten die Allgemeinen Reisebedingungen sowie die ergänzenden bzw. abweichenden Bestimmungen lt. Katalog bzw. Ausschreibung. Tarifstand: August 2021. Gerichtsstand Graz. Druckfehler und Irrtümer vorbehalten. **GESICHERTER URLAUB FÜR PAUSCHALREISEN:** Entsprechend dem Pauschalreisegesetz werden Kundengelder für den Fall einer Insolvenz des Reiseveranstalters abgesichert. Weiterführende Informationen erhalten Kunden bei Buchung vor Vertragsabschluss.

MITTEL
DALMATIEN

KROATIEN
Voller Leben

BRETANIDE
★★★★ SPORT & WELLNESS RESORT

Landesreise 2022 des Steirischen Seniorenbundes



Andalusien

ab € 1.299,-
für Seniorenbundmitglieder

ab € 1.349,-
für Nichtmitglieder

Termine: 21.04.-28.04.2022: Murau, Murtal
28.04.-05.05.2022: Leibnitz, Deutschlandsberg, Voitsberg, Graz Umgebung, Graz
05.05.-12.05.2022: Weiz, Südoststeiermark Hartberg/Fürstenfeld
12.05.-19.05.2022: Liezen, Leoben, Bruck/Mürzzuschlag

Andalusien, eine der schönsten Regionen Spaniens, bietet zahlreiche Postkartenmotive: Verträumte schneeweiße Dörfer, mit Weinreben bedeckte Berge, kontrastreiche Landschaften, bunte Fischerboote und weitläufige Strände. Weltberühmt ist die Region auch für die leidenschaftlichen Flamencotänzerinnen und die mutigen Stierkämpfer. Entdecken Sie mit uns die geradezu in verschwenderischer Anzahl vorhandenen Sehenswürdigkeiten und Kunstdenkmäler in Córdoba, Granada und Sevilla. Lassen Sie sich vom Charme und der Einzigartigkeit Andalusiens verzaubern. Ein interessantes und abwechslungsreiches Programm ist garantiert.



Gerne kommen wir für kostenlose Informationsvorträge in Ihre Ortsgruppe
Frau Angelika Tiffner: 0664 / 62 18 256

Information und Buchung bei Moser Reisen.

Reiseprogramme und Anmeldeschein anfordern unter senioren@moser.at oder 0732 / 2240-44



MOSER REISEN

Graben 18, 4010 Linz, 0732 / 2240-29, senioren@moser.at, www.moser.at



Frühlingswandern auf Zypern

Termin: 21. - 28. April 2022

Zypern - Heimat der Aphrodite, Göttin der Liebe, der Schönheit und Fruchtbarkeit - ist zu jeder Jahreszeit ein ausgezeichnetes Reiseziel. An 340 Tagen im Jahr scheint die Sonne und die Temperaturen sind sehr angenehm. Unter anderem wird in Zypern seit rund 4.000 Jahren Weinbau betrieben, welcher edle Tropfen hervorbringt. Zeugnisse der 10.000 jährigen Kulturgeschichte und die einzigartigen Landschaften runden die Erkundung der Insel im äußersten Osten des Mittelmeeres ab. Im Frühling erblüht Zyperns umfangreiche Pflanzenwelt und lädt zum erkunden sowie erwandern der herrlichen Gebirgszonen und einmaligen Küstenregionen ein.

Wunderbare Herbstreisen

GENIESSEN
& ERLEBEN

SAISONAUSKLANG AUF DER INSEL BRAČ

Termin: 09. - 14.10.2021

Inkludierte Leistungen: Inkl. Fahrt im Komfortbus, All Inclusive im 4* BRETANIDE Sport & Wellness Resort, Bootsausflug Hvar, Inselrundfahrt, Radtour, Wanderung u.v.m.

p.P. ab
€ 569,-



INKLUSIVE AUSFLÜGE

HERBST IN SÜDTIROL

Termin: 15. - 18.10.2021

Inkludierte Leistungen: Inkl. Fahrt im Komfortbus, Halbpension, Stadtführung Bozen, Seilbahnauffahrt Ritten, Eintritt Gärten von Schloss Trauttmansdorff u.v.m.

p.P. ab
€ 459,-



TRIEST & DAS KAISERSCHLOSS MIRAMARE

Termin: 09. - 10.10.2021

Inkludierte Leistungen: Inkl. Fahrt im Komfortbus, zentrales Hotel mit Buffetfrühstück, Stadtführung, Eintritt & Führung Schloss Miramare

p.P. ab
€ 215,-



VENEDIG – „AUF DEN SPUREN VON COMISSARIO BRUNETTI“

Termin: 25. - 26.10.2021

Inkludierte Leistungen: Inkl. Fahrt im Komfortbus, Nächtigung/Bufferfrühstück, Stadtführungen & Besichtigungen

p.P. ab
€ 199,-



Jo, mir san mit'm Radl do



Nach unseren erfolgreichen E-Bike-Schulungen, welche vom Landesradsportreferent Johann Ostermann in fast allen steirischen Bezirken organisiert worden sind und zu einem ganz, ganz positiven Effekt geführt haben, wurde von unserem Sportorganisator Johann Ostermann und unserem Landesgeschäftsführer Friedrich Roll die Idee geboren, eine Radsternfahrt durchzuführen. Am 31. August war es dann soweit. Ziel dieser Radsternfahrt war der Winkelhof der Familie Schrottner in Dobl, wohin alle teilnehmenden Seniorinnen und Senioren aus allen Himmelsrichtungen kamen. Der Winkelhof wurde deshalb ausgewählt, weil sich dort zwei steirische Radwege kreuzen, nämlich der Kainachtalweg und der Erzherzog-Johann-Radweg. Beide Radwege führen durch fünf steirische Bezirke und so war es der ideale Ort für einen Treffpunkt. Aufgrund der schwierigen Situation (Pandemie) hofften die Verantwortlichen auf eine Teilnehmerzahl von ca. 80 Personen. Am Vortag wurde die Wettervorhersage betrachtet und es war klar, dass an diesem Tag ein perfektes Radfahrwetter herrschte. Angenehme Temperaturen, kein Regen. Am Dienstag in der Früh, dem 31. August, fuhr Hans Ostermann mit seinem Team zum Winkelhof und organisierte die Ankunft der radsportbegeisterten Senioren und Seniorinnen. Nach einer Dienstbesprechung machte sich auch LGF Friedrich Roll auf den Weg zum Treffpunkt und sah auf diversen Nebenstraßen einzelne Radfahrgruppen, die gut behelmt auf dem Weg nach Dobl-Zwaring waren. Als er um 10.³⁰ Uhr am Winkelhof eintraf, waren schon aktive Mitglieder des Steirischen Seniorenbundes mit ihren E-Bikes vor Ort. Der Landessportreferent und der Landesgeschäftsführer durften vor Ort die Landesobmannstellvertreterin und Bezirksobfrau von Graz-Umgebung Rosalia Tantscher und die neugewählte Bezirksobfrau des Bezirkes Deutschlandsberg Mag.^a Luise Zettl begrüßen. In Erwartung der ankommenden Sportler wurden schon

für das nächste Jahr neue Pläne für ein aktives Vereinsleben auf Bezirks- und Landesebene geschmiedet. Nachdem das Eintreffen bis 12 Uhr vorgesehen war, kamen in dieser Zeit immer mehr Radfahrer und Radfahrerinnen zum Winkelhof. Um 12 Uhr konnten die Verantwortlichen 140 aktive Mitglieder begrüßen. Große Gruppen aus Hitzendorf, St. Margarethen an der Raab und Graz trafen sich mit anderen Gleichgesinnten zu einem gesellschaftlichen Austausch. Vier Mitglieder der Ortsgruppe Kobenz stachen mit ihrer Leistung besonders hervor: Hermann Gruber und seine drei Mitstreiter begaben sich bereits um 6 Uhr in der Früh von Kobenz auf den Weg nach Dobl und trafen nach einer Fahrt von über 117 Kilometern wohlbehalten in Dobl ein. Wenn man sich umsa sah man, welch einen Wirtschaftsfaktor die Senioren und Seniorinnen darstellen: 140 E-Bikes waren vor Ort, was zeigt, dass die Rad bzw. E-Bike-Branche derzeit boomt. Nach der Verköstigung mit Grillteller bzw. Bratwürstel konnten Landesgeschäftsführer Friedrich Roll und die inzwischen eingetroffene Bürgermeisterin aus Dobl-Zwaring, Frau Waltraud Walch, die begeisterten Sportler und Sportlerinnen begrüßen. Ihr Dank galt allen Teilnehmern und Teilnehmerinnen, dass dieser Radl-Tag so positiv verlaufen sei. Landessportreferent Hans Ostermann präsentierte in einer Vorschau die Aktivitäten für das Jahr 2022, wobei 3 bis 4 Radsternfahrten, weitere E-Bike-Schulungen und zwei Landesradreisen geplant sind. Eine davon nach Grado und die andere nach Südtirol an den Gardasee. Fritz Roll bedankt sich auch herzlich bei den Obleuten Rudi Rainer, Fritz Reisinger, Josef Alter und der Familie Schrottner sowie der Firma Konrad Catering unter der Leitung von Markus Konrad für die hervorragende Organisation und Durchführung dieser perfekten Veranstaltung. Mit einer Vorfreude auf das Jahr 2022 fuhren unsere 140 Teilnehmer und Teilnehmerinnen nach einem gelungenen Ausflug wieder nach Hause.



Mag. Luise Zettl (BO Deutschlandsberg), LO-Stv. BO Rosalia Tantscher, Landesradsportreferent Johann Ostermann, Herr Schrottner-Gastgeber Winkelhof und Bgm. Waltraud Walch (Dobl-Zwaring).

 **Das Land Steiermark**
→ Sport

RÄTSELPREIS

„Frauenberg“ und „Anna Boleyn“ waren die Lösungen vom letzten Mal. Unter Aufsicht unserer Rechtsanwaltskanzlei Dr. Gert Ragossnig & Partner wurden unter den Einsendungen für das Kreuzworträtsel von Dir. Ernst Hausner und das Portraiträtsel folgende Gewinner gezogen:

Den ersten Preis, einen Warengutschein im Wert von 100 Euro gewinnt **M. Gaßner, 8160 Weiz**.

Der zweite Preis, ein Warengutschein im Wert von 50 Euro geht an **I. Nadvornik, 8020 Graz**.

Den dritten Preis, ein Jahr Gratismitgliedschaft beim Steirischen Seniorbund gewinnt **H. Kulmer, 8183 Floing**.

Die Gewinner werden schriftlich verständigt.

Sudoku, Lösung

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

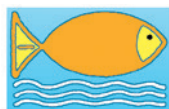
Auflösung von letzter Ausgabe

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

Lösungswort Frauenberg

Gehirnjogging, Lösungen:

KLAPPERSCHLANGE



Teil 6



Anna Boleyn (1507 bis 1536)

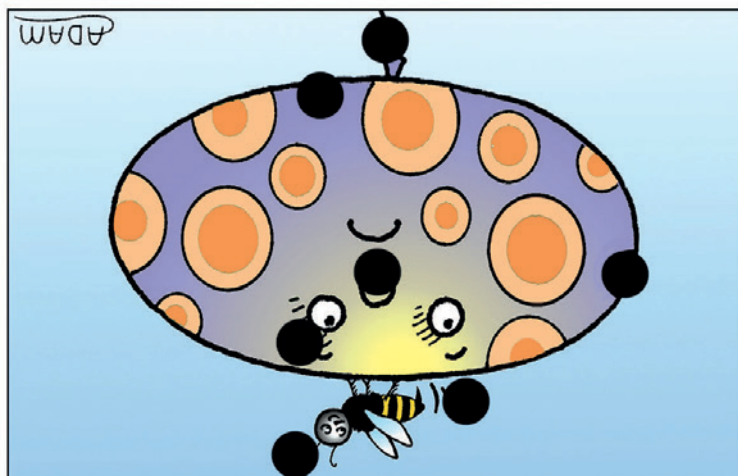
siehe A)	Bühnen-auftritt	siehe C)	hier siehe D)
siehe B)	ch.Zch.f. Nickel	Kummer, Nöten	zu keiner Zeit
		siehe E)	englisch: es
			Wort der Ablehnung
siehe F)			
Kfz.Zch. für Frankreich	Kloster-frau		siehe J)
siehe G)	siehe H)	Kfz.Zch. für Eisen-stadt	Meeres-stachel-häuter
		siehe K)	
		natürliche Kopfbe-deckung	
Anrainer, abgek.	Lebens-bund	unge-brauht	
gelbe Südfrucht	Verfasser	siehe L)	
			männl. Fürwort
			deutsche Vorsilbe
ital.: eine		Gleichklang im Vers	
Stadt am Eisack		ehem. russ. Monarch	
			ch.Zch.f. Natrium
engl.: oder Kfz.Zch.f. Griechenland		Schrift-stücke	
		Zeichen für Osten	
	siehe M)		Kfz.Zch.f. Landeck

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

Die Buchstaben in den Feldern mit Zahlen ergeben als Lösungswort, was Christen ihren verstorbenen Angehörigen, aber auch sich selbst wünschen.

Gefragt ist das Totengedenken..

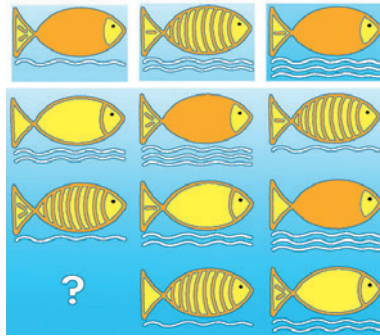
- A) Zu Allerheiligen als Grabschmuck gern verwendete Blumen.
- B) Hain des Friedens, an dem die Verstorbenen ruhen.
- C) Aufschrift am Kreuz.
- D) Gefäß für eingäscherte Verstorbene.
- E) Grabschmuck, vorwiegend bei der Beerdigung, aber auch zu Allerheiligen.
- F) Letzte Ruhestätte eines Verstorbenen.
- G) Werden am Grab entzündet, oft dazu „und das ewige Licht leuchte ihnen“ gebetet.



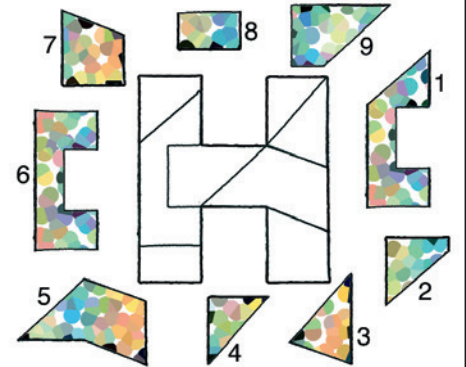
Gehirnjogging

Folgen Sie vom Doppelkreis weg den Linien von Kreis zu Kreis so lange, bis Sie ein amerikanisches Kriechtier mit fünfzehn Buchstaben gefunden haben.

Welcher der drei Fische in der Reihe oben fehlt folgerichtig im Feld links unten?



Schreiben Sie in das große H die Ziffern der Teile, welche in die acht Felder passen. Welcher Teil bleibt übrig?



ADAM

DREI JAHRE KÖNIGIN

Sie wurde mit zwanzig Jahren als Hoffräulein in das Gefolge von Katharina von Aragon aufgenommen. Ihre Schönheit, das geistsprühende und kokette Wesen reizten den König, der seiner Gemahlin überdrüssig war. Unsere Gesuchte aber wollte dem König nur als rechtmäßige Gattin gehören. Auf Grund dessen setzte der König alle politische Machtmittel in Bewegung, erklärte sich zum Oberhaupt der Kirche, erreichte dadurch ein Scheidungsurteil, heiratete dieses Hoffräulein und machte sie zur Königin. Schon nach drei Jahren erlosch aber seine Neigung und als ihm die Geburt einer Tochter die Hoffnung auf einen Thronfolger nicht erfüllte, entledigte er sich seiner zweiten Frau. Er verurteilte sie wegen Ehebruchs und ließ sie hinrichten. Am Tag nach ihrem Tod heiratete er Johanna Seymour, die Hofdame unserer Gesuchten.

PREISRÄTSEL

Diesmal fragen wir als Lösungsworte nach einer – Kurzeitkönigin und einer zweifachen Wallfahrtskirche. Schreiben Sie die beiden Lösungen auf eine Ansichtskarte und senden Sie diese – mit Ihrem Namen und Ihrer Adresse versehen – an den Steirischen Seniorenbund, Karmeliterplatz 6, 8010 Graz (Mail an seniorenbund@stvp.at). **Einsendeschluss ist Freitag der 6. 8. 2021** (10 Uhr bzw. Eingangsdatum). Die Gewinner werden in unserer nächsten Ausgabe veröffentlicht. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

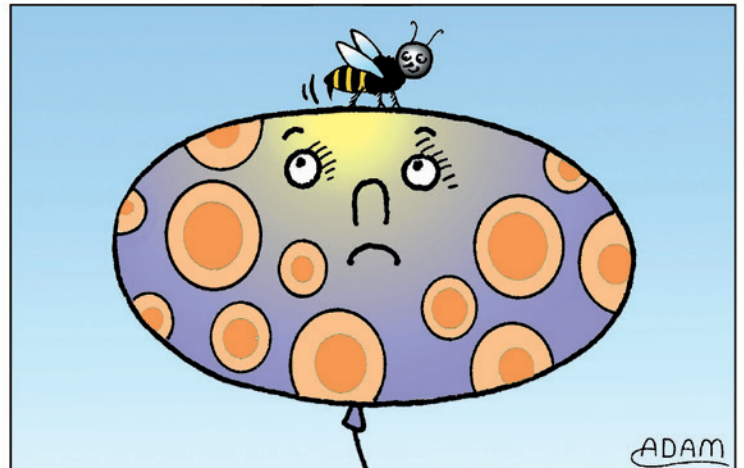
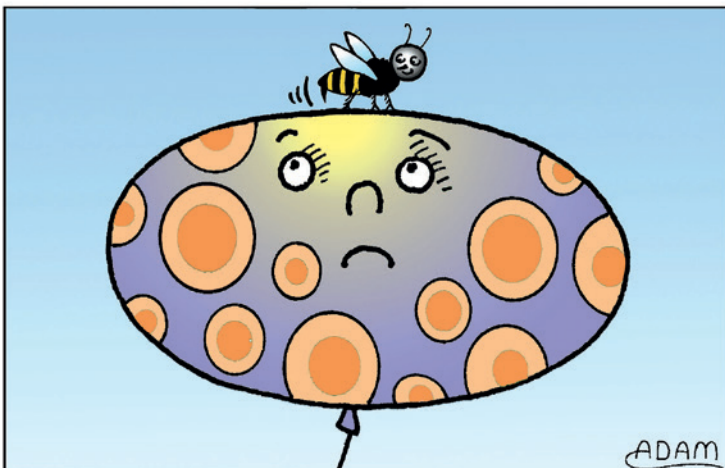
Sudoku

Füllen Sie das Diagramm so aus, dass in jeder Zeile, jeder Spalte und in jedem der 3 x 3-Quadrate jede Ziffer von 1 bis 9 genau ein Mal vorkommt.

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

©ADAM

SUCHBILD: WER FINDET SIEBEN UNTERSCHIEDE ZWISCHEN DEN BEIDEN BILDERN?



ADAM

ADAM