P.b.b. • Erscheinungsort Graz • Verlagspostamt 8020 Graz
VP € 5,– • GZ 02Z033224 M • **AUSGABE 61/3 • OKTOBER 2026**

STEIRISCHER SENIORENBUND

ZEITLOS

www.zeitung-zeitlos.at

Die größte Schatzsuche der Steiermark



Schöne, berührende, außergewöhnliche und lustige Erinnerungen sind große Schätze. Diese Lebensgeschichten werden bekanntlich gut und gerne erzählt. **Seite 11**

Für eine neue Pflegepolitik

Landesobmann Bundesrat Ernest Schwindsackl setzt sich für gute Pflegepolitik ein. **Seite 2-3**

Karlheinz Kornhäusl über neue Wege

Landesrat für Gesundheit, Pflege und Kultur spricht über die zukünftige Gesundheitsversorgung. **Seite 4-5**

Jetzt Termin vereinbaren
& Ihre Hörstärke testen!

Gleich QR-Code scannen und Termin auf **neuroth.com** oder telefonisch unter der kostenlosen Service-Hotline **00800 8001 8001** vereinbaren!

Neuroth: 25x in der Steiermark

HÖR STÄR KE

Jetzt kostenlos testen.

NEUROTH

Bezahlte Anzeige

Inhalt



Ein verzerrtes Zahlenbild
Präsidentin Ingrid Korosec und Landesobmann BR Ernest Schwindsackl zeigen die Wahrheit der Pensionskosten auf. **Seite 6**



Der richtige Takt
Prim. ao. Univ.-Prof. Dr. Hubert Hauser, FACS informiert über den Herzschrittmacher. **Seite 8/9**



© iStock - Miljan Živković

Gefahr Mails, SMS & Anruf
Tipps, wie Sie sich vor Datenbetrug schützen. **Seite 12**



Hatzendorf im Fokus
Obfrau Anneliese Fuchs stellt die Ortsgruppe vor. **Seite 20**

Für Pflegepolitik

„Ein kultiviertes Land erkennt man am Umgang mit seinen pflegebedürftigen Mitbürgern", so LO BR Schwindsackl. Einen wichtigen Beitrag für ein Altern in Würde und die unschätzbare Arbeit Pflegender leisten Pflegegeld-Novelle und Rekordbudget 2027/28.

Es passiert meist plötzlich. Ein Anruf aus dem Krankenhaus, eine unerwartete Diagnose, und von einer Sekunde auf die andere ist alles anders. Für Bundesrat Ernest Schwindsackl, Landesobmann des Steirischen Seniorenbundes, ist das Thema Pflege eine Herzensangelegenheit, die er jüngst im Bundesrat mit Nachdruck vertrat: „Gute Pflegepolitik braucht nicht nur gute Absichten, sie braucht Wissen über Bedarf, Herausforderungen und Entwicklungen sowie entsprechende Strukturen und finanzielle Mittel."

In der Steiermark beziehen aktuell rund 85.000 Menschen Pflegegeld – eine Zahl, die bis 2030 auf über 86.500 ansteigen soll. In ganz Österreich sind derzeit rund 950.000 Menschen auf Pflege und Betreuung angewiesen, 506.000 davon erhalten Pflegegeld. Das Erstaunliche dabei: 75 Prozent der pflegebedürftigen Menschen werden zu Hause betreut. „Ohne die pflegenden Angehörigen würde unsere gesamte Pflegelandschaft kollabieren", stellt Schwindsackl klar. „Sie leisten tagtäglich Großartiges unter oft enormen Herausforderungen." Pflege sei eben kein gewöhnlicher Job und gehe weit über die reine Versorgung hinaus. Es gehe um Nähe, um Vertrauen und um die Würde des Alterns, so der Landesobmann.

> „Pflege braucht Zuwendung. Diese menschliche Fürsorge ist durch nichts zu ersetzen.
> Landesobmann Bundesrat Ernest Schwindsackl

Wertvolle Arbeit

Um genau diese wertvolle Arbeit zu unterstützen, bringt die aktuelle Novellierung des Bun-



Pflegende Angehörige leisten wertvolle Unterstützung und tragen durch die Betreuung im eigenen Zuhause zu einem besseren Wohlbefinden der Pflegebedürftigen bei.

© iStock - PeopleImages

mit Herz und Verstand

despflegegeldgesetzes (BPGG) wichtige Verbesserungen und rechtliche Klarheit, insbesondere beim Angehörigenbonus. Dieser wird nun bis zum Ende jenes Kalendermonats gezahlt, in dem die Voraussetzungen wegfallen. Bei verspäteter Antragstellung kann der Bonus bis zu einem Jahr rückwirkend ausgezahlt werden – eine wichtige finanzielle Absicherung für Pflegende. Zudem wird die Sozialversicherungsanstalt der Selbstständigen (SVS) ermächtigt, durch Hausbesuche die Qualität der Pflege sicherzustellen und die Pflegebedürftigen vor Unterversorgung zu schützen. Mit der Erlaubnis zur Datenübermittlung können wiederum beteiligte Behörden Informationen schneller und effizienter austauschen und damit die Bearbeitung von Anträgen beschleunigen.

Keine Pflegeroboter

Besonders leidenschaftlich warnt Schwindsackl vor einer rein technischen Zukunft der Pflege. Während in Asien bereits Pflegeroboter im Einsatz sind und Medikamente bringen oder gar medizinische Handgriffe übernehmen, setze man hierzulande auf menschliche Nähe. „Pflege braucht Zuwendung. Diese menschliche Fürsorge ist durch nichts zu ersetzen", weiß Schwindsackl aus eigener Erfahrung.

Damit dieses Versprechen auch finanzierbar bleibt, sieht das Doppelbudget 2027/2028 massive Mittel für die Pflege vor, die mit 5,6 Milliarden Euro im Jahr 2027 und über 5,7 Milliarden im Jahr 2028 den größten Posten im Sozialbudget darstellt.

Besonders wichtig: Im Gegensatz zu anderen Sozialleistungen wird das Pflegegeld auch weiterhin jährlich an die Inflation angepasst. Als Unterstützung für pflegende Angehörige in Form von Angehörigenbonus, Pflegekarenzgeld und Schulungen stehen in den nächsten zwei Jahren insgesamt rund 268 Millionen Euro bereit. Zusätzlich sind 100 Millionen Euro für den Ausbau mobiler Dienste vorgesehen, um die Versorgung direkt in den eigenen vier Wänden zu stärken. Weiterhin wesentlich bleibt auch die Förderung der 24-Stunden-Betreuung.

Zentraler Pfeiler

Ebenfalls ein zentraler Pfeiler im Doppelbudget ist die Dotierung des Pflegefonds, der mit über 1,2 Milliarden Euro pro Jahr die Länder bei ihren Aufgaben unterstützt. Weitere 300 Millionen Euro fließen weiterhin jährlich als Ausgleichszahlungen für die Abschaffung des Pflegeregresses an die Bundesländer.
Pflegepolitik bedeute aber auch die gezielte Setzung präventiver Maßnahmen, erinnert der Landesobmann. Denn durch entsprechende Sensibilisierung, Förderung von Bewegung und gesunder Ernährung sowie rechtzeitiger Vorsorge lässt sich die Lebensqualität oft lange erhalten und der Pflegebedarf hinauszögern. „Wenn Hilfe jedoch nötig werde, müsse diese gesichert sein", so Schwindsackl.
Mit der Gesetzesnovelle und der Bereitstellung dringend notwendiger finanzieller Mittel sei trotz erforderlicher Budgetkonsolidierung ein kluger Schritt in die richtige Richtung erfolgt.

> „Ohne die pflegenden Angehörigen würde unsere gesamte Pflegelandschaft kollabieren."
>
> Landesobmann Bundesrat Ernest Schwindsackl



PFLEGE AUF EINEN BLICK

85.000 Menschen beziehen in der Steiermark Pflegegeld.

75 % der Pflegebedürftigen werden zu Hause betreut.

5,6 Mrd. € sind 2027 bundesweit für Pflege vorgesehen.

268 Mio. € für Unterstützung pflegender Angehöriger 2027/28.

100 Mio. € für den Ausbau mobiler Pflegedienste.

1,2 Mrd. € jährlich für den Pflegefonds.

Kommentar



© medienservice.com/furgler

Friedrich Roll
Landesgeschäftsführer

Die Pflege eines Angehörigen ist eine zutiefst emotionale und herausfordernde Erfahrung. Sie bringt nicht nur physische Aufgaben mit sich, sondern auch eine Vielzahl an emotionalen und psychischen Belastungen. Oft beginnt die Reise mit einer Diagnose, die nicht nur das Leben des Betroffenen, sondern auch das des Pflegepersonals verändert. Unweigerlich kommt es zu einer Umstellung im Alltag, in der Prioritäten

Höhen und Tiefen

neu gesetzt werden müssen. Die Rolle des pflegenden Angehörigen umfasst viel mehr als nur die Grundpflege. Sie bringt Verantwortung, Empathie und Geduld mit sich. Es ist eine Balance zwischen Unterstützung und der eigenen Lebensgestaltung. Die ständige Sorge um das Wohlbefinden des geliebten Menschen kann ermüdend sein und oft bleibt kaum Zeit für die eigene Erholung. Trotz dieser Herausforderung kann die Pflege auch bereichernde Momente bieten. Die Nähe und das Vertrauen, das entsteht, sind von unschätzbarem Wert. Gemeinsame Erinnerungen werden geschaffen, und es gibt oft Momente der Freude, die die schwere Zeit vergessen lassen. Es ist aber auch wichtig, dass pflegende Angehörige Unterstützung suchen, wie zum Beispiel durch professionelle Hilfe, um nicht in der eigenen Erschöpfung zu zerrinnen. Die Pflege eines Angehörigen ist eine Reise voller Höhen und Tiefen, die in Ihrer Intensität, Dankbarkeit und Schönheit nicht zu unterschätzen ist.

Ärzte, Zentren, Pflege:

Der steirische Landesrat für Gesundheit, Pflege und Kultur Dr. Karlheinz Kornhäusl informiert über Versorgungszentren, Ärzte, neue Wege und die medizinische Versorgung für ältere Menschen in der Steiermark.

Gesundheitsvorsorge wird im Alter immer wichtiger. Welche Angebote möchte die Steiermark ausbauen, damit Krankheiten möglichst früh erkannt und vermieden werden können?
Dr. Karlheinz Kornhäusl: Die beste Behandlung ist immer die, die man gar nicht braucht! Ich sage immer: Gesundheit beginnt mit der Bewegung. Wir müssen nicht alle Leistungssportler werden, jeder einzelne Schritt zählt. Als Arzt habe ich oft erlebt, wie gut schon das tägliche „Gassi-Gehen" mit einem Hund tun kann. Mit der Bewegungsrevolution haben wir da in der Steiermark auch versucht, Akzente in diese Richtung zu setzen.

Mehr Bewegung ist die eine Seite der Vorsorge. Wie sieht es mit dem medizinischen Angebot aus?
K.K.: Auch da arbeiten wir mit Hochdruck! Durch die zersplitterte Zuständigkeit im Gesundheitssystem habe ich als Gesundheitslandesrat formal keine Zuständigkeit für niedergelassene Ordinationen, weil es eine Angelegenheit der Sozialversicherung ist. Das hindert mich aber nicht daran, dort lästig zu sein und für ein besseres Vorsorge-Angebot im sogenannten niedergelassenen Bereich zu kämpfen. Erst vor wenigen Wochen haben wir etwa ein Darmkrebs-Vorsorgeprojekt im Bezirk Weiz gestartet. Dort läuft jetzt der Test und wenn alles gut geht, wird die ÖGK diese wichtige Vorsorge hoffentlich auf die ganze Steiermark ausweiten.

Sie sprechen es an: In der Versorgung gibt es regionale Unterschiede. Gerade für ältere Menschen ist eine Ärztin oder ein Arzt in der Nähe besonders wichtig. Wie kann sichergestellt werden, dass auch in ländlichen Regionen ausreichend Hausärztinnen und Hausärzte zur Verfügung stehen?
K.K.: Das frage ich auch die Chefs der Sozialversicherung regelmäßig. Denn es ist ihr Job dafür zu sorgen, dass die hausärztliche Versorgung überall gegeben ist. Für mich ist aber klar: Egal wo jemand lebt, die Versorgung darf keinen Unterschied machen! Daher setze ich mich dafür ein, dass wir mehr Gesundheitszentren in den Regionen bauen. Da kommen allein jetzt im Herbst mit Fürstenfeld, Laßnitzhöhe und Lieboch wieder drei neue dazu. Es versteht aber auch jeder, dass wir es uns als Land nicht leisten können, überall die Aufgaben der Sozialversicherung zu übernehmen.





Sie haben die Gesundheitszentren angesprochen. Welche Leistungen werden dort angeboten?
K.K.: Den Kern eines Gesundheitszentrums bildet das Ärzte-

Was bringt die Zukunft?



Landesrat Dr. Karlheinz Kornhäusl im Interview mit „Zeitlos“

© Michaela Lorber (2)

Team, die als Hausärzte fungieren, aber dazu noch weitere Gesundheitsberufe im Haus haben. Das kann zum Beispiel ein Physiotherapeut sein, oder ein Krankenpfleger, eine Wundmanagerin. Da haben die einzelnen Zentren tolle Angebote, damit die Patienten wirklich umfassend behandelt und betreut werden können.

Derzeit wird auch über eine neue Versorgungsform, nämlich Facharzt-Zentren diskutiert.
K.K.: Ja, genau, das haben wir im Zuge der Gesundheitsreform vorgeschlagen. Durch den Fortschritt in der Medizin brauchen viele Behandlungen nicht mehr wie früher einen mehrtägigen Spitalsaufenthalt, sondern man kann sie ambulant erledigen. Das heißt, man kann die Leistung auch außerhalb eines Spitals anbieten. Das kann etwa im Bereich der Schmerztherapie genutzt werden.

Wenn wir schon von Spitälern sprechen: Dort gab es eine Aufregung rund um die Wartezeiten für Operationen des Grauen Star. Haben Sie da schon etwas unternommen?
K.K.: Ich will, dass die Steirerinnen und Steirer rascher zum Termin und schneller zur Behandlung kommen! Daher habe ich gleich nach meinem Amtsantritt ein Projekt gestartet, mit dem die Warteliste beim Grauen Star verkürzt wurde. In eineinhalb Jahren haben wir so die Wartezeit schon wesentlich reduzieren können. Durch den Ausbau der Kapazitäten und verbesserte Abläufe ist es gelungen, die Wartezeit auf unter ein Jahr zu verkürzen.

Es kursieren aber immer wieder Termine, bis 2029…
K.K.: Leider wurden von den Spitälern Termine vergeben, die so nicht halten. Die Patienten werden rund drei Monate vor ihrer OP vom Spital verständigt.

Und wie sieht es mit Hüft- und Kniegelenken aus?
K.K.: Auch da haben wir die Wartezeiten schon verringern können! Als Patient sollte man sich auch selbst erkundigen, wie lange die Wartezeiten in den unterschiedlichen Spitälern sind. Im orthopädischen Zentrum auf der Stolzalpe ist die Wartezeit zum Beispiel kürzer als in Graz.

Für Seniorinnen und Senioren ist eine gute Abstimmung zwischen Hausarzt, Facharzt, Pflege und Krankenhaus entscheidend. Wie soll diese Zusammenarbeit künftig besser funktionieren?
K.K.: Derzeit arbeiten Bund, Länder und Sozialversicherung daran, die digitale Vernetzung über die elektronische Gesundheitsakte zu verbessern.

Die Spitalskooperationen mit Oberösterreich und Salzburg haben österreichweit für Aufsehen gesorgt. Haben die anderen Bundesländer schon nachgefragt, wie das gelungen ist?
K.K.: Die Resonanz auf dieses Modell ist nach wie vor sehr groß, denn eines ist jedem klar: Die Gesundheitsversorgung darf nicht an Landesgrenzen enden! Es ist ein Gebot der Stunde zusammenzuarbeiten und gemeinsam an der besten Versorgung für die Bevölkerung zu arbeiten.

Was dürfen sich unsere steirischen Seniorinnen und Senioren von der Gesundheitsversorgung der Zukunft erwarten?
K.K.: Ich kann den Leserinnen und Lesern versprechen, dass ich mich jeden Tag mit all meiner Kraft für eine bessere Versorgung in allen Regionen einsetze! Als Arzt weiß ich, wo der Schuh drückt. Ich habe viele Jahre im System gearbeitet und kenne die Sorgen der Patienten. Und was ich als Arzt praktiziert habe, will ich auch als Landesrat leben: Zuhören und Helfen. Das ist das Entscheidende.

Kommentar



Gerd Wilfling
Landesgeschäftsführer

Wenn ich unsere Ortsgruppen besuche, erlebe ich es immer wieder: das gesellige Beisammensein, den regen Austausch und die herzlichen Begegnungen. Genau das macht unsere Veranstaltungen im Seniorenbund aus. Hier trifft man Bekannte, knüpft neue Freundschaften und verbringt gemeinsam schöne Stunden. Dafür danke ich allen, die diese Veranstaltungen mit

Gemeinschaft

ihrem Engagement möglich machen! Auch auf Landesebene sind wir aktiv: Für 2027 erwarten Sie zwei besondere Veranstaltungs-Highlights: Am 11. April findet in Kooperation mit den Bühnen Graz eine Sondervorstellung der Operette „Im Weißen Rössl" mit 1.200 Gästen statt, die in kürzester Zeit ausverkauft war. Ortsgruppen ohne Karten können sich gerne bei mir melden, wir bemühen uns um Kontingente für einen anderen Termin. Bereits zur Tradition geworden ist unser „Bunter Nachmittag" am 3. Februar, der diesmal in der Schwarzl-Halle in Premstätten über die Bühne geht. Die Militärmusik Steiermark empfängt mit einem Platzkonzert, danach werden das Mißebner-Trio, „Westwind", der Seemannschor „Admiral Tegetthoff" und Sängerin Laura Avila die Gäste begeistern. Wichtige Neuerung: Erstmals gibt es eine fixe Sitzplatzzuteilung! Der Kartenverkauf dafür startet am 1. Oktober um 10 Uhr. Wir freuen uns, Sie dort begrüßen zu dürfen!



Seniorenbund-Präsidentin Ingrid Korosec und Landesobmann BR Ernest Schwindsackl fordern eine faktenbasierte Diskussion statt Angstmacherei.

Die Wahrheit über Pensionskosten

Wenn über die Pensionen in Österreich diskutiert wird, fallen oft alarmierende Zahlen: 36 Milliarden Euro staatlicher Zuschuss, ein Viertel des gesamten Budgets, Tendenz steigend. Doch diese Zahlen zeichnen ein verzerrtes Bild, wie Seniorenbund-Präsidentin Ingrid Korosec und Landesobmann Bundesrat Ernest Schwindsackl nun aufzeigten.

„Rund 23 Prozent dessen, was als Pensionskosten ausgewiesen wird, hat mit Pensionen nichts zu tun", stellte Ingrid Korosec, Präsidentin des Österreichischen Seniorenbundes, bei einem Pressegespräch auf der Murinsel klar. Der tatsächliche staatliche Zuschuss für Pensionen belaufe sich auf 27,8 Milliarden Euro statt der oft genannten 36 Milliarden, das entspricht einer Differenz von 8,2 Milliarden Euro.

Steiermarkzahlen

Für die Steiermark bedeutet dies konkret: Von den ausgewiesenen 2,6 Milliarden Euro haben 700 Millionen Euro nichts mit Pensionen zu tun, sondern sind Sozialleistungen. „Diese Vermischung führt zu einer gefährlichen Verunsicherung", so Korosec. „Junge und Alte werden gegeneinander ausgespielt, der Generationenvertrag gerät in Gefahr".

In der Steiermark beziehen derzeit 348.129 Menschen eine gesetzliche Pension – das sind 13,4 Prozent aller Pensionen in Österreich. Besonders betroffen ist das Bundesland bei den Ausgleichszulagen: 36.186 Steirerinnen und Steirer benötigen diese Unterstützung zur Armutsbekämpfung, das sind 19 Prozent aller Bezieherinnen und Bezieher österreichweit. Allein diese Ausgleichszulagen schlagen in der Steiermark mit 248 Millionen Euro zu Buche – Geld, das nichts mit den eigentlichen Pensionskosten zu tun hat.

In den staatlichen „Pensionstopf" fließen zahlreiche Leistungen, die andere Zwecke erfüllen: Ausgleichszulagen zur Armutsbekämpfung (1,3 Milliarden), Gesundheitsvorsorge und Rehabilitation (1,8 Milliarden), Kosten für Kindererziehung (0,4 Milliarden) oder der Zivildienst (0,1 Milliarden). „Diese Leistungen sind wichtig und richtig", betonte Korosec, „aber wir müssen endlich zwischen echten Pensionskosten und Sozialleistungen unterscheiden."

„Es braucht eine faktenbasierte Diskussion statt Alarmismus", erklärte die Präsidentin. „Nur so können wir verhindern, dass falsche Zahlen zu falschen Rückschlüssen führen und das Vertrauen in unser Pensionssystem erschüttern."

Bundesrat Ernest Schwindsackl, Landesobmann des Steirischen Seniorenbundes, verwies auf die unverzichtbaren Leistungen der älteren Generation: „Unsere Seniorinnen und Senioren engagieren sich in der Angehörigenpflege, betreuen ihre Enkel, sind aktiv in Sportvereinen, Kulturinitiativen, karitativen Organisationen und Blaulichtorganisationen. Allein beim Steirischen Seniorenbund sind getreu dem Motto ‚Gemeinsam statt einsam' 2.434 Funktionärinnen und Funktionäre aktiv. Sie alle halten unser Gemeinwesen mit am Laufen."

Die Zahlen geben ihm recht: Österreichweit leisten Pensionistinnen und Pensionisten ehrenamtliche Arbeit im Wert von 9 Milliarden Euro jährlich – davon 2,6 Milliarden durch direkte ehrenamtliche Tätigkeiten und 6,4 Milliarden durch Pflegeleistungen. Gleichzeitig tragen sie mit 21,7 Milliarden Euro erheblich zum Steueraufkommen bei.

Historische Perspektive

Ein Blick in die Geschichte zeigt: Das System ist stabiler als oft behauptet. Seit Einführung des ASVG 1956 war politisch eine Finanzierung durch je ein Drittel von Arbeitnehmern, Arbeitgebern und Staat vorgesehen. Dieses Drittel wurde nur zweimal überschritten, das war 1975 und 1977. Derzeit liegt der staatliche Anteil bei 27,96 Prozent und damit deutlich unter der ursprünglich vorgesehenen Obergrenze.

Die zentrale Forderung des Seniorenbundes ist klar: „Pensionskosten in den Pensionstopf, Sozialleistungen in den Sozialtopf", brachte es Korosec auf den Punkt. Nur so könne eine ehrliche Debatte über die Zukunft der Pensionen geführt werden – eine Debatte, die auf Fakten basiert statt auf Mythen.

Es geht um kostbare Erinnerungen!

Die Zeitung „Zeitlos“ startet eine einzigartige Aktion - sie geht auf die Suche nach kostbaren Erinnerungsschätzen von Seniorinnen und Senioren in der Steiermark.

STEIRISCHER SENIORENBUND

Die Schatzsuche

Kostbare Erinnerungen von Seniorinnen und Senioren

Hintergründe dazu: Omas und Opas sind bekanntlich großartig, wenn es um das Erzählen von Geschichten geht. Sie tun das gut und gerne und überraschen mit unglaublichen Storys. Zweitens gilt es in Zeiten von Pensionskürzungen, Altersdiskriminierung etc. die Gesellschaft auf sympathische Art und Weise daran zu erinnern, welch großartige Leistungen die heute ältere Generation vollbracht hat.
Diese Idee soll gleich mehrere Funktionen erfüllen:

- Sie gibt älteren Menschen eine Bühne des Respekts und der Anerkennung, statt sie auf Probleme zu reduzieren.
- Sie schafft für die Zeitung emotionale Inhalte mit hohem Identifikationspotenzial und großem Leseinteresse.
- Sie würdigt insgesamt die Lebensleistung der älteren Generation, ohne belehrend zu wirken.
- Sie schafft Lesestoff, der sich über Monate hinweg in der Zeitung – print und online – veröffentlichen lässt.

Halten wir fest: Seniorinnen und Senioren haben Dinge erlebt, die sich jüngere Menschen oft kaum vorstellen können. Sie haben Krisen gemeistert, große Träume verwirklicht, unglaubliche Zufälle erlebt, mutige Entscheidungen getroffen, geliebt, gelacht und manchmal Dinge geschafft, die heute kaum mehr vorstellbar sind. Wir meinen, diese Geschichten dürfen nicht verloren gehen. Deshalb starten wir eine große Aktion und suchen die schönsten, berührendsten, außergewöhnlichsten und auch lustigsten Erinnerungen unserer Leserinnen und Leser.
Unsere Bitte an die Leserschaft: „Erzählen Sie uns jene Geschichte, auf die Sie heute noch mit Freude, Stolz und einem Lächeln zurückblicken. Das muss keine Heldengeschichte sein. Oft sind gerade die kleinen Erlebnisse die größten Schätze.“

Vielleicht haben Sie...

- einen außergewöhnlichen Beruf ausgeübt,
- einen mutigen Neuanfang gewagt,
- eine spektakuläre Reise erlebt,
- eine unglaubliche Panne mit Happy End überstanden,
- ein besonderes Talent entdeckt,
- etwas erfunden,
- einen Lebenstraum verwirklicht,
- jemandem das Leben gerettet,
- einen Weltstar getroffen,
- eine verrückte Wette gewonnen,
- als Erste oder Erster etwas geschafft,
- oder einfach einen Moment erlebt, den Sie niemals vergessen werden.

Schicken Sie uns Ihre Geschichte – in Stichworten oder als kurzen Text (maximal etwa 2.000 Zeichen) – gemeinsam mit einem aktuellen Porträtfoto (nicht verpflichtend). Wichtig: Unsere Redaktion hilft gerne beim Schreiben! Ausgewählte Geschichten veröffentlichen wir in den nächsten Print-Ausgaben von „Zeitlos“, aber auch in der Online-Ausgabe unserer Zeitung. So entsteht ein einzigartiges Erinnerungsarchiv, das der älteren Generation in unserem Land ein beeindruckendes Zeugnis ausstellt.
Aus der Aktion soll ein einzigartiges Archiv steirischer Lebensgeschichten entstehen – ein kollektives Gedächtnis voller Mut, Humor, Erfindungsgeist und Menschlichkeit. Am Ende möchten wir daraus sogar ein Buch gestalten: **„Die kostbarsten Erzähl-Schätze der Steiermark“**.



© iStock - Katarzyna Bialasiewicz; iStock - artisteer

Herzschrittmacher: Hilfe mit

Österreichweit haben ca. 50.-60.000 Patienten einen dauerhaften Herzschrittmacher. Pro Jahr werden ca. 1000 neu implantiert.

Krankhafte Abweichungen bzw. Unregelmäßigkeiten des Herzschlages werden als Arrhythmien oder Herzrhythmusstörungen bezeichnet. Die Behandlung derartiger Arrhythmien hängt von den zugrunde liegenden Ursachen ab. Dementsprechend reichen die Behandlungsmöglichkeiten vom Elektrolytausgleich z. B. bei Kaliummangel, Behandlung von Schilddrüsenüberfunktion, Verabreichung von Medikamenten (Betablocker oder Antiarrhythmika), Abtragung von Herzgewebe (=Katheterablation) bis zur Implantation eines Herzschrittmachers.

Herzschlag

Bei einem Herzschrittmacher handelt es sich um kleines elektronisches Gerät, welches bei Störung der Reizleitung die Schlagfolge des Herzens regulieren kann. Ein Herzschrittmacher überwacht den Herzschlag und kann durch Abgabe elektrischer Impulse die Schlagfolge des Herzens regulieren. Moderne Herzschrittmacher überwachen permanent den Herzrhythmus (=Anzahl und Regelmäßigkeit der Herzschläge). Sie stimulieren aber nicht ununterbrochen das Herz. Der Schrittmacher greift nur dann ein, wenn das Herz z. B. eine zu lange Pause macht oder die Herzfrequenz unter einen im Schrittmacher einprogrammierten Wert fällt. Dann gibt der Schrittmacher einen kleinen elektrischen Impuls ab. Dadurch kommt es zur Erregung der Herzmuskelzellen und zum Zusammenziehen des Herzmuskels d.h. zum Herschlag. Dadurch lässt sich ein normaler Herzschlagrhythmus erreichen. Liegt ein normaler Herzschlag vor, greift der Schrittmacher nicht ein. Eine häufige Erkrankung, zu deren Behandlung ein Herzschrittmacher benötigt wird stellt die hochgradige Verlangsamung des Herzschlages (= Bradykardie) dar. Ebenso eine Erkrankung, bei der die elektrische Erregung nicht in entsprechend notwendigem Ausmaß vom Herzvorhof zu den Herzkammern weitergeleitet wird (= AV-Block). Auch beim sog. Sinusknotensyndrom, d.h. wenn der sich im Bereich des



Prim. ao. Univ.-Prof. Dr. Hubert Hauser, FACS

rechten Vorhofs befindliche natürliche Impulsgeber des Herzens nicht mehr richtig funktioniert, besteht die Notwendigkeit einer Schrittmacherimplantation. Die Entscheidung, inwieweit bei der jeweils vorliegenden Herzrhythmusstörung eine Schrittmacherimplantation notwendig ist, wird vom Herzspezialisten (=Kardio-

---

Der Kardiologe



© Conny Leitgeb Photography

Präsident Univ. FA Dr. Michael Sacherer

Sitzen ist das neue Rauchen

Rund 35 Prozent aller Todesfälle in Österreich sind auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen zurückzuführen. Schätzungen zufolge leidet etwa ein Viertel der erwachsenen Bevölkerung an Bluthochdruck. Viel wäre durch Prävention vermeidbar – Bewegung spielt eine Schlüsselrolle. „Ein erhöhter Blutdruck bleibt oft lange unbemerkt – ist aber einer der gefährlichsten Risikofaktoren für Herzinfarkt und Schlaganfall. Der Grund liegt häufig in einem ungesunden Lebensstil mit Bewegungsmangel, Übergewicht und schlechter Ernährung", sagt Michael Sacherer, Kardiologe und Präsident der Ärztekammer für Steiermark.

Bewegung ist Herzenssache

Bewegung spielt eine Schlüsselrolle: „Herzgesundheit beginnt im Alltag. Wer regelmäßig aufsteht, auch nur für ein paar Minuten, senkt seinen Blutdruck messbar – vergleichbar mit der Wirkung mancher Medikamente. Der Körper kommt in Bewegung, die Gefäße werden aktiviert, das Herz entlastet", so Kardiologe Sacherer. Schon 5 Minuten Stehen oder Gehen pro halbe Stunde Sitzen kann laut aktueller Forschung den systolischen Blutdruck um bis zu 9 mmHg senken – ein Effekt, der in der Langzeitprävention bedeutsam ist.

Risikofaktoren: Oft vermeidbar

Die wichtigsten beeinflussbaren Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind Bewegungsmangel, Bluthochdruck, Übergewicht – insbesondere in Form von viszeralem Bauchfett –, ein erhöhter LDL-Cholesterinspiegel, Diabetes Typ 2, Rauchen sowie chronischer Stress.

Michael Sacherer betont: „Vor allem durch regelmäßige körperliche Aktivität können mehrere Risikofaktoren gleichzeitig reduziert werden. Bewegung ist damit eine Art ‚Multitherapie' ohne Nebenwirkungen."

Herzgesund leben

Die steirischen Ärztinnen und Ärzte rufen dazu auf, schon mit kleinen Schritten das Herz zu entlasten:

- *Jede Bewegung zählt: 150 Minuten moderate Bewegung pro Woche (z. B. flotter Spaziergang, Radfahren, Tanzen) verbessern die Herzgesundheit.*
- *Sitzzeiten reduzieren: Alle 30 bis 60 Minuten aufstehen – beim Telefonieren, Fernsehen.*
- *Blutdruck kennen: Regelmäßig messen – schon ab 18 Jahren und dann ein Leben lang, zum Beispiel bei der jährlichen Vorsorgeuntersuchung.*
- *Rauchfrei leben: Rauchen verdoppelt das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall.*
- *Gesund essen: Viel Gemüse, wenig Zucker, weniger rotes Fleisch. Salz unbedingt reduzieren – weniger salzen hat sogar schon innerhalb weniger Tage einen senkenden Effekt auf den Blutdruck.*
- *Stress abbauen: Bewegung, soziale Kontakte und Entspannung helfen.*

Text: Univ. FA Dr. Michael Sacherer
Präsident der Ärztekammer für Stmk.
Facharzt für Kardiologie

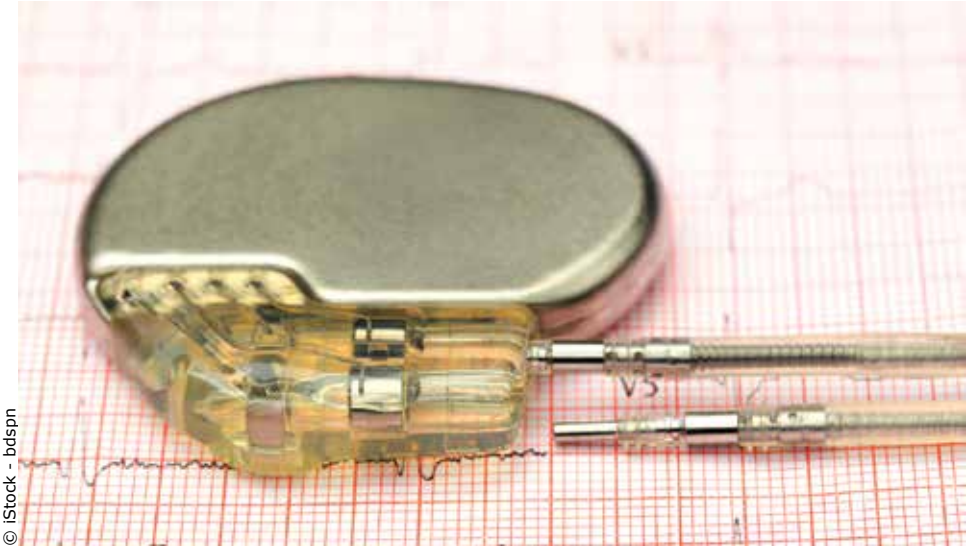
elektronischer Regulierung

logen) auf Basis der Beschwerden und diverser Untersuchungen wie Langzeit-EKG und Herzultraschall getroffen.

Implantation

Besteht die Notwendigkeit für eine Schrittmacherimplantation, wird das sog. Aggregat (=eine kleine Batterie mit elektronischer Steuerung) unter örtlicher Betäubung meist unterhalb des rechten Schlüsselbeins eingepflanzt. Zwei vom Schrittmacher abgehende dünne Kabel (=Elektroden) werden dann über die obere Hohlvene in das Herz vorgeschoben. Einer dieser Kabel wird im rechten Vorhof, der zweite in der rechten Herzkammer platziert. Betrieben wird der Schrittmacher von einer Batterie. Diese weist im Allgemeinen eine Betriebsdauer von 8-10 Jahren auf.

Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass durch eine Herzschrittmacherimplantation der Herzschlag überwacht und im Bedarfsfall elektrisch reguliert werden kann. Damit lassen sich durch Herzrhythmusstörungen hervorgerufene Symptome wie Schwindel, Müdigkeit, Ohnmachtsanfälle beseitigen.



© iStock - bdspn

Ein Herzschrittmacher ist ein Impulsgeber für den Herzmuskel und hilft dem Herzen, wieder im richtigen Takt zu schlagen.

Text: Prim. ao. Univ.-Prof. Dr. Hubert Hauser, FACS
Mandellstraße 1/I, 8010 Graz
Tel.: 0316 / 429922 oder 0664 / 3803706

Der Apotheker



Mag.pharm. Paul Ertl

Herbst-Check Hausapotheke

Die ersten kühleren Tage stehen vor der Tür, die Blätter verfärben sich bald und die Erkältungssaison rückt näher. Es ist jetzt eine gute Zeit, die eigene Hausapotheke einmal genauer unter die Lupe zu nehmen. Denn vieles, was im Alltag selbstverständlich griffbereit liegt, wird erst dann vermisst, wenn es plötzlich gebraucht wird.

Abgelaufene Medikamente
Über die Zeit können sich einige Medikamente in der Hausapotheke ansammeln. Deshalb ergibt es Sinn, einen kurzen Blick auf die Haltbarkeitsdaten der Medikamente zu werfen. Häufig lagern Arzneimittel, die schon länger nicht mehr verwendet wurden. Geöffnete Säfte, Tropfen oder Augentropfen sind oft nur wenige Wochen oder Monate nach dem ersten Öffnen haltbar. Schreiben Sie sich das Öffnungsdatum am besten immer direkt auf die Packung. Bei Unsicherheit lohnt sich eine Nachfrage in der Apotheke. Dort können Sie auch erfahren, wie nicht mehr benötigte oder abgelaufene Medikamente richtig entsorgt werden können.

Der richtige Platz
Ebenso wichtig ist der richtige Aufbewahrungsort der Medikamente. Diese sollten grundsätzlich trocken und nicht zu warm gelagert werden. Das Badezimmer ist deshalb nicht immer der ideale Platz, da die Luftfeuchtigkeit dort häufig sehr hoch ist.
Besonders bei Arzneimitteln, die regelmäßig benötigt werden, sollte außerdem darauf geachtet werden, dass sie übersichtlich und gut erreichbar aufbewahrt werden.

Gut gerüstet für die Erkältungszeit
Mit dem Herbst beginnt auch wieder die Erkältungszeit. Es lohnt sich also, einen Blick in die Hausapotheke zu werfen und zu prüfen, ob die wichtigsten Dinge vorhanden sind. Neben einer eventuellen Dauermedikation sollten, je nach persönlichem Bedarf, Medikamente gegen Schnupfen, Husten, Halsschmerzen oder Fieber bereits in einer Hausapotheke griffbereit sein. Auch bei kleinen Verletzungen ist es sinnvoll, eine Wunddesinfektion sowie Verbandsmaterial vorrätig zu haben. Doch gerade wer regelmäßig Medikamente einnimmt, sollte bei der Auswahl nicht einfach zu einem Präparat aus dem Schrank greifen oder Medikamente von Familienmitgliedern einnehmen. Manche Arzneimittel können sich gegenseitig beeinflussen oder sind bei bestimmten Vorerkrankungen nicht geeignet. Wenn man sich nicht mehr sicher ist, wofür die Medikamente verwendet werden, lohnt sich auch ein kurzer Besuch in Ihrer Apotheke.

Ein kleiner Check kann also dazu beitragen, dass man das Wichtigste für die kommenden Monate griffbereit hat.

Text: Mag.pharm. Paul Ertl
Stadt Apotheke Graz,
Hauptplatz 15


Bruck Mürzzuschlag


Deutschlandsberg


Graz


Graz-Umgebung


Fürstenfeld


Hartberg


Leibnitz


Leoben


Liezen


Murau


Judenburg


Knittelfeld


Südoststeiermark


Voitsberg


Weiz

Erste-Hilfe-Kurse: Weil jede Minute zählt

Steirische Volkspartei und Steirischer Seniorenbund veranstalten mit dem Roten Kreuz steiermarkweit Erste-Hilfe-Kurse.

Anlässlich des Welttages der Ersten Hilfe am 12. September haben die Steirische Volkspartei und der Steirische Seniorenbund gemeinsam mit dem Roten Kreuz in allen steirischen Bezirken Erste-Hilfe-Kurse für Seniorinnen und Senioren organisiert. In kompakten Einheiten erhielten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wichtige Informationen und praktische Tipps für den Ernstfall – vom richtigen Absetzen eines Notrufs über Erste Hilfe bei Bewusstlosigkeit, Verschlucken und Blutungen bis hin zum richtigen Umgang mit einem Defibrillator. Zusätzlich erhielten alle Bezirksstellen des Roten Kreuzes jeweils eine Spende der Steirischen Volkspartei und des Steirischen Seniorenbundes in Höhe von 300 Euro.

Landeshauptmann-Stv. Manuela Khom betont: „Erste Hilfe kann im entscheidenden Moment Leben retten. Umso wichtiger ist es, dass wir das Bewusstsein dafür stärken und den Menschen die Sicherheit geben, im Notfall richtig zu handeln. Die heutige Aktion zeigt, wie wertvoll es ist, wenn Organisationen und Ehrenamtliche gemeinsam Verantwortung übernehmen. Vielen Dank an das Rote Kreuz Steiermark, das mit diesen Kursen wichtiges Wissen direkt vor Ort vermittelt. Ich freue mich, dass auch zahlreiche Seniorinnen und Senioren in den Bezirken dieses Angebot nutzen. Dieses generationsübergreifende Miteinander macht unsere Steiermark aus."



Landeshauptmann-Stv. Manuela Khom (1.v.li.) und Seniorenbund-Landesobmann Bundesrat Ernest Schwindsackl (2.v.re.) erhielten praktische Tipps.

Auch Ernest Schwindsackl, Obmann des Steirischen Seniorenbundes, unterstreicht die Bedeutung der Initiative: „Gerade für die ältere Generation ist es wichtig, im Notfall sicher und richtig reagieren zu können. Mit unseren Erste-Hilfe-Kursen wollen wir nicht nur Wissen auffrischen, sondern auch die Bereitschaft fördern, im entscheidenden Moment hinzusehen und zu helfen. Gleichzeitig möchten wir mit unserer Spende die wertvolle Arbeit des Roten Kreuzes unterstützen, auf die wir uns tagtäglich verlassen können."

Seniorenbund Landesgeschäftsführer Gerd Wilfling ergänzt: „Die große Bedeutung der Ersten Hilfe wurde heute einmal mehr sichtbar. Oft entscheiden die ersten Minuten darüber, wie sich eine Notfallsituation entwickelt. Deshalb ist es wichtig, dass möglichst viele Menschen wissen, was zu tun ist und sich auch zutrauen zu helfen. Wir freuen uns, dass diese wichtige Initiative auch bei uns im Bezirk auf großes Interesse gestoßen ist."

Die Präsidentin

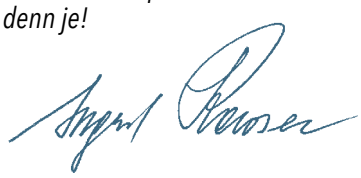


© Sabine Klimpt

LAbg. Ingrid Korosec

Meilenstein: EU sichert Bargeld

Bargeld ist weit mehr als nur ein Zahlungsmittel. Es bedeutet Freiheit, Selbstbestimmung und gesellschaftliche Teilhabe – gerade für ältere Menschen. Deshalb freue ich mich sehr über Entwicklungen auf europäischer Ebene.
In der EU wird an einer Verordnung gearbeitet, die das Recht auf Bezahlen mit Bargeld rechtlich absichern soll. Gleichzeitig wird der digitale Euro kommen. Die EU hat jedoch unmissverständlich festgehalten: Er soll das Bargeld ergänzen – niemals ersetzen. Das ist eine wichtige Botschaft für Millionen Menschen, die im Alltag auf Bargeld vertrauen.
Anfang Juli 2026 hat das EU-Parlament seine Position zur geplanten Verordnung beschlossen. Final verhandelt wird sie von der EU-Kommission, dem EU-Parlament und dem Rat der EU. Österreich wird durch den Finanzminister vertreten.
Ich sehe darin einen historischen Meilenstein. Dass die EU das Recht auf Barzahlung gesetzlich absichern will, ist ein großer Erfolg für alle, die sich seit Jahren für den Erhalt des Bargelds einsetzen. Gleichzeitig setzt die Verordnung dem zunehmenden Trend, Bargeld in Geschäften oder der Gastronomie abzulehnen, Grenzen.
Besonders wichtig ist mir, dass auch der Zugang zu Bargeld gesichert wird. Denn was nützt das Recht auf Barzahlung, wenn es immer weniger Bankomaten gibt? Gerade im ländlichen Raum erleben wir einen Rückgang. Deshalb begrüße ich, dass der flächendeckende Erhalt von Bankomaten künftig zu den staatlichen Verpflichtungen gehören soll. Erfreulich ist, dass die Nationalbank bis Ende 2026 insgesamt 120 eigene Bankomaten aufstellen wird – 66 davon sind bereits in Betrieb.
Ziel ist es, die Verordnung bis Ende 2026 abzuschließen. Ich werde mich weiterhin mit aller Kraft dafür einsetzen, dass das Recht auf Bargeld ohne Schlupflöcher abgesichert wird. Österreich darf keinem Kompromiss zustimmen, der Hintertüren für Bargeldverweigerer offenlässt.
Bargeld braucht weder Strom noch Internet oder Smartphone, ist vor Cyberangriffen geschützt und für alle Menschen einfach nutzbar. Gleichzeitig stärkt es unsere Regionen. Ältere Menschen kaufen überwiegend bei heimischen Betrieben ein und sichern damit Arbeitsplätze vor Ort. Mit rund 60 Milliarden Euro jährlicher Kaufkraft leisten Seniorinnen und Senioren einen unverzichtbaren Beitrag zur österreichischen Wirtschaft.
Bargeld ist und bleibt ein Grundpfeiler von Freiheit, Selbstbestimmung und Teilhabe. Dafür lohnt es sich zu kämpfen – heute mehr denn je!



So erreichen Sie
LAbg. Ingrid Korosec,
die Präsidentin des
Österreichischen Seniorenbundes
mail: ikorosec@seniorenbund.at



SCHMERZKOMPETENZZENTRUM

Chronische Schmerzen können die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen. Unsere **multimodale Schmerztherapie** kombiniert moderne medizinische, physiotherapeutische und psychologische Behandlungsmethoden.

Geeignet bei:
» Rücken-, Gelenk- und Muskelschmerzen
» Nervenschmerzen oder Migräne
» Schmerzen nach Operationen oder Verletzungen
» Rheumatische Schmerzen

Unser Ziel: den Schmerz verstehen, lindern und die Lebensqualität spürbar verbessern.

FÜR MEHR INFOS
Privatklinik Laßnitzhöhe
KOMPETENZZENTRUM für Orthopädie, Neurologie, Prävention & Schmerztherapie
Miglitzpromenade 18 | 8301 Laßnitzhöhe
www.sanlas.at
ein Unternehmen der SANLAS HOLDING



SENIORENREHA
IN DER PRIVATKLINIK LASSNITZHÖHE

Sie möchten Ihre Beweglichkeit erhalten, Stürzen vorbeugen oder **Ihre geistige Leistungsfähigkeit und Mobiliät stärken?** Unsere spezialisierten Angebote unterstützen Sie dabei, **Selbstständigkeit und Lebensqualität** langfristig zu sichern.

Exklusives Gesundheitsprogramm
» Medizinischer Gesundheits-Check inkl. Ultraschall, EKG & Labor
» Herz- und Stoffwechseldiagnostik zur Prävention
» Untersuchung von Wirbelsäule und Bewegungsapparat
» Ganganalyse zur Sturzprophylaxe
» Individuelle Bewegungs- und Funktionstherapien inkl. Massagen
» Ernährungsberatungen
» Stärkung der mentalen Gesundheit

Komfort & Sicherheit
» 7- oder 14-Tage-Intensivprogramm
» Rund um die Uhr ärztliche und pflegerische Betreuung
» Aufenthalt mit Begleitperson möglich – 4*-Hotelkomfort
» Transportservice auf Anfrage

JETZT TERMIN ANFRAGEN:
Andrea Lechner
PATIENTENMANAGEMENT
+43 3133 / 2274 – 7002
a.lechner@sanlas.at



Bezahlte Anzeige

Gefahren durch Wissen zu erkennen, schafft Sicherheit.

MEHR SICHERHEIT!
Eine Serie von Alexandra Wachtler



© iStock - Miljan Živković

Mit gefälschten E-Mails, SMS und Anrufen versuchen Betrüger an persönliche Daten und Geld zu gelangen. Wer die Warnzeichen kennt, kann sich schützen.

Phishing, Smishing und Vishing: Betrüger greifen nach Ihren Daten

Eine Nachricht von der Bank, ein Hinweis auf ein angebliches Paket oder ein dringender Anruf vom vermeintlichen IT-Support: Was seriös wirkt, kann eine Betrugsmasche sein. Phishing bezeichnet den Versuch von Kriminellen, über gefälschte E-Mails, SMS, Messenger-Nachrichten oder Webseiten an persönliche Daten zu gelangen.

Smishing und Vishing

Die Methoden sind vielfältig, das Prinzip aber ähnlich: Die Täter geben sich als Banken, Behörden, Unternehmen oder andere bekannte Institutionen aus. Mit vertrauten Namen und echten Logos wird Vertrauen geschaffen. Gleichzeitig erzeugen die Nachrichten bewusst Stress. Wer nicht sofort reagiert, dem wird etwa mit einer Kontosperre, einer Gebühr oder anderen Folgen gedroht. Der Zeitdruck soll Nachdenken verhindern. Wer dort Daten eingibt, übermittelt sie an die Kriminellen.

Phishing kommt auf vielen Wegen. Bei E-Mails sind unpersönliche Anreden, ungewöhnliche Absenderadressen, Fehler und dringende Aufforderungen Warnsignale. Auch Links und unerwartete Anhänge sind verdächtig.
Smishing setzt sich aus SMS und Phishing zusammen. Die betrügerische Nachricht kommt per SMS oder Messenger. Typische Vorwände sind Kontoprobleme, offene Rechnungen oder angebliche Paketgebühren. Der Link führt häufig zu einer gefälschten Webseite.
Beim Vishing, also Voice Phishing, erfolgt der Betrugsversuch telefonisch oder über eine Sprachnachricht. Die Anrufer behaupten, von einer Bank, Behörde, Polizei oder einem IT-Unternehmen zu sein. Sie behaupten ein Sicherheitsproblem und verlangen Passwörter, TANs, Kontodaten oder eine Überweisung. Auch Telefonnummern können manipuliert sein, sodass am Display scheinbar der Name einer bekannten Institution erscheint. Zunehmend werden KI-gestützte Stimmimitationen eingesetzt, die Anrufe besonders glaubwürdig wirken lassen.

Ruhe bewahren

Der wichtigste Schutz ist, sich nicht unter Druck setzen zu lassen. Seriöse Institutionen verlangen keine persönlichen Zugangsdaten, PINs oder TANs über unerwartete SMS, E-Mails oder Telefonanrufe.
Wer unsicher ist, sollte nicht auf den angebotenen Link klicken und nicht die Rückruffunktion eines verdächtigen Anrufs verwenden. Stattdessen sollte man die offizielle App oder bekannte Internetseite des Unternehmens selbst öffnen. Bei einem Anruf kann die Organisation über eine offizielle Telefonnummer selbstständig kontaktiert werden.
Nehmen Sie sich Zeit zum Prüfen, ehe Sie handeln. Entscheidend ist nicht, wie sehr vertraut eine Nachricht wirkt, sondern ob ihre Angaben überprüfbar sind.

SO SCHÜTZEN SIE SICH:

- **Nicht vorschnell klicken:** Unerwartete Links in E-Mails, SMS oder Messenger-Nachrichten nicht öffnen.
- **Absender genau prüfen:** E-Mail-Adressen, Telefonnummern und Namen können gefälscht oder manipuliert sein.
- **Zeitdruck ignorieren:** Drohungen wie „Konto wird gesperrt" sollen Stress erzeugen. Nehmen Sie sich Zeit zur Prüfung.
- **Offizielle Wege nutzen:** Öffnen Sie die App oder Webseite des Unternehmens selbst und prüfen Sie dort, ob tatsächlich eine Nachricht vorliegt.
- **Keine Daten preisgeben:** Passwörter, PINs, TANs, Kreditkarten- oder Bankdaten niemals auf Aufforderung per Nachricht oder Telefon weitergeben.
- **Bei Anrufen auflegen:** Wenn ein Anrufer persönliche Daten oder Geld verlangt, beenden Sie das Gespräch.
- **Selbst zurückrufen:** Verwenden Sie ausschließlich eine offizielle Telefonnummer, nicht die Rückruffunktion des verdächtigen Anrufs.
- **Verdächtige Nachrichten löschen:** Phishing-Mails in den Spam- oder Junk-Ordner verschieben und unerwünschte SMS-Absender blockieren.
- **Nicht antworten:** Eine Antwort kann den Kriminellen bestätigen, dass die Kontaktdaten aktiv genutzt werden.
- **Im Zweifel nachfragen:** Kontaktieren Sie das betreffende Unternehmen über einen offiziellen Kanal und klären Sie, ob die Nachricht echt ist.

Merksatz: Eine unerwartete Nachricht oder ein überraschender Anruf darf warten. Ihre Sicherheit ist wichtiger als die angebliche Dringlichkeit des Absenders.

Bundesministerium
Inneres

Bundeskriminalamt

KRIMINAL
PRÄVENTION



© Adobe Stock/Father_Studio

Sicher beim Einkaufen im Internet – so klappt's

Achten Sie auf vertrauenswürdige Online-Shops, sichere Zahlungsmethoden und klare Angaben zu Preisen, Lieferung und Rückgabe.

Fake-Shops

- Ungewöhnlich günstige Preise
- Nur Vorkasse möglich
- Negative oder fehlende Bewertungen

Betrug auf Verkaufsplattformen

- Wechsel der Kommunikation auf WhatsApp, SMS oder private E-Mail
- Versand, Zahlung oder Abwicklung ins Ausland
- Ausschließlich Vorkasse
- Keine persönliche Abholung

Hilfe im Schadensfall

- Umgehend Bank/Kreditkartenanbieter/Zahlungsdienst informieren
- Sofort Anzeige bei der Polizei erstatten
- Kontobewegungen laufend kontrollieren

Tipps der Kriminalprävention

- Nur bei vertrauenswürdigen Online-Shops einkaufen
- Unrealistische Angebote meiden
- Bewertungen und Erfahrungen anderer Käufer prüfen
- Persönliche Daten sparsam weitergeben

Weitere Informationen

https://www.watchlist-internet.at
https://www.guetezeichen.at
https://www.konsument.at

Kommentar



Alexandra Wachtler, MSc

Zeit, genauer hinzusehen

Wenn die ersten Blätter fallen und die Steiermark langsam in ihre herbstlichen Farben taucht, ist das auch eine gute Zeit, innezuhalten. Ein Jahr vergeht schnell. Vieles verändert sich – manches zum Guten, manches macht uns nachdenklich. Gerade deshalb sollten wir genauer hinsehen und auch jene Themen ansprechen, die nicht immer angenehm sind.
Die Lebenshaltungskosten sind für viele Menschen zu einer täglichen Herausforderung geworden. Was früher selbstverständlich war, muss heute genauer überlegt werden. Ein Einkauf, eine Heizkostenrechnung, eine Reparatur oder ein Arztbesuch können das Haushaltsbudget spürbar belasten. Besonders ältere Menschen, die mit einer fixen Pension auskommen müssen, spüren solche Veränderungen unmittelbar. Es darf nicht sein, dass sich Menschen nach einem langen Arbeitsleben plötzlich fragen müssen, ob sie sich ein gutes und selbstbestimmtes Leben noch leisten können.
Auch bei Gesundheit und Pflege bleibt viel zu tun. Wir hören von neuen Konzepten, Versorgungsmodellen und Reformen. Doch entscheidend ist, was am Ende bei den Menschen ankommt: ein erreichbarer Arzt, verlässliche Pflege, Unterstützung für Angehörige und Hilfe, wenn sie tatsächlich gebraucht wird. Gerade im ländlichen Raum darf die Entfernung zur nächsten medizinischen Versorgung nicht darüber entscheiden, wie gut jemand betreut wird.
Und noch etwas beschäftigt mich: Wir reden sehr oft über ältere Menschen, aber viel zu selten mit ihnen. Dabei verfügen Seniorinnen und Senioren über einen Erfahrungsschatz, den unsere Gesellschaft dringend braucht. Sie haben Krisen erlebt, Familien aufgebaut, Verantwortung übernommen und dieses Land mitgestaltet. Ihre Stimme sollte daher nicht nur vor Wahlen interessant sein, sondern das ganze Jahr über gehört werden.
Als Zeitung „zeitlos" wollen wir genau hier ansetzen. Wir wollen informieren, aber auch Fragen stellen. Wir wollen Erfolge sichtbar machen, aber Probleme nicht schönreden. Denn kritisches Nachfragen bedeutet nicht, alles schlechtzureden. Es bedeutet, Verantwortung ernst zu nehmen.
Der Herbst erinnert uns daran, dass Veränderung zum Leben gehört. Was zählt, ist, wie wir damit umgehen. Eine Gesellschaft zeigt ihre Stärke nicht daran, wie laut sie über die Zukunft spricht, sondern daran, ob sie niemanden zurücklässt.
Bleiben wir deshalb aufmerksam, solidarisch und manchmal auch unbequem. Denn unsere Stimme zählt – heute genauso wie morgen.

Text: Alexandra Wachtler, MSc
Chefredaktion "Zeitlos"
office@zeitung-zeitlos.at

Bezahlte Anzeige

Sonnenstrom: Investieren und sparen

Eine Photovoltaik-Anlage, die sich laufend nach der Sonne ausrichtet: Die Suntracker-Technologie aus Kärnten bringt beste Erträge und maximale Stromkosteneinsparung.

Wer überlegt, sich eine Photovoltaik-Anlage anzuschaffen, sucht nach dem perfekten Standort: Nach Osten, um die Morgensonne einzufangen? Oder doch lieber Süden oder Westen? Mit dem Suntracker stellt sich diese Frage nicht, weil die Photovoltaik-Anlage sich mit der Sonne dreht.
Hinter der innovativen Technologie steckt Suntracker GSTechnik mit Sitz in Bleiburg und somit ein österreichisches Qualitätsprodukt. Das Unternehmen entwickelt, plant, liefert und montiert Suntracker-Anlagen seit 2012. Mehr als 3500 Anlagen stehen in Österreich und im benachbarten Ausland in Betrieb – im Privatbereich genauso wie in Gewerbe, Industrie und Landwirtschaft.



KK (2)

Suntracker 5000R reduziert die Stromkosten um bis zu 60 Prozent.

Nachgeführte Anlagen wie der Suntracker bieten gegenüber starren PV-Lösungen viele Vorteile. Sie produzieren eine gleichmäßige Stromausbeute über den ganzen Tag hinweg. Starre Anlagen benötigen für den gleichen Ertrag drei Mal so viele Module.
Vor Kurzem entwickelte GS Technik den Suntracker 5000R. Diese Anlage weist eine Modulfläche von 11,7 Quadratmeter auf und erreicht die unglaubliche Stromausbeute von ca. 5000 kWh pro Jahr. In Verbindung mit den Hochleistungsspeichern von GSTechnik wird der Nutzer zum Eigenversorger. Auch der Einbau einer Notstromversorgung wird umgesetzt. Betreiber sind dadurch für Stromausfälle/Blackout gerüstet.

Infos: Suntracker GSTechnik GmbH, Bleiburg,
Tel. (04235) 22202,
0664-415 10 44,
info@gstech.at,
suntracker.at



© Fotos STVP/Gasser

Im Ge(h)spräch

Sommertour mit Landeshauptmann-Stv. Manuela Khom und dem Regierungsteam

Vier Stationen, vier Regionen und zahlreiche persönliche Begegnungen: Mit dem Format „Im Ge(h)spräch“ war die Steirische Volkspartei im Sommer mit Landeshauptmann-Stv. Manuela Khom und dem Regierungsteam in allen Wahlkreisen der Steiermark unterwegs. Dabei stand der direkte Austausch mit den Steirerinnen und Steirern im Mittelpunkt. Landeshauptmann-Stv. Manuela Khom betonte: „Bei unserer Sommertour geht es vor allem darum, zuzuhören und mit den Menschen direkt ins Gespräch zu kommen. Die besten Ideen entstehen dort, wo man die Lebensrealität kennt und gemeinsam diskutiert, was es für eine gute Zukunft braucht.“

Regierungsteam dabei

Mit dabei waren auch Landesrätin Simone Schmiedtbauer, die Landesräte Willibald Ehrenhöfer und Karlheinz Kornhäusl, Klubobmann Lukas Schnitzer sowie Landesgeschäftsführer Georg Preßler. Gemeinsam mit Mitgliedern, Funktionärinnen und Funktionären sowie interessierten Steirerinnen und Steirern ging es auf Wanderungen durch die steirische Natur. Im Mittelpunkt standen persönliche Begegnungen, neue Ideen sowie die Herausforderungen und Chancen in den Regionen. Der Auftakt erfolgte am 11. Juli in Zeutschach im Bezirk Murau. Mehr als 150 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus der Obersteiermark waren dabei. Unter den Slogans "Deine Zukunft im Blick", "Deine Chancen im Blick" und "Unser Plan für deine Zukunft" präsentierte die Steirische Volkspartei beim ersten Tourstopp zugleich ihre Sommerplakatkampagne.

Reges Interesse

Auch die drei weiteren „Ge(h)späche“ stießen auf großes Interesse. Am 24. Juli machte die Sommertour in Unterlamm im Bezirk Südoststeiermark Halt. Dort wanderte die Gruppe über den „ERLebenspfad“. Am 16. August führte die Tour im Bezirk Voitsberg in Hirschegg-Pack über die Packerhöhe. Den Abschluss bildete am 21. August das „Ge(h)spräch“ in St. Bartholomä im Bezirk Graz-Umgebung. Insgesamt nahmen mehrere hundert Steirerinnen und Steirer an den vier Terminen teil – quer durch alle Altersgruppen. Dabei zeigte sich: Gemeinsam unterwegs zu sein, schafft Raum für offene Gespräche und ermöglicht es, Anliegen direkt anzusprechen und unterschiedliche Perspektiven kennenzulernen.

Zufriedenes Fazit

Landeshauptmann-Stv. Manuela Khom zieht eine positive Bilanz: „Die vielen Gespräche mit den Steirerinnen und Steirern waren sehr wertvoll für uns. Das große Interesse an unserem Format hat gezeigt, dass die Menschen sich diesen Austausch auch wünschen.“ Landesgeschäftsführer Georg Preßler ergänzte: „Unsere Sommertour zeigt, dass Politik besonders stark ist, wenn sie nah an den Menschen stattfindet. Die Gespräche waren geprägt von Offenheit, Interesse und konkreten Anregungen.“



Politische Werbung im Auftrag & Namen von der Steirischen Volkspartei, Karmeliterplatz 6, 8010 Graz, weitere Informationen (Transparenzkundmachung) unter: www.zeitung-zeitlos.at/services

So nicht!



KI-generiertes Bild

Großspuriges Angreifen, ohne Argumente zu liefern, warum man die abgelehnte Position für falsch und die eigene, wenn man denn eine hat, für richtig hält, Falschaussagen bewusst zu tätigen, ohne Absicht, sie jeweils zu berichtigen, vielleicht auch weil man nicht wissen will, dass diese falsch sind, und ohne fürchten zu müssen, dass dies Folgen nach sich zieht, dies ist heute nicht nur politischer Stil geworden. Das hat auch damit zu tun, dass es den Bürgerinnen und Bürgern oft Vergnügen bereitet, sich an solch teils unflätigen Angriffen zu ergötzen, und dass ihnen der Schein genügt, dass etwas so sein könnte. Aber es muss ja gar nicht so sein, wenn es nur den niedrigen Instinkten dient.

Gute Gründe

„Der Schein trügt, das Schwein lügt!" So könnte man in der bevorzugten, verkürzenden und verdummenden Ausdrucksweise solcher Kreise formulieren. Das gilt natürlich immer nur für die Gegenseite. Suche nach guten Gründen für eine Anschauung oder eine Handlung – eine Fehlanzeige! Das Gespräch, auch das politische, bewegt sich dann auf dem Niveau der Reaktanz, wie sie Marina Weisband beschrieben hat. Was immer der oder die andere sagt, es wird gar nicht richtig gehört, noch weniger zu verstehen versucht – man ist einfach dagegen.

Erleben es nicht auch Sie manchmal, wenn sie Nachrichtensendungen schauen oder hören, dass ein Mitschauender oder Mithörender und das könnten auch wir selbst sein - sofort, wenn ein Thema angesprochen wird oder auch nur ein Reizwort fällt, seine Meinung dazu kundtut, nicht nur ohne gefragt zu sein, sondern auch ohne genau zu wissen, worum es überhaupt geht. So wird Meinung über etwas gemacht, was nur vage im Hintergrund vermutet wird, und der andere ist ja ganz klar im Unrecht! Man bewegt sich dann vor allem in den sozialen Medien in einer Blase der Meinung, die den einzelnen bestärkt. Der ablehnende Hintergrund wird zum irrlichternden Vordergrund. Meinungen werden reduziert auf Befindlichkeit, und solcher Befindlichkeit ist schwer beizukommen. Dazu kommt eine Konsumhaltung, die politische Positionierung als Folge dessen sieht, ob ein entsprechender Konsumartikel zur Verfügung steht.



Univ.-Prof. Dr. Leopold Neuhold

Wie wird nun mit solchen Situationen umgegangen? Mit ein paar Beispielen sollen mögliche und auch wahrscheinliche Konsequenzen gezeigt werden:

„Furchtbar, heute hat es 35 Grad im Schatten, nicht auszuhalten!" So beklagt sich eine Frau. Darauf der Mann: „Du brauchst ja nicht in den Schatten zu gehen." Wohin dann ausweichen, was dann tun? Eine Alternative wird nicht angeboten.

„Kannst du mir den Garten gießen?" Das fragt die Mutter ihren Sohn. Dieser ist irritiert: „Aber es regnet doch in Strömen!" Darauf die Mutter: „Dann nimm einfach einen Schirm!" Ob die Handlung angebracht ist oder nicht, das wird nicht bedacht. Das Gießen muss durchgeführt werden, und wenn es gießt.

Völlig außer Atem erreicht ein Mann den Bootssteg, nimmt Anlauf und springt in Richtung der fünf Meter entfernten Fähre, verfehlt diese, kann sich aber mit letzter Kraft auf die Fähre ziehen. Ein erleichterter Schrei kommt über seine Lippen: „Geschafft!" Der Kapitän der Fähre darauf: „Ja, aber Sie hätten auch warten können, bis wir mit der Fähre am Bootssteg angelegt haben." Ohne die Situation richtig zu begreifen und sofort zu handeln, das schafft Stress, und ist zudem in vielen Fällen nicht zielführend.

Aber wenigstens zugeben, dass man einen Fehler gemacht hat, das ist schon etwas. Seppi grüßt eine ihm völlig unbekannte Dame. Diese fragt: „Woher kennst du mich überhaupt?" Seppi antwortet: „Entschuldigen Sie, ich habe mich vergrüßt." Grüßen kann kein Fehler sein, aber sich vergrüßen, gibt es das?

Herausforderungen

Vor allem die Zukunft bleibt in einer solchen Haltung auf der Strecke, wenn aus Tun Tuerei wird. Diese wird aber oft durch die Oberflächlichkeit und das Zusammennehmen verschiedener Herausforderungen in einer Handlung hervorgerufen. Auf der einen Seite die oberflächliche und unbedachte Forderung: „Es muss etwas geschehen!", auf der anderen Seite die unbedachte Reaktion, weil sowieso meist nicht gewürdigt wird, was getan wird. Das ist nicht zukunfts-, nicht kinder- und enkelgerecht.

Ein Bub zu seinen Eltern: „Wenn ich groß bin, will ich so werden wie ihr und auf die Zukunft meiner Kinder pfeifen!" Haben wir dann eine Zukunft?

Text: Univ.-Prof. Dr. Leopold Neuhold,
Landesbildungs- und sozialreferent
des Steirischen Seniorenbundes

Besser hören heißt besser leben.



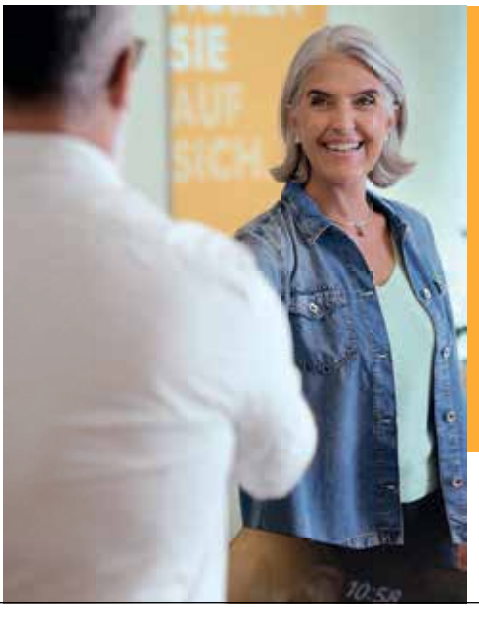
Wie sich Ihre Hörstärke auf die Gesundheit auswirkt und warum Neuroth-Hörlösungen helfen können– vom Experten an Ihre Bedürfnisse angepasst.

Besser hören. Besser verstehen.
Ein Hörverlust kommt oft schleichend. Man erkennt ihn häufig daran, dass man manche Geräusche einfach nicht mehr hört. Andere Klänge wiederum werden undeutlich oder verschwimmen. Die Gründe für Hörminderungen sind unterschiedlich: Eine andauernde zu hohe Lärmbelastung oder zunehmendes Alter können Ursachen dafür sein. Wichtig ist, sich in jedem Fall damit auseinanderzusetzen, damit sich das Gehör nicht weiter verschlechtert. Hörgeräte helfen dabei, verloren geglaubte Töne zurück ins Leben zu bringen und damit die Lebensqualität zu steigern. Denn wer gut hört, hat auch mehr Lust, rauszugehen und sich mit anderen auszutauschen.

Besser hören. Besser gesund.
Den Weg zur Hörstärke gehen wir mit Ihnen gemeinsam, weil wir wissen, wie wichtig Ihre Hörgesundheit ist. So zeigen Studien, dass Menschen, die gut hören, im Alter geistig länger fit bleiben. Es zahlt sich also aus, sich um seine Ohren zu kümmern und vorzusorgen. „Es ist wichtig, seinem Gehör regelmäßig Aufmerksamkeit zu schenken“, sagt Hörakustikexperte Christian Pelzmann. „Wir empfehlen, vor allem über 40-Jährigen, ihre Ohren mindestens einmal im Jahr überprüfen zu lassen.“ Bei Neuroth bekommen Sie eine professionelle Hörberatung inklusive Hörtest vollkommen unverbindlich und kostenlos. Die erfahrenen Hörakustiker*innen prüfen nicht nur Ihr Gehör, sie lernen dabei auch Ihre Hörbedürfnisse kennen und finden so die Lösung, die zu Ihnen passt.

Besser hören. Besser individuell.
So persönlich die Beratung bei Neuroth ist, so individuell sind auch unsere Hörlösungen. Sie passen sich Ihren Anforderungen an. Selbst in lauten Umgebungen sind Sie damit einfach hörstark. Und nicht nur das: Hörlösungen von Neuroth werden individuell an Ihre Ohren angepasst. Damit Sie nicht nur besser hören, sondern sich Ihre Hörgeräte beim Tragen auch gut anfühlen.

Besser hören. Besser mit Neuroth.
Neuroth ist der Profi für besseres Hören und die beste Beratung. Überzeugen Sie sich selbst davon und besuchen Sie uns in einem Fachinstitut in Ihrer Nähe. Hören Sie den Unterschied.



Vereinbaren Sie jetzt Ihren persönlichen Beratungstermin.

Neuroth:
25x in der Steiermark

Gratis Service-Hotline:
00800 8001 8001
neuroth.com

NEUROTH
BESSER HÖREN • BESSER LEBEN

Murau – Vorausschauend in die Zukunft

14 Ortsgruppen, rund 1.800 Mitglieder und 10 Jahre als Bezirksobmann: Josef Obergantschnig zeigt im Bezirk Murau, wie zeitgemäße Seniorenarbeit geht und wie man die Suche nach neuen Funktionären richtig anpackt.

Der Bezirk Murau ist flächenmäßig der viertgrößte Bezirk der Steiermark, aber auch einer mit schwindendem Bevölkerungswachstum und Überalterung. Ein Schwerpunkt ist für Josef Obergantschnig die Suche nach geeigneten Personen für Führungspositionen. Nächstes Jahr steht in mehreren Ortsgruppen ein Generationenwechsel an. Obergantschnig, selbst als Quereinsteiger gestartet, begann bereits vor zwei Jahren mit der Suche nach seinem Nachfolger. Denn zweimal erlebte er, dass Ortsgruppen sich auflösen wollten, weil kein Nachfolger in Sicht war. „Ein Jahr ist für die Suche häufig nicht genug."



BO Josef Obergantschnig sorgt für starken Zusammenhalt.

Das Kernproblem: Wer in Pension geht, fühlt sich oft noch nicht bereit für den Seniorenbund. Seine Strategie: persönliche Gespräche, Ehrlichkeit über Erwartungen und ausreichend Zeit zum Hineinwachsen. Mit Thomas Bäckenberger fand er den idealen Kandidaten. „Mein Bestreben war es, jemanden zu finden, der bereits vor der Neuwahl kontinuierlich mitarbeitet, um einen nahtlosen Übergang zu ermöglichen."

Was Josef Obergantschnig in den 14 Ortsgruppen etabliert hat, ist ein zeitgemäßes Seniorenbund-Modell: Bewegungsprogramme für die körperliche Fitness, Kurse für die geistige Agilität, Reisen für gemeinsame Erlebnisse. „Wir arbeiten gemeinsam, wir feiern gemeinsam und unterstützen einander. Ich bin sehr stolz darauf, dass es ein gutes Einvernehmen mit den Ortsgruppen gibt und alle so zusammenhalten."

Zu den Höhepunkten der letzten 10 Jahre zählt ein Besuch bei Innenminister Gerald Karner im Texingtal und ein Ausflug zum Wiener Justizpalast, bei dem Funktionäre zur allgemeinen Erheiterung unwissentlich auf der Anklagebank jenes Saals Platz nahmen, in dem einst der Fall Udo Proksch verhandelt wurde.

Die brennenden Themen kennt man auch anderenorts: Pflegepersonalmangel und der Trend zu Wahlärzten statt Kassenärzten, der zu langen Wartezeiten führt. „Hier gilt es, politisch den Hebel anzusetzen", fordert Obergantschnig.

Werbetrommel

Seine Rezepte für die Zukunft: „Wir müssen ordentlich die Werbetrommel rühren und das Image der Senioren aufpolieren. Ganz nach dem Motto: Tue Gutes und rede darüber."

Digitale Medien sollen stärker genutzt, Jahresprogramme so gestaltet werden, dass sich 65-Jährige ebenso wiederfinden wie 85-Jährige.

Für die kommenden Jahre wünscht sich der agile 80-Jährige, dass es mit dem Seniorenbund im Bezirk Murau so erfolgreich wie bisher weitergeht und möglichst viele Junge begeistert werden. Mit der durchdachten Nachfolgeplanung ist jedenfalls die Basis für eine erfolgreiche Zukunft gelegt.

Präsidentin Ingrid Korosec zu Gast bei Diskussionsrunde

Auf Einladung des Bezirksvorstandes des Steirischen Seniorenbundes kam die Präsidentin des Österreichischen Seniorenbundes, Ingrid Korosec, Anfang August ins Brauhaus nach Murau, um mit den Mitgliedern des erweiterten Bezirksvorstandes aktuelle Pensionsthemen zu diskutieren.

Vor allem ihre Forderung nach einem vollen Inflationsausgleich bei der nächsten Pensionsrunde traf im Vorfeld auf Widerspruch beim Bezirksvorstand, der in einem Brief an die Präsidentin auch direkt geäußert wurde. Der Bezirksvorstand tritt für eine Pensionserhöhung per Fixbetrag ein, damit die niedrigen Pensionen, die in Zeiten der Teuerung mehr unter Druck sind, einen guten Teuerungsausgleich bekommen, und trotzdem im Blick auf das Gesamtbudget gespart werden kann.

Ingrid Korosec erläuterte, dass es in den letzten Jahren gerade bei den niedrigen Pensionen bereits eine deutlich stärkere Erhöhung im Vergleich zu den höheren Pensionen gegeben hat. In Zeiten der Budgetkonsolidierung ist Solidarität erforderlich und Besserverdiener können im Sinne des Generationenvertrages ihren Beitrag leisten. Zudem müsste das Pensionssplitting wesentlich mehr beworben werden, um Frauen vor Altersarmut zu schützen.

Für die Zukunft des Pensionssystems wird es wichtig sein, das reale an das gesetzliche Pensionsalter anzugleichen, so Korosec. Wobei auch da unterschiedliche Berufsgruppen unterschiedlich behandelt werden müssen. 45 Arbeitsjahre müssen allerdings genug sein und der Vertrauensschutz muss gewahrt bleiben.

Tenor der Diskussion war, andere Einsparungspotentiale zu nutzen, um das Budget insgesamt zu entlasten. Dazu zählen die Reduktion der Parteienförderung ebenso wie eine Reform der Kammern und die Reduktion der Abgeordnetenanzahl im Parlament. Im Bereich des Gesundheitswesens geht viel Geld in den Strukturen verloren und auch die Länder haben viel zu viele Parallelstrukturen, die bereinigt werden müssten. Bezirksobmann Josef Obergantschnig resümiert, dass das Gesprächsklima mit Präsidentin Ingrid Korosec auf Augenhöhe und sehr gut gewesen ist. Die Anliegen wurden ernst genommen und der Austausch war eine Bereicherung für Alle.



Seniorenbund-Präsidentin Ingrid Korosec stellte sich in Murau den Fragen des Bezirksvorstandes. Heraus kam eine konstruktive und aufschlussreiche Debatte rund um aktuelle Pensionsthemen.



Landesobmann Bundesrat Ernest Schwindsackl mit Bundesrätin Sandra Lassnig und Kärntner ÖVP-Senioren Landesgeschäftsführer Reg.R. Werner Lassnig vor der Landesgeschäftsstelle.

Anliegen über Landesgrenzen hinweg

Auf Einladung von Landesobmann Bundesrat Ernest Schwindsackl besuchte der neue Kärntner Landesgeschäftsführer, Bezirksobmann von St. Veit an der Glan Reg.R. Werner Lassnig und seine Tochter Bundesratskollegin Sandra Lassnig die steirische Seniorenbund-Landesgeschäftsstelle. Im Mittelpunkt standen Anliegen der älteren Generation, die Arbeit der Seniorenvertretungen und gemeinsame Herausforderungen. Erfahrungen wurden geteilt und Ideen diskutiert. Es zeigte sich, wie wichtig der Austausch zwischen den Bundesländern ist, um die Interessen der Seniorinnen und Senioren zu vertreten. Der Graz-Besuch bot zudem Gelegenheit, neue Eindrücke zu sammeln, persönliche Kontakte zu vertiefen und die Verbundenheit über die Landesgrenzen hinweg zu stärken.

Zu Gast bei Freunden: Bleibende Erinnerungen

Wenn die Nachbarschaft zum Festplatz wird, darf eines nicht fehlen – gute Stimmung. Die Mitglieder der Ortsgruppe Schwarzau-Mitterlabill folgten der Einladung und erlebten einen Festbesuch in der Ortsgruppe Wolfsberg im Schwarzautal. 47 Mitglieder hatten sich versammelt und wurden herzlich begrüßt. Die Zeit verging wie im Flug. Es wurde gelacht, gesungen und gefeiert. Ortsgrenzen spielen keine Rolle – was zählt, sind Freundschaft, Zusammenhalt und die Freude, miteinander aktiv zu sein. Der Festbesuch zeigte, wie lebendig unsere Gemeinschaft ist. Als größte Gruppe wurde den Mitgliedern aus Schwarzau-Mitterlabill anerkennend ein Bierkorb überreicht. Seniorinnen und Senioren genossen die Gemeinschaft. Und eines stand am Ende fest: Wo Menschen zusammenkommen, um miteinander zu feiern, entstehen Erinnerungen, die bleiben. Ein herzliches Dankeschön an die Gastgeber für dieses rundum gelungene Fest! Die Begegnungen und die ausgelassene Stimmung machten den Tag zum Höhepunkt. So wird Nachbarschaft gelebt: offen, herzlich und voller Freude.



Freudvolle Mitglieder machten den nachbarschaftlichen Festbesuch als größte Gruppe unvergesslich.



Persönliche Gespräche in der Landesgeschäftsstelle.

Austausch, Begegnung und neue Impulse

Ein Besuch in der Landesgeschäftsstelle des Steirischen Seniorenbundes ist für Ortsgruppen eine besondere Gelegenheit, miteinander ins Gespräch zu kommen, aktuelle Anliegen zu besprechen und einen Blick hinter die Kulissen zu werfen. Der Vorstand der Ortsgruppe Judenburg rund um Obmann Friedwald Schaffer nutzte die Möglichkeit am 25.06.2026 zum persönlichen Austausch. In herzlicher Atmosphäre wurden Erfahrungen aus dem Vereinsleben geteilt, Fragen angesprochen und Ideen für kommende Aktivitäten diskutiert. Dabei zeigte sich einmal mehr, wie wichtig der direkte Kontakt zwischen den Ortsgruppen und der Landesorganisation ist. Gemeinsam entstehen neue Impulse, die das Miteinander stärken und die vielfältige Arbeit des Seniorenbundes vor Ort bereichern.

Herzlichen Glückwunsch zum 75. Geburtstag

Als Obfrau des Seniorenbundes St. Peter im Sulmtal leistet **Anni Koch** Großartiges für die Seniorinnen und Senioren.
Herzlichen Dank für den unermüdlichen Einsatz und für das wertschätzende MITEINANDER in der Gemeinde! Alles Liebe und weiterhin viel Freude, Gesundheit und Energie wünschen Bürgermeisterin Maria Skazel und der Steirische Seniorenbund.
Bürgermeister Günter Tromayer, Vizebürgermeisterin Jaquline Pfleger, die Mitglieder des Seniorenbundes u. Abordnungen der Vereine gratulierten Franz Pausackerl zum Geburtstag. herzlich. Seit 18 Jahren steht Franz Pausackerl der Ortsgruppe Dechantskirchen als Obmann vor. Ein Anlass, Danke zu sagen, für sein Engagement und für die vielen Stunden, die er in den Dienst der Gemeinschaft gestellt hat.





Der Steirische Seniorenbund bedankt sich für den unermüdlichen und engagierten Einsatz und wünscht weiterhin viel Gesundheit, Glück und Freude.

Hatzendorf im steirischen Vulkanland



Der Seniorenbund Hatzendorf wurde 1967 von Karl Fuchs mit 17 Mitgliedern gegründet. Das Ziel war, den Lebensabend älterer Menschen durch Gemeinschaft und Aktivitäten zu bereichern.

Bis 1984 steigerte er die Mitgliederzahl auf 180. Ihm folgten Johann Konrad (1985–1993), der ein umfangreiches Reiseprogramm mit dem Busunternehmen Prehm etablierte, Gertrude Konrad (1994–2000), Gründerin des Seniorenchors, Franz Steirer (2000–2009), der Wanderreisen forcierte, sowie Anton Hirschmugl (2009–2017). Unter seiner Führung erreichte der Verein erstmals die Marke von 200 Mitgliedern. Zudem wurden Opernfahrten, Kegeln und Wandern ausgebaut. Bereits damals erkannte er die Bedeutung, jüngere Mitglieder in die Vorstandsarbeit einzubinden.

Funktionsübernahme

Mit Jänner 2018 übernahm Anneliese Fuchs im Alter von 63 Jahren die Funktion der Obfrau. Die begeisterte Keglerin verfolgte das Ziel, mit einem abwechslungsreichen und sportlich attraktiven Programm auch jüngere Seniorinnen und Senioren anzusprechen. Das Jahr 2018 stand im Zeichen des Aufbaus.



Tag der offenen Tür: v.li. BO Dr. Othmar Sorger, Obfrau Anneliese Fuchs, Abg.z.NR SQM MMag. Dr. Agnes Totter, BEd, LGF Gerd Wilfling

Erstmals nahm die Ortsgruppe an den Landesmeisterschaften der Senioren im Kegeln in Liezen teil. 2019 wurde das Seniorencafé mit Schwerpunkt Gedächtnistraining ins Leben gerufen; dabei entdeckten auch jüngere Mitglieder traditionelle Kartenspiele wie Preferanzen für sich. Die Jahre 2020 und 2021 waren von der Corona-Pandemie geprägt, ehe im Herbst 2021 der schrittweise Neustart gelang.

2022 fanden Neuwahlen statt. Gleichzeitig initiierte die Ortsgruppe das Bezirkskegeln für den Bezirk Feldbach im GH Valecz. 2023 wurde der bisherige Seniorenball in ein Frühlingsfest umgewandelt, das seither am Wochenende nach Ostern stattfindet. Neu eingeführt wurde offenes Singen mit Gitarrenbegleitung.

2024 organisierte die Ortsgruppe die Landesradsternfahrt mit Ziel Hatzendorf und erweiterte das Reiseangebot auf zwei Mehrtagesreisen pro Jahr. Seit 2025 ergänzt das E-Bike-Fahren mit Sicherheitsschulung und einem zweiten Sportreferenten für monatliche Ausfahrten von April bis Oktober das Programm.

Ein besonderer Meilenstein wurde 2026 erreicht: Im April zählte der Seniorenbund erstmals 300 Mitglieder – ein Erfolg, der auf die kontinuierliche Anpassung des Angebots an die Wünsche der Mitglieder zurückzuführen ist. Nach der Eröffnung der Koralmbahn organisierte die Ortsgruppe kurzfristig drei zusätzliche Tagesfahrten mit insgesamt 161 Teilnehmerinnen und Teilnehmern.



Der gesamte Vorstand der Ortsgruppe Hatzendorf im Juni 2026.

Haus der Generationen

Nach langjährigen Bemühungen stellte die Stadtgemeinde Fehring dem Verein Räumlichkeiten im Zentrum von Hatzendorf zur Verfügung. Am 28. Juni 2026 wurde im Rahmen eines Tages der offenen Tür das „Haus der Generationen" eröffnet. Es vereint Kinderkrippe, Seniorenzentrum Hatzendorf und das Büro des ÖKB unter einem Dach. Mehr als 200 Gäste nahmen an der Eröffnung teil, darunter Landesgeschäftsführer Gerd Wilfling, Bezirksobmann Dr. Othmar Sorger, Bgm Mag. Johann Winkelmeier, NR.Abg. Dr. Dr. Agnes Totter und Stadträtin Ute Schmied.

Der Erfolg des Seniorenbundes Hatzendorf zeigt, wie wichtig es ist, auf gesellschaftliche Veränderungen einzugehen und das Angebot laufend weiterzuentwickeln. Ein herzlicher Dank gilt unserem Bürgermeister sowie allen Mitgliedern für ihre aktive Teilnahme, besonders aber den zahlreichen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die mit ihrem Einsatz das lebendige Vereinsleben ermöglichen.

Jubiläen, die Menschen verbinden

Die Ortsgruppen des Steirischen Seniorenbundes feiern ihre Geschichte – und vor allem die Menschen, die sie geprägt haben.

60 Jahre Gemeinschaft

Vier Ortsgruppen blickten heuer auf sechs Jahrzehnte zurück. In Anger begann der Festtag mit einem Gottesdienst. Beim Festakt wurden Mitglieder und Ehepaare gefeiert.

In Heilbrunn wurde das 60-Jahr-Jubiläum beim Sommerfest gefeiert. Höhepunkt war die Ehrung des langjährigen Obmanns Franz Neuhold. Obfrau Katharina Schöpf-Bratl und ihr Team wurden gewürdigt.

Der Seniorenbund Passail feierte mit Gottesdienst und Festakt. Obfrau Margarethe Klamler, seit 30 Jahren im Vorstand, wurde ausgezeichnet. Maria Ederer und Roswitha Riegerbauer erhielten die Silberne Ehrennadel.

Auch die Pfarrgruppe Heiligenkreuz am Waasen feierte ihr 60-jähriges Bestehen. Obfrau Regina Arnus begrüßte Mitglieder, Ehrengäste und befreundete Ortsgruppen. LO BR Ernest Schwindsackl, BO Manfred Haider, Bgm. Siegfried Neuhold und BPO NAbg. Bgm. Joachim Schnabel würdigten Arbeit und Zusammenhalt. Eine Fotostrecke mit 150 Bildern begeisterte.

50 Jahre und mittendrin

Buch–St. Magdalena feierte 50 Jahre. Seit 1976 wuchs die Ortsgruppe auf mehr als 250 Mitglieder und zählt zu den größten Gruppen des Regionalbezirkes Hartberg. Obfrau Christine Ernst erhielt die Silberne Ehrennadel. Dank galt auch allen früheren Funktionären und Helfenden.

Auch Murau beging am 19. September das 50-Jahr-Jubiläum. Mehr als 180 Gäste, darunter Landesobmann Ernest Schwindsackl, Bürgermeister Thomas Kalcher und Delegierte fast aller Ortsgruppen des Bezirkes, feierten im Brauhaus. Obmann Anton Kühr blickte auf Geschichte und Obleute zurück. Grußworte würdigten den Seniorenbund als Freizeit- und Gemeinschaftsorganisation und seine gesellschaftspolitische Bedeutung.

40, 30 und 25 Jahre

40 Jahre Oberes Kainachtal: Obmann Herbert Buchgraber und Langzeitobfrau Maria Fraidl ließen die Vereinsgeschichte Revue passieren. Univ.-Prof. Dr. Leopold Neuhold sprach über Herausforderungen des Älterwerdens. Die Fasslthoma Musi sorgte für Stimmung.

In Veitsch wurde das 30-jährige Bestehen mit rund 70 Mitgliedern und zwei Gründungsmitgliedern gefeiert. Kapellen feierte 25 Jahre. Obmann Heinz Bitesser wurde bestätigt, eine Festschrift erinnerte an die Geschichte. Ehrungen und gemeinsames Feiern rundeten die Festtage ab.

Gemeinsam gewachsen

Ob 60, 50, 40, 30 oder 25 Jahre: Hinter jedem Jubiläum stehen Menschen, Ehrenamt und Gemeinschaft. Viele Ortsgruppen nutzten die Jubiläen auch, um nach vorne zu blicken. Was einst mit wenigen Engagierten begann, ist heute vielerorts ein lebendiges Netzwerk mit Ausflügen, Kultur, Bewegung und Begegnung. Die Feiern würdigen nicht nur die Vergangenheit, sondern stärken auch den Zusammenhalt für die kommenden Jahre.


ANGER


HEILBRUNN


HEILIGENKREUZ A.W.


KAPELLEN


MURAU


OBERES KAINACHTAL


PASSAIL


ST. MAGDALENA AM LEMBERG


VEITSCH



ALLERHEILIGEN BEI WILDON
Karl Roessler, 90.



BIRKFELD
Anna Feldhofer, 90.



BRUCK AN DER MUR
Gerlinde Schabernack, 93.



DECHANTSKIRCHEN
Maria Zehrfuchs, 90.



DIENERSDORF
Alois Cividino, 90.



EIBISWALD
Friedrich Moser, 90.



FELDBACH
Franz Matzhold, 90.



FLOING
Christandl Blasius, 90.



FLOING
Josef Hirzberger, 90.



FLOING
Maria Mandl, 90.



FLOING
Katharina Schrank, 90.



FRIEDBERG
Franz Kogler, 99.



FRIEDBERG
Herta Pferschy, 92.



FRIEDBERG
Elisabeth Ringhofer, 90.



GASEN
Anna Derler, 90.



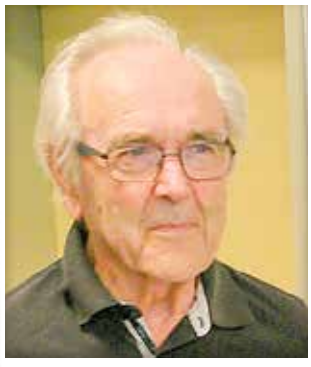
GERSDORF A.D. FEISTRITZ
Anna Zengerer, 90.



GOSSENDORF
Berta Hödl, 90.



GRAZ-LIEBENAU
Josef Fink, 90.



GRAZ-LIEBENAU
Franz Leber, 90.



GRAZ-LIEBENAU
Alois Peklar , 90.



GREINBACH
Anna Grill, 99.



GROSSHART
Maria Flechl, 94.



GROSSHART
Emilie Goger, 95.



GROSSSTEINBACH
Josefa Bleikolb, 95.



Maria Samer, 93.

Maria Pflügelbauer, 93.

GROSSSTEINBACH



HART-PURGSTALL
Anna Friedl, 94.



HART-PURGSTALL
Michael Gradwohl, 90.



HART-PURGSTALL
Maria Schrei, 94.



HATZENDORF
Anna Baumgartner, 91.



HATZENDORF
Maria Kalcher, 91.



HATZENDORF
Gisela Kern, 92.



HATZENDORF
Christine Siegl, 91.



HEILIGENKREUZ A. WAASEN
Anna Lorber, 100.



HOLLENEGG
Anna Ruhri, 90.



ILZTAL
Rosa Binder, 90.



ILZTAL
Engelbert Gollner, 90.



JAGERBERG
Anna Gößler, 100.



JAGERBERG
Ida Klein, 95.



JAGERBERG
August Monschein, 90.

So erreichen Sie uns:

Redaktion „ZEITLOS"

E-Mail:
office@zeitung-zeitlos.at

Webseite:
www.zeitung-zeitlos.at



KIRCHBACH IN STMK.
Maria Gsellmann, 90.



KIRCHBACH IN STMK.
Anna Maria Schönberger, 90.



KIRCHBACH IN STMK.
Maria Totter, 90.



KIRCHBACH IN STMK.
Maria Völkl, 90.



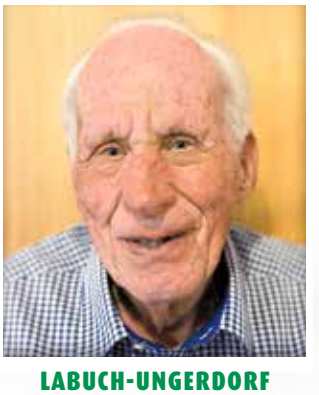
KIRCHBACH IN STMK.
Maria Zirkl, 90.



KÖFLACH
Elfriede Leitner, 95.



KUMBERG
Hildegard Sauseng, 95.



LABUCH-UNGERDORF
Ferdinand Passath, 90.



LABUCH-UNGERDORF
Elfriede Repic, 90.



LANGENWANG
Peter Rinnhofer, 90.



LANGENWANG
Erich Rosspeintner, 90.

Maria Höllebauer, 91.
Gertrude Königshofer, 93.
Maria Schütter, 96.
Maria Tschiggerl., 91.
Edwina Unzog, 92.
Karl Veitschegger, 91.

LANGENWANG



LUDERSDORF-WILFERSDORF
Johann Fartek, 90.



LUDERSDORF-WILFERSDORF
Josef Meister, 90.



LUDERSDORF-WILFERSDORF
Josef Passath, 90.



MARKT HARTMANNSDORF
Frieda Neumayer, 90.



MARKT HARTMANNSDORF
Maria Tieber, 102.



OBERWÖLZ
Maria Zelinka, 90.



PREDING
Franz Riedl, 90.



PREDING
Aurelia Schalk, 93.



PUCH BEI WEIZ
Hedwig Ilzer, 99.



SCHWARZAU-MITTERLABILL
Johanna Fruhwirt, 90.



SCHWARZAU-MITTERLABILL
Aloisia Zöhrer, 90.



SEGGAUBERG
Franz Lileg, 90.



SEMRIACH
Maria Stelzer, 90.



SINABELKIRCHEN
Maria Thomaser, 100.



ST. GEORGEN A.D. STIEFING
Maria Fastl, 90.



ST. GEORGEN A.D. STIEFING
Irmgard Haiderer, 95.



ST. GEORGEN A.D. STIEFING
Maria Strohmeier, 90.



ST. RUPRECHT A. D. RAAB
Herta Maninger, 90.



ST. STEFAN IM ROSENTAL
Hermine Scheucher, 90.



ST. STEFAN IM ROSENTAL
Anna Prutsch, 100.



ST. STEFAN IM ROSENTAL
Maria Wallner, 90.



STANZ IM MÜRZTAL
Margarethe Steinbauer, 90.



STRADEN
Maria Frauwallner, 90.



STRADEN
Angela Plaschg, 95.



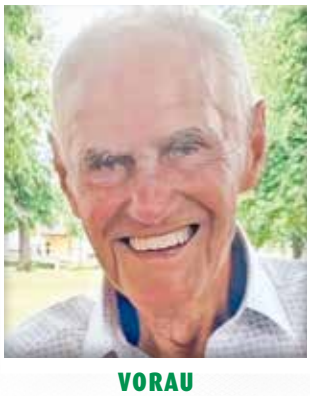
UNTERBERGLA
Aloisia Golds, 90.



Jolande Fraiß, 90.

Christine Zangl, 90.

VEITSCH



VORAU
Johann Gschiel, 97.



VORAU
Adelheid Haspl, 90.



VORAU
Maria Hofer, 90.



VORAU
Johann Maierhofer, 90.



WUNDSCHUH
Johann Kickmaier, 95.



WUNDSCHUH
Franz Krispel, 95.

EHEJUBILARE



ALLERHEILIGEN
Margareta und Günter Schirnhofer, Diamantene Hochzeit



ANGER
Maria und Bernard Kulmer, Goldene Hochzeit



ANGER
Ingrid und Franz Neuhold, Goldene Hochzeit



ANGER
Grete und Fritz Pailer, Goldene Hochzeit



ANGER
Kathi und Luis Strahlofer, Eiserne Hochzeit



DECHANTSKIRCHEN
Werner und Renate Bogomolov, Goldene Hochzeit

Redaktionsschluss
30. Okt. 2026 um 10 Uhr



EDELSBACH
Sophie und Herbert Feichtinger, Goldene Hochzeit



FLOING
Karl und Anna Vorraber, Goldene Hochzeit



FRIEDBERG
Gertrude und Josef Prem, Eiserne Hochzeit



GERSDORF AN DER FEISTRITZ
Gertrude und Johann Reiter,
Diamantene Hochzeit



GREINBACH
Rosa und Karl Gleichweit, Goldene Hochzeit



HATZENDORF
Günter und Ermelinde Mathiaschitz,
Goldene Hochzeit



HATZENDORF
Gottfried und Hermine Theissl, Goldene Hochzeit



HEILBRUNN
Rosina und Peter Unterberger, Eiserne Hochzeit



HEILBRUNN
Martha und Dyonis Straußberger,
Eiserne Hochzeit



HOLLENEGG
Stefanie und Franz Masser, Goldene Hochzeit



LEUTSCHACH A.D. WEINSTRASSE
August und Maria Schipfer, Goldene Hochzeit



ÖBLARN
Roswitha und Norbert Zefferer, Diamantene Hochzeit



PALDAU
Karl und Johanna Rauch, Platinene Hochzeit



PREDING
Johann und Dorothea Mitteregger, Goldene Hochzeit



RANTEN
Adolf und Hildegunde Kleinferchner, Diamantene Hochzeit



RIEGERSBURG
Gertrude und Franz Penitz, Diamantene Hochzeit



RIEGERSBURG
Rosa und Alois Radkohl, Diamantene Hochzeit



ST. GEORGEN A. D. STIEFING
Elsa und Fritz Riedl, Goldene Hochzeit



ST. JOHANN BEI HERBERSTEIN
Anton und Gertrude Falk, Diamantene Hochzeit



ST. JOHANN IN DER HAIDE
Johann und Josefine Riegler, Eiserne Hochzeit



ST. KATHREIN AM OFFENEGG
Franz und Justine Ostermann, Diamantene Hochzeit



ST. RADEGUND BEI GRAZ
Grete und Karl Zierler, Goldene Hochzeit



SCHÖNBERG-LACHTAL
Franz und Anni Petz, Diamantene Hochzeit



SCHWARZAU-MITTERLABILL
Alois und Maria Eibler, Goldene Hochzeit



SCHWARZAU-MITTERLABILL
Franz und Maria Gaar, Goldene Hochzeit



SCHWARZAU-MITTERLABILL
Stefanie und Johann Kicker, Diamantene Hochzeit



SCHWARZAU-MITTERLABILL
Rudolf und Gertraud Platzer, Diamantene Hochzeit



SCHWARZAU-MITTERLABILL
Edeltraud und Franz Weicher, Diamantene Hochzeit



STANZ IM MÜRZTAL
Elisabeth und Franz Hölbling, Goldene Hochzeit



STANZ IM MÜRZTAL
Hermengilde und Hermann Hölbling, Goldene Hochzeit



STANZ IM MÜRZTAL
Maria und Johann Knoll, Goldene Hochzeit



VORAU
Patritz und Herta Faustmann, Goldene Hochzeit



STRALLEGG

Von links nach rechts: Franz Mosbacher (Obmann Seniorenbund), Friesenbichler Aloisia und Alfred (Diamantene Hochzeit), Feiner Stefanie und Erhard (Diamantene Hochzeit), Mosbacher Hildegard und Johann (Goldene Hochzeit), Kaindlbauer Josefa und Franz (Goldene Hochzeit), Kandlbauer Franz (80. Geburtstag), Schneeberger Rosa (Gratulantin Seniorenbund)



VORAU
Anna und Anton Rechberger,
Diamantene Hochzeit



WARTBERG
Maria und Josef Kamsker, Goldene Hochzeit



WENIGZELL
Ehrentraud und Franz Sommersguter,
Diamantene Hochzeit

Ihre Beiträge senden Sie an: office@zeitung-zeitlos.at



WANN & WOHIN

Bitte vormerken!
Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnehmer.

Tarock spielen



im Pfarrsaal der Stadtpfarrkirche Graz, Herrengasse 23
Anfragen unter Tel. 0699 / 81 32 20 18

Jeden Freitag von 9–12 Uhr

Auf zum Pilgerkreuz



Die Ortsgruppe Veitsch im Bezirk Mürzzuschlag bietet eine gemeinsame Wanderung zum Pilgerkreuz (ca. 30 Min.) inklusive Führung beim ehemaligen Magnesitabbau an.

Taxitransport je nach Anmeldung möglich.

Anmeldung: Ortsorganisationsreferentin Elisabeth Hofbauer **Tel. 0699/11677392**

Digital durchstarten – ganz ohne Vorkenntnisse!

Die kostnelose Tabletschulungen des Steirischen Seniorenbundes in Kooperation mit der A1 Seniorenakademie richten sich speziell an all jene, die bisher wenig oder keine Erfahrung mit dem Internet haben.

In jeweils drei leicht verständlichen Kurseinheiten lernen Sie in der Kleingruppe Schritt für Schritt den Umgang mit dem Tablet, die Suche im Internet, das Verschicken von E-Mails sowie die Nutzung von Apps und anderen praktischen Anwendungen im Alltag. Selbstverständlich kommt auch das Thema Sicherheit im Netz nicht zu kurz.

Die leihweise zur Verfügung gestellten Tablets sind einfach zu bedienen und können zum Üben mit nach Hause genommen werden.



Termine:

Kurs 1:
10.11., 17.11., 24.11.
jeweils 13:00 – 16:00 Uhr

Kurs 2:
12.11., 19.11., 26.11.
jeweils 09:00 – 12:00 Uhr

Kursort:
Steirischer Seniorenbund
Karmeliterplatz 5, 8010 Graz
(Eingang Steirische Volkspartei)

Anmeldung:
Bis spätestens **23.10.2026**
unter
office@steirischer-seniorenbund.at

Melden auch Sie sich für einen der nächsten Kurse in Graz an!
Nach dem Motto „Wer zuerst kommt, lernt zuerst" vergeben wir die Kursplätze in der Reihenfolge der Anmeldungen.

Wir freuen uns auf Sie!

STEIRISCHER SENIORENBUND

Herzliche Einladung zum

3. BUNTEN NACHMITTAG

des Steirischen Seniorenbundes

Mittwoch, 3. Februar 2027, Einlass ab 13:00 Uhr
in PREMSTÄTTEN, ehemals Schwarzl Halle

8141 Premstätten | Thalerhofstraße 85

ab 13:00 Uhr	Öffentliches Platzkonzert der **Militärmusik Steiermark** vor der Halle
13:45 Uhr	Begrüßung, Landesobmann Bundesrat Ernest Schwindsackl
14:00 Uhr	**Mißebner-Trio** mit der Harmonika Weltmeisterin
14:30 Uhr	**Westwind**
15:00 Uhr	**Seemannschor Admiral Tegetthoff**
15:30 Uhr	**PAUSE**
16:00 Uhr	Opern-/Operetten-Medley **Sängerin Laura Avila**
16:30 Uhr	**Seemannschor Admiral Tegetthoff**
17:00 Uhr	**Westwind**
17:30 Uhr	**Mißebner Trio,** AUSKLANG



PACKAGE:
€ 22,- pro SB Mitglied

Dieses beinhaltet:
Eintrittskarte,
1x Kaffee, 1x Krapfen

Speisen und Getränke gibt es beim Caterer vor Ort!

Kartenbestellung ab 1. Oktober unter:

office@steirischer-seniorenbund.at
oder What's App: 0664/60744 6111

Nähere Infos dazu unter
www.steirischer-seniorenbund.at

oder einfach mit der Handykamera QR-Code scannen

BRUCK-MÜRZZUSCHLAG I BRUCK

STADTGRUPPE BRUCK



Ehrengäste und Geburtstagskinder beim Sommerfest.

Sommerfest 2026

Obmann DI Friedrich Werner lud zum Sommerfest ein und feierte seinen 80. Geburtstag mit Flicker Christa, Pircher Rosa, Schinnerl Frieda, Reithofer Josef (alle 80 Jahre), Schabernak Gerlinde (93), Oswald Renate (85) und Pircher Helmut (82). Es waren noch andere Geburtstage, die gefeiert wurden. Als Ehrengäste wurden LTG Cornelia Izzo, STR Helmut Sommer u. BGM.in Susanne Kaltenegger begrüßt. Die zahlreichen Gäste genossen einen geselligen Nachmittag mit Darbietungen von einigen Sketches für die Geburtstagskinder und der musikalischen Umrahmung von Fritz Hirschberger. Ein Schätzspiel und die gewonnenen Preise machten eine große Freude. Dank gilt allen, die für das Sommerfest köstliche Mehlspeisen gebacken haben und Preise für das Gewinnspiel bereitgestellt haben.

BRUCK-MÜRZZUSCHLAG I MÜRZZUSCHLAG

Großglockner/Kitzsteinhorn/Kaprun

Das Interesse unserer Mitglieder der Ortsgruppe Krieglach am 3-Tages-Ausflug war sehr groß. Wir mussten die Reise daher sogar mit zwei Bussen antreten. Wir wohnten in einem schönen Hotel in Zell am See und besuchten als Erstes die Hochgebirgsstauseen Kaprun, die zur Stromerzeugung dienen. Mit der Kraft des Wassers wird hier täglich Energie erzeugt. Die hochalpine Landschaft am Großglockner und am Kitzsteinhorn – die Aussichtsplattform liegt auf 3000 Meter Seehöhe – hat uns ebenfalls sehr begeistert! Wir spazierten durch das schöne Heiligenblut in Kärnten und erlebten eine sehr interessante Führung in der malerisch gelegenen Kirche. Die Schiffsfahrt am Zeller See mit herrlichem Bergpanorama schloss unseren schönen Ausflug ab. Vielen Dank an alle fürs Dabeisein!

KRIEGLACH



Die Gruppe am Stausee Kaprun.

LANGENWANG



Amüsanter und informativer Ausflug.

Tolles Erlebnis beim ORF

Ein besonderes Erlebnis war unser Ausflug zum ORF nach Wien, wo uns eine interessante Führung geboten wurde. Hinter den Kulissen bekamen wir so manches verständlich erklärt und gezeigt, was wir zu Hause auf unseren Bildschirmen sehen können. Im Anschluss daran gab es in einem tollen Wiener Restaurant ein gutes Mittagessen. Auf der Rückfahrt machten wir noch im wunderschönen Park in Laxenburg Halt, wo wir uns bei einem Rundgang köstlich amüsierten. Zum Abschluss ging es noch zu einem gemütlichen Heurigen, der den Tag bei guter Jause fröhlich ausklingen ließ. Unsere Jubilare: Rinnhofer Peter (90), Rosspeintner Erich (90), Höllebauer Maria (91), Tschiggerl Maria (91), Veitschegger Karl (91), Unzog Edwina (92), Königshofer Gertrude (93) und Schütter Maria (96).

Ausflug ins Ennstal

Die Dreitagesreise führte ins Ennstal. Bei einer Wanderung rund um den Steirischen Bodensee genossen alle das Bergpanorama. Mit der Gondel ging es auf den Dachstein und dann weiter nach Schladming ins Hotel. Am nächsten Tag waren die Besichtigung der bekannten Bergretter-Zentrale und eine Wanderung zum Emiliehof am Programm. Am letzten Tag ging es mit der Seilbahn auf den Hauser Kaibling in die Krummholzhütte und anschließend nach Donnersbachwald auf die Planneralm in die Latschenkieferbrennerei. Gestärkt und mit vielen neuen Eindrücken kam die Gruppe wieder in der Stanz an. Ein großes Danke an unseren Reiseleiter Sepp Reich sowie Peter und Sieglinde Rossegger für den rundum gelungen Ausflug, der allen Beteiligten noch lange in schöner Erinnerung bleiben wird.

STANZ IM MÜRZTAL



Wir trotzen dem Regen mit Humor und bunten Schirmen.

SPITAL - STEINHAUS



Vor der Stiftsbasilika St. Paul.

Ins Paradies von Kärnten

51 Personen nahmen an der Tagesreise ins Lavantal, das Paradies von Kärnten, teil. Im Stift St. Paul mit über 70.000 Büchern und wertvollen Kunstschätzen hatten wir eine interessante Führung durch die Schatzkammer. Beim Gasthaus Gössnitzer im Granitztal, bekannt durch Riesenleberknödel und Busmenüs, war unsere Mittagspause. Der Mostlandexpress brachte uns anschließend mit Musik, Getränken und viel Spaß zum Zogglhof, wo die Präsentation über die Veredelung der "Mostbarkeiten" inclusive Verkostung stattfand. Als Abschluss besuchten wir die Wallfahrtskirche in Maria Buch. Wir freuen uns schon auf die gemeinsame Wanderung zur Brunnalm, am Fuße der Hohen Veitsch, wo wir bei der Halterin Erika mit einer Brettljause in Begleitung von Musik und Witzen verwöhnt werden.

Halbjahresbericht und Pilgerkreuz Veitsch

Unsere Mitglieder nehmen an den monatlichen Treffen in den Gasthöfen in Veitsch recht zahlreich teil. Besondere Anlässe sind immer das Fleischkrapfenessen bei Gabi Scheikl (Rantsch), das Suppenessen in der Taverne sowie die Muttertagsfeier beim Veitschtalwirt. Bei Mittagessen mit Kuchen und Kaffee feierten wir die Geburtstagsjubilare, u.a. Fraiß Jolande und Zangl Christine (beide 90). Eine Besonderheit bei uns: Das größte begehbare Holzkreuz der Welt ist unser Pilgerkreuz (40,70 m) am Veitscher Ölberg. Zur Labung nach der Besichtigung bzw. Führung durch Sabine Baumann (Tel. Nr. +43 699 17385617) gibt es das Kreuzeckstüberl. Das Kreuz ist zu Fuß in ca. 30 Minuten oder mit Taxitransport erreichbar. Gleichzeitige Führung beim ehemaligen Magnesitabbau ist möglich.

VEITSCH



Treffen im Schengaus.

WARTBERG IM MÜRZTAL



Gruppenbild vor dem Hotel Ludlalm.

Tagesausflug Ludlalm am Prebersee

Unser Ausflug am 1. Juli führte uns von Wartberg über das Murtal weiter über Tamsweg bei herrlichen Wetter auf die Ludlalm am Prebersee in 1514 m Seehöhe. Dort wanderten wir gemütlich um den See und genossen den herrlichen Blick auf den Preber. Nach einem ausgezeichneten Mittagessen im Hotel Ludlalm fuhren wir gut gestärkt über Krakauhintermühlen – Krakaudorf – Schöder nach Oberwölz, der kleinsten Stadt der Steiermark. Oberwölz beheimatet das Blasmusikmuseum, wo wir Interessantes über die Blasmusikgeschichte Österreichs vom 19. Jahrhundert bis zur Gegenwart erfuhren. Nach einer Kaffeepause ging unsere Reise weiter nach St. Peter ob Judenburg, wo wir im Gasthaus Stocker nach einer guten Jause und gemütlichem Beisammensein gut gelaunt unsere Heimreise antraten.

DEUTSCHLANDSBERG

Jahreshauptversammlung

Am 14. August fand im Gasthaus Fuchswirt die diesjährige Hauptversammlung des Seniorenbundes des Bezirkes statt. Geschäftsführende Obfrau Chlotilde Reinisch eröffnete die Versammlung. Im anschließenden Totengedenken wurde den Verstorbenen, Bezirksobfrau Mag. Aloisia Zettl und Ing. Markus Reisinger, gedacht. Nach den Berichten erfolgte die Entlastung des gesamten Vorstandes. Für die Neuwahl übernahm Landesfinanzreferent Mag. Johann Jauk den Vorsitz und überbrachte Grüße von Landesobmman BR Ernest Schwindsackl. den Vorsitz. Einstimmig gewählt wurden: Obfrau Lotte Reinisch, Stv. Aldrian Josef, Deix Margareta, Fidler Leo, Lang Erich; Schriftführer: Lampl Berta, Stv. Theußl Christine; Kassier: Haberschek Aloisia, Stv. Hammer Anni; Kassenprüfer: Ing. Jöbstl Franz, Kahr Ernst, Lampl Florian. Mit einem Dankeschön an alle Anwesenden schloss BO Lotte Reinisch Versammlung.

DEUTSCHLANDSBERG



Der neu gewählte Bezirksvorstand.

FRAUENTAL



Fröhliche Gäste bei der Seerundfahrt.

Mulatsag am Neusiedlersee

Zu Sommerbeginn lud die OG Frauental zu einem Ausflug ins Burgenland. In Mörbisch bestiegen alle ein Ausflugsschiff der bekannten „Drescher Line", um während einer Seerundfahrt einen „Mulatsag", eine fröhliche Unterhaltung nach alter Tradition, zu erleben. Nach dem Aussteigen in Illmitz wartete bereits ein Pferdegespann für eine Kutschenfahrt in den Nationalpark Seewinkel. Man erlebt die wunderschöne Landschaft rund um den Neusiedler See auf eine ganz besondere Art und Weise. So verbrachten die Frauentaler Gäste einen schönen Tag und erlebten die Pußtaromantik in vollen Zügen, bei der auch die Hektik des Alltages vergessen werden konnte. Am Nachmittag ging es wieder nachhause. Zum runden Geburtstag wurde Franz Hribar gratuliert. Nochmals alles Liebe und Gute.

Sommerliche Ausflüge

Die Dreitagesfahrt des Seniorenbundes Ortsgruppe Hollenegg ging diesmal nach Ferlach in Kärnten. Dort besuchten die 50 Reisenden das Büchsenmacher- und Jagdmuseum im Schloss Ferlach und erfuhren viel Wissenswertes rund um die Jagd, Wildtiere sowie Naturschutz. Am Nachmittag fuhren wir weiter zur Burg Hochosterwitz, die bequem mit dem Schrägaufzug erreicht wurde. Am 23. Juli fuhren dann fast 70 Senioren nach Trieben zur Gebirgsgarnelenzucht. Nach einer interessanten Führung durch die „White Panther" Garnelenproduktion gab es verschiedene Erzeugnisse zu verkosten. Anschließend ging es weiter zur Edelraute Hütte auf zirka 1.725 m Höhe in den Hohen Tauern. Bei herrlichem Wetter und Bergpanorama konnte der Scheiblsee umwandert werden, ehe es wieder nach Hause ging.

HOLLENEGG



White Panther - ein einzigartiger Genuss aus den Alpen.

PREDING



Gesamte Reisegruppe in der Basilika Maria Taferl.

Immer was los!

Nach unseren Frühjahrsausflügen zum Airport Graz / Sparzentrale und Fröhlich Reis / Käferbohnenkabinett fuhren wir im Juni für fünf Tage in die Wachau. Am Anreisetag besichtigten wir das Besucherkraftwerk und die Donauschleuse Ybbs-Persenbeug, am Nachmittag gab es eine herrliche Weinverkostung direkt an der Donau. Weitere Stationen waren die Schallaburg mit der Ausstellung „die 80er", Stift Melk, Kittenberger Erlebnisgärten, Maria Taferl, Dürnstein, Stadt Krems und Destillerie Hellerschmid. Bei der Heimfahrt besuchten wir noch das Rosarium in Baden. Es waren sehr gelungene Tage in Melk. Im Juli gab es außerdem noch das Geburtstagsessen für unsere älteren Mitglieder und zugleich das Dankeessen für unsere Ortsvertreter. Nochmals Alles Gute und Herzlichen Dank!

5 Seen-Wanderung auf der Tauplitz

Dass unsere Seniorinnen und Senioren noch sehr mobil sind, gerne verreisen und Freude am Wandern haben, zeigte sich bei diesem wunderschönen Tagesausflug auf die Tauplitzalm einmal mehr. Im Mittelpunkt standen die gemeinsame Zeit, das Naturerlebnis und die Freude an der Bewegung. Damit alle nach ihren persönlichen Möglichkeiten teilnehmen konnten, wurde der Ausflug flexibel gestaltet. Ein Teil der Gruppe erkundete die Landschaft zu Fuß, während die anderen bequem mit dem Traktor-Express unterwegs waren. So konnte jede und jeder die Gemeinschaft genießen und die beeindruckende Bergwelt auf die passende Weise erleben. Der Ausflug hat gezeigt, wie schön es ist, gemeinsam unterwegs zu sein, Neues zu entdecken und unvergessliche Stunden in der Natur zu verbringen.

ST. STEFAN OB STAINZ



Der Großsee, einer der fünf Seen-Wanderung.

STADTGRUPPE DEUTSCHLANDSBERG



In der Altstadt von Nikolsburg.



† Markus Reisinger

Kulturreise und Nachruf Markus Reisinger

Die diesjährige Kulturreise führte nach Mähren in der Tschechischen Republik. Das Programm brachte die Reisenden über Nikolsburg nach Brünn sowie in die Städte Olmütz und Kremsier. Im Janacek-Theater, war die Aufführung der Oper „Rusalka" von Antonín Dvořák ein beeindruckendes Erlebnis. Neben vielen kulturellen Eindrücken sind auch die persönlichen Kontakte nicht zu kurz gekommen.

Seniorenbundobmann der Stadtgruppe Deutschlandsberg Markus Reisinger hat plötzlich und völlig unerwartet seinen irdischen Weg beendet. 20 Jahre lang war er als verdienstvoller Obmann voller guter Ideen, Tatendrang und Kondition. Mit seiner unermüdlichen Arbeit hat Markus den Seniorinnen und Senioren viele schöne Stunden geschenkt Wir werden unseren Markus stets in dankbarer Erinnerung behalten.

4 Tage Salzburgerland und lustige Drauflo ßfahrt

Die 4-Tage-Reise im Juni führte 54 Teilnehmer ins Salzburgerland. Bei herrlichem Wetter ging es zum All-Inclusive-Apartmenthotel Marco Polo in Maria Alm/Hinterthal. Strahlendes Wetter erfreute uns auch bei der Besichtigung des Kraftwerks Kaprun. Auch in der Salzburger Altstadt am 3. Tag war es trocken, aber schon am Nachmittag im Schloss Hellbrunn bei den Wasserspielen wurden alle nass! Salzburger Schnürlregen begleitete uns am 4. Tag ins Haus der Natur und in den Hangar 7. Im Juli gab es eine Floßfahrt auf der Drau in Marburg mit 74 Teilnehmern. Nach einem Bummel durch Marburg war ausreichend Zeit für Kaffee- und Eisgenuss. Bei der Heimfahrt kehrten wir im Schneiderannerl ein, wo 5 Musikanten, alle aktive Mitglieder unserer OG, für einen Ohrenschmaus sorgten.

UNTERBERGLA



Lustige Drauflo ßfahrt.

GRAZ

GRAZ



Die Teilnehmer vor dem Lindwurm.



† Friedrich Jelenics

Ausflug und Nachruf Friedrich Jelenics

Wie jedes Jahr unternahmen die Bezirksobleute der Stadtgruppe Graz einen Gemeinschaftsausflug. Rupert Maderbacher übernahm dankenswerter Weise die Aufgabe, die Bahnfahrt und das Programm in Klagenfurt zu organisieren.So ging es mit dem Railjet nach Klagenfurt, wo uns Frau Zimmerl-Rasspotnik die wichtigsten historischen Daten näherbrachte. Wir sind uns einig – Klagenfurt ist eine Reise wert.

Tief betroffen haben wir die traurige Nachricht erhalten, dass unser Bezirksobmann von Graz-Gries Friedrich Jelenics, von uns gegangen ist. Wir erinnern uns mit herzlichem Dank sehr gerne an die unzähligen Veranstaltungen, Ausflüge, Feiern und geselligen Stunden, die Fritz mit Engagement vorbereitet, gestaltet und mit Freude durchgeführt hat. Wir werden dich stets in lieber Erinnerung behalten. Ruhe in Frieden.

Wien war eine Reise wert!

Gut gelaunt und mit Vorfreude auf den bevorstehenden Tag ging es für die Bezirksgruppe Graz Eggenberg im Mai mit dem Bus in unsere Bundeshauptstadt. Nach zweieinhalb Stunden Fahrt kamen wir endlich beim Parlament an, wo wir schon von Frau Daniela Gmeinbauer (Abgeordnete zum Nationalrat) erwartet und herzlich begrüßt wurden. Die einstündige Führung durch das Hohe Haus war für uns alle sehr interessant. Anschließend ging es weiter zum Schweizerhaus in den Wiener Prater, wo wir kulinarisch verwöhnt wurden. Gut gestärkt ging die Fahrt dann weiter zur Seegrotte nach Hinterbrühl in Niederösterreich, wo wir eine Bootsfahrt auf Europas größtem unterirdischem See machten. Bevor wir zufrieden die Rückreise nach Graz antraten gab es zur Stärkung noch Kaffee und Kuchen.

GRAZ-EGGENBERG



Ausflug Wien – Parlament.

GRAZ-GEIDORF



Der Besuch im Sitzungssaal des Landtages.

Besuch im Landtag

Am 20. Juli besuchten wir auf Einladung von LR Dr. KH Kornhäusl das Landhaus. Eine große Überraschung erwartete uns dann zu Beginn der Führung. Frau LH a.D. Waltraud Klasnic begrüßte uns gemeinsam mit Herrn Landesrat. Anschließend wurden wir durch eine äußerst kompetente Führung von Frau Dr. Birgit Saurer durch den Sitzungssaal, Rittersaal und Steinernen Saal geleitet. Die historisch bedeutenden Kunstwerke wie z.B. „Die Bildsegnung des Friedens" und vor allem die sogenannte „Steirische Geburtsurkunde", die Georgenberger Handfeste als der „älteste Staatsvertrag" aus dem Jahre 1186, waren natürlich die Highlights der Führung. Ein herzlicher Empfang mit einem Gläschen steirischem Wein im Büro des Herrn Landesrats beschloss einen äußerst interessanten Nachmittag.

Volles Programm vor der Sommerpause

Im Juni haben wir Liebenauer immer volles Programm. Heuer besuchten wir die private Kaffeerösterei in Pruggern und fuhren dann zum Steirischen Bodensee. Bei diesem handelt es sich um ein wunderschönes Ausflugsziel. Und obwohl das Wetter diesmal nicht so schön war, konnten wir den See umrunden und die tosenden Wasserfälle bewundern. Schon zwei Tage später besuchten wir das Fest der Stadtgruppe Graz im Novapark und erlebten einen schönen gemeinsamen Nachmittag mit Musik, Gewinnspielen und gutem Essen, so ganz nach dem Motto: „Abheben in den Sommer". Zu guter Letzt führte uns unsere „Überraschungsfahrt" zum Buschenschank Pichler-Schober. Dort genossen wir trotz Hitze im kühlen Schatten der Pergola die gute Jause und den Wein, bevor wir in die Sommerpause gingen.

GRAZ-LIEBENAU



Gute Laune beim Buschenschank Pichler-Schober.

GRAZ - MARIATROST



Herrliches Bergpanorama.

Festenburg - Schneeberg

Am 29. Mai 2026 führte unsere Fahrt zu einer Schauweberei in Wenigzell, danach zu einem historischen Juwel der Oststeiermark, der interessanten Festenburg, und zum Abschluss bekamen wir Einblicke in das Schnapsbrennen bei der Familie Schiestl in Mönichwald. Am 26. Juni 2026 besuchten wir das Südbahnmuseum in Mürzzuschlag mit der österreichweit größten Ausstellung von Draisinen und Motorbahnwagen. Nach einer kurzen Besichtigung der landschaftsbestimmenden barocken Wallfahrtskirche Maria Schutz landeten wir in Puchberg am Schneeberg. Die Salamanderbahn brachte uns in einer landschaftlich beeindruckenden Fahrt in 40 min zum Hochschneeberghaus, wo uns neben dem wunderbaren Mittagessen das prachtvolle 360° Panorama und das historische Elisabethkirchlein erfreuten.

Vielfalt wird groß geschrieben!

Das vielfältige Programm der Ortsgruppe Straßgang sorgt für großen Zuspruch und damit stets steigende Mitgliederzahlen! Ein kleiner Auszug aus unseren Aktivitäten: Wir machten einen Ausflug ins Burgenland, wo die Besichtigung der Blaudruck-Werkstätte Koó und eine Schifffahrt am Neusiedlersee am Programm standen. Es gab ein Sommertreffen im schattigen Gastgarten, Besichtigung der Kostümwerkstätten, Vortrag einer Polizistin zum Thema „Die zahlreichen Methoden der Telefonbetrüger", eine Fahrt in die Südoststeiermark zu den Reisfeldern und zu „Pechmann's alte Ölmühle" sowie vieles mehr. Das alles ist der Obfrau unserer Ortsgruppe Waltraud Hofmann zu verdanken, die mit ihrem Team diese vielfältigen Veranstaltungen auf die Beine stellt. Ein herzliches Dankeschön!

GRAZ-STRASSGANG



Wertvolle, bereits seltene Handarbeit. Fa. Blaudruck Koò im Bgld.



Hansaton

15 %

Rabatt für Mitglieder des Steirischen Seniorenbundes

Hansaton – Über 120x in Österreich, 18x in der Steiermark | www.hansaton.at

Seniorenbund Mitglieder erhalten minus 15% Rabatt auf den Gesamtbetrag der Eigenleistung beim Kauf von Hörsystemen der Klassen Premium+ und Premium der Marke Phonak sowie minus 15 % Rabatt auf maßgefertigten Gehörschutz. Nicht mit anderen Gutscheinen oder Rabatten kombinierbar. Nicht in bar ablösbar. Gültig bis auf Widerruf.

STEIRISCHER SENIORENBUND



weichberger
MOBILITY. UND ALLES LÄUFT BESSER

5 €
Sofortrabatt

Weichberger – Reifen, Felgen, Service, Fahrrad – 7x in der Steiermark | www.weichberger.at

Nur für Mitglieder des Steirischen Seniorenbundes; einmalig pro Mitgliedskarte einlösbar, nicht übertragbar, nicht in bar ablösbar, nicht mit anderen Rabatten und Aktionen kombinierbar. 23x in Österreich. Gültig bis auf Widerruf.

STEIRISCHER SENIORENBUND



© Parktherme Bad Radkersburg | Harald Eisenberger

PARK THERME
BAD RADKERSBURG

-20%
Rabatt
auf den Eintritt*

Parktherme Bad Radkersburg | Alfred Merlini-Allee 7 | 8490 Bad Radkersburg | +43 (0) 3476 2677-0 | www.parktherme.at

*Gültig von Montag bis Donnerstag ab 01. Juni 2026, ausgenommen Feier- & Fenstertage. Nicht mit anderen Aktionen oder Rabatten kombinierbar; keine Barablöse oder Übertragung möglich. Angebot gültig bis auf Widerruf nach Vorlage der **Mitgliedskarte** des **Steirischen Seniorenbunds**.

STEIRISCHER SENIORENBUND

GRAZ-UMGEBUNG

EGGERSDORF BEI GRAZ



3-Tagefahrt nach Portorož mit Schifffahrt.

Sommer-Ausflüge

Unsere 3-Tagefahrt im Juni führte uns nach Portorož. Nach der Frühstückspause im Gh. Trojane fuhren wir nach Piran und machten ein Rundgang durch das malerische Städtchen. Der 2. Tag war eine gemütliche Schifffahrt mit Mittagessen von Portorož bis Izola. Bei der Heimreise am 3. Tag hatten wir eine Stadtführung in Triest. Am 23.7. fuhren wir zum Red Bull Ring, wir besichtigten die Ausstellung und erfuhren viel über die Motorsportgeschichte. Nach dem Mittagessen erkundeten wir das Silberbergwerk Oberzeiring. Am 12.8. unternahmen wir einen Rundgang durch die Prunkräume des Schlosses Herberstein und erfuhren viel über die 750-jährige Geschichte der Fam. Herberstein. Danach fuhren wir auf die Brandluckn zur großartigen Vorstellung des Lustspiels „Pension Schöller".

Frohnleitner Aktivitäten

Der zweitägige Ausflug nach Kärnten begann mit der Zugfahrt durch den neuen Koralmtunnel gleich mit einem Höhepunkt. Mit einer Stadtführung durch Klagenfurt und Besichtigung des Wappensaals im Landhaus ging es weiter zum Wörthersee. Das Jagdmuseum in Ferlach sowie der Wildensteiner Wasserfall waren Programmpunkte für den zweiten Tag. Ende Juli genossen wir einen wunderschönen Tag bei der Almrauschblüte am Zirbitzkogel. Je nach Kondition wurden unterschiedliche Wandertouren angeboten. Als letzte Veranstaltung vor der Sommerpause war ein Stadtspaziergang durch Frohnleiten am Programm. W. Kasic brachte die Historie zu vielen Gebäuden unserer Stadt näher. Abgeschlossen wurde der Rundgang mit einer Vorstellung des neuen Rintparkgebäudes durch Bgm. Johannes Wagner.

FROHNLEITEN



Almrauschblüte am Zirbitzkogel.

GRATWEIN



v.l. Gerlinde Maier,Joseg Leopold, Gertrud Zwicker, Harald Monetti, Renate Schellander (Ortsgruppenobfrau),Marion Schwaiger (Vzbgm.), Brigitte Koch, Bezirksobfrau Dr. Liselotte Palz

Aus ALT mach NEU

Am 17. September war es so weit. Die OG Judendorf- Straßengel, die sich nunmehr Gratwein-Straßengel nennt, konnte wieder eine Jahreshauptversammlung abhalten. Gemeinsam mit engagierten Damen und Herren aus der Gemeinde und mit Unterstützung von Vzbgm. Marion Schwaiger wurde ein neuer engagierter Vorstand gewählt. GF Gerd Wilfling und Bezirksobfrau Liselotte Palz konnten bereits zahlreiche Neuanmeldungen von der Veranstaltung mitnehmen und wünschen der Ortsgruppe Gratwein – Straßengel viel Glück für die Zukunft.

Fa. Niemetz u. Seegrote Hinterbrühl

Unser erstes Ziel am 16. Juli war die Fa. Niemetz, wo wir mit großer Begeisterung Schwedenbomben kreieren, verzehren und mitnehmen konnten. Anschließend genossen wir das Mittagessen im Klostergasthof Heiligenkreuz. Am Nachmittag machten wir eine Bootsfahrt in der Seegrotte Hinterbrühl. Beim Buschenschank Schantl ließen wir den schönen Ausflug ausklingen. Unser Muttertagsausflug am 22. Mai ging zur Fa. Lodenwalker und Konditorei Hupf. Der Abschluss war beim Heurigen Reiß. Unsere 2. Wanderung am 27. Mai führte uns in den Naturpark Almenthal. Der 2-Tages-Ausflug am 18.-19. Juni ging ins wunderschöne Berchtesgarden, anschließend mit Elektrobus aufs Kehlsteinhaus. Am nächsten Tag fuhren wir zur Fa. Wenatex, am Nachmittag zu den Wasserspielen vom Schloss Hellbrunn.

HART-PURGSTALL



Seegrotte Hinterbrühl.

HITZENDORF



Gruppenbild am Gardasee Eisessen in Sirmione.

Urlaub am Gardasee

60 Personen aus unserer Ortsgruppe machten von 8. bis 12. Juni 2026 Urlaub am Gardasee. 1. Tag: pünktliche Abfahrt, Frühstückspause an der italienischen Grenze, Zwischenstopp in San Danielle, über die Proseccostraße zum Weingut mit Verkostung und Jause. Danach Weiterfahrt nach Riva del Garda und Check-in im Hotel Portici. 2. Tag: Busfahrt nach Trient, Stadtführung und Weinverkostung in Tobolino. 3. Tag: Stadtführung in Riva del Garda, Shoppingtour, Fähre nach Limone und danach Fähre nach Malcasine. 4. Tag: Busfahrt nach Sirmione, Besichtigung, Eisessen, nach Lazise und retour über Bardolino. 5. Tag: Heimfahrt über Brixen nach Hitzendorf. Wunderschöne Eindrücke, Bilder, Erlebnisse und eine grandiose Busgemeinschaft lassen uns diesen Urlaub unvergessen bleiben.

Ausflüge Koralmbahn und Murau

Im Juni erprobte unsere Ortgruppe Kalsdorf die Koralmbahn. Wir fuhren mit ihr nach Kärnten und statteten Villach einen Besuch ab. Die Stärkung im Brauhaus konnten wir gut brauchen, da bei unserer Rückfahrt eine umständebedingte, unfreiwillige Rundreise über St. Veit nach Klagenfurt dazukam. Unser Ausflug im Juli war dann weniger abenteuerlich. Gemeinsam ging es nach Murau und in die „Brauerei der Sinne". Die Führung durch die Brauerei war informativ und der dargebotene Imbiss ausgezeichnet. Beschwingt durch die Verkostung der verschiedenen Biersorten ging es zum Mittagessen im naheliegenden Brauhaus, bevor wir nach der Besichtigung des Holzmuseums in St. Ruprecht und der dort stattfindenden Ausstellung zum Thema „Wald und Jagd" wieder nach Hause zurückkehrten.

KALSDORF



Interessierte Ausflugsteilnehmer im Holzmuseum.

KUMBERG



Mit dem Hauly wurde der Erzberg erkundet.

Schöne gemeinsame Ausflüge

Unser Muttertag- und Vatertag-Ausflug am 13. Mai führte ins Burgenland zur schönen Wallfahrts-Basilika Frauenkirchen, wo unser Hr. Pfarrer Mario Offenbacher mit uns die Hl. Messe feierte. Nach dem Mittagessen im Gasthaus Frank besuchten wir die Duft-Manufaktur. Am 18. Juni fuhren wir nach Kärnten auf den Dobratsch. Auf 1730 Meter Seehöhe nahmen wir beim Gasthaus Rosstratte ein gutes Mittagessen ein. Bei der Heimfahrt machten wir am Ossiacher See einen kurzen Aufenthalt. Am 16. Juli ging es nach Eisenerz und danach mit dem Hauly auf den Erzberg. Nach dem Mittagessen im Gasthaus Volkskeller fuhren wir zum Leopoldsteiner See. Wir machten kurze Spaziergänge und in einem Café genossen wir Eis und Kaffee. Es waren sehr schöne Ausflüge, immer bei herrlichem Wetter!

2-Tagesausflug zu den Plitvicer Seen

Der 2-Tagesausflug zu den Plitvicer Seen (Nationalpark in Kroatien) Ende Mai begann schon um 6.00 Uhr am Parkplatz in Nestelbach. Mit dem Bus ging es Richtung Marburg bis in den Raum Zagreb und nach einer kurzen Rast in Marce über Karlovac weiter zu den Plitvicer Seen. Am Nachmittag erkundeten wir den wunderschönen Nationalpark. Nach einer Zugfahrt marschierten wir zu den Plitvicer Seen. Dort angelangt, konnte man sich bei vielen kulinarischen Verkaufshütten stärken, bevor uns ein Schiff ruhig und angenehm über den See brachte. Danach ging es zu Fuß zum Hotel „JEZERO" zum köstlichen Abendessen. Am nächsten Tag fuhren wir dann wieder mit dem Zug durch den Nationalpark. Viel frisches Grün und viel Wasser umgaben die Spazierwege. Dann traten wir die Heimreise an.

NESTELBACH BEI GRAZ



Beeindruckte Teilnehmer im Nationalpark.

RAABA-GRAMBACH



Vorfreude auf die Theatervorstellung auf der Brandluckn.

Bummelzug und Theaterabend

Unsere sommerlichen Ausflüge führten uns im Juni auf die Tauplitzalm und im Juli auf die Brandluckn zum Huabn Theater. Auf der Tauplitz ging es mit dem Bummelzug vorbei an blühenden Wiesen und einem herrlichen Bergpanorama Richtung Steirersee-Bankerl. Die letzten Meter ging es zu Fuß weiter, um dann die herrliche Aussicht auf den See und das dahinter liegende Bergpanorama zu genießen. Im GH Hollhaus nahmen wir unser Mittagessen ein, das mit köstlichen Nachspeisen abgerundet wurde. Die Theaterfahrt auf die Brandluckn begann mit einem Abendessen im GH Bauernhofer, bevor die Vorstellung der „Pension Schöller" um 20 Uhr begann. Das turbulente Stück mit seinen „verrückten Pensionsgästen" lockte zahlreiche Besucher an, die einen vergnüglichen Theaterabend erlebten.

Dreiländerfahrt

Bei unserer Dreitagefahrt nach Kärnten war das erste Ziel die kleine Wallfahrtskirche Monte Lussari bei Tarvis. Nach dem Mittagessen am Berg ging es Richtung Ossiacher See nach Sankt Urban in unser Hotel. Am nächsten Tag fuhren wir zur Burg Landskron. Am Affenberg erlebten wir bei einer Tour die pfiffigen Japan-Makakken in ihrer freien Wildbahn. Bei „Affenhitze" ging es dann hinauf zur Burg zur Greifvogelschau. Am Nachmittag bummelten wir durch Villach und abends gab es die Zaubershow mit „Magic Chris". Wir staunten und lachten über seine Tricks und viele von uns wurden als Zauberlehrlinge auf die Bühne geholt. Am letzten Tag machten wir einen Stopp am Bleder See in Slowenien. Viele umrundeten zu Fuß oder mit der Kutsche den See mit seiner malerischen Kulisse.

ST. RADEGUND BEI GRAZ



Die Ortsgruppe auf 1790 Meter am Luschariberg.

PR

Wohnrecht statt Eigentum: Gemeinsam profitieren

Das eigene Zuhause genießen und gleichzeitig finanzielle Spielräume schaffen: Wohnrecht statt Eigentum eröffnet Seniorinnen und Senioren neue Perspektiven im Alter.

Das Eigenheim ist für viele Menschen ein wichtiger Teil ihrer Lebensgeschichte. Doch im Alter kann die Immobilie, in der man jahrzehntelang gelebt hat, auch neue finanzielle Möglichkeiten eröffnen. Das Modell „Wohnrecht statt Eigentum" bietet eine Perspektive, die Sicherheit und finanzielle Flexibilität miteinander verbinden kann.

Mit einem Immobilienverkauf unter Vereinbarung eines Wohnrechts können Eigentümerinnen und Eigentümer ihr Haus oder ihre Wohnung verkaufen und sich gleichzeitig das Recht sichern, weiterhin darin zu wohnen. So bleibt das vertraute Zuhause erhalten, während gebundenes Immobilienvermögen zu Geld wird. Dieses kann beispielsweise dazu beitragen, den Alltag angenehmer zu gestalten, persönliche Wünsche zu erfüllen oder finanzielle Reserven für die Zukunft aufzubauen.



© iStock - kupicoo

Die eigene Immobilie auf neue Weise nutzen und nicht unbedingt auszuziehen ist ein entscheidender Gedanke.

Gerade für Seniorinnen und Senioren, die ihr Leben lang gearbeitet und in ihre eigenen vier Wände investiert haben, kann dieses Modell eine interessante Alternative zum klassischen Verkauf oder zur Vermietung sein.

Auch für Käufer kann dieses Konzept Vorteile bieten. Sie erwerben eine Immobilie mit langfristiger Perspektive, während die bisherigen Eigentümer ihr Wohnrecht behalten.

Bambus Teilverkauf beschäftigt sich mit Immobilienlösungen, bei denen die individuellen Bedürfnisse der Menschen im Mittelpunkt stehen. Gerade bei einem so persönlichen Thema wie dem eigenen Zuhause sind eine verständliche Beratung, transparente Vereinbarungen und eine sorgfältige Prüfung der Rahmenbedingungen besonders wichtig.

Wie ein Wohnrechtsmodell konkret gestaltet wird, hängt von der jeweiligen Immobilie und den persönlichen Vorstellungen ab. Wichtig sind unter anderem die genaue Ausgestaltung des Wohnrechts, die Bewertung der Immobilie sowie die vertragliche Absicherung. Eine unabhängige rechtliche und steuerliche Beratung kann helfen, alle Folgen im Blick zu behalten.

Wohnrecht statt Eigentum kann somit eine Möglichkeit sein, Vermögen verfügbar zu machen und dennoch im vertrauten Zuhause zu bleiben. Mit Bambus Teilverkauf können Interessierte ihre individuelle Situation besprechen und herausfinden, ob dieses Modell zu ihren Wünschen und ihrer Lebensplanung passt.

Bezahlte Anzeige

Im eigenen Haus wohnen bleiben – und trotzdem frei über Ihr Vermögen verfügen

Sie haben Jahre lang gespart und in die eigene Immobilie investiert. Wenn Sie im Ruhestand über dieses Vermögen verfügen möchten, lässt der Markt Sie jedoch im Stich. Der Teilverkauf ändert das – Sie verkaufen einen Teil und bleiben zu Hause wohnen.

Das eigene Haus ist weitgehend abbezahlt und trotzdem fehlt für größere Projekte oft der finanzielle Spielraum – für die überfällige Sanierung, einen längeren Urlaub, die Pflegefinanzierung oder um Kindern und Enkeln schon heute unter die Arme zu greifen, etwa beim Hausbau. Das Vermögen steckt in den eigenen vier Wänden, nur zugänglich ist es nicht.

Ein starrer Kredit ist im Alter schwer bis gar nicht zu bekommen und für viele fühlt er sich in der Pension auch einfach falsch an. Wer sein Haus über Jahrzehnte schuldenfrei gemacht hat, möchte sich nicht wieder verschulden.

Einen anderen Weg eröffnet der Immobilien-Teilverkauf: Eigentümer verkaufen einen Anteil ihrer Immobilie – bis zu 50 Prozent – und erhalten den Verkaufserlös ohne Abschlag als einmalige Auszahlung. Am Alltag ändert sich nichts: Man lebt weiter im eigenen Zuhause. Für den verkauften Anteil wird eine klar definierte Nutzungsgebühr vereinbart, und wer möchte, kauft den Anteil später wieder zurück oder verkauft die Immobilie zu einem beliebigen Zeitpunkt vollständig.

Für die meisten ist der eigentliche Beweggrund, die Vermögensweitergabe schon zu Lebzeiten zu regeln. Mit dem freigewordenen Kapital lässt sich schon heute helfen und man erlebt die Freude darüber selbst mit.

Über Bambus: Zu den Anbietern dieses Modells in Österreich zählt die Bambus Teilverkauf GmbH mit Sitz am Wiener Börseplatz. Das unabhängige Unternehmen ist seit 2018 auf Liquiditätslösungen rund um Wohnimmobilien spezialisiert und hat in Österreich und Deutschland bereits mehrere tausend Anfragen bearbeitet.

„Der Teilverkauf gibt Menschen die Freiheit, ihr eigenes Geld dann zu nutzen, wenn sie es brauchen – und trotzdem im eigenen Zuhause wohnen zu bleiben."

Franz Hörhager, Bambus Geschäftsführer





SEMRIACH



Die Teilnehmer bei der Berglandmilch-Führung in Voitsberg.

Almfahrt zur Knödlhütte

Am 17. Juli 2026 fand die 15. Almfahrt unter der sorgfältigen Leitung von Heli und Elvira Hinterreiter statt. Mit einem vollbesetzten Bus ging es zuerst zur Berglandmilch mit Käserei in Voitsberg mit Führung und Verkostung sowie Produktsackerl. Nach einer kurzen Weiterfahrt durch waldreiches Gebiet erreichten wir die „Knödelhütte", die ein köstliches Mittagessen mit Schweinsbraten, Knödel, Sauerkraut und Salat in Schüsseln servierte, was weit unsere Erwartungen übertraf. Flotte Harmonika-Musik, Gesang und Heiterkeit trugen zur fröhlichen Stimmung bei. Ein Teil unserer „Almpartie" entschloss sich zu einer schönen Wanderung zur Bernsteinerhütte. Rechtzeitig zu Kaffee, Cremeschnitte und Riesenbuchteln gab es dann ein heiteres Wiedersehen aller vor der Heimfahrt.

Übergabe des „First Responder-Rucksacks"

Am 8.Juli 2026 kam es zur Übergabe des First Responder-Rucksacks an Pierre Riedl. Er ist Rot-Kreuz-Mitarbeiter in der Ortsstelle Kumberg und hat die Ausbildung zum Ersthelfer absolviert. Der Ersthelfer-Rucksack wurde vom Seniorenbund Stattegg gesponsert. Der Seniorenbund bedankt sich herzlichst bei Pierre Riedl für seinen unermüdlichen Einsatz Leben zu retten.
Anmerkung: Ein First Responder wird zeitgleich mit dem Rettungsdienst alamiert und begibt sich auf direktem Weg zum Unfallort. Er überbrückt das therapiefreie Intervall, bis der reguläre Rettungswagen oder Notarzt eintrifft.

Sigi Palz, Nikolaus Schlöggl (Ortsstellenleiter Kumberg), Pierre Riedl First Responder), Romana Riedl, Bezirksobfrau Dr. Liselotte Palz, Johannes Weinrauch (Bezirksleiter)

STATTEGG



VASOLDSBERG



Auf der Teichalm.

Ausflüge Sommer 2026

Am 24. Juni 2026 fand unser Wandertag auf der Teichalm statt. Hier wurden verschiedene Wandermöglichkeiten angeboten. Vom Derlerkogel, der Tyrnaueralm, dem Heulantsch bis zum Hochlantsch gab es zahlreiche Routen zu erkunden. Wer nicht gut zu Fuß war, nützte die gemütlichen Wanderwege um den Almsee oder den Moorlehrpfad. Eingekehrt wurde in den umliegenden Hütten und Gasthöfen. Am 16. Juli 2026 führte unser Ausflug nach Kärnten, und zwar zum Affenberg in Landskron. Anschließend machten wir eine Schifffahrt auf dem Ossiachersee nach Ossiach, wo wir die romanische Stiftskirche besichtigten. Das Mittagessen wurde im Gasthof Stubinger in Buggl in Bach eingenommen. Mit musikalischen Klängen endete der schöne gemeinsame Nachmittag und die Heimreise wurde angetreten.

HARTBERG-FÜRSTENFELD I FÜRSTENFELD

Bezirksausflug

Im Juni 2026 besuchten 50 Senioren den einzigartigen Bio-Zitrusgarten in Faak am See. Die Führung ging durch den botanischen Garten mit 300 Sorten an Zitrusgewächsen, die Manufaktur und den Genussladen. Dabei gab es Einblicke in Anbau und Verarbeitung. Zum Abschluss konnten die Besucher Spezialitäten verkosten und die Vielfalt der Zitruswelt genießen. Gut gelaunt und gestärkt vom vorzüglichen Essen im Restaurant Zollner fuhren wir auf den Dobratsch. Hier bestaunten wir den botanischen Alpengarten und die Spuren eines gewaltigen Bergrutsches aus dem 13. Jahrhundert. Ein Imbiss in der Raststätte Ruden rundete den schönen Tag ab.

Ausflugsteilnehmer Parkplatz Alpengarten Rote Wand am Dopratsch.

FÜRSTENFELD



BAD LOIPERSDORF - STEIN



Schiffrundfahrt am Neusieldersee.

Sommerausflug

Bei 36°C machte unser „Sommerausflug" seinem Namen alle Ehre. In einem vollbesetzten Bus führte der Weg nach Niederösterreich zur „Gläsernen Burg". In einer kurzen Einführung wurde die Kunst der Glasmanufaktur erklärt. Bezaubernd präsentierte sich der Ausstellungsraum, bunt das Palmenhaus sowie die angrenzende Teichanlage. Kunstskulpturen wurden bewundert und zum Kauf angeboten. Anschließend steuerte der Bus ins Burgenland. Am Hafen von Mörbisch ging es auf das Schiff zur Neusiedlerseerundfahrt. Begleitet von einer angenehmen Briese, kühlen Erfrischungsgetränken und der Seeluft wurden Freiheits- und Urlaubsgefühle geweckt. Bodenständig fand der Sommertag in einem steirischen Buschenschank mit einer zünftigen Jause in geselligem Beisammensein seinen Ausklang.

Aktivitäten im Sommer

Am 10. Juni starteten wir zu einem Ausflug nach St. Jakob im Walde und Birkfeld. Am Vormittag gab es im Kräftereich eine interessante Führung rund um das Thema „Kraft". Nach einem vorzüglichen Mittagessen beim Narnhoferwirt besuchten wir die Schokoladenerzeugung Felber in Birkfeld. Der Weg von der Kakaobohne bis zur Schokolade wurde uns ausführlich erklärt und bei der Verkostung kamen die Naschkatzen voll auf ihre Rechnung! Der Seniorenvormittag beim Burgauer Strandfest war wieder sehr gut besucht und gute Stimmung bei Musik, Kaffee und Mehlspeisen garantiert. Wir haben unsere Gäste gerne bewirtet und verwöhnt. Einen gemütlichen Nachmittag verbrachten wir am Poschteich im Schatten der alten Bäume. Bei guten Heurigenbroten wurde es ein geselliges Miteinander.

BURGAU



Ein kraftvoller und gelungener Ausflug.

GROSSSTEINBACH



Mitglieder des Seniorenbundes Großsteinbach auf der Planneralm.

Seniorenausflug auf die Planneralm

Das Ziel des zweiten Seniorenausfluges unserer Ortsgruppe in diesem Jahr war ein interessanter Besuch beim höchstgelegenen Bergdorf der Steiermark, nämlich der Planneralm, und endete mit einem gemütlichen Ausklang beim Buschenschank Südhang am Weinberg. Zum 95. Geburtstag gratulierte Obfrau Dorli Groß Josefa Bleikolb aus Großsteinbach, zum 93. Geburtstag Maria Samer aus Großsteinbach und Maria Pflügelbauer aus Kroisbach, zum 85. Geburtstag Gertrude Prettenhofer aus Großsteinbach, zum 80. Geburtstag Gertrude Faustner aus Fürstenfeld und zum 70. Geburtstag Josef Rath Bgm. a.D. aus Kroisbach, dem auch im Rahmen dieser Feierlichkeit die Ehrennadel in Gold vom Landesgeschäftsführer Fritz Roll verliehen wurde. Wir gratulieren allen Jubilaren nochmals recht herzlich!

Seniorenbund Ilz – Muttertagsausflug

Eine 43-köpfige Reisegruppe machte sich für den diesjährigen Muttertagsausflugs des Seniorenbunds Ilz auf den Weg zur Freiheitsstatue. Dafür mussten die Reiselustigen aber nicht ins Flugzeug steigen und nach New York fliegen, sondern es steht auch eine Freiheitsstatue im Burgenland, und zwar in Mörbisch am Hafen. Von dort setzten wir mit dem Schiff gemütlich über den Neusiedler See nach Illmitz. Dort angekommen, erwarteten uns zwei Pferdekutschen für eine einstündige Fahrt durch das Naturschutzgebiet. Zurück an Bord wurde ein zünftiges Mittagessen serviert, inklusive eines Verdauungsschnapserls (Barack). Zwei Stunden Freizeit in der Freistadt Rust vergingen wie im Flug. Auf dem Heimweg gab es noch eine „kleine Stärkung" beim Heurigen Thaler in Bad Waltersdorf.

ILZ



Gut gelaunt am See mit Tagesgeburtstagskind Maria Pusswald (2.v.li.).

STADTGRUPPE FÜRSTENFELD



Das Stift Melk beeindruckte bei den Teilnehmern.

Muttertagsausflug

Das erste Ziel unseres Muttertagsausflugs in diese Jahr war die Schallaburg, das Renaissanceschloss in der Nähe von Melk in Niederösterreich. Die Ausstellung „80er – Grenzen waren gestern" erweckte viele Erinnerungen und versetzte so manchen in die Jugendzeit zurück. Anschließend lud der Rosengarten noch zum Verweilen ein. Ein weiterer Höhepunkt war der Besuch von Stift Melk. Vor allem die Größe des Stifts, der Marmorsaal und die Bibliothek lösten großes Erstaunen aus. Krönender Abschluss war jedoch die Stiftskirche, an der man sich mit ihrer prunkvollen Innenausstattung voller Blattgold, Stuck und Marmor kaum satt sehen konnte. Einen kurzen Ohrenschmaus boten noch Proben für die Melker Barocktage, bevor man mit vielen positiven Eindrücken den Heimweg antrat.

Frühlingsausflug

Ein ganz besonderes und einmaliges Erlebnis war unser Muttertagsausflug im Mai 2026 zum Kuchlerhaus, einer exklusiven Glas- und Kunstgalerie sowie zum Schloss Schönbrunn in Wien. Nach der ausführlichen Vorstellung der Generationsgeschichte der Familie Kuchler konnten wir in der „Gläsernen Burg" die Einzigartigkeit von Glas bestaunen. Das Glasmuseum bot Einblicke in diese besondere Handwerkstradition und ihre Entstehungsgeschichte. Handgemachte Unikate konnten in der Glasmanufaktur erworben werden. Nach unserem gemeinsamen Mittagessen stand die Besichtigung der Prunkräume des Schlosses Schönbrunn mit einer sehr interessanten und exklusiven Privatführung auf dem Programm. Am Ende des Tages bestand noch die Möglichkeit, gemeinsam einen Buschenschank zu besuchen.

ÜBERSBACH



Vor dem Eingangsportal zum Kuchlerhaus.

HARTBERG-FÜRSTENFELD I HARTBERG

BLAINDORF



Gute Laune bei der Schifffahrt am Neusiedlersee.

Aktiv und organisiert

Neben Buschenschankbesuchen, einem Kegelabend, der Muttertagsfeier und Radausfahrten stand auch eine Maiandacht in der Schlaipfenkapelle in Gschmaier am Programm. Frau Maria Gruber erklärte uns die ursprüngliche Entstehung der Waldkapelle und mit einer Andacht, abgehalten von unseren Obmann, beendeten wir diesen besinnlichen Nachmittag. Am 3. Juli führte uns ein Tagesausflug ins Burgenland zum Neusiedlersee. Von Mörbisch machten wir eine Schifffahrt am Neusiedlersee, inklusive Mittagessen mit Musikbegleitung. In diesem Zuge gratulierten wir Frieda Oberer zum 85. und Franz Grassl zum 75. Geburtstag. Bevor wir unsere Heimreise antraten, hatten wir noch Zeit für eine Kaffeepause in der Weinstadt Rust. Im Buschenschank Knöbl ließen wir den schönen Tag ausklingen.

Almwanderung

Im Sommer fand eine Almwanderung des Seniorenbundes der Ortsgruppe Dechantskirchen zum Gasthaus Kummerbauerstadl im Bezirk Neunkirchen in Niederösterreich statt. An dieser sportlichen Aktivität nahmen insgesamt 65 Personen teil. Bei herrlichem Sommerwetter wurden nachstehende Wanderungen absolviert: Es ging hinauf zum Almbauer. Dieser ist der höchstgelegenen Hof Niederösterreichs. Außerdem gab es Touren auf den großen Otter und Sonnwendstein. Kraft wurde im Almgasthof bei ausgezeichneten Essen getankt, bevor die Heimreise wieder angetreten wurde. Geburtstage feierten: Margarethe Gremsl und Höller Elfriede (beide 80. Geburtstag) sowie Johanna Putz, Höfler Karl, Allerbauer Willi, Johann Gremsl und Pausackerl Franz (alle 75. Geburtstag). Wir gratulieren herzlich!

DECHANTSKIRCHEN



Ankunft der sportlichen Teilnehmer beim Almbauer.

DIENERSDORF



Gruppenfoto der Teilnehmer:innen beim Ausflug.

Steppenduft & Mulatsag am Neusiedlersee

Zahlreiche Senioren unserer Ortsgruppe nahmen an diesem Ausflug ins Burgenland teil, der uns über Eisenstadt nach Rust führte. In Rust angekommen fuhren wir mit dem Bummelzug durch die Weingärten, entlang des Sees nach Mörbisch. Mit dem Schiff ging es von dort gemütlich Richtung Illmitz. Währen der Fahrt erwartete uns der sogenannte „Mulatsag". Dabei handelt es sich um ein geselliges Grillfest inkl. Schnapserl und Musik. Anschließend besichtigten wir in Frauenkirchen die Duftmanufaktur „Steppenduft". Dort erfuhren wir interessante Details über verschiedene Duft- und Heilpflanzen und die Gewinnung von ätherischen Ölen. Nach gemütlichen Stunden traten wir die Heimfahrt an. Der Ausklang des überaus gelungenen Ausfluges war beim Buschenschank Spindler in Schönau.

Ausflug nach Mayerling und Stift Heiligenkreuz

Im Juni besuchten Mitglieder der Ortsgruppe Friedberg den Ort Mayerling im Wienerwald, wo im Jahre 1889 am 30. Jänner die Tragödie um Kronprinz Rudolf von Österreich-Ungarn und seiner Geliebten Mary Vetsera stattfand. Die Führung durch das ehemalige Jagdschloss erfolgte durch Oberst i.R. Helmut Reinmüller. Herr Reinmüller ist ein gebürtiger Friedberger, der über das Drama um Kronprinz Rudolf und Mary Vetsera schon zwei Bücher geschrieben hat. Nach dem Mittagessen in der Gastro Stift Heiligenkreuz besichtigten wir noch die Grabstätte von Mary Vetsera und auch die Gedächtniskapelle, die ihre Mutter Helene errichten ließ. Vor der Heimfahrt stand noch ein gemeinsamer Heurigenbesuch am Programm. Alle Mitreisenden waren über diesen gelungenen Ausflug voll des Lobes!

FRIEDBERG



Tagesausflug nach Mayerling.

GREINBACH



Ausflug nach Bad Tölz.

Viel los in Greinbach

Zu den monatlichen Radausflügen kam ein 5-Tagestrip nach Südtirol dazu. Müde, aber begeistert kamen die Teilnehmer zurück. Sehr interessant war die Wanderung zur Schlosskapelle Neuberg und danach zum Allmerfelsen. Die Abschlussjause gab es beim Buschenschank Steinbauer. 3 Tage waren wir in Bayern unterwegs. Die Höhepunkte waren die Stadtrundfahrt in München, die Stadtbesichtigung in Bad Tölz und eine Rundfahrt zu den bayrischen Seen. Mit einer Schifffahrt am Tegernsee ging die Reise zu Ende. Zwei Halbtagsausflüge führten uns zur Burg Schlaining und auf die Mönichkirchner Schwaig. Fixpunkte im Jahreskreis sind Kartenspielen, Stockschießen und Kegeln.

Unseren Geburtstagskindern Prem Josef 85 J. und Ehrenhöfer Hilda 75 J. wünschen wir noch viele zufriedene Jahre.

Eine Reise wert

11 Mitglieder unserer Ortsgruppe Großhart nahmen an der heurigen Jahresreise Ende Juni 2026 in die Baltischen Länder teil. Das Wetter zeigte sich die ganze Woche von der besten Seite. Meistens gab es Sonnenschein, aber es war trotzdem nicht zu heiß. Das Programm der Reise war perfekt auf die Bedürfnisse der Teilnehmer abgestimmt. Neben interessanten Führungen – teilweise mit einem Bus oder/und zu Fuß – mit geschichtlichen Einblicken in die Kultur der einzelnen Länder gab es genügend Freiraum für eigene Aktivitäten. So blieb auch ausreichend Zeit für Einkaufen, Bummeln oder Relaxen in den gemütlichen Lokalen. Es war eine wirklich sehr schöne und gut organisierte Reise, die für viele neue Erlebnisse und Eindrücke sorgte. Es war sehr schön, dabei gewesen zu sein.

GROSSHART



Strand an der Ostsee in Tallinn.

KAINDORF BEI HARTBERG



Die Fahrt mit dem Nostalgie-Bus war ein einmaliges Erlebnis.

Ausflug Seniorenbund Kaindorf-Hartl

Der Seniorenbund Kaindorf-Hartl veranstaltete am 11. Juni einen Ausflug mit dem Oldie-Bus von Franz Rath. Nach einem vorzüglichen Mittagessen im Gasthaus Sailer-Ziegler in Leitersdorf ging die Fahrt zur Zotter Erlebniswelt in Riegersburg mit Schokoladeverkostung und Einkaufsmöglichkeit. Danach ging es weiter nach Mühldorf zur Nostalgiewelt Posch mit einer Führung vom Chef des Hauses persönlich. Wir sahen eine einzigartige Ausstellung, wo es Oldtimer, Technik, Antikes, Puppen, ein Flugzeug Anatov An-2 und vieles mehr gab – eine Welt voller Nostalgie auf über 1.000 m² Erlebnisfläche. Bei guter Jause und vorzüglichen Weinen fand der Tag einen schönen Ausklang beim Buschenschank Brunner in Kleegraben/Ilz. Der Vorstand bedankt sich bei den teilnehmenden Mitgliedern.

Pinggauer Senioren aktiv

Die Ortgruppe Pinggau darf über folgende Aktivitäten und Neuigkeiten der letzten Monate berichten: Es fand unsere Jahreshauptversammlung mit traditionellem Sauschädlessen statt, es gab einen Vortrag mit Frau Notar zum Thema Vorsorgevollmacht und eine Maiandacht in Wenigzell. Außerdem reisten wir nach Hallstadt, zu den Krimmler Wasserfällen und die Heimfahrt führte über Großglockner, Heiligenblut. Weiters statteten wir der Reismanufaktur Klöch, Fa. Vossen einen Besuch ab. Wir trauern um unsere Ehrenobfrau Kornelia Kaltenbacher, die mit großem Engagement, Herzenswärme und unermüdlichen Einsatz die Funktion der Obfrau 14 Jahre innehatte. Ein weiteres Mitglied unserer Ortgruppe Josef Hammer haben wir verabschiedet. Das ehrende Andenken werden wir im Herzen tragen.

PINGGAU



Gut gelaunte Mitglieder beim 3-Tagesausflug in Heiligenblut.

SAIFEN-BODEN



Die Teilnehmer vor dem Hotel „Goldenes Schiff“ in Spitz.

Von Armschlag bis Zwettl

In Krems bestiegen wir die Wachaubahn, die uns bis Emmersdorf brachte. Von dort fuhren wir per Bus weiter nach Maria Taferl. Der Nachmittag bot uns die Möglichkeit, die Sonnenuhrenschlosserei der Fam. Jindra in Weiten zu besuchen. In Spitz bezogen wir unser Quartier für die kommenden vier Tage. Am nächsten Tag das eigentlichen Thema unserer Reise: Mohnblüte im Waldviertel. Angefangen beim Mohnhof Greßl bei Ottenschlag führte uns der Weg über Zwettl zum Ottensteiner Stausee. Nach einer ausgedehnten Bootsfahrt ging es per Bus ins Mohndorf Armschlag. Schloss Grafenegg mit der einzigartigen Freiluftkonzertbühne, Weinkost und Kellerführung in Langenlois, interessante Stadtführung in Krems sowie Besuch der Marillenerlebniswelt in Eggendorf beschlossen unsere Reise.

Wandertag auf die Wildwiese im Joglland

Bei strahlendem Sommerwetter trafen sich zahlreiche wanderfreudige Senioren aus dem Joglland dem Hartberger Umland auf der Wildwiese – zwischen Miesenbach, Strallegg und Wenigzell gelegen. Auf ca. 1.256 Metern Seehöhe konnten die Teilnehmerinnen und Teilnehmern des Wandertags eine schöne Naturlandschaft, klare Luft und einen herrlichen Ausblick genießen. Die Organisation und Vorbereitung des Senioren-Wandertags leistete der Seniorenbund St. Jakob im Walde. Den Wortgottesdienst feierte Vikar Dr. Thomas Sudi. Musikalisch gekonnt gestaltet wurde der Wortgottesdienst vom Kirchenchor St. Jakob im Walde und der Hausmusik Berger, mit Verstärkung der Schwestern Brunhilde und Monika. Danach blieb Zeit für einen gemütlichen gemeinsamen Nachmittag auf der Wildwiesenhütte.

ST. JAKOB IM WALDE



Senioren beim gemeinsamen Gottesdienst.

ST. JOHANN BEI HERBERSTEIN



Mit dem Kaiserzug ging es durch Bad Ischl.

3-Tages-Ausflug

Heuer machten wir einen 3-Tages-Ausflug, welcher vom 4. bis 6. August nach Schärding und Passau führte. Bei sehr heißen Sommertemperaturen begann unsere Reise Richtung Kalwang zu einer kleinen Jausenpause. In Stadl-Paura besichtigten wir die Dreifaltigkeitskirche. Danach ging es zu den Traunfällen und weiter nach Schärding, wo wir unsere Zimmer bezogen. Eine hochinteressante Nachtwächter-Führung vollendete den Tag. Am nächsten Morgen fuhren wir in den Freistaat Bayern mit Führung in der Altstadt von Passau und einer Dreiflüsse-Schifffahrt mit Kuchen und Kaffee. Bei der Heimreise machten wir noch Zwischenstation in Bad Ischl, wo wir mit dem Kaiserzug eine kleine Rundfahrt durch die Stadt genießen konnten. Zum Abschluss ging es zum BU Breitenberger in Kaibing.

Sommerkränzchen 2026

Bis auf den letzten Platz gefüllt war die Freizeithalle Unterlungitz bei unserem diesjährigen Sommerkränzchen. Zu den flotten Klängen der Gruppe „Luis und seine Freunde" wurde der Tanzplatz zum heißen Parkett. Auf die Besucher warteten außerdem wunderschöne Warenpreise wie Geschenkkörbe sowie weitere wertvolle Preise. Obmann Florian Kohlhauser bedankte sich auf diesem Weg bei den großzügigen Sponsoren, die uns immer wieder dabei unterstützen. Ein Dank galt auch allen freiwilligen Helfern. Ein besonderer Dank auch dem Festleiter Hans Dolezal für die gelungene Organisation und Kassier Hermann Kohlhauser für die akribisch durchführte finanzielle Abwicklung. Der Seniorenbund gratuliert außerdem den beiden Achtzigern Alfred Pesendorfer und Johann Posch. Alles Gute!

ST. JOHANN I.D. HAIDE



Gut gelaunte Ehrengäste in der Freizeithalle.

ST. LORENZEN AM WECHSEL



Mit viel Freude in Bewegung.

Schöner Wandertag zur Hubertuskapelle

Bei herrlichem Wanderwetter trafen wir uns am 2. Juli beim Sportplatz in St. Lorenzen am Wechsel und machten uns auf den Weg zur Hubertuskapelle. Nach einer wohlverdienten Rast bei der dortigen Labstelle und einem kurzen Gebet ging es weiter nach Dechantskirchen, wo wir in Flourl's Schenke herzlich empfangen und mit einem köstlichen Backhendl verwöhnt wurden. In geselliger Runde verbrachten wir noch einige fröhliche Stunden, bevor wir uns wieder auf den Heimweg nach St. Lorenzen am Wechsel machten. Es war ein rundum gelungener Wandertag, der uns als Gemeinschaft viel Freude bereitet hat und uns sicher noch lange in schöner Erinnerung bleiben wird. Ein herzliches Dankeschön gilt allen, die diesen schönen Wandertag organisiert und zum Gelingen beigetragen haben.

Ausflug zur schwimmenden Almhütte

Am 5. August 2026 führte uns der Seniorenausflug nach Molln und Klaus in Oberösterreich. Im Wilderermuseum in Molln konnten wir alles zur Geschichte der Wilderer vom Mittelalter bis heute erfahren. Aber es gab auch vieles über das Holzhandwerk und die Eisenverarbeitung in der Region zu erfahren: Schaufelhacker, Rechenmacher, Sensenerzeugung etc. sowie über die Herstellung der Maultrommel. Anschließend ging es weiter auf die schwimmende Almhütte auf dem Klauser Stausee. Die Fahrt dauerte zwei Stunden und wir konnten uns beim Mittagsbuffet stärken. Trotz Hitze war es eine angenehme Fahrt, die uns allen sehr gefallen hat. Der Kapitän erzählte uns auch einiges über den Stausee. Nach einer gemütlichen Jause auf der Bratl Alm in Wenigzell ging es wieder nach Hause.

VORAU



Auf der schwimmenden Almhütte in Klaus, OÖ

WENIGZELL



Alle Senioren waren vom „Raxkönig“ begeistert.

Vom Kaiserhof zur „Herzerl Mitzi“ und zum „Raxkönig“

Groß war die Anzahl beim Ausflug der Wenigzeller Senioren mit ihrem Obmann Franz Grabner bei der zuletzt stattgefunden Ausflugsfahrt in die Raxgegend. Nach dem Besuch des Neuburger Münsters gab es eine Vorführung in der Glasmanufaktur „Kaiserhof“. Anschließend ging unsere Fahrt weiter zur „Herzerl Mitzi“, wo das Mittagessen eingenommen wurde. Kaum jemand war schon in der Ortschaft Naßwald, dort steht eine beeindruckende Gedächtnisstätte von Georg Hubmer (1755-1833), dem so genannten „Raxkönig“. Georg Hubmer war ein österreichischer Schwemmunternehmer sowie der Erbauer des damals längsten Tunnels in Österreich. Er schaffte es, aus einem abgelegenen Tal Holz bis nach Wiener Neustadt und Wien zu flößen. Durch das imposante Höllental erfolgte wieder die Heimreise.

LEIBNITZ

Gemütlicher Nachmittag und Ausflug

Im Juni fand unser gemütlicher Nachmittag im GH Windisch statt. Nach Begrüßung der Ehrengäste und der zahlreichen Teilnehmer verbrachten wir mit Musik, einem Glückshafen und gutem Essen einen geselligen Tag. Im Juli führte uns eine Dreitagesreise in die Wachau: Wir erkundeten die Kremser Altstadt im Marillenfest-Flair, bezogen unsere Zimmer in Spitz und unternahmen am nächsten Tag eine Schifffahrt nach Melk, wo wir das Benediktinerstift besichtigten. Die Rückreise führte über Wien, wo wir eine Stadtführung erhielten und bei einem Heurigen einkehrten. Wir gratulieren herzlich: Elfriede Schimauz (75), Franz Prutsch (75), August List (80), Anna Vidovitsch (80), Gottfried Frühwirth (80), Christine Obendrauf (85). Diamantene Hochzeit: Maria und Herbert Pechtigam.

ALLERHEILIGEN BEI WILDON



Schifffahrt nach Melk.

GAMLITZ



Schloss Herrenchiemsee.

Drei-Tagesfahrt nach Bayern im Juni

Am 1. Tag ging es nach Passau. Beim Stadtrundgang erzählte man die Geschichte der Drei-Flüsse-Stadt. Der Dom war auch sehenswert und zu Mittag kehrten wir beim Gasthaus „Blauer Bock“ ein. Im Hotel „zur Post“ in Altötting haben wir übernachtet. Am 2. Tag ging es mit dem Schiff zur Herreninsel zu einer Führung im Schloss Herrnchiemsee. Nach dem Mittagessen in Prien am See fuhren wir zurück zum Hotel. Am 3. Tag ging die Fahrt nach Burghausen zur Besichtigung der größten Burganlage der Welt. Zwei mittelalterlich gekleidete Burgführer erzählten über die Geschichte der Burg. Nach dem Mittagessen beim singenden Wirt in Ainring traten wir die Heimreise an. Runde Geburtstage feierten: Sterlinger Franz (70), Mair Brigitte (70). Herzlichen Glückwunsch und viel Gesundheit!

Vom Großglockner bis nach Grado

Anfang September erlebten die SeniorInnen eine abwechslungsreiche viertägige Reise vom Großglockner bis nach Grado. Beeindruckende Landschaften, interessante Besichtigungen und gesellige Stunden machten die Fahrt zu einem besonderen Erlebnis. Nach einer Frühstückspause in Gaishorn ging es weiter nach Zell am See und anschließend über die Großglockner-Hochalpenstraße bis nach Heiligenblut. Am zweiten Tag standen Lienz mit Stadtführung und eine Schifffahrt auf dem Weissensee am Programm. Weiter führte die Reise nach Udine, wo die bezaubernde Altstadt erkundet wurde. Den Abschluss bildete Grado mit einem gemütlichen Spaziergang und mediterranem Flair. Mit vielen schönen Eindrücken und Erinnerungen im Gepäck traten wir schließlich die Heimreise an.

HEILIGENKREUZ AM WAASEN



Reisegruppe mit dem Großglockner im Hintergrund.

LEIBNITZ-WAGNA



Köstliches Kistenfleisch.

Kistenfleischessen und Tagesausflug

Bereits Tradition hat das gesellige „Kistenfleischessen" des Seniorenbundes Leibnitz-Wagna. Bei wunderschönem Sommerwetter waren viele Mitglieder des Seniorenbundes der Einladung gefolgt. Ein herzliches Danke möchten wir an dieser Stelle an SB-Obmann Rudi Hrubisek für die Organisationen aussprechen. Ein weiteres Highlight des Sommers war der Tagesausflug der Ortsgruppe, der uns nach Maria Taferl und Stift Melk in Niederösterreich führte. In der Pfarr- und Wallfahrtsbasilika Maria Taferl gab es eine faszinierende Führung über die Geschichte und die Fresken-, Wand- und Deckenmalerei. Nach dem gemeinsamen Mittagessen ging es weiter zur Führung zum Stift Melk, wo wir erfuhren, dass das Stift zu dem schönsten und größten Europas zählt. Ein Dank den Organisatoren.

Unsere Aktivitäten

Im Mai fanden die JHV sowie zugleich die Muttertag-Vatertag-Feier statt. Die Eröffnung erfolgte durch Obfrau Edeltraud Masser. Viele Ehrengäste waren anwesend. Umrahmt wurde der Tag von drei wunderbaren Sängerinnen und mit unserem Pfarrer haben wir für den Frieden auf unserer Welt gebetet. Im Juni fand ein Tagesausflug nach Portorož statt. Im Juli ging es zwei Tage nach Wien. Geburtstage: 80. Muster Juliane, Müller Lidwina, 85. Müller Robert, 95. Huspek Gertrud, 98. Held Marianne. Nachträglich nochmals alles Gute und viel Gesundheit für die weiteren Jahre! Geburtstage Sept.-Okt.: 70. Beatrix Huspek, Maria Schipfer, Irmgard Ertl, Fritz Sternad, 75. Antonia Tschermonegg, Ludmilla Plosnik, Christine Robnik, Josef Baumann, 80. Theresia Germuth, 85. Maria Pronegg.

LEUTSCHACH AN DER WEINSTRASSE



Ausflug in Wien.

ST. GEORGEN AN DER STIEFING



Gruppe beim Buschenschank Grabin.

Vollmondwanderung

Eine ganz besondere Abendwanderung erlebten die Seniorinnen und Senioren der Ortsgruppe St. Georgen am 30. Juli 2026. Bei herrlichem Sommerwetter traf sich die gesellige Gruppe zu einer gemeinsamen Vollmondwanderung. Die gemütliche Wanderung bot Gelegenheit für nette Gespräche, gemeinsames Lachen und so manche Begegnung am Weg. Dabei stand nicht die sportliche Leistung, sondern das gemeinsame Erleben im Mittelpunkt. Nach der Wanderung ließen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer den schönen Abend beim Almwirt gemütlich ausklingen. Im August besuchten 50 Mitglieder die Käserei Fischer in Neurath, Kitzeck im Sausal. Nach der interessanten Führung konnten die verschiedenen Käsesorten verkostet und gekauft werden. Zum Abschluss besuchten wir den Buschenschank Grabin.

Fahrt ins Blaue

Ende Juni führte uns unsere „Fahrt ins Blaue" nach Slowenien. Wir fuhren nach Celje (Cilli) und besichtigten die Burg, die auf einem Hügel thront und somit einen wunderbaren Blick weit über die Stadt ermöglicht. Eine kompetente Dame erzählte uns viel über Geschehnisse vergangener Jahrhunderten, die sich in diesen geschichtsträchtigen Gemäuern zugetragen haben. Die alte Burg von Celje ist die größte mittelalterliche Burg Sloweniens. Die Grafen von Cilli, über die wir einiges hörten, verkörperten eine der einflussreichsten Dynastien in Slowenien. Nach einem wunderbaren gemeinsamen Mittagessen hörten wir noch mehr über Celje, hautnah bei einer Stadtführung quer durch die malerische Altstadt. Mit vielen neu gewonnenen Eindrücken traten wir wieder die Heimreise an.

SEGGAUBERG



Die Fahrt ins Blaue führte uns nach Celje in Slowenien.

STRASS



Die OG Straß beim Ausflug zur Riegersburg.

Ausflug in die Oststeiermark!

Der Tagesausflug in die Oststeiermark war ein Höhepunkt unserer Unternehmungen im heurigen Frühjahr. Mit Weinlandreisen und perfekt organisiert von Dir. Rauscher und seinem Team ging es von Straß über die Apfelstraße nach Puch bei Weiz. Im bekannten Obsthof Wilhelm hatten wir eine informative Führung mit Apfelverkostung von hoher Qualität. Nach dem Mittagessen fuhren wir weiter zu einem weit sichtbaren Wahrzeichen der Steiermark, nämlich zur Riegersburg. Die Riegersburg war ein Bollwerk gegen den Osten und wurde während ihrer langen Geschichte nie erobert. Die interessante Führung gab uns einen Einblick in die Geschichte dieser Region sowie der Steiermark im Allgemeinen. Mit einem Buschenschankbesuch in St. Stefan/R. haben wir diesen schönen Tag abgeschlossen.

LIEZEN

Im „Stromhaus“ und am Wendelstein

Einen im wahrsten Sinne des Wortes spannenden Vormittag erlebten die Senioren der OG Aigen im Ennstal unter Obm. Erich Zeiringer im Stromhaus des E-Werkes Gröbming. Gemeinsam mit E-Werk-Chef Ernst Trummer wurde die vielseitige Welt des Stroms erkundet. Die Themen reichten von den Anfängen der Elektrotechnik (Nikola Tesla), über die Gefahr von Blackouts bis zur modernen Stromgewinnung und -speicherung. Abschließend wurden die Senioren noch kulinarisch verwöhnt. Am 24.6. ging es für einen Tagesauflug nach Bayern. In Brannenburg fuhren wir mit der ältesten Hochgebirgszahnradbahn auf den Wendelstein. Oben angekommen konnten wir die höchstgelegenste Kirche Deutschlands, die Wendelsteinkirche, bewundert oder auch bis auf den Gipfel und zum Observatorium aufsteigen.

AIGEN IM ENNSTAL



Seniorenausflug Wendelstein.

SANKT NIKOLAI IM SÖLKTAL



Frühlingsausflug – Abschluss bei der Goaßhittn.

Volles Sommerprogramm

Der Frühlingsausflug unserer Ortsgruppe Sankt Nikolai im Sölktal führte uns am 29.05.2026 nach Scharnstein (Oberösterreich) zum Sensenwerk Geyerhammer und anschließend an den Almtalsee. Danach ging es durch das schöne Salzkammergut an den Traunsee und zum Abschluss noch in die Goaßhittn nach Bad Mitterndorf. Am 25. Juni 2026 starteten wir dann ins Sommerprogramm mit Besuchen auf den heimischen Almen, wo wir kulinarisch hervorragend verwöhnt wurden. So konnten wir nicht nur die herrliche Natur genießen, sondern auch das leibliche Wohl und die Geselligkeit kamen nicht zu kurz. Ein herzliches Dankeschön an alle Mitglieder unserer Ortsgruppe für die zahlreiche Teilnahme an den Veranstaltungen und an die Hüttenwirte für die freundliche Aufnahme und nette Bewirtung.

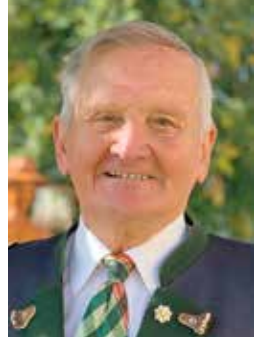
MURAU

Sommeraktivitäten und Trauer um Josef Schnedlitz

Im Juli machen wir einen Ausflug zur Eselsberger Alm bei Oberwölz und eine Wanderung in die Rantenalm zur Ebenhandlhütte. Beim Senioren-Handykurs zum Thema „Sicherheit im Netz“ gab es Tipps für den sicheren Umgang mit Handy und Internet. Herzlich gratulieren durften wir Grete Schitter und Oswald Tockner zum 75. Geburtstag. Mit Josef Schnedlitz ist am 9.6.2026 mit 90 Jahren ein großer Krakauer verstorben. Der langjährige Organisationsreferent engagierte sich vielseitig im öffentlichen Leben (Gemeindekassier, Bürgermeister, Obmann von Tourismusverband und Agrargemeinschaft Klausnerberg). Er liebte den Gesang, hatte mit seiner Frau Stefanie fünf Kinder und war Träger des Ehrenrings der Gemeinde Krakauhintermühlen und des Großen Ehrenzeichens des Landes Steiermark.

KRAKAUEBENE/KRAKAUSCHATTEN





Vor der Hölzlerhütte mit unseren Musikanten. † Josef Schnedlitz

MÜHLEN



Wanderung um den Etrachsee.

Führung beim AWV und Wandertag

Der Seniorenbund Mühlen konnte seinen Mitgliedern diesen Frühling und Sommer neben anderen Aktivitäten zwei besondere Ausflüge bieten. Am Mittwoch den 20. Mai fand unsere Führung beim AWV (Abfall-Wirtschafts-Verband) Katsch statt. Geleitet wurde die sehr interessante Führung von Herrn Hochegger. Im Betrieb wird der Hausmüll von verschiedenen Gemeinden des Bezirks Murau verarbeitet und es gibt ein Altstoffsammelzentrum, bei dem bestimmte Abfälle kostenfrei abgegeben werden dürfen. Am 1. Juli fand dann unser jährlicher Wandertag statt. Gemütlich ging es bei herrlichem Wetter um den Etrachsee. Anschließend haben wir uns bei der Karlhütte zum Mittagessen eingefunden. Auf dem Nachhauseweg gab es noch Kaffee und Kuchen und den Besuch der Edelsteinwelt beim Guniwirt.

Fahrt zum Etrachsee in der Krakau

Im Volksmund die „Grogga" genannt, fand am Donnerstag den 11. Juni 2026 wieder eine ersehnte Almfahrt der Ortsgruppe mit der Fa. Capellari statt. Der kühle Bergsee, auf einem Hochplateau der Schladminger Tauern auf 1374 m Seehöhe gelegen, misst an die 10,5 ha und ist an manchen Stellen bis zu 4 m tief. Der Etrachsee ist von tiefgrünen Wäldern umgeben, bietet mehrere Wandermöglichkeiten zu den Bergspitzen sowie einen gut begehbaren Rundwanderweg um den See. Als die musikalischen Weisen der beiden Bläser (Hans Wohlesser und Viktor Winkler) übers Wasser erklangen, war dies das vollkommene Seelenbad in der Bergidylle, ein „Seelenbad" in der Natur! In der nahe gelegenen „Karlhütte" fand dieser besondere Almtag bei toller Kulinarik und Geselligkeit seinen Ausklang.

NEUMARKT IN STEIERMARK



Beste Unterhaltung bei der Almfahrt.

OBERWÖLZ



Gesellige Senioren/innen bei der Klein-Lachtal-Hütte.

Hüttenwanderung

Die jährliche Hüttenwanderung unserer Ortsgruppe Oberwölz führte uns am 6. August 2026 zu der Klein-Lachtal-Hütte im Lachtal. Mit einer gemeinsamen Andacht haben wir den Tag begonnen. Auf der Hütte auf 1733 Meter Seehöhe wurden wir gut verköstigt. Einige Senioren/innen erwanderten die Gegend, bis nach anfänglichem schönen Sonnenwetter allerdings ein starkes Gewitter alle in die Hütte zwangen. In der Hütte waren wir aber glücklicherweise alle gut aufgehoben. Unsere Gäste aus Liebenau und Fohnsdorf haben uns auch heuer wieder besucht, um bei der Hüttenwanderung dabei zu sein, was uns sehr gefreut hat. Es war lustig, es wurde viel gesungen, die Senioren/innen unterhielten sich gut und somit ging wieder ein schöner Tag zu Ende. Danke an alle, die mit dabei waren!

Eine grenzüberschreitende Floßfahrt

Strahlender Sonnenschein und eine gute Jause unterwegs versprachen einen gelungenen Tag für die 57 Teilnehmer unserer Ortsgruppe auf der Fahrt zur Drau in Lavamünd. Dort wartete ein großes Draufloß für eine interessante und gesellige Fahrt nach Dravograd in Slowenien. Ein reichhaltiges Grill- und Mehlspeisenbuffet am Floß machte diese dreistündige Fahrt auch zum kulinarischen Erlebnis. Auf der Heimfahrt besuchten wir noch die beeindruckende Basilika Maria Loreto in St. Andrä i. L. Zu runden bzw. halbrunden Geburtstagen des 1. HJ. durften wir gratulieren: Horn Franz, 90, Samberger Franz, 85, Kleinferchner Adolf, 85, Wohlesser Christine, 85, Bergmann Hildegard, 80, Kranner Erna, 80, Feiel Dorothea, 75, Stöckl Monika, 75, Stolz Margret, 70 und Fritz Waltraud, 70.

RANTEN



Am Draufloß von Lavamünd nach Dravograd.

Wo Seniorengruppen zu Hause sind

Das Hotel Weiss im oberen Donautal hat sich einen Namen als Gastgeber für Seniorenreisen gemacht. Die Seniorchefs des Familienbetriebs wissen aus eigenem Erleben, worauf es ankommt.



Geselligkeit gehört dazu: Abendmenü im lichtdurchfluteten Wintergarten.

Zwischen Linz und Passau, auf der sonnigen Seite des Donautales, liegt ein Haus, das viele Pensionisten- und Musikvereine aus ganz Österreich längst fix im Jahresprogramm haben: das Hotel Weiss in Pühret bei Neustift im Mühlkreis. Manche Gruppen kommen seit Jahren wieder, und das hat einen einfachen Grund. Hier wird nicht erst beim Anruf überlegt, was ältere Reisende brauchen.
„Wir sind beide im reiferen Alter und kennen daher die Wünsche und Bedürfnisse älterer Reisender aus eigener Erfahrung sehr gut", sagen Martina und Gerhard Weiss, die den Betrieb seit Jahrzehnten prägen. „Genau diesen Vorteil genießen Seniorengruppen bei uns im Haus. Außerdem ist uns Geselligkeit und ehrliches, gutes Essen besonders wichtig."

Kurze Wege, viel Platz
Das beginnt bei der Ausstattung. Die Zimmer sind großzügig geschnitten, es bleibt Platz zum Auspacken und zum Bewegen. Ein großer Teil des Hauses ist ebenerdig erreichbar, der Rest bequem per Aufzug. Wer mit Gehhilfe unterwegs ist, kommt überall hin, ohne fremde Hilfe zu brauchen. Auch mehrere barrierefreie Zimmer stehen zur Verfügung.
In der Küche steht Martina Weiss. Sie kocht mit Produkten aus der Region, viele davon aus dem eigenen Umfeld. Auf dem Tisch stehen Mühlviertler Klassiker wie Bierschnitzel oder Leinöl-Erdäpfel, dazu selbst gebackene Strudel und Torten. Wer Diät- oder Schonkost braucht, bekommt sie ohne großes Aufheben, ebenso vegetarische Gerichte. Abends gibt es ein Wahlmenü mit Salatbuffet, morgens ein Frühstücksbuffet.

Die Chefs fahren selbst mit
Der vielleicht größte Unterschied zu anderen Häusern zeigt sich außerhalb des Hotels. Auf Wunsch übernehmen die Seniorchefs die Reiseleitung vor Ort persönlich. Gerhard Weiss kennt jeden Winkel des Dreiländerecks Österreich, Bayern und Südböhmen und weiß, wo eine Gruppe in Ruhe sitzen kann und wo der Weg doch zu steil wird.

Das Ausflugsprogramm lässt sich dem Tempo der Gruppe anpassen. Möglich sind gemütliche Busrundfahrten durchs Mühlviertel, nach Passau, nach Linz oder ins böhmische Krumau. Beliebt sind Schifffahrten auf der Donau, etwa durch die Schlögener Schlinge, sowie leichte Wanderungen am Donausteig, der direkt am Haus vorbeiführt. Dazu kommen Besuche im Stift Engelszell, in der Stiftsbrauerei Schlägl oder in der Kerzenwelt. Die Zusammenstellung erfolgt gemeinsam mit dem Reiseorganisator, einen Ansprechpartner gibt es von der ersten Anfrage bis zur Abreise.

Abende, die verbinden
Für die Zeit im Haus sorgt eine großzügige Gartenanlage mit Schwimmbiotop, Liegewiese und einem kleinen Streichelzoo. Sehr gefragt ist das Stockschießen mit dem Hausherrn, bei dem meist schnell die ganze Gruppe zusammensteht. Wer sich lieber zurückzieht, findet in der Wohlfühl-Oase Finn- und Kräutersauna, Dampfbad und einen Ruhe-Wintergarten mit Blick ins Grüne. Und am Abend füllt sich die Gaststube, wo bei einem Glas und einem Kartenspiel der Tag ausklingt.

Für Organisatoren praktisch: Der Busparkplatz liegt direkt beim Haus, das Restaurant eignet sich auch für Lunch- und Kaffeestopps auf der Durchreise.

Kontakt:
Hotel Weiss, 4143 Pühret bei Neustift im Mühlkreis, Oberösterreich.
Anfragen und individuelle Gruppenprogramme über
+43(0)7284/8104 oder
info@hotel-weiss.com
Alle Details unter
www.hotel-weiss.com



Geräumige Zimmer mit viel Platz fürs Auspacken und für eventuelle Gehhilfen.



Martina und Gerhard Weiss übernehmen auf Wunsch selbst die Reiseleitung.

© Hotel Weiss (3)









Sie suchen noch ein echtes Sensationsangebot für Ihre Reisegruppe?

Ob Vereinsausflug, Busreise oder gemeinsame Reise mit Freunden – bei uns sind Sie herzlich willkommen.

Genießen Sie komfortable Zimmer, regionale Küche und die wunderschöne Landschaft des Mühlviertels. Zahlreiche Aussichtspunkte sowie Wege entlang alter Grenzen und Schmugglerpfade laden zum Entdecken ein. Mit unserem eigenen Buspark-platz und einem individuell zusammengestellten Ausflugsprogramm wird Ihr Aufenthalt bei uns entspannt und abwechslungsreich.

Gemeinsam unterwegs, gemeinsam genießen – und das Mühlviertel von seiner schönsten Seite entdecken.

Wir freuen uns auf Sie!

ANGEBOT

5 Tage, 4 Nächte mit
DZ & Halbpension
& Rahmenprogramm

ab 368 € pro Person

Gerne erstellen wir ein passendes Angebot, inkl. Programmvorschlägen, für Ihre Gruppe!

Jetzt anfragen:
info@hotel-weiss.com
+43 7284 8104

Top Ausflugsziele

1. Oberes Donautal mit Schlögener Schlinge
2. Bayerischer Wald & Böhmerwald
3. Dreiflüssestadt Passau
4. Weltkulturerbe Krumau & Budweis

HOTEL Weiss ★★★S

Hotel Weiss
Pühret 5
A-4143 Neustift

+43 7284 8104
info@hotel-weiss.com
www.hotel-weiss.com

MURTAL I JUDENBURG

JUDENBURG



Gute Stimmung bei der Bezirksreise.

Bezirksausflug am 11. und 12. Juni 2026

Am 1. Tag fuhren wir nach dem Frühstück in Schottwien ins Romantiktheater Hadres in Untermarkersdorf. Mit Musikbegleitung ging es vom Bus zum Sektempfang und anschließend weiter zur Zaubershow. Dann folgte ein Drei-Gänge-Menü in der Taverne. Das Salonorchester brachte die Klassiker der Musikwelt zu uns. Der Höhepunkt des Unterhaltungsprogramms „Eine glamouröse Reise" war die musikalische Komödie „Alle lieben Marilyn". Nach der Übernachtung in Hollabrunn besuchten wir am 2. Tag den Flughafen Wien. Dort standen eine informative Rundfahrt am Flugfeld sowie die Besichtigung der Besucherwelt inklusive virtueller Flug am Programm. Den Abschluss machte ein Besuch in der Schokoladenfabrik Lindt in Gloggnitz sowie eine Jausenpause im Gasthaus Haselbacher in Schottwien.

Ausflug nach Eisenerz

Mit einem voll besetzten Autobus fuhren Mitglieder der Ortsgruppe Obdach am 7. Mai nach Eisenerz. Die Fahrt mit dem Hauly und die Einweisung in die Erzgewinnung waren sehr interessant und für alle ein Erlebnis. Nach einem ausgezeichneten Mittagessen im Eisenerzer Hof fuhren wir zum Leopoldsteiner See, wo wir auch das Denkmal für 200 von den Nazis ermordeten Juden besuchten. Da die Wanderung am See wegen Schlechtwetter ausfallen musste, beendeten wir unseren Ausflug bei Kaffee und Kuchen beim Seestüberl. Ein weiterer Ausflug führte uns in diesem Sommer zum Huabn-Theater auf die Brandlucken. Dort sahen wir uns das sehr lustige Stück „Pension Schöller" an und waren von der Leistung der Schauspieler begeistert. Herzlichen Dank an Kurt Rieger für die Organisation.

OBDACH



Eine erlebnisreiche Fahrt mit dem Hauly.

PÖLSTAL



Geehrte mit Ehrengästen.

30 Jahre Seniorenbund Pölstal

Ein Fest voller Herzlichkeit und starker Gemeinschaft! Bei strahlendem Sonnenschein feierte die Ortsgruppe Pölstal im Oswaldistadl ihr 30-jähriges Bestehen. Was 1996 durch eine Ortsgruppen-Fusion begann, hat sich über drei Jahrzehnte zu einer unverzichtbaren Gemeinschaft für die ältere Generation entwickelt. Ortgruppenobmann Alois Mayer begrüßte bei der Feier zahlreiche Ehrengäste aus Landes-, Kommunalpolitik und dem Seniorenbund. Nach einem berührenden Totengedenken blickte er auf Meilensteine der Ortsgruppe und ehemalige Obleute zurück. Ein Generationen-Interview, Ehrungen verdienter Mitglieder und ein humorvolles Mundart-Gedicht des Obmannes sorgten für große Begeisterung. Bei schwungvoller Tanzmusik und guter Stimmung klang das Jubiläumsfest gemütlich aus.

Besichtigung der Brauerei Thalheim

Der Seniorenbund Zeltweg besichtigte die Brauerei Thalheim-Heilwasser GmbH, in Pöls-Oberkurzheim, welche Didi Mateschitz im Jahr 2018 im Schloss Sauerbrunn eröffnete. Die Schlossquelle gilt als ältester Gesundbrunnen der Steiermark. Wir erhielten dort eine ca. 90-minütige sehr interessante Führung mit vielen Informationen zur Limonaden- und Bierherstellung. Im Anschluss ging es nach Zeltweg ins Depot der Thalheimer-Heilwasser Brauerei. In dem Café gab es eine Verkostung von Limonaden und alkoholischem sowie alkoholfreiem Bier. Auch ein Malzbier durfte nicht fehlen, dieses wurde mit einem Stück Schokolade verkostet, was (fast) allen herrlich schmeckte. Nach einem schönen, aber auch anstrengenden Nachmittag fuhren alle wieder, mit viel neuem Wissen, nach Hause.

ZELTWEG



Die Gruppe und Obfrau Gerti Köstinger erhielten viel neues Wissen.

MURTAL I KNITTELFELD

GAAL



Wanderung durch die Almrauschfelder zum Hahnsee.

Almrauschwanderung zum Hahnsee

32 rüstige Seniorinnen und Senioren nahmen an der Almrauschwanderung zum auf 1.830 Meter Seehöhe gelegenen Hahnsee in den Seckauer Alpen teil. Nach einem kurzen, steilen Aufstieg führte der Steig durch wunderschön blühende Almrauschfelder, Latschen und einer Vielzahl von Alpenblumen hinauf zum malerischen Bergsee. Am Hahnsee angekommen, genossen wir unsere mitgebrachte Jause und den Ausblick auf die umliegende Bergwelt. Die beeindruckende Natur und die gemeinsame Zeit machten diesen Aufenthalt zu einem besonderen Erlebnis. Am Rückweg legten wir eine kurze Gedenkpause bei der Klementikapelle am Ingeringsee ein. Zum gemütlichen Abschluss kehrten wir im Lorettohof in Gaal ein, wo wir bei Getränken und einem guten Essen den gelungenen Wandertag ausklingen ließen.

Reise zu Burgbau Friesach

Unter reger Beteiligung unserer Mitglieder ging unsere diesjährige Busreise nach Friesach. Wir konnten dort die neue Burg besichtigen, welche seit nunmehr 17 Jahren gebaut wird. Mit mittelalterlichem Handwerk und ohne technische Hilfsmittel wird diese Burg errichtet. Eine interessante Führung begleitete uns zu diesem beeindruckenden Bauwerk. Natürlich war uns auch das Wetter hold und beschenkte uns den ganzen Tag mit Sonnenschein. Im Anschluss zur Führung bekamen wir im Friesacher Fürstenhof ein Spektakeldinner serviert. Das 4-stündige und delikate 5-gängige Menü begeisterte alle Senioren. Sketches und witzige Pointen ließen keine Langweile aufkommen. Sogar ein Feuerschlucker wurde aufgeboten. Auch die Reiseteilnehmer wurden auf lustige Weise miteinbezogen.

ST. MAREIN-FEISTRITZ



Seniorenbund St. Marein-Feistritz vor der neuen Burg.

SÜDOSTSTEIERMARK I FELDBACH

AUERSBACH



Die Auersbacher Senioren auf der Tauplitzalm.

Grillfest und Ausflug auf die Tauplitz

Beim Grillfest der Senioren am 21.06.2026 konnte Obfrau Anna Ploderer Bgm. Prof. Ing. Josef Ober und BO Dr. Othmar Sorger begrüßen. Sie bedankte sich auch bei den zahlreich erschienenen Ortsgruppen für ihr Kommen. Die Grillmeister und das Küchenteam verwöhnten die Gäste mit köstlichen, regionalen Produkten. Herzlichen Dank allen, die zum Gelingen dieses Festes beigetragen haben. Der Ausflug am 11.07.2026 führte die Senioren auf die Tauplitz. Die Tauplitzalm ist mit ihren sechs Seen das größte Seenhochplateau in Mitteleuropa – und ein riesiger Alpengarten. Mit dem Bummelzug ging es bequem durch die Almlandschaft. Der schöne Ausblick konnte auch bei einer kurzen Wanderung genossen werden. Den gemütlichen Abschluss gab es im Buschenschank in Markt Hartmannsdorf.

Geburtstags- und Ehejubiläumsfeier

Wie alljährlich hielt wir eine gemeinsame Geburtstags- und Ehejubiläumsfeier in der Pizzeria Toskana in Rohr ab. Wir durften gratulieren zum 90. Geburtstag Theresia Griessbacher, 85. Geburtstag Josef Astl, Ludmilla Gölles, Johanna-Agnes Hafner, Irmgard Rodler, Rosa Thaller und Michael Weiss. Zum 80er gratulierten wir Hedwig Hofer, Agnes Kandlhofer, Herbert Lafer, Alois Meier und Anni Zangl und schließlich zum 75er Aloisia Höfler, Blasius Marbler, Sophie Meier und Waltraud Wurm. Bei einem guten Essen feierten wir unter Beisein unseres Bgm. Johannes Suppan den Ehrentag. Wir wünschen allen Jubilaren noch weitere schöne Jahre. Mit dabei war auch unser Goldenes Ehejubelpaar Sophie und Herbert Feichtinger. Wir wünschen ihnen noch viele weitere gemeinsame Ehejahre.

EDELSBACH



Gratulation an freudvolle Jubilare .

FEHRING



NAbg. MMag. Dr. Agnes Totter, BEd; Ehrenobfrau Wiltraut Ziegerhofer, Obmann Klaus Ronner-Ermertz.

Sommerfest 2026

Bei hochsommerlichen Temperaturen fand am 15. August 2026 das traditionelle Sommerfest des Seniorenbundes Fehring im Gastgarten des Gasthauses Gradwohl-Stadtkeller statt. Viele Gäste sind auch heuer unserer Einladung gefolgt und haben mit uns gefeiert. Besonders hat es uns gefreut, dass Obmann Klaus Ronner-Ermertz unsere Nationalratsabgeordnete MMag.a Dr.in Agnes Totter, den Bezirksobmann des Seniorenbundes VetR Dr. Othmar Sorger und in Vertretung unseres Bürgermeisters Gemeindesrat Michael Schnepf in unserer Mitte willkommen heißen durfte. Gestärkt durch köstliche Speisen und kühlende Getränke wurde die Musik genossen und eifrig das Tanzbein geschwungen. Dank vieler Sponsoren verließen viele unserer Gäste mit wunderschönen Geschenken dieses schöne Sommerfest.

Schneeberg-Ausflug

Bei wechselhaftem Wetter am 10. Juni führte unsere Busreise zum Schneeberg in NÖ. Die Zahnradbahn, der „Salamander-Zug", begeisterte uns alle besonders. Mit gemächlichem Tempo bei durchwegs guter Aussicht erreichten wir den Bergbahnhof Hochschneeberg auf 1.800m Seehöhe. Vor und auch nach der Mittagspause blieb Zeit für eine kurze Wanderung – bei recht kühlem Wetter. Geburtstag feierten: Schober Johann, Resch Ella und Fauster Anton, alle 70 Jahre; Pendl Maria, Flasser Josef und Krenn Josef, alle 80 Jahre; Rampsperger Walter, 85 Jahre; Hödl Berta, 90 Jahre. Wir wünschen noch viele glückliche und vor allem gesunde Jahre. Die weiteren Aktivitäten, wie wandern, kegeln und radeln, planen die einzelnen verantwortlichen Mitglieder gut vor und werden gerne angenommen.

GOSSENDORF



Die Schneebergbahn begeisterte die Teilnehmer.

HATZENDORF



Sportliche Ankunft in Maria Fieberbründl.

Von Hatzendorf nach Maria Fieberbründl

Seit zwei Jahren gibt es im Seniorenbund Hatzendorf eine E-Bike-Gruppe mit mittlerweile mehr als 50 Mitgliedern. Von Frühjahr bis Herbst unternehmen wir monatliche Ausfahrten. Diesmal führte die über 90 km lange Tour nach Maria Fieberbründl. 23 Seniorinnen und Senioren stellten sich dieser Herausforderung. Unsere Tourguides hatten eine abwechslungsreiche Strecke ausgewählt, die weitgehend abseits öffentlicher Straßen verlief. Nach rund zweieinhalb Stunden erreichten wir das Ziel, wo ausreichend Zeit zum Verweilen und Erholen blieb. Die Rückfahrt führte über den Feistritztalradweg. Nach einer Stärkung in Groß Steinbach stand noch eine Führung in der Versuchsanstalt der LFS Hatzendorf auf dem Programm. Ein herzliches Dankeschön an unsere engagierten Tourguides!

Wallfahrt - 4 Tage Waldviertel

In der Wallfahrtskirche Maria Rain feierten wir mit Msgr. Mag. Koschat unsere Wallfahrtsmesse. Durchs Rosental über die Soboth ging es heimwärts. Im Juni besichtigten wir Kindberg, danach gab es beim Schwammerlwirt ein reichhaltiges Mittagessen. Vier schöne und erlebnisreiche Tage verbrachten wir im Waldviertel. Von unserem Hotel in Langschlag aus unternahmen wir viele Ausflüge sowie eine Panoramarundfahrt durch die Weinberge Langenlois, Weinverkostung in Reith und eine Traktorfahrt durch die prachtvoll blühenden Mohnfelder. Viele Produkte mit Mohn verarbeitet erfreuten unseren Gaumen. Als krönenden Abschluss fuhren wir von Laubenbachmühle mit der „Himmelstreppe" der Mariazellerbahn nach Mariazell. Nach der Einkehr in die Basilika ging es wieder der Heimat zu.

JAGERBERG



In der Kirche Maria Rain.

KIRCHBACH IN STEIERMARK



Die Teilnehmer der Radtour nach Gleisdorf und Schemmerlhöhe.

Radtouren und Theaterausflug

Während im heurigen Sommer einige der Wandertermine den hohen Temperaturen zum Opfer gefallen sind, konnten die meisten Radtouren durchgeführt werden. Start ist dabei jeweils beim Familienbad in Kirchbach und anschließend führen uns die gut geplanten Touren, die von den Mitgliedern gerne angenommen werden, zu den Sehenswürdigkeiten und Kraftplätzen in der Umgebung. Wie schon in den letzten Jahren besuchten wir außerdem auch heuer wieder das Bauerntheater in Sankt Josef. Die Höhepunkte waren, neben den guten Grillwürsten und den ausgezeichneten Schauspielern, auch der unaufgeregte Umgang mit einem medizinischen Notfall, der zu einer kurzen Unterbrechung der Vorstellung führte. Alle waren von der Darstellung der Schauspieler begeistert und wollen wieder kommen.

4-Tage-Ausflug Attergau

Bad Ischl besuchten wir am ersten Tag. Bei einer Rundfahrt mit dem Kaiserzug erzählte unser Guide viel Wissenswertes über Kurort und Geschichte. Anschließend fuhren wir weiter nach St. Gilgen am Wolfgangsee. Am zweiten Tag fuhren wir nach Berchtesgaden zum Königssee und besichtigten die St. Bartholomä-Kirche. Danach ging es auf das Kehlsteinhaus. Eine Wanderung am Almsee am Toten Gebirge, ein Aufenthalt in Gmunden am Traunsee, Schloss Ort und der Attersee standen am dritten Tag am Programm. Auf unserer Heimfahrt am vierten Tag besichtigten wir das Stift Kremsmünster. Ein weiterer Höhepunkt des Sommers war unser Theaterbesuch in St. Josef, welcher dieses Jahr ganz „Im Zeichen der Jungfrau" stand. Über 60 Personen unserer Ortsgruppe waren heuer wieder mit dabei.

PALDAU



Unsere Ortsgruppe vor dem ehemaligen Kurhaus in Bad Ischl.

RIEGERSBURG



Hochmotivierte Teilnehmergruppe mit Übungsleiterin Susanne Karner.

Trittsicher & Aktiv

Anfang Mai starteten wir gemeinsam mit der Gesunden Gemeinde einen 12-wöchigen Sturzpräventionskurs mit dem Titel Trittsicher & Aktiv, finanziert von der ÖGK, BVAEB und SVS über die Bundesgesundheitsagentur. Unter der Anleitung von Frau Karner Susanne erfuhren wir, wie man Stürze verhindert bzw. richtig reagiert, damit es nicht soweit kommt. Geduldig wurden die Gefahren besprochen und Erfahrungswerte ausgetauscht. Aber auch die Praxis kam nicht zu kurz. Frau Karner zeigte uns Übungen für bessere Balance und Trittfestigkeit, welche man gut in den Alltag einbauen kann. Falls es trotz aller Vorsicht doch zu einem Sturz kommt, wurde noch das richtige Verhalten und Aufstehen geprobt. Beim Abschlusstest wurde von allen Teilnehmern eine Leistungssteigerung erzielt.

Besuche und Jubilarfeier

Einige Höhepunkte: Besuch am Holunderwandertag St. Anna mit 15 Personen, Sommerfest der Wolfsberger mit 47 Mitglieder. Eine gelungene Veranstaltung war die Jubilarfeier unter Anwesenheit von Fr. Vizebgm. M. Stradner und der Herren Pfarrer Mag. Toberer und Mag. Poltorak. 70 J. Maria Heidinger, Otto Eibler, Cilli Trummer, Christl Meier, Anni Sundl, Maria Eibler,75 J. Maria Krisper, Franz Kleindienst, Anton Puchleitner, Hubert Platzer, Aloisia Senekowitsch, Josef Mark, Karl Totter, Juliane Sammer, 80 J. Rudolf Peitler, Josef Trummer, Willibald Fleck 85 J. Rudolf Platzer 90 J. Aloisia Zöhrer und Johanna Fruhwirt. Goldene Hochzeit Franz u. Maria Gaar. Alois u. Maria Eibler. Diamantene: Kicker Joh. u. Stefanie, Platzer Rudolf u. Gertraud, Weicher Franz u. Edeltraud.

SCHWARZAU-MITTERLABILL



Jubilare mit Gratulanten.

SANKT ANNA AM AIGEN



Auf der Passionsspiel-Bühne in Sankt Margarethen.

Sonniges Burgenland

Im Juni waren wir zwei Tage im schönen Burgenland. Am ersten Tag besuchten wir die beeindruckenden Passionsspiele. Der Steinbruch, die Laiendarsteller und die vielen Komparsen waren einfach sehenswert. Die wunderbare Inszenierung hat uns alle sehr begeistert und fasziniert. Der zweite Tag führte uns zunächst zu einer interessanten Führung durch das Schloss Esterhazy, eines der schönsten Barockschlösser Österreichs. Anschließend genossen wir eine gemütliche Schifffahrt auf dem Neusiedler See. An Bord wurden wir mit einer köstlichen Grillerei und stimmungsvoller Musik verwöhnt. Den Abschluss unserer zweitägigen Fahrt bildete ein gemütlicher Besuch bei einem Buschenschank, wo wir in geselliger Runde plauderten und den schönen Ausflug gemeinsam ausklingen ließen.

Mutter-Vatertagsfahrt

75 Mütter und Väter besuchten im Rahmen der Mutter-Vatertagsfahrt der Ortsgruppe St. Stefan im Rosental heuer die kleine aber feine Kirche am Saazkogel, Gemeinde Paldau. Wir hatten gerade noch alle Platz. Unser Pfarrer Mag. Christian Grabner las die heilige Messe, bei der auch ein wenig Humor mit dabei war. Im Gasthof Groß in Paldau nahmen wir dann zusammen das ausgezeichnete Mittagessen ein. Am Nachmittag besuchten wir den Lebensgarten Neuhold in Hirsdorf in der Nähe von Feldbach. Der Schaugarten der Familie Neuhold ist auf alle Fälle einen Besuch wert! Auf ca. 3000 Quadratmetern gibt es unterschiedliche Pflanzen und liebevolle Dekorationen zu bestaunen. Nach der Besichtigung wurden wir mit Brötchen und Mehlspeise verwöhnt. Ein schöner Tag ging damit zu Ende.

ST. STEFAN IM ROSENTAL



Die Gruppe am Saazkogel.

STADTGRUPPE FELDBACH



Wanderung Höllischgraben in St. Anna/Aigen - Fruttendorf.

Geburtstage und Gedenken

Am 11.06.2026 machten wir eine Wanderung in den Höllischgraben in St. Anna/Aigen – Fruttendorf. Außerdem gab es einige Geburtstage zu feiern. Wir gratulieren: Franz Matzold (90. Geburtstag), Herlinde Kovacsics (85. Geburtstag), Ludmilla Hutter (81. Geburtstag), Franz Reicht, ÖR Karl Buchgraber, Gertraud Kniely und Franz Lorenzer (alle 80. Geburtstag). Der Vorstand der Stadtgruppe Feldbach mit Obmann Rudi Kulovic und die jeweiligen Mitgliederbetreuer überbrachten eine kleine Aufmerksamkeit und wünschten den Mitgliedern alles Gute für die Zukunft und vor allem Gesundheit. Leider gibt es auch Trauriges zu berichten: Wir trauern um Frau Ottilie Röck und Frau Theresia Weber. Wir sind traurig, dass Ihr uns verlassen habt, aber dankbar, dass wir Euch bei uns hatten.

Ausflug und Sommerfest

Unsere Reisereferentin Hermine Jaindl organisierte am 22. Mai einen Ausflug. Schloss Eggenberg und der Botanische Garten in Graz standen am Programm. Ein weiterer Höhepunkt war unser alljährliches Sommerfest am 14. Juni in der Mehrzweckhalle. Obmann Josef Jaindl konnte viele Ehrengäste und viele Seniorenvereine aus der Umgebung begrüßen. Mit dabei waren MMag. Dr. Agnes Totter, Bgm. Robert Hammer, Vize. Bgm. Maria Maurer, Kassier Andreas Schaar, Bez. Stv. Obfrau Anneliese Fuchs, Bez. Ehrenobfrau Maria Großschedl sowie Ehrenobmänner Josef Kapper und Herbert Steirer. Danke sagen wir der Volkstanzgruppe Unterlamm für die besondere Einlage sowie den Lustigen Karl für die Musik. Geburtstag hatten Maria Kristiner (85) Theresia Konrad (87) und Maria Krankenedl (89).

UNTERLAMM



Volkstanzgruppe Unterlamm.

SÜDOSTSTEIERMARK I RADKERSBURG

BAD RADKERSBURG



Genussvolle Tage in Tschechien.

Bezirksausflug Telc – Budweis – Krumau

44 Mitglieder aus verschiedenen OGs verbrachten drei Tage in Tschechien. Am 1. Tag besuchten wir die charmante Kleinstadt Telc und bewunderten bei einer Stadtführung die Bürgerhäuser im Renaissance- und Barockstil. Am 2. Tag ging es von Budweis, wo im Clarion Congress Hotel genächtigt wurde, nach Krumau zu einer Führung in die Vorhöfe des Schlosses Cesky Krumlov und in die Altstadt. Man speiste und genoss das kühle Bier im Restaurant „Krumlovsky Mlyn". Bevor es zurück ins Hotel ging, konnte noch jeder die Altstadt von Budweis erkunden. Auf der Heimreise gab es einen Zwischenstopp in Steyr. Der Abschluss fand im Buschenschank Grabin in Labuttendorf statt. Ein herzlicher Dank für die gute Organisation und Betreuung an Karl Perner und RBO Heinrich Schmidlechner.

Ausflug und Jubiläumsessen

Einen schönen Tag erlebte unsere Ortsgruppe Mettersdorf am Saßbach in Kärnten. Erstes Ziel war Minimundus in Klagenfurt. Bei einem gemütlichen Rundgang konnten wir die weltbekannten Bauwerke im Kleinformat sehen. Die Modelle sind vielfach mit Originalmaterialien wie Marmor oder Sandstein hergestellt und beeindrucken durch ihre Detailtreue. Insgesamt sind es Sehenswürdigkeiten aus 50 verschiedenen Ländern. Anschließend genossen wir eine Schifffahrt auf dem Wörthersee. Beim traditionellen Geburtstags- und Jubiläumsessen des Seniorenbundes wurden auch dieses Mal wieder die Jubilarinnen und Jubilare geehrt. Wir wünschen allen Gesundheit, Freude und viele schöne gemeinsame Momente. In geselliger Atmosphäre verbrachten alle einen gemütlichen Nachmittag miteinander.

METTERSDORF AM SASSBACH



Jubiläumsessen 1. Halbjahr 2026.

STRADEN



Ausflugsteilnehmer:innen des Seniorenbundes Straden.

2-Tages-Ausflug zum Großglockner

Gut gelaunt haben wir am 20.07.2026 unseren Zweitagesausflug zeitig in der Früh begonnen. Es ging Richtung Kärnten und über die Großglockner-Hochalpenstraße nach Zell am See. Am zweiten Tag war das Ziel die Schmittenhöhe – Zeit stand zur freien Verfügung. Fernblick ohne Ende. Überhaupt war uns das Wetter sehr wohlgesonnen: Sonne, Wolken und angenehme Temperaturen haben uns begleitet. Sogar der Großglockner zeigte uns seine Spitze. Zum Abschluss gab es noch eine Rast an der Talstation „Am wilden Berg" in Mautern, mit einer äußerst üppigen Jause. Allgemeines Resümee: Ein Ausflug ohne Stress und wunderschön, es hat einfach alles gepasst. Ehrungen: Annemarie Franke (85), Angela Plaschg (95), Werner Hillberger (80), Maria Frauwallner (90) und Maier Irmtraud (85).

Ölmühle und Buschenschank

Eine Radtour führte Mitglieder unserer Ortsgruppe Bad Radkersburg im heurigen Juni bei tropischer Hitze nach Sicheldorf zum Kürbishof Majczan. Mehr als 20 Senioren hörten dort einen lehrreichen Vortrag über die Entstehung und Verarbeitung des so beliebten steirischen Kürbisses. Mit einem ausführlichen Video erzählte uns der Hausherr viel Interessantes vom Setzen bis zur Ernte der Kürbisse sowie Trocknung und Verarbeitung der Kürbiskerne, aus denen letztendlich das Kürbiskernöl gepresst wird. Die Gruppe war live beim Pressen des Kürbiskernöls dabei. Zum Schluss gab es eine Verkostung des Öls. Danach besuchten wir den nahegelegen Buschenschank der Familie Martinecz. Hier wurden insgesamt 27 Senioren an dem heißen Tag mit gutem Wein und herzhafter Jause versorgt.

STADTGRUPPE BAD RADKERSBURG



Nach dem Besuch des Kürbishofes im Buschenschank.

VOITSBERG

KÖFLACH



Ein Ohrenschmaus für viele Gäste.

Nervenkitzel im Pfarrsaal Köflach

„Seitenweis & Notenweis" – unter diesem Motto lud der Seniorenbund Köflach-Graden zu einer Lesung mit Krimiautor, Journalist und Fine Crime-Organisator Robert Preis in den Pfarrsaal Köflach. Zur Musikuntermalung stand ihm Sabine Probst vom Trio Irrwurzla zur Seite. Der Vorstand begrüßte viele Ehrengäste unter anderem SB BO Walter Reiter. Mit den Streifzügen aus den Romanen „Waldestod" und „Gottes Plagen" zog Preis, unter Mystik und Schaudern, seine Zuhörer schonungslos in den Bann. Der Literat erzählte auch in seiner launigen Art Interessantes über den Drehstart der Serien-Verfilmung „Trost und Rath", deren Bücher er schrieb. Die Hauptrolle spielte der bekannte Schauspieler Michael Ostrowski. Nach der Lesung gab es ein Zusammenstehen mit einem kleinen Imbiss.

Ausflug zum Heiligen Berg

Am 3.7. organisierte Obm. Herbert Buchgraber eine gemütliche Wanderung zum Heiligen Berg in Bärnbach. Für jene, die nicht mehr so gut zu Fuß sind, wurde ein Quad-Shuttledienst eingerichtet, der sie bequem zur Kirche brachte. Auch Bezirksobm. Walter Reiter war mit dabei.

Am Heiligen Berg begrüßte Ordensschwester Josefa die Teilnehmer herzlich und vermittelte Wissenswertes über die Geschichte des Klosters, gab interessante Einblicke in den Tagesablauf der Ordensgemeinschaft und berichtete anschaulich über die vielen Aufgaben und Arbeiten der Schwestern. Im Anschluss wurde ein feierlicher Gottesdienst zum Gedenken an die verstorbenen Mitglieder abgehalten. Den gemütlichen Ausklang fand der gelungene Ausflug bei einer gemeinsamen Jause im Gasthaus Bardel in Piber.

OBERES KAINACHTAL



Interessierte Teilnehmer am Heiligen Berg.

SÖDING



Unsere Reisegruppe nach der Floßfahrt in Koroska.

Flößerfahrt wie seinerzeit in Koroska

50 Frauen und Männer des Seniorenbundes Ortgruppe Söding unternahmen einen abwechslungsreichen Ausflug nach Koroska in Slowenien. Dort fand eine sehr vergnügliche Flößerfahrt auf der Drau statt. Einst war der Fluss ein bedeutender Transportweg für Holz, das so sogar bis zum Schwarzen Meer befördert wurde. Heute erinnert ein touristisches Angebot an die harte Arbeit der Flößer. Besonders lustig war die Flößertaufe, die bei allen Teilnehmern des Ausflugs für Heiterkeit sorgte. Weiter ging die Reise dann durch das Lavanttal zur Knödelhütte auf der Pack. Bei ausgezeichneten Broten und Jausen wurden viele Gespräche geführt und eine schöne Zeit miteinander verbracht. Einmal mehr wurde damit auch unsere Gemeinschaft gestärkt und zufrieden traten wir die Heimreise an.

WEIZ

Ausflüge im Sommer

Aufgrund des schweren Unwetters im Vorjahr konnten wir das Theater in St. Josef leider nicht besuchen. Aber heuer konnten wir unseren Besuch glücklicherweise nachholen. Am 9. Juli 2026 durften wir mit den Eintrittskarten vom letzten Jahr die tolle Vorstellung sehen und die Leistung der Schauspieler bewundern. Dafür bedankte sich der Seniorenbund mit einem kleinen Präsent und wünscht der Theatergruppe noch viele erfolgreiche Aufführungen. Am 13. August 2026 ging unser Ausflug nach Wiener Neudorf zur Fa. Niemetz Schwedenbomben. Was wir dort erfuhren, war sehr lehrreich und wir durften im Work-Shop auch selbst Hand anlegen. Dazu konnten wir einiges an Süßigkeiten verkosten und auch kaufen. Für uns Senioren war es ein schöner Ausflug und ein rundum gelungener Tag.

ALBERSDORF-PREBUCH



Süßer Genuss beim Workshop der Firma Niemetz Schwedenbomben.

ANGER



Maria, Annemarie und Waltraud im aufblühenden Südtiroler Almrausch.

Unterwegs in Südtirol

Wenn diese Ausgabe erscheint, ist auch schon die dritte Reisegruppe wieder zurück. Diesmal wurde unsere Prämisse: nur Ausflüge innerhalb von Österreich zu planen, über den Haufen geworfen. Nach der Ausschreibung zu dieser Fahrt, wurde schnell erkennbar, dass an die 150 Interessenten dabei sein wollen.
Auf dem Programm standen die imposante Bergwelt der Dolomiten, die wanderbaren Almen und die kultur- und kunstgeschichtlichen Komponenten dieses mit Österreich eng verbundenen Landes. So war der Besuch im Schloss Schenna, wo unser Erzherzog Johann sein Schloss hatte und nun auch seine letzte Ruhestätte hat, ein Fixpunkt.
Für alle war dies ein Ausflug mit vielen bleibenden Eindrücken.

Geburtstag, Wanderung und Ausblick

Anna Feldhofer aus Birkfeld wurde bei bester körperlicher und geistiger Gesundheit 90 Jahre. Die Obfrau Sofie Mosbacher gratuliert herzlich und überbrachte Segenswünsche von den Mitgliedern des Seniorenbundes Birkfeld. Eine Wanderung von der Seehütte Töglhofer, liegend an der Feistritz, führte uns entlang des alten Strallegger-weges zur Ortschaft Schachen über den Höhenweg zum Sindlhofer, Palmer und den Radweg R8 zurück zur Seehütte. Dort genossen wir eine deftige Jause! 38 fitte Teilnehmer. Innen wanderten an diesem sonnige Tag mit. Vorankündigung: Am 11.11.2026 um 14.00 Uhr findet unser alljährliches Herbstkränzchen im GH Grabenhofer in Haslau statt! Einladung zum Christkindlmarkt am ersten Adventwochenende in Waisenegg! Besucht das Standl des Seniorenbundes!

BIRKFELD



Wanderung in Strallegg.

FISCHBACH



Beeindruckte Gruppe beim Heimatmuseum Arlerhof.

Dachstein West Reise

Unsere Fahrt führte uns über den Koppenpass nach Hallstatt und weiter zum Gosausee. Dieses Gebiet wird auch das „Auge Gottes" genannt und ist eines der schönsten Naturkulissen Österreichs mit Gosaukamm und Dachstein im Hintergrund. Quartierbezug in Abtenau. Der nächste Tag brachte uns auf die Postalm. Die kurze Wanderung ermöglichte uns den Wolfgangseeblick. Nach dem Mittagessen auf der Alm besuchten wir Bad Ischl, mit dem Kaiserzug wurden uns die Sehenswürdigkeiten einschließlich der Konditorei Zauner gezeigt. Der geführte Ortsrundgang in Abtenau war Teil des Vormittags am 3. Tag. Die übrige Zeit war für die Kutschenfahrt und zum Besuch des Heimatmuseums Arlerhof vorgesehen. Auf der Heimfahrt besuchten wir das Schloss Hellbrunn und in Filzmoos die Oberhofalm.

Geburtstagsfeier 2026

Bei unserer gemeinsamen Geburtstagsfeier im Juli konnten wir auch ein Jubelpaar aus Anlass ihrer Goldenen Hochzeit begrüßen. Zu Beginn feierten wir mit Pfarrer i.R. Mag. Johann Leitner die Hl. Messe in der Dorfkapelle in Lebing. Ehrengäste: Bezirksobmann Anton Paierl mit Gattin und Bürgermeister Martin Haberl. Nach der Agape wurden alle zum Mittagessen und Feier ins GH Holzerbauer, Berggenuß, eingeladen. Foto: vorne: Passath Hildegard (70), Kohlhofer Rosa (80), Katharina Schrank (90), Schwarz Maria (80), Bauer Josefa (75). 2. R.: Haberl Martin (Bgm.), Hilde Kulmer (Obfrau), Pavek Viktor (85) Anton Paierl (BO), Bauer Johann (80), Vorraber Karl und Anna (Goldene Hochzeit), Dr. Leitner Johann (80), Gerlinde Schwarz (Obfr. Stv.), Mag. Leitner Johann (Pfarrer i.R.).

FLOING



Freudvolle Jubilare.

GERSDORF AN DER FEISTRITZ



Nach der Andacht bei der Wallfahrtskirche Maria Fieberbründl.

Unsere Aktivitäten

Im Sommer bot die OG Gersdorf a. d. Feistritz wieder verschiedene Aktivitäten an. Mit dem Zigeunerwagen Wurzer fuhren wir nach Maria Fieberbründl zu einer Andacht. Weiter ging die Fahrt auf den Rabenwald zu einer Führung im Talkumwerk. Interessant waren die Größe und die Abbautechnik des Federweißes sowie die große Anwendungsmöglichkeit. Am Annasamstag ging es nach einer Andacht in der Gersdorfbergkapelle zum Würstlgrillen zur Familie Krenn. Es war ein geselliger Nachmittag, der von den Mitgliedern dankend angenommen wurde. Der Buschenschank Pilz in Gschmaier war bei einem geselligen Nachmittag trotz Hitze gut besucht. Annemarie Prem feierte ihren 85. Geburtstag und Anna Zengerer ihren 90. Der Seniorenbund gratulierte herzlich und überreichte je ein Geschenk.

Ein Fest der Lebensfreude und Beständigkeit

Am 18. Juli 2026 lud der Seniorenbund Heilbrunn zur gemeinsamen Geburtstagsfeier ins Gasthaus Bratl. Neun Mitglieder der Ortsgruppe wurden für ihre runden und halbrunden Geburtstage in diesem Jahr geehrt: Zwei Mitglieder feierten ihren 85. Geburtstag, zwei Mitglieder ihren 80. Geburtstag und fünf Mitglieder ihren 75. Geburtstag. Ein besonderer Höhepunkt war die Ehrung der Ehepaare Peter und Rosina Unterberger sowie Dionys und Martha Straußberger, die das seltene Fest der Eisernen Hochzeit (die Eiserne Hochzeit steht für 65 Ehejahre) feiern konnten. Bezirksobmann Anton Paierl gratulierte gemeinsam mit seiner Gattin Maria den Jubilaren von Herzen. Die Feier unterstrich erneut den starken Zusammenhalt und die lebendige Gemeinschaft des Seniorenbundes Heilbrunn.

HEILBRUNN



Eine Feier mit vielen Jubilaren.

HOFSTÄTTEN AN DER RAAB



Gut gelaunte Teilnehmer trotz Sommerhitze.

Genug der heißen Luft

Wo sind sie die Maßnahmen gegen den Klimawandel, wo sind die nachhaltigen wirksamen Schweißtücher für uns Menschen – nicht sichtbar nicht spürbar. Ich werde das Gefühl nicht los, dass auch in dieser essenziellen Lage für uns älteren Menschen das Thema mit dem Ende dieser Extremhitzewelle einschläft. Unterm Motto: „Der nächste Winter kommt bestimmt". Im Juli gab es eine Berg- und Talfahrt auf dem Loser. Eine trockene Angelegenheit, aber es gab eine gute Fernsicht und sehr schöne Wandermöglichkeiten. Schön war auch die Theateraufführung der Freiluftbühne Brandluckner Huab'n im August bei blauem Nachthimmel. Es gab eine gelungene Vorführung des Lustspiels „Pension Schöller". Das Sommeralmgebiet ist ein wunderbares Wandererlebnis für alle junggebliebenen Senioren.

Ausflüge

Bei herrlichem Wetter und mit guter Laune fuhren wir nach einer Kaffee- und Striezelpause nach Eisenerz weiter zum berühmten Erzberg. Hier begann eine Abenteuerfahrt mit dem Hauly. Mit großem Staunen genossen wir die interessante Aussicht auf den Erzabbau. Nach dem ergiebigen Mittagessen machten wir noch einen Abstecher zum Leopoldsteinersee. Den Abschluss von dem schönen Ausflug feierten wir bei einem kühlen Getränk und guter Jause beim Buschenschank Sax in unserer Gemeinde. Den nächsten Ausflug machten wir ins Burgenland. Auf der Ritterburg Lockenhaus gab es eine interessante Führung durch die imposanten Burgmauern des Schlosses, anschließend wurden wir mit einem deftigen Landknechtsessen verwöhnt. Später fuhren wir weiter zum Felsenmuseum nach Bernstein.

ILZTAL



Seniorenmitglieder vor dem Hauly am Erzberg.

KOGLHOF



Vor dem Eingang des Kommissariats der Rosenheim Cops.

Koglhofer Seniorenreise nach Bayern

46 rüstige Senioren der Ortsgruppe Koglhof starteten am 10. August 2025 zu einer fünftägigen Reise nach Bayern. Über den Chiemsee und Schloss Herrenchiemsee ging es für die Teilnehmer ins Quartier nach Nußdorf am Inn. Die Reise bot Highlights wie eine Fahrt auf den 1724 Meter hohen Wendelstein, einen Besuch beim Rosenheim-Cops-Kommissariat und ein ausgiebiges München-Programm mit Glockenspiel, BMW-Welt und Schloss Nymphenburg. Nach einem zünftigen Heimatabend führte die Route weiter zu den Spuren des „Bullen von Tölz" in Bad Tölz und an den Tegernsee. Den Abschluss bildete die Kufsteiner Festung in Tirol. Alle Teilnehmer waren begeistert von dieser gelungenen Reise. Ein herzlicher Dank gilt Obmann Hermann Zaunschirm, Busfahrer Ernst Fasching sowie den Helfern.

2-Tages-Ausflug

Eine Zwei-Tages-Fahrt führte die Seniorinnen und Senioren nach Kärnten und Osttirol. Im Schloss Lerchenhof in Hermagor gab es eine Betriebsbesichtigung mit anschließender Verkostung des bekannten Gailtaler Specks. Gut gestärkt ging es weiter über das Lesachtal zum Wallfahrtsort Maria Luggau, wo eine kurze Rast zur Andacht eingelegt wurde. Die Unterkunft war in Obertilliach, im Hotel/Gasthof Unterwöger gebucht, wo nach dem Abendessen eine Führung durch das „Hölzerne Dorf" stattfand. Nach dem Frühstück ging die Fahrt nach Prägraten am Großvenediger, von wo die Seniorinnen und Senioren mit einem Taxi bis zu den wunderschönen Umbalfällen gebracht wurden. Mit vielen wunderschönen Eindrücken ging es am Nachmittag des zweiten Ausflugstages wieder zurück nach Hause.

LABUCH-UNGERDORF



Viele schöne Naturerlebnisse wurden gesammelt.

LASSNITZTHAL-HART



Seniorengruppe bei der Schifffahrt am Stubenbergsee.

Halbtagesausflug - Stubenbergsee

Am Mittwoch den 17. Juni 2026 fand der Halbtagesausflug vom Seniorenbund Laßnitzthal-Hart statt. Nach der Anreise haben wir mit einem köstlichen Mittagessen beim Gasthof Windhaber begonnen. Am Stubenbergsee bestiegen wir ein Elektroschiff für eine gemütliche 45-minütige Rundfahrt. Vom Wasser aus sahen wir die Ufer mit den verschiedenen Freizeitanlagen und die wunderschöne oststeirische Natur. Der Stubenbergsee wurde zwischen 1968 und 1971 angelegt und ist ein künstlich angelegter Badesee mit zirka 40 ha Wasserfläche. Er liegt am Fuße des Kulm. Er wird aus dem Wasser der Feistritz gespeist und hat angenehm warme Badetemperaturen. Als Abschluss ließen wir diesen Ausflugstag bei einer gemütlichen Jause ausklingen, bevor wir dann die Heimreise angetreten haben.

Geburtstagsfeier

Am 11. Juli 2026 lud der Seniorenbund Ortsgruppe Ludersdorf-Wilfersdorf zur Geburtstagsfeier in den Landgasthof Baumgartner ein. Die Veranstaltung war gut besucht. Insgesamt nahmen 49 Gäste an der Feier teil, darunter 16 Jubilare, die gemeinsam ihre Geburtstage feierten. Zu den Geehrten zählte auch Obmann-Stellvertreter Peter Grabner. In geselliger Runde, bei gutem Essen und angeregten Gesprächen verbrachten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer einen angenehmen Nachmittag und schöne Stunden. Die gelungene Veranstaltung bot Gelegenheit zum Austausch und zur Pflege der Gemeinschaft und wird allen Gästen in guter Erinnerung bleiben. An dieser Stelle möchten wir nochmals allen Jubilaren herzlich zum Geburtstag gratulieren und alles Gute sowie Gesundheit wünschen.

LUDERSDORF-WILFERSDORF



Unter den Gästen waren viele Jubilare und Geehrte.

MARKT HARTMANNSDORF



LO-Stv. BO Anton Paierl und Obmann Josef Timischl mit Gäste.

Ausflug und Sommerfest

Bei herrlichem Wetter und guter Laune führte unsere Ortsgruppe am 12. Juni 2026 die Fahrt ins Blaue durch. Diese führte uns zur Schalkmühle, wo wir bei einer Führung alles über die Mehlerzeugung erfahren konnten. Mit einem gemütlichen Mittagessen beim Schneiderwirt, Rundgang um den Harter Teich und geselligen Abschluss beim Buschenschank Friedl wird unser dieser Ausflug in guter Erinnerung bleiben. Bei unserem Sommerfest am 9. August 2026 konnte Obm. Josef Timischl viele auswärtige Ortsgruppen, insgesamt 400 Festbesucher und viele Ehrengäste, u.a. Bezirksobmann Anton Paierl und Vizebürgermeister Ing. Daniel Kienreich begrüßen. Bei Musik von Luis und seinen Freunden wurde Schnitzel, Bowle oder Kaffee und Kuchen genossen und ausgelassen das Tanzbein geschwungen.

Unterwegs zu neuen Ufern

Im Mai wanderten wir rund um den WOLFSSATTEL, geleitet von Natur- und Wanderführer Sepp Kreimer. Im Juni Ganztagesfahrt nach KÄRNTEN. Weingut TAGGENBRUNN und BURGENBAU FRIESACH. Im Juni Dreitagesfahrt ins Burgenland. MÖRBISCH und ILLMITZ mit Schiff- und Kutschenfahrt, Besuch bei einem Traditionswinzer und bei einer Schmiede. Eine Duftmanufaktur und das WEINGUT HILLINGER bildeten einen Höhepunkt neben der Pralinenmanufaktur SPIEGEL und dem Gut HOANZL in Kukmirn. Im Juli boten Sepp Kreimer und Franz Vorraber eine Halbtagswanderung mit Führung KREUZWEG UNTERFLADNITZ an.
Geburtstage 2026: 70: Lieb Ingrid, Eggenreich Josef. 75: Kreimer Maria, Zorn Christine. 80: Heran Sigrun, Köck Hilde, Rosenberger Franz. 85: Schwab Josef.

MITTERDORF AN DER RAAB



Reisegruppe vor Taggenbrunn.

PUCH BEI WEIZ



Besuch des Alpenwildparks Feld am See.

Drei Tage in Kärnten

Vom 20. bis 22. Mai 2026 fuhren 46 Mitglieder des Seniorenbundes Ortgruppe Puch bei Weiz zu einem Dreitagesausflug nach Kärnten. Zu den Höhenpunkten gehörte eine Fahrt über die Nockalmstraße im Nationalpark Nockberge. Bei dieser handelt es sich um eine der schönsten Hochalpenstraßen Österreichs. Ebenfalls am Programm standen der Besuch der Burg Landskron mit dem Affenberg und der Greifvogelschau, eine Schifffahrt am Millstätter See, der Besuch des Alpenwildparks Feld am See und eine Fahrt auf den Pyramidenkogel mit dem höchsten Holzaussichtsturm der Welt. Die Reise war ein tolles Erlebnis. Gratulation den Jubilaren: Haider Frieda und Lammer Peter (75. Geburtstag), Knaller Elfriede und Zorn Erwin (80. Geburtstag), Fink Frieda und Scheer Peter (85. Geburtstag).

Ausflug auf die Wildwiese

Einen Nachmittagsausflug machten die KathreinerInnen SeniorInnen Ende Juli auf die Wildwiese. Bei der Hinfahrt kehrten wir kurz beim Seniorenobmann Hans Sorger in Miesenbach ein, wo wir mit sehr gutem Most empfangen wurden. Ein herzliches Dankeschön! Da das Wetter sehr heiß war, fuhren alle direkt zur Wildwiese und machten dort eine kurze Wanderung. Die meisten wanderten nur in die Wildwiesenhütte. Der harte Kern bezwang bei dieser Hitze sogar die Aussichtswarte. Viele SeniorInnen nahmen auch an einer kurzen Andacht in der Kapelle teil. Dann ging die Fahrt weiter zur Mostschank „Seppl auf der Eben" nach Vornholz. Nachdem wir Durst und Hunger gestillt hatten, fuhren wir lustig und fidel wieder nach Hause. Der Vorstand bedankt sich herzlich für die große Teilnahme.

ST. KATHREIN AM OFFENEGG



Liegeplätze luden zum Ruhen ein.

ST. RUPRECHT AN DER RAAB



Gemeinsames Gruppenfoto in Fischbach.

Herzlicher Empfang in Fischbach

Ein besonderes Erlebnis war der gemeinsame Ausflug unserer Ortsgruppe nach Fischbach. Am Dorfplatz wurden wir von Landtagsabgeordneten Bürgermeisterin Silvia Karelly herzlich begrüßt und zu einem Rundgang durch die Marktgemeinde eingeladen. Dabei erfuhren wir viel Wissenswertes über den Ort. Nach dem Mittagessen besuchten wir die Bio-Hofmolkerei Froihof. Dort erhielten wir interessante Einblicke in die Herstellung von Joghurts ohne künstliche Zusätze und konnten diese auch verkosten. Den gelungenen Ausflug ließen wir bei einer gemütlichen Jause ausklingen. Geburtstage feierten: Johann Fladerer (80. Geburtstag), Rosemarie Kalcher, Maria Fiedler, Aloisia Gauster und Josef Hofer (alle 85. Geburtstag) sowie Herta Maninger (90. Geburtstag). Wir wünschen Alles Gute!

Seniorenfest und Ausflüge

Das 3. Seniorenfest unserer Ortsgruppe St. Margarethen/Raab war wieder, Dank der zahlreichen Besucher, ein gelungenes Fest. Viele besonders gute Mehlspeisen und Preise konnten in diesem Jahr erworben werden. Ein herzliches Dankeschön an alle Gäste und an alle, die dabei geholfen haben, dass unser Fest ein Erfolg wurde. Mit den eingeladenen Jubilaren fuhren wir nach Gasen, wo uns die Stoanis mit ihrer Musik herzlich begrüßten. Unser Tagesausflug ging nach Rettenegg zur Fischzucht Kroisleitner. Außerdem waren wir fünf Tage in Osttirol im Dolomitenhof Kartitsch. Von dort aus machten wir verschiedene Unternehmungen. Z.B. Museumsbesuch, fuhren mit der Golzentippbergbahn, weiter zum Obersee am Stallersattel und besichtigten die Schafwollerzeugung im Villgratental.

ST. MARGARETHEN AN DER RAAB



Bewegt durch die Natur.

SINABELKIRCHEN



Begrüßung durch Obfrau Gundi Pfeifer und Bürgermeister Emanuel Pfeifer.

Sommerfest und 100. Geburtstag

Am 7.6.2026 fand wieder unser Sommerfest vor dem Gasthaus Schuster statt. Obfr. Gundi Pfeifer begrüßte neben Bgm. Emanuel Pfeifer und LAbg.in Frau Silvia Karelly viele Gäste und die „Vulkanlandpartie" lud zum Tanz. Es gab auch eine Tombola, bei der tolle Preise verlost wurden. Danke an den SB von Sinabelkirchen für die Organisation und vielen Dank auch an die zahlreichen Gäste! Am 21.6.2026 feierte Frau Maria Thomaser ihren 100. Geburtstag. Zu diesem Jubiläum fanden sich beim Thomaser Kreuz in Egelsdorfberg Verwandte, Freunde und auch Obfr. Gundi Pfeifer mit Hans Repnik vom SB ein. Bei Musik von Maria König wurde unter der Leitung von Katrin Brodtrager ein Wortgottesdienst gefeiert und Zuhause bei Maria Thomaser gab es dann noch ein gemütliches Zusammensitzen.

Vatertag-Ausflug Stoani-Museum Gasen

Der diesjährige Vatertag-Ausflug führte zum Stoani-Museum nach Gasen. Am 11.06.2026 nahmen 47 Personen (Väter) an diesem Ausflug teil. Im Museum angekommen gab es einen wunderbaren Empfang mit dem „Originalen Stoanimusikanten". Bei der anschließenden Führung über die 50ig-jährige Geschichte der Stoakogler-Musik mit Frau Irmgard Kulmer gab es viel Interessantes und Aufschlussreiches zu hören. Auf zahlreichen Schautafeln sind verschiedene Informationen zur Arbeit, dem Leben und der Musik der Stoakogler aufbereitet. Der Abschluss des Ausflugs fand im Buschenschank Hutter mit dem Harmonikaspieler Herrn Johann Strobl in Krottendorf statt. Bei guter Jause und musikalischer Unterhaltung gab es noch ein gemütliches Zusammensitzen. Es war ein lustiger Vatertag-Ausflug.

STADTGRUPPE WEIZ



Musikalischer Empfang von den "Stoanis".

STRALLEGG



Gute Ankunft der Wallfahrer in Seggauberg.

Wallfahrt nach Seggauberg

Am 16.07.2026 fand unsere heurige Seniorenwallfahrt statt. Unser Ziel war Seggauberg mit der Kirche am Frauenberg. Die Wallfahrtskirche Frauenberg wurde 1170 das erste Mal urkundlich erwähnt und beeindruckt mit schönen Fresken und einer barocken Orgel. Geweiht ist die Kirche der Heiligen Maria – Aufnahme in den Himmel. Nach einer ausführlichen, sehr interessanten Führung in der eindrucksvollen Wallfahrtskirche zelebrierte Pfarrer Mag. Johann Mosbacher mit uns die heilige Messe. Am Nachmittag genossen wir eine Führung durch das Schloss und schließlich besichtigten wir den Weinkeller und konnten neben geschichtlichen Fakten erfahren, wie der Messwein schmeckt. Auf der Heimfahrt kehrten wir in der Buschenschank Sax ein und verbrachten einen geselligen Abschluss.

Bezahlte Anzeige

Herbstschuhe – Komfort trifft Trend

Wenn die Tage kürzer werden, darf auch das Schuhwerk mehr können: Herbst 2026 verbindet modische Akzente mit Komfort, Sicherheit und einem guten Gefühl beim Gehen. Für aktive Seniorinnen und Senioren sind bequeme Schuhe längst kein Gegensatz zu Stil. Gefragt sind Sneaker mit griffiger Sohle, elegante Chelsea-Boots und lässige Stiefeletten. Warme Naturtöne wie Cognac, Braun und Sand treffen auf Bordeaux, Dunkelgrün und Schwarz. Auch Loafer und Modelle mit leichtem Plateau bleiben angesagt. Für gesunde Venen sind Bewegung und passende Schuhe besonders wichtig: Ein guter Halt, eine flexible Sohle und genügend Platz für die Zehen unterstützen angenehmes Gehen. So wird jeder Herbstspaziergang zur kleinen Wohltat für Beine und Wohlbefinden – modisch, bequem und aktiv.



Bequem und sicher durch den Herbst.

INFOBOX

Kostenlose Venenmesstage bei Schuster Schalk

am 07.10.2026
Langgasse 18, 8700 Leoben
03842 42 964
am 08.10.2026
Neufeldweg 146, 8041 Graz
0316 84 75 67
jeweils ab 09:00 Uhr
Telefonische Anmeldung in der Filiale möglich

Schuster Schalk
ORTHOPÄDIESCHUHMACHER & SANITÄTSHAUS





Den Herbst
mit jedem Schritt genießen.

- Passende Freizeit- und Wanderschuhe
- Bandagen und Orthopädische Schuheinlagen für mehr Stabilität
- Stütz- und Kompressionsstrümpfe für gesunde Venen und Vitalität

Neufeldweg 146, 8041 Graz
Tel.: 0316/84 75 67

www.schusterschalk.at

Langgasse 18, 8700 Leoben
Tel.: 03842/42 9 64

STEIRISCHER SENIORENBUND ZEITLOS
www.zeitung-zeitlos.at

Reisevorschau 2027



Rom zum neuen Papst

€ 1.520,- p.P. im DZ

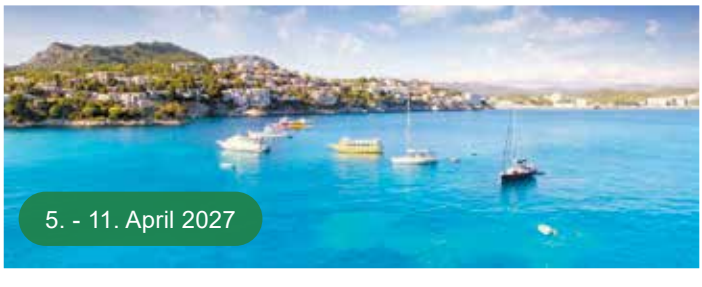
1. Tag: Österreich - Padua
2. Tag: Padua - Rom - Grab Papst Franziskus
3. Tag: Tivoli - antikes Rom
4. Tag: Rom historisches Zentrum - Freizeit
5. Tag: Papstaudienz - Vatikan
6. Tag: Rom - Assisi
7. Tag: Rückreise



Südafrika

Frühbucherpreis bis 02.11.2026 ab € 3.195,- p.P. im DZ

1. Tag: Wien - Kapstadt
2. Tag: Ankunft Kapstadt - Tafelberg / Signal Hill
3. Tag: Kap der Guten Hoffnung
4. Tag: Botanischer Garten Kirstenbosch - Aquila Private Game Reserve
5. Tag: Safari - Oudtshoorn - Straußenfarm
6. Tag: Cango Caves - Knysna
7. Tag: Garden Route - Paarl - Kapstadt
8. Tag: Franschhoek - Stellenbosch - Picknick Weingut
9. - 10. Tag: Kapstadt - Rückflug - Ankunft in Österreich



Wanderreise Mallorca

Frühbucherpreis bis 05.11.2026

ab € 1.499,- p.P. im DZ für Mitglieder

1. Tag: Anreise - Mallorca
2. Tag: Valldemossa - Olivenölverkostung
3. Tag: Palma de Mallorca
4. Tag: Fornalutx - Sóller - Port de Sóller
5. Tag: Playa de Palma oder Fakultativausflug
6. Tag: Orient - Alaró - Weinverkostung
7. Tag: Mallorca - Heimreise



Japan

Frühbucher-Richtpreis bis 23.05.2027 ab € 4.700,- p.P. im DZ

1. - 2. Tag: Wien - Tokyo
3. Tag: Tokyo (Stadtbesichtigung)
4. Tag: Tokyo oder Fakultativausflug Nikko
5. Tag: Kamakura - Fuji-Hakone-Nationalpark - Kawaguchi
6. Tag: Kawaguchi See - Takayama
7. Tag: Himeji - Hiroshima
8. Tag: Hiroshima - Insel Miyajima
9. Tag: Okayama - Kyoto - Fakultativausflug Sumo-Abend
10. Tag: Kyoto oder Fakultativausflüge Kyoto und Japanischer Abend
11. Tag: Kyoto - Osaka - Kyoto
12. - 13. Tag: Kyoto - Nara - Osaka - Wien

MOSER REISEN

Detailprogramme bei Moser Reisen: Graben 18, 4010 Linz, 0732 / 2240-47, senioren@moser.at, www.moser.at



Provisor Mag. Wolfgang Pristavec (4.v.li.) und Bürgermeister Peter Fließer (3.v.re.) eröffneten mit den Winzern das Fest.

Die Weststeiermark schenkt Lebensfreude ein

Wenn sich der Spätsommer über die Weststeiermark legt und die Trauben in den Weingärten langsam ihre Reife erreichen, beginnt eine besondere Zeit.

Rund um Mooskirchen wird die Verbundenheit mit Wein und regionaler Genusskultur besonders spürbar. Weingärten, Buschenschänken, Weinbauern und Feste laden dazu ein, ein Stück weststeirische Lebensart zu genießen.
Mooskirchen ist dabei ein beliebter Treffpunkt für Weinfreunde. Beim traditionellen Winzerfest am Marktplatz begegnen sich Einheimische und Gäste, Winzer präsentieren ihre Weine und regionale Spezialitäten sorgen für das leibliche Wohl. Dazu kommen Musik, gute Stimmung und vor allem eines: Zeit zum miteinander Reden und Genießen. Der persönliche Kontakt zu den Weinbauern macht den besonderen Reiz solcher Veranstaltungen aus.
Untrennbar mit der Weststeiermark verbunden ist der Schilcher. Der charakteristische Roséwein wird ausschließlich aus der Rebsorte Blauer Wildbacher gekeltert. Seine Geschichte reicht weit zurück. Bereits die Kelten sollen vor mehr als 2.000 Jahren in der Region Weinbau betrieben haben. Erstmals schriftlich erwähnt wurde der Schilcher 1580. Seit 1976 ist der Name gesetzlich geschützt und darf nur für entsprechend erzeugten steirischen Wein verwendet werden.
Im Jahr 1782 machte Papst Pius VI. im weststeirischen Kloster Maria Lankowitz Rast. Man servierte ihm den lokalen Wein, den er in einem Brief skeptisch als „rosa Essig" bezeichnete – er konnte kaum glauben, dass es sich dabei um echten Wein handelte.
Von Mooskirchen führt die weststeirische Weintradition weiter nach Ligist, Stainz, Bad Gams und Deutschlandsberg. Besonders die Stainzer Schilchertage verwandeln den historischen Ortskern in einen Treffpunkt für Weinliebhaber, während zahlreiche Buschenschänken und Weingüter entlang der Schilcherweinstraße zu Verkostungen einladen.
Doch Wein ist in der Weststeiermark weit mehr als ein Getränk. Er erzählt von Landschaft, harter Arbeit, überliefertem Wissen und der Leidenschaft der Menschen, die ihn erzeugen. Bei einem guten Glas Schilcher, einer regionalen Jause und einem gemütlichen Gespräch wird diese Tradition unmittelbar erlebbar.
Weinfeste sind deshalb Begegnungen mit Land und Leuten – und Mooskirchen mittendrin. Hier verbindet sich weststeirische Weintradition mit Geselligkeit, Gastfreundschaft und jener Lebensfreude, die einen Besuch in der Region so besonders macht.

Ein Bericht unseres Seniorenreporters Erwin Wutte



© Robert Cescutti (2)

Seniorenreporter Obmann GR RegR Erwin Wutte (3.v.li.) im genussvollen Gespräch.

Fit und vital durch die kalte Jahreszeit

Wenn die Tage kürzer werden und die Temperaturen sinken, wird unser Immunsystem von anderen Faktoren belastet als in den warmen Sommermonaten. Trockenere Heizungsluft, kältere Außentemperaturen und dass wir uns vermehrt in Innenräumen oder öffentlichen Verkehrsmitteln aufhalten, stellt für unsere Abwehr jedes Jahr eine Herausforderung dar. Die kühlere Luft hat den Effekt, dass unsere erste Barriere nach außen, nämlich die Schleimhäute, gereizter und anfälliger für Viren werden.

Als besonders widerstandsfähig gegenüber Viren zeigen sich unsere Schleimhäute dann, wenn sie jederzeit ausreichend befeuchtet bleiben. Unterstützend wirken in diesem Fall eine ausreichende tägliche Flüssigkeitszufuhr und darüber hinaus z.B. befeuchtende und pflegende Nasensprays.

Wenn wir unserem Immunsystem etwas mehr unter die Arme greifen wollen, können wir es allgemein oder gezielt unterstützen. Zu den gängigsten allgemeinen Helfern gehört selbstverständlich eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung sowie Bewegung im Freien. Wer zusätzlich etwas einnehmen möchte, findet verschiedenste Präparate, die Zink, Zistrose oder Vitamin C enthalten.

Eine gezielte Möglichkeit sind die Grippe - und Covid-Impfungen. Wer sich impfen lassen möchte, sollte dies rechtzeitig tun, damit der Impfschutz aufgebaut werden kann.

Im höheren Lebensalter kommen andere Impfungen und/oder Intervalle zur Anwendung; ein regelmäßiger Blick in den Impfpass ist empfehlenswert.

Mit einfachen Maßnahmen lässt sich also viel dafür tun, gesund und vital durch die kalte Jahreszeit zu kommen. Denn gerade im Winter gilt: Auf die eigenen Bedürfnisse achten, den Körper unterstützen und rechtzeitig vorsorgen.

Bleiben Sie gesund!

Medikamente sofort finden.

Mit der neuen **ApoApp!**



Österreichs Apothekerinnen und Apotheker

Scannen & Herunterladen

apothekerkammer.at/apoapp

BEZAHLTE WERBUNG

Sie hören gut, aber wie gut verstehen Sie?



Sie hören zwar die sprechende Person, verstehen aber nicht richtig, was gesagt wird?

Aktuelle Studien belegen, dass über 1,2 Millionen Menschen in Österreich eine Hörminderung haben. Viele bemerken erst spät, dass sich ihr Gehör mit der Zeit verschlechtert hat. Vorsorge hat deshalb höchste Priorität. Denn je früher eine Hörminderung erkannt wird, desto besser kann den Betroffenen geholfen werden. Daher lädt Hansaton in regelmäßigen Abständen zu Hörtests ein. Diese sind völlig unverbindlich und kostenlos.

Vereinbaren Sie unter **0800 880 888** einen Termin, gerne auch zu zweit, gemeinsam mit Ihrer Begleitung.

Nutzen Sie diese wichtige Vorsorgeuntersuchung bei Hansaton, 120 x in Österreich und einmal in Ihrer Nähe.

Hansaton

Hörtest Tage

EINFACH • KOSTENLOS • SCHNELL

13. + 14. Oktober

Jetzt anmelden!

0800 880 888

hansaton.at

Erfolgreiche Digitalisierungsoffensive

„Es freut mich sehr, dass unsere Mitglieder die kostenlosen Angebote im Rahmen unserer Digitalisierungsoffensive so zahlreich nutzen", zeigt sich Seniorenbund-Landesobmann BR Ernest Schwindsackl ob des großen Interesses an den Schulungen sichtlich begeistert. „Uns ist es wichtig, unsere Mitglieder in der digitalisierten Welt nicht allein zu lassen", so Schwindsackl. Daher setze der Steirische Seniorenbund neben dem Engagement für die Sicherung analoger Alternativen mit seiner Digitalisierungsoffensive 2026 bewusst einen Schwerpunkt auf kostenlose, praxisnahe digitale Bildung, erläutert der Landesobmann. In Kooperation mit der A1 Seniorenakademie wurden und werden heuer Tablet- und Smartphone-Schulungen in verschiedenen steirischen Bezirken angeboten. Bei den Smartphone-Schulungen etwa haben bereits 16 Kurse stattgefunden, 14 weitere folgen noch. Darüber hinaus konnten im Rahmen der ID-Austria-Sommertour, einer Initiative des Bundeskanzleramtes, in Zusammenarbeit mit dem Österreichischen Seniorenbund zwei Termine, einer im Bezirk Bruck-Mürzzuschlag und einer im Bezirk Südoststeiermark, extra für Seniorinnen und Senioren organisiert werden, um sie beim Einstieg in die Welt der digitalen Verwaltungsservices bestmöglich zu unterstützen. Im Zuge dieser Servicetage konnten sich Mitglieder kostenlos für die ID-Austria registrieren lassen. Zudem begleiteten erfahrene Servicemitarbeiter bei der Aktivierung am Smartphone und zeigen den Teilnehmenden wie die digitalen Services in der ID-Austria sicher und praktisch genutzt werden können.





Die ID-Austria-Sommertour führte erfolgreich in zwei Bezirken Servicetage durch und unterstützte viele Mitglieder.

TIPP

Digital durchstarten – ganz ohne Vorkenntnisse!
Die kostenlosen Tabletschulungen des Steirischen Seniorenbundes in Kooperation mit der A1 Seniorenakademie richten sich speziell an all jene, die bisher wenig oder keine Erfahrung mit dem Internet haben.
Alle Details und Infos finden Sie auf Seite 32



SCHMERZKOMPETENZZENTRUM

Chronische Schmerzen können die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen. Unsere **multimodale Schmerztherapie** kombiniert moderne medizinische, physiotherapeutische und psychologische Behandlungsmethoden.

Geeignet bei:
» Rücken-, Gelenk- und Muskelschmerzen
» Nervenschmerzen oder Migräne
» Schmerzen nach Operationen oder Verletzungen
» Rheumatische Schmerzen

Unser Ziel: den Schmerz verstehen, lindern und die Lebensqualität spürbar verbessern.

FÜR MEHR INFOS
Privatklinik Laßnitzhöhe
KOMPETENZZENTRUM für Orthopädie, Neurologie, Prävention & Schmerztherapie
Miglitzpromenade 18 | 8301 Laßnitzhöhe
www.sanlas.at
ein Unternehmen der SANLAS HOLDING



SENIORENREHA
IN DER PRIVATKLINIK LASSNITZHÖHE

Sie möchten Ihre Beweglichkeit erhalten, Stürzen vorbeugen oder **Ihre geistige Leistungsfähigkeit und Mobiliät stärken?** Unsere spezialisierten Angebote unterstützen Sie dabei, **Selbstständigkeit und Lebensqualität** langfristig zu sichern.

Exklusives Gesundheitsprogramm
» Medizinischer Gesundheits-Check inkl. Ultraschall, EKG & Labor
» Herz- und Stoffwechseldiagnostik zur Prävention
» Untersuchung von Wirbelsäule und Bewegungsapparat
» Ganganalyse zur Sturzprophylaxe
» Individuelle Bewegungs- und Funktionstherapien inkl. Massagen
» Ernährungsberatungen
» Stärkung der mentalen Gesundheit

Komfort & Sicherheit
» 7- oder 14-Tage-Intensivprogramm
» Rund um die Uhr ärztliche und pflegerische Betreuung
» Aufenthalt mit Begleitperson möglich – 4*-Hotelkomfort
» Transportservice auf Anfrage

JETZT TERMIN ANFRAGEN:
Andrea Lechner
PATIENTENMANAGEMENT
+43 3133 / 2274 – 7002
a.lechner@sanlas.at



Bezahlte Anzeige



STEIRISCHER SENIORENBUND

JETZT MITGLIED WERDEN UND PROFITIEREN!

Unsere Mitglieder genießen viele Vorteile wie z. B.:

- gemeinsamen Feiern und gesellige Nachmittage
- Fortbildungen und kostenlose Beratung
- gemeinsame Urlaube, Reisen und Ausflüge
- breites Sport- und Freizeitprogramm uvm.

GEMEINSAM MEHR ERLEBEN



Mit der Mitgliedschaft
viele Vorteile genießen!

Melden Sie sich bei Ihrer Ortsgruppe an und erhalten Sie **tolle Willkommensgeschenke**.

www.steirischer-seniorenbund.at

Empfehlungen einer leidenschaftlichen Köchin



Johanna Kratzer

Frau Johanna Kratzer ist gelernte Köchin, praktizierte im Laufe ihres Lebens in verschiedenen Betrieben und ist seit ihrer Pension Hausfrau, Mutter und Oma. Kocht immer noch leidenschaftlich gerne, auch für die Mitglieder des Seniorenbundes St.Marein-Feistritz.

Rumpelnudeln

Ein Schmankerl, ganz typisch für den Herbst, wird oft auch an die Zaungäste und Zuschauer im Zuge des Almabtriebes verteilt.

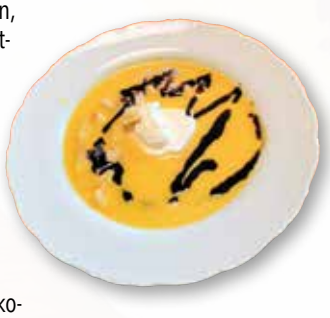
Zubereitung:

100 g Butter, 3 Dotter, 500 g Mehl, 100 g Zucker, Vanillezucker, 1 Prise Salz mischen, 1 Pkg. Germ in etwas warmer (1/4-1/2 l) Milch auflösen. Alle Zutaten zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig ca. 30 Minuten gehen lassen, dann zurückschlagen und nochmals gehen kurz lassen. Den Teig durchkneten und in ganz kleine Stücke teilen. Diese zu Kugeln formen und in Öl backen: Den Topf mit Öl (Ceres soft) auf ca. 160 Grad erhitzen. Die kleinen Kugeln einlegen und auf beiden Seiten hellbraun backen, herausnehmen und auf einer Küchenrolle abtropfen lassen. Noch im warmen Zustand in Zimt und Zuckermischung wälzen.



Kürbiscremesuppe:

Ein kleiner Kürbis (Hokkaido) kleingeschnitten. 2 Esslöffel Öl, eine Zwiebel, 3 Knoblauchzehen, Mehl, Suppenwürze, Salz, ¼ l Schlag, Semmelwürfeln, Kernöl. Kleingeschnittenen Zwiebel in Öl anrösten, kleingeschnittenen Kürbis dazugeben, etwas mit Mehl stauben, mit einem ½ l Wasser aufgießen, würzen und kochen lassen, dann pürieren und ca. 1/8 l Schlag beigeben und abschmecken. Brotwürfeln anrösten. Restlichen Schlag aufschlagen. Suppe mit Schlag, Brotwürfeln und einen Schuß Kernöl servieren.



Gedünstetes Rindschnitzel mit Rotkraut und Spätzle

Rindschnitzel

Zutaten: Rindschnitzel, Salz, Pfeffer, Senf, Mehl, Öl und Wasser.

Zubereitung: Die Schnitzel leicht klopfen, mit Salz und Pfeffer und Senf würzen und leicht bemehlen. Pfanne mit Öl erhitzen und Rindschnitzerl auf beiden Seiten bräunen. Schnitzel herausnehmen, den Bratensaft mit etwas Wasser löschen und die Schnitzel wieder einlegen. Cirka eine Stunde auf kleiner Flamme weichdünsten. Die Sauce mit etwas Mehl binden.

Rotkraut

Zutaten: ½ kg Rotkraut, Salz, Kümmel, eine große Zwiebel, Öl, Mehl, einen Apfel

Zubereitung: Zwiebel in Öl anrösten, das feingeschnittene Kraut beigeben, mit Salz und Kümmel würzen, mit etwas Wasser dünsten, den Apfel hineinreiben und und mit Mehl leicht stauben.

Spätzle

Zutaten: 400 g. Mehl, Salz, 2 Eier, ca. ¼ l Milch oder eventuell Wasser

Zubereitung: Mehl in eine Schüssel geben, Salz, Eier und Milch verrühren, so daß ein weicher Teig entsteht. Kurz anschlagen. Einen großen Topf Wasser aufkochen. Mit dem Spätzlehobel Spätzle einbringen, kurz aufkochen und abseihen. Kalt abwaschen und mit etwas Butter schwenken.

Das Gericht wird beim Servieren noch mit einer Birnenhälfte und mit Preiselbeeren ergänzt.




Ein Jahr Kultur.
Mehr erleben.
Weniger zahlen.
€ 70,- | -30 %
EINE KARTE.
ALLE BÜHNEN.
bühnen graz
Für den einen Moment.
Bühnen Graz Card
www.buehnen-graz.com/card
OperGraz
SCHAUSPIE LHAUSGRAZ
NEXT LIBERTY
ORPHEUM DOM IM BERG KASEMATTEN
GRAZER SPIELSTÄTTEN
art event
Theaterservice Graz

edsign.at

Nachfolgeplanung beim Wertpapierdepot

Die strukturierte Nachfolgeplanung bei Wertpapierdepots ist wesentlich, um spätere Konflikte, Zugriffsprobleme und steuerliche Nachteile zu vermeiden. Je nach Ausgestaltung des Depots ergeben sich unterschiedliche rechtliche Konsequenzen im Todesfall.

Grundsätzlich ist zwischen Einzel- und Gemeinschaftsdepots zu unterscheiden. Einzeldepots werden im Todesfall gesperrt, bis die Verlassenschaft abgewickelt ist. Bei Gemeinschaftsdepots ist entscheidend, ob ein „Und-Depot" oder ein „Oder-Depot" vorliegt. Während beim „Und-Depot" sämtliche Inhaber gemeinsam verfügen müssen und im Todesfall eines Inhabers ebenfalls eine Sperre eintritt, bleibt beim „Oder-Depot" die Verfügungsfähigkeit der übrigen Inhaber erhalten. Dies ermöglicht rasches Handeln bei Marktveränderungen, setzt jedoch hohes Vertrauen voraus.

Eine Alternative stellt die Einräumung einer Zeichnungsberechtigung dar.



Mag. Michael Binder

Diese kann eingeschränkt werden, endet jedoch grundsätzlich mit dem Tod des Depotinhabers. Eine „Vollmacht über den Tod hinaus" kann hier Abhilfe schaffen, birgt jedoch Konfliktpotenzial gegenüber Erben.

Besondere Risiken bestehen bei unklaren Eigentumsverhältnissen in Gemeinschaftsdepots. Diese geben keinen Aufschluss über die tatsächliche Zuordnung der Vermögenswerte. Im Erbfall kann dies zu Streitigkeiten und Ausgleichsansprüchen führen. Daher ist eine klare Dokumentation, etwa durch Schenkungen oder testamentarische Regelungen, erforderlich.

Zur Absicherung bei Geschäftsunfähigkeit empfiehlt sich die Errichtung einer Vorsorgevollmacht. Diese wird im Österreichischen Zentralen Vertretungsverzeichnis registriert und tritt erst bei Verlust der Entscheidungsfähigkeit in Kraft.

Schenkungen zu Lebzeiten bieten Vorteile, insbesondere zur Einbindung der nächsten Generation. In Österreich besteht keine Schenkungssteuer, jedoch Meldepflichten ab € 50.000 innerhalb eines Jahres bei Angehörigen. Unterbleibt die Meldung, drohen steuerliche Nachteile, etwa KESt auf fiktive Gewinne.

Weitere Gestaltungsinstrumente sind der Fruchtgenussvorbehalt sowie die Schenkung auf den Todesfall. Beide erfordern sorgfältige rechtliche und steuerliche Planung.

Fazit: Frühzeitige, klare und dokumentierte Regelungen sind essenziell, um Vermögen effizient und konfliktfrei zu übertragen.

Steuerberatung

Mag. Michael Binder

BG&P Binder Grossek & Partner.
Neufeldweg 93,
8010 Graz

Sprechtage in der Landesgeschäftsstelle des Steirischen Seniorenbundes Karmeliterplatz 5, 8010 Graz
Teilnahme nur nach telefonischer Anmeldung unter 0316/822130.

Nächste Termine
Do, 14-15 Uhr
22.10.2026
19.11.2026
17.12.2026

Für unsere Mitglieder entstehen für die Auskünfte im Rahmen der Beratung keinerlei Kosten.

Pflegeheim – wer zahlt wirklich?

Ein Platz im Pflegeheim bringt Sicherheit, ist aber mit erheblichen Kosten verbunden. Viele Betroffene und Angehörige fragen mich oft in der Beratung: Wer trägt die finanzielle Belastung? Kann man durch rechtzeitiges und strategisches Handeln sein Vermögen erhalten?

Grundsätzlich muss die pflegebedürftige Person ihre Heimkosten selbst bezahlen. Herangezogen werden die Pension, Pflegegeld sowie sonstige Einkünfte. Auch vorhandenes Vermögen ist einzusetzen. Ein kleiner Freibetrag für persönliche Bedürfnisse bleibt natürlich erhalten.

Reichen Einkommen und Vermögen nicht aus, übernehmen die jeweiligen Gebietskörperschaften im Rahmen der Sozialhilfe die Differenz. Ein Zugriff auf das Vermögen von Kindern ist seit der Abschaffung des sogenannten Pflegeregresses im Jahr 2018 grundsätzlich nicht mehr zulässig. Kinder müssen nach der derzeitigen gesetzlichen Lage für Heimkosten ihrer Eltern nichts bezahlen. Das kann sich natürlich wieder ändern.



© Mario Gimpel

Mag. Andreas Kleinbichler

Anders kann die Situation beim Ehepartner aussehen. Zwischen Ehegatten besteht weiterhin eine gesetzliche Unterhaltspflicht. Das Einkommen des zu Hause lebenden Partners wird daher geprüft. Allerdings darf auch dieser nicht mittellos werden.

Wichtig ist auch der Blick auf Schenkungen der letzten Jahre. Wurde Vermögen kurz vor dem Heimaufenthalt übertragen, kann dies Konsequenzen haben. Zwar gibt es wiederholend keinen direkten Regress auf Kinder mehr, jedoch können bestimmte Vermögensverschiebungen bei der Beurteilung von Ansprüchen eine Rolle spielen.

Der Heimvertrag selbst sollte sorgfältig geprüft werden. Er regelt Leistungen, Zusatzkosten und Kündigungsmöglichkeiten.

Fazit: Zuerst zahlt die betroffene Person selbst. Reicht das nicht, springt eine Gebietskörperschaft ein. Kinder sind grundsätzlich geschützt – Ehepartner jedoch nicht vollständig. Eine rechtzeitige rechtliche Beratung hilft, strategische Weichen zu stellen und Überraschungen zu verhindern.

Rechtsberatung

Mag. Andreas Kleinbichler
Kanzlei Dr. Gert Ragossnig & Partner, Rechtsanwalts GmbH
Friedrichgasse 6/IX/37,
8010 Graz

Sprechtage in der Landesgeschäftsstelle des Steirischen Seniorenbundes Karmeliterplatz 5, 8010 Graz
Teilnahme nur nach telefonischer Anmeldung unter 0316/822130.

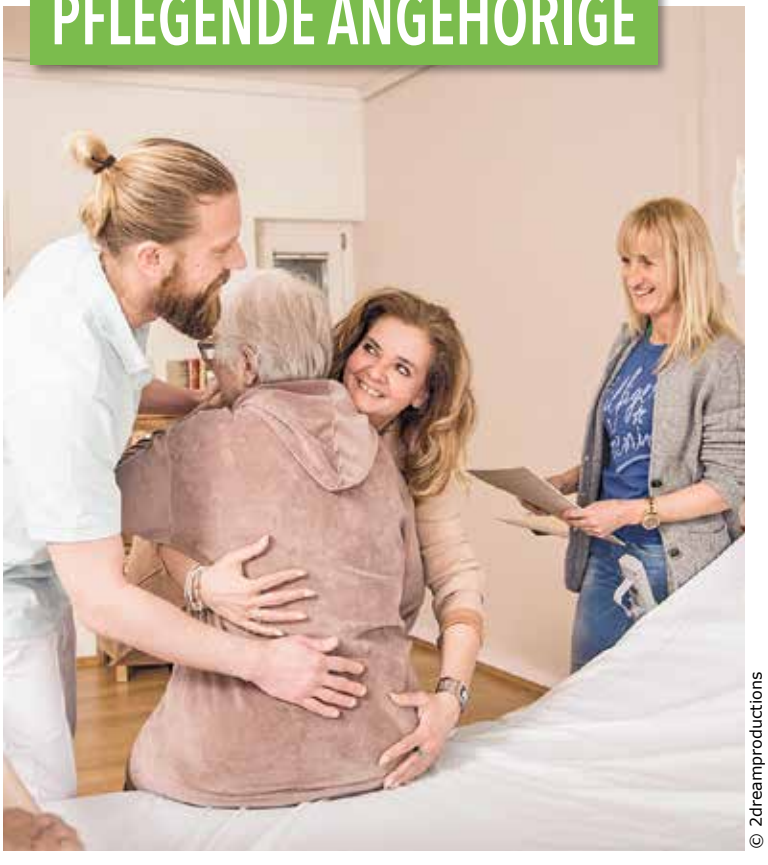
Nächste Termine
Mo, 16-17 Uhr
05.10.2026
09.11.2026
07.12.2026

Für unsere Mitglieder entstehen für die Auskünfte im Rahmen der Beratung keinerlei Kosten.

Zwischen liebevoller Fürsorge und eigenen Grenzen

PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Viele Menschen kümmern sich täglich um ihre Partner, ihre Eltern oder andere nahestehende Personen. Was mit kleinen Hilfestellungen beginnt, entwickelt sich häufig zu einer verantwortungsvollen Aufgabe. Unterstützungsangebote bieten dringend nötige Entlastung.



© 2dreamproductions

Pflegende Angehörige leisten dabei unschätzbar wertvolle Arbeit – oft über Jahre hinweg. Doch wie kann es gelingen, liebevoll für einen anderen Menschen da zu sein, ohne die eigenen Bedürfnisse aus den Augen zu verlieren? Und welche Unterstützung gibt es?
In der Steiermark sind rund 6,4 Prozent der Bevölkerung auf Unterstützung angewiesen. Aufgrund der Bevölkerungsentwicklung wird die Zahl der pflegebedürftigen Menschen in Österreich voraussichtlich deutlich steigen. Bereits heute werden acht von zehn Betroffenen zu Hause betreut – häufig von Angehörigen.

Dauerhafte Verpflichtung
Die Aufgaben reichen von Unterstützung bei der Körperpflege, beim Ankleiden oder Essen, emotionale Begleitung bis zur Organisation von Arztterminen, Hilfsmitteln und professionellen Betreuungsangeboten. Da diese Aufgaben meist schrittweise zunehmen, erkennen sich viele Menschen lange nicht als pflegende Angehörige. Aus selbstverständlicher Hilfe wird eine dauerhafte Verpflichtung. Das Gefühl, ständig verfügbar sein zu müssen, körperliche Anstrengung und fehlende Erholung können Körper, Psyche und soziales Leben belasten. Häusliche Pflege kann zugleich auch eine sinnstiftende Aufgabe sein. Sie ist häufig Ausdruck tiefer Verbundenheit und kann wertvolle gemeinsame Momente schaffen. Entscheidend ist jedoch, die eigenen Bedürfnisse und Grenzen im Blick zu behalten.

Zeichen der Überforderung
Anhaltende Erschöpfung, Schlafprobleme oder körperliche Beschwerden können darauf hinweisen, dass die Belastung zu groß wird. Auch sozialer Rückzug oder das Gefühl, alles allein schaffen zu müssen, sollten ernst genommen werden. Diese Anzeichen sind kein Ausdruck von Schwäche, sondern wichtige Signale dafür, dass Unterstützung notwendig ist.

Beratung und Information
Gerade am Beginn einer Pflegesituation ist es hilfreich, sich über die vorhandenen Angebote zu informieren. Wer die Angebote kennt, kann sie bei Bedarf leichter und rechtzeitig nutzen. Relevante Anlaufstellen zum Thema Pflege stellen die Pflegedrehscheiben in allen steirischen Bezirken dar. Sie beraten zur persönlichen Situation und informieren unter anderem über mobile Pflege- und Betreuungsdienste, Hilfsmittel oder Entlastungsangebote. Wichtige Informationen zum Nachlesen sind auch online auf www.pflege.gv.at zu finden.

Entlastungsangebote
Selbsthilfegruppen ermöglichen den Austausch mit Menschen in ähnlichen Situationen. Das kann helfen, sich mit Sorgen und Belastungen weniger allein zu fühlen. Kostenlose und vertrauliche Angehörigengespräche mit Psycholog:innen bieten die Möglichkeit, offen über Ängste, Erschöpfung oder Schuldgefühle zu sprechen. Gemeinsam können Wege gefunden werden, besser mit der Belastung umzugehen, die eigenen Grenzen wahrzunehmen und neue Kraft für den Alltag zu schöpfen.
Ein weiteres Entlastungsangebot stellen Kurse zum Thema häusliche Pflege dar. Im Albert Schweitzer Trainingszentrum der Geriatrischen Gesundheitszentren der Stadt Graz etwa können Angehörige praktisches Wissen erwerben und hilfreiche Handgriffe für die Betreuung zuhause üben. Demnächst wird auf der Website des Trainingszentrums zusätzlich ein kostenloser Onlinekurs angeboten, den Sie von zuhause aus jederzeit ansehen können. Nähere Informationen zu den Kursen erhalten Sie unter 0316/ 7060 1064.

Erleichterung im Pflegealltag
Schon kleine Veränderungen im Alltag können Entlastung schaffen. Informieren Sie sich frühzeitig und lernen Sie Hilfreiches für den Pflegealltag. Verteilen Sie Aufgaben nach Möglichkeit innerhalb der Familie oder im Bekanntenkreis und planen Sie regelmäßige bewusste Pausen für sich ein. Auch fünf Minuten können wohltuend sein – etwa für einen kurzen Spaziergang oder ein Telefonat mit Freunden.
Pflegende Angehörige leisten Großartiges. Deshalb ist es wichtig, auch auf sich selbst zu achten, die eigenen Grenzen ernst zu nehmen und rechtzeitig Unterstützung anzunehmen. Niemand muss die Pflege allein bewältigen. Wer Hilfe nutzt, schützt die eigene Gesundheit und kann langfristig gut für die pflegebedürftige Person da sein.

INFOBOX

Nähere Informationen und Kontakt:
Mag. Lisa Weidinger MA
Albert Schweitzer Trainingszentrum

https://ggz.graz.at/albert-schweitzer-trainingszentrum/
Mail: ggz.trainingszentrum@stadt.graz.at
Tel. 03167060-1064



Bezahlte Anzeige

Bezahlte Anzeige

Bestattung Wolf GmbH

Rund um die Uhr für Sie im Einsatz

Ein Todesfall kommt meist unerwartet und stellt Angehörige vor eine emotional schwierige Zeit. Gerade in diesen Momenten ist es wichtig, einen verlässlichen Partner an seiner Seite zu wissen. Die Bestattung Wolf GmbH steht Hinterbliebenen mit Erfahrung, Einfühlungsvermögen und persönlicher Unterstützung zur Seite – 24 Stunden am Tag, 365 Tage im Jahr. Als privates Familienunternehmen legt die Bestattung Wolf besonderen Wert auf persönliche Betreuung und individuelle Begleitung. Seit der Gründung durch Dr. Ewald Wolf im Jahr 2008 steht das Unternehmen für Verlässlichkeit, Menschlichkeit und professionelle Unterstützung in allen Fragen rund um einen Trauerfall.

Im Ernstfall ist schnelle Hilfe entscheidend. Deshalb bietet die Bestattung Wolf GmbH einen zuverlässigen Abholdienst und steht Angehörigen unmittelbar zur Seite. Von der ersten Sofortunterstützung bis zur weiteren Organisation und Begleitung können sich Familien auf kompetente und persönliche Hilfe verlassen.
Denn Trauer kennt keine Öffnungszeiten. Ob mitten in der Nacht, an Wochenenden oder an Feiertagen – das Team der Bestattung Wolf GmbH ist jederzeit erreichbar und unterstützt Angehörige genau dann, wenn Hilfe am dringendsten gebraucht wird.

Mit über 20 Standorten in der Steiermark ist die Bestattung Wolf GmbH regional stark verankert und für viele Familien schnell und unkompliziert erreichbar. Dabei verbindet das Unternehmen langjährige Erfahrung mit einem modernen Verständnis von persönlicher, respektvoller und verlässlicher Trauerbegleitung.

Bestattung Wolf GmbH – über 20x in der Steiermark



© Fantasiefabrik

„Wir begleiten Sie seriös in dieser schwierigen Zeit und übernehmen alle notwendigen Tätigkeiten für Sie."
Dr. Ewald Wolf

BUCHTIPP



DAS GLÜCK BEGINNT IN ISTRIEN

Kein Job, keine Wohnung und ein Verlobter, der sich als Millionenbetrüger entpuppt. Rezeptionistin Linda lässt Graz hinter sich und flieht mit ihrem klapprigen Fiat Panda nach Istrien. Als ihr Wagen im Wald liegen bleibt, findet Trüffelsucher Marko mit Dackel Pino sie und bringt
Linda in ein kleines B&B in Rovinj, einen Zufluchtsort für gestrandete Seelen. An der zauberhaften Adriaküste will Linda ihr Leben neu ordnen und beschließt, nie wieder einem Mann zu vertrauen. Doch als sie Marko erneut begegnet, funkt ihr Herz dazwischen.
Trippolt, Silvia: Das Glück beginnt in Istrien. Roman 978-3-8392-8103-1 Gmeiner Verlag, € 19,95



DIE ALTERSLÜGE

Die moderne Longevity-Forschung ist sich einig: Unsere Gene bestimmen nur zu einem kleinen Teil, wie schnell wir altern. Über alles Weitere entscheidet nicht das Los. Täglich fällt eine Entscheidung. Warum verbringen so viele Menschen die letzten 15 Jahre ihres Lebens im Wartezimmer von Ärzten?Unser Gesundheitssystem reagiert häufig erst dann, wenn eine Krankheit festgestellt wurde. Jetzt ist der Moment für einen radikalen Perspektivenwechsel. Jetzt ist die Zeit für Medizin 3.0.
Vadlau, Lara: Die Alterslüge. Ärztin und Olympiasiegerin enthüllt die effektivsten Longevity-Strategien für ein längeres gesundes Leben, 1. Auflage, 978-3-903620-32-2, RBM Publishing, € 25,95



HABSBURG

Geld, Einfluss, Intrigen und Sex: Die Habsburger prägten Europa und die Welt wie keine andere Familie. Sie stellten zwischen 1273 und 1806 insgesamt 21 römisch-deutsche Könige und Kaiser. Habsburger:innen waren mit fast allen europäischen Herrscherdynastien verheiratet. Die Familie zog weltweit die Fäden im Spiel um die Macht. Meisterhaft versteht es Roman Sandgruber, die einzigartige Bedeutung des Hauses Habsburg knapp und treffend auf den Punkt zu bringen und seine herausragende Rolle im Weltgeschehen neu einzuordnen.
Sandgruber, Roman: Habsburg. Die wichtigste Dynastie der Welt, 978-3-222-15150-7, Molden Verlag, € 38,95



STEIRISCHE ALMEN ERWANDERN

Dieses Buch beschäftigt sich mit den großen Fragen des Lebens und Sterbens. Die Autorinnen und Autoren zeigen, dass ein bewusster Umgang mit der eigenen Endlichkeit helfen kann, das Leben intensiver und erfüllter zu gestalten. In persönlichen Gesprächen, spirituellen Gedanken und lebensnahen Betrachtungen ermutigen sie dazu, Angst vor dem Tod zu überwinden und Vertrauen zu entwickeln. Ein einfühlsames Werk über Sinn, Dankbarkeit und die Kunst, gut zu leben und gut zu sterben.
Raffalt, Herbert: Steirische Almen erwandern. Hinauf zu Genusshandwerk, Almleben und klaren Bergseen, 978-3-222-13693-1, Styria, € 30,95

MORAWA.at
DIE ÖSTERREICHISCHE BUCHHANDLUNG

Alle Bücher empfohlen und erhältlich in der Buchhandlung MORAWA JUDENBURG

Burggasse 10, 8750 Judenburg | Tel. +43 (5) 91076-5916 | judenburg@morawa.at

Eine faszinierende Reise ins Baltikum

Ende Juni erlebten 260 Mitglieder des Steirischen Seniorenbundes die faszinierende Welt des Baltikums. Die seit 1991 unabhängigen Staaten Lettland, Litauen und Estland beeindruckten mit historischen Altstädten, barocker Pracht und moderner Aufbruchsstimmung.







© Penz; © Margareta Deix; © Heinz Pichler

Die Schönheiten des Baltikums begeisterten die steirischen Senioren.

Erster Reise-Höhepunkt war die lettische Hauptstadt Riga mit ihrer UNESCO-Weltkulturerbe-Altstadt. „Besonders die Alberta iela ist das Jugendstil-Epizentrum. Skulpturen, Fassaden mit hervorstehenden Balkonen und abstraktem Stuck prägen hier das Bild", schwärmt Heinz Pichler, Obmann von Graz-Puntigam. Obfrau Elfriede Penz aus Weißkirchen und ihre Mitglieder hatten „den Eindruck, als wären die Gebäude von einem Zuckerbäcker gestaltet worden, so viele Verzierungen und Türmchen gab es."

Ein besonderer Moment für Margareta Deix, stellvertretende Bezirksobfrau in Deutschlandsberg, war, als Straßenmusikanten für die Gäste die österreichische Bundeshymne spielten. Die 37-köpfige Weizer Bezirksgruppe rund um Obmann Johann Reisinger und Gattin Edeltrud wiederum genoss bei einer Schifffahrt auf der Düna, die mit 1005 Kilometer der längste Fluss der Region ist, die Hansestadt aus einer neuen Perspektive.

Tags darauf wartete das „Versailles des Baltikums", Schloss Rundale, auf die Teilnehmenden. „Es handelt sich dabei um ein prächtiges Barockschloss, mit einem herrlichen Garten voller Rosen soweit das Auge reicht", berichten die Weizer. Tief berührte der „Berg der Kreuze", ursprünglich eine Gebets- und Pilgerstätte, die sich im Laufe der Zeit zu einem eindrucksvollen Symbol des Widerstands gegen die russische Obrigkeit entwickelte. Heute finden sich zehntausende Kreuze an diesem heiligen Ort.

Im Sommerkurort Pärnu, direkt an der Ostsee, wagten sich besonders mutige Mitglieder in die 18 Grad „warme" Ostsee, andere erfreuten sich am feinkörnigen Sandstrand.

Mittelalterliche Perle

Die estnische Hauptstadt Tallinn faszinierte alle. „Urige Hinterhöfe und historisches Kopfsteinpflaster verzaubern mit historischem Flair", zeigten sich die Grazer begeistert. Über 20 erhaltene Wehrtürme, die prächtige Alexander-Newski-Kathedrale mit elf Glocken und das mittelalterliche Rathaus beeindruckten ganz besonders. Die Deutschlandsberger fügten schmunzelnd hinzu: „Das viele Kopfsteinpflaster ließ die Beine ermüden." Als kleine Entschädigung genoss man dafür den Sonnenuntergang vom 23. Stock einer Sky-Bar aus.

Finnisches Finale

Mit der Fähre, die mit mehreren Decks einem Kreuzfahrtschiff glich, ging es nach Finnland. In Helsinki vermittelte die finnische Reiseleiterin eindrucksvolle Fakten: Das Land hat 180.000 Seen und mehr Saunen als Autos. Die Weißkirchner zeigten sich von der Bildungskultur besonders beeindruckt: „Auf Bildung wird sehr viel Wert gelegt. Bücher und Lesen haben von klein auf einen besonderen Stellenwert". Neben Felsenkirche und Sibelius-Denkmal überzeugten die Markthallen mit köstlichen Rentier-Spezialitäten.



© Josef Stöckler

Reisefreudige Teilnehmer vor dem Hotel.

Alle Fotos gibt es hier:

Großartige Gemeinschaft

„Die Landesreise war von Moser Reisen hervorragend organisiert. Es hat alles wunderbar geklappt!", lobt die Weizer Gruppe. Die Deutschlandsberger schwärmen von Reiseleiterin Tina: „Sie ist ein wandelndes Lexikon und konnte uns ihr Wissen spannend vermitteln".

Die Weißkirchner resümieren: „Wir konnten einen guten Eindruck von Land und Leuten und deren Traditionen gewinnen." Fazit der Radkersburger: „Die Hotels waren sehr sauber und das Essen hervorragend. Durch die Bäume in den Städten haben die Bewohner hier echte Wohnqualität", so Bezirksreisereferent Josef Stöckler, der mit 39 Teilnehmenden die größte Reisegruppe stellte. „Wir haben sehr viel gesehen, auch wenn der Erholungsfaktor nicht ganz so groß war", ergänzt er. Die Deutschlandsberger bestätigen: „Das Handy zeigte täglich über 10.000 Schritte an". Margareta Deix betont jedoch: „Kulinarik und Geselligkeit in Verbindung mit schönen Gesprächen kamen nie zu kurz."

STEIRISCHER SENIORENBUND ZEITLOS
www.zeitung-zeitlos.at

LANDESREISE 2027

Die tunesische Küche zählt zu den abwechslungsreichsten Küchen Nordafrikas. Sie vereint Einflüsse der arabischen, berberischen, türkischen, französischen und mediterranen Küche. Frisches Gemüse, Hülsenfrüchte, Olivenöl, Fisch, Lammfleisch und aromatische Gewürze prägen die traditionellen Gerichte. Besonders bekannt ist die Schärfe vieler Speisen durch die Verwendung von Harissa.

Genussvoll in den Tag starten:
Das Frühstück fällt in Tunesien meist leicht aus. Häufig gibt es frisches Baguette oder Fladenbrot mit Olivenöl, Butter, Honig oder Marmelade. Beliebt sind außerdem Eier, Joghurt, Oliven und Datteln. In manchen Regionen werden kleine Teigtaschen oder Pfannkuchen wie „Baghrir“ oder „Mlaoui“ serviert. Dazu trinken viele Menschen Minztee, Kaffee oder Milch.

Familienleben am Mittagstisch:
Das Mittagessen ist die wichtigste Mahlzeit des Tages und wird oft gemeinsam mit der Familie eingenommen. Sehr beliebt ist Couscous mit Gemüse sowie Lamm-, Hühner- oder Rindfleisch. An der Küste wird Couscous häufig mit Fisch oder Meeresfrüchten zubereitet. Ebenfalls beliebt sind Tajine (eine herzhafte Eierauflauf-Spezialität), Eintöpfe, gegrilltes Fleisch und frische Salate.

Den Tag einfach ausklingen lassen:
Das Abendessen ist meist leichter als das Mittagessen. Häufig werden Suppen, Salate, belegte Brote oder Reste vom Mittagessen gegessen. Auch Brik, eine knusprige Teigtasche mit Ei, Thunfisch oder Kartoffeln, ist eine beliebte Abendmahlzeit.

Schwarzer Tee mit Minze das Lebenselixier:
In Tunesien wird gerne Minztee getrunken, der oft mit Pinienkernen serviert wird. Ebenso beliebt sind arabischer Kaffee, frische Fruchtsäfte – besonders aus Orangen oder Granatäpfeln – sowie Trinkjoghurt. In den heißen Sommermonaten trinken viele Menschen viel Wasser oder hausgemachte Limonade.

In der Wüste wird anders gekocht als an der Küste:
In den Wüstenregionen sind die Speisen einfach, sättigend und gut haltbar. Oft werden Couscous, Fladenbrot, Datteln, Lamm- oder Ziegenfleisch sowie Eintöpfe mit Gemüse serviert. Da frische Lebensmittel dort schwer verfügbar sind, spielen getrocknete Hülsenfrüchte und Gewürze eine wichtige Rolle. Traditionell wird dazu Tee gereicht, der oft in mehreren Aufgüssen zubereitet wird. An der Mittelmeerküste stehen Fisch und Meeresfrüchte im Mittelpunkt. Gegrillter Fisch, Garnelen, Tintenfisch oder Muscheln werden häufig mit Gemüse, Salaten oder Couscous serviert. Auch Thunfisch ist in vielen Gerichten zu finden. Die Küche an der Küste ist leichter und stärker vom Mittelmeerraum geprägt.

Harissa – die scharfe Spezialität Tunesiens
Harissa ist eine scharfe Gewürzpaste und gilt als eines der bekanntesten Lebensmittel Tunesiens. Sie wird als Würzmittel für Suppen, Couscous, Fleisch-, Fisch- und Gemüsegerichte verwendet oder einfach auf Brot gestrichen.

Zutaten
- Getrocknete rote Chilischoten
- Knoblauch
- Kreuzkümmel
- Koriandersamen
- Kümmel
- Salz
- Olivenöl
- Nach Belieben Zitronensaft

Zubereitung
Die getrockneten Chilischoten werden zunächst in warmem Wasser eingeweicht. Anschließend werden sie zusammen mit Knoblauch und den Gewürzen fein püriert. Zum Schluss werden Salz und Olivenöl untergerührt, bis eine cremige Paste entsteht. Harissa wird in Gläser gefüllt und mit einer dünnen Schicht Olivenöl bedeckt, damit sie länger haltbar bleibt.

Texte wurden mit Unterstützung von KI erstellt.


Adobe Firefly KI-generiert

Große Landesreise 2027

TUNESIEN

die Weiten der Sahara -
grüne Oasen - orientalische Städte

Reisetermine:

14. - 21. April 2027
Murtal, Mürztal, Ennstal, Feldbach,
Voitsberg, Weiz, Graz, Graz Umgebung, Leibnitz

21. - 28. April 2027
Deutschlandsberg, Hartberg, Fürstenfeld, Radkersburg

1. Tag: Flug nach Tunesien
2. Tag: Sousse - El Jem - Sousse
3. Tag: Sousse - Matmata - Douz - Salzsee Chott El Jerid - Tozeur
4. Tag: Tozeur - Oasen der Wüste
5. Tag: Tozeur - Kairouan - Hammamet
6. Tag: Hammamet
7. Tag: Tunis - Karthago - Sidi Bou Said
8. Tag: Rückflug

ab **€ 1.550,-** für SB-Mitglieder im DZ

MOSER REISEN
Graben 18, 4010 Linz, 0732 / 2240-47, senioren@moser.at, www.moser.at

Heizkostenzuschuss: Entlastung bei den Heizkosten

Steirische Haushalte mit geringem Einkommen können für die Heizperiode 2026/2027 eine einmalige Unterstützung des Landes beantragen.



© iStock - Santje09

Gerade für Seniorinnen und Senioren kann eine solche Hilfe eine wichtige Entlastung darstellen, wenn die monatlichen Fixkosten steigen und gleichzeitig das Einkommen nur wenig Spielraum lässt.
Für die Heizperiode 2026/2027 beträgt der Heizkostenzuschuss des Landes Steiermark 340 Euro pro Haushalt. Bezugsberechtigt sind ausschließlich österreichische Staatsbürger sowie EU-/EWR-Bürger, die mindestens fünf Jahre den ununterbrochenen und rechtmäßigen Hauptwohnsitz in der Steiermark haben sowie seit 24. September 2026 an der Antragsadresse gemeldet sind.
Entscheidend sind außerdem die Einkommensgrenzen. Für einen Einpersonenhaushalt liegt die Grenze bei 1.827 Euro monatlichem Nettoeinkommen, für Ehepaare bzw. Haushaltsgemeinschaften bei 2.741 Euro. Für jedes im Haushalt lebende Kind, für das Familienbeihilfe bezogen wird, erhöht sich die Grenze um 548 Euro. Bestimmte Leistungen, darunter Pflegegeld, werden bei der Einkommensermittlung nicht als Einkommen gewertet.
Die Antragstellung für die Förderung 2026/2027 ist von 01. Oktober 2026 bis 26. Februar 2027 möglich. Anträge können bei der Wohnsitzgemeinde, den zuständigen Stadtämtern sowie in den Servicezentren und Servicestellen der Stadt Graz eingebracht werden.

FAKTEN

Heizkostenzuschuss Steiermark

- **Zuschuss:** 340 Euro pro Haushalt
- **Einkommensgrenze:** 1.661 Euro für eine Person; 2.492 Euro für Ehepaare bzw. Haushaltsgemeinschaften
- **Antragsfrist:** 01. Oktober 2026 bis 26. Februar 2027
- **Antragstellung:** Wohnsitzgemeinde bzw. zuständige Stadtstelle
- **Information:** Sozialservice des Landes Steiermark, kostenlos unter **Tel. 0800 20 10 10**.

Schicken Sie uns Ihr Kleininserat an

office@zeitung-zeitlos.at

Für Mitglieder ist die Einschaltung gratis.

Redaktionsschluss
30. Okt. 2026
um 10 Uhr

österreichische LOTTERIEN | DER PARTNER DER SENIORENHILFE

IMPRESSUM

MEDIENINHABER:
Steirischer Seniorenbund,
Karmeliterplatz 5, 8010 Graz
T: 0316/82 21 30
E-Mail:
office@steirischer-seniorenbund.at
www.steirischer-seniorenbund.at

HERAUSGEBER:
Landesobmann Bundesrat Ernest Schwindsackl

CHEFREDAKTION:
Alexandra Wachtler, MSc
E-Mail: office@zeitung-zeitlos.at

REDAKTION:
LGF Friedrich Roll, LGF Gerd Wilfling, Univ.Prof. Dr. Leopold Neuhold, LGF-Stv. Nicole Pfundner, Sabine Grundner-Schmee

ANZEIGENLEITUNG:
LGF Friedrich Roll
E-Mail: friedrich.roll@steirischer-seniorenbund.at

GESTALTUNG:
Christoph Artner

Fotos ohne Hinweis stammen aus unserem Archiv.

202425010
PRINTED IN AUSTRIA

EU Ecolabel www.ecolabel.eu
EU Ecolabel : AT/053/057

Auszeichnung des Landes Steiermark

Bitte sammeln Sie Altpapier für das Recycling

Produziert nach den Richtlinien des Österreichischen Umweltzeichens
Druck Styria GmbH & Co KG, Graz
UW-Nr. 1417

PERSÖNLICHKEIT AUS VERGANGENEN ZEITEN

Gesucht wird ein Österreicher, dessen Musik auf der ganzen Welt bekannt wurde. Ich wurde im 18. Jahrhundert in Salzburg geboren und zeigte schon als kleines Kind außergewöhnliches musikalisches Talent. Bereits mit wenigen Jahren konnte ich Klavier spielen und erste Stücke komponieren. Gemeinsam mit meiner Familie reiste ich durch Europa und trat vor Königen und Fürsten auf. Später zog es mich nach Wien. Dort arbeitete ich als freier Komponist und Musiker. Ich schrieb Opern, Sinfonien, Klavierkonzerte und zahlreiche weitere Werke. Besonders eine meiner Opern wurde weltberühmt und wird bis heute auf den großen Bühnen gespielt. Mein Leben war nicht immer einfach: Ich hatte finanzielle Sorgen und starb bereits im Alter von nur 35 Jahren. Meine Musik jedoch überdauerte die Jahrhunderte. Noch heute gehören meine Werke zu den bekanntesten der klassischen Musik.



Wikimedia

Christoph Kolumbus
um 1451 bis 1506

PREISRÄTSEL

Diesmal fragen wir als Lösungswort nach einem ähnlichen Begriff, der für Vorbeugung steht und der gesuchten Person.
Senden Sie beide Lösungen mit Ihrem Namen und Ihrer Adresse per E-Mail an office@zeitung-zeitlos.at oder per Postkarte an den Steirischen Seniorenbund, Karmeliterplatz 5, 8010 Graz.

Einsendeschluss ist Freitag, der 30. Oktober 2026 (10 Uhr bzw. Eingangsdatum). Die Gewinner werden in unserer nächsten Ausgabe veröffentlicht. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

RÄTSELPREIS

„CHANCENGLEICHHEIT" + „CHRISTOPH KOLUMBUS" waren die Lösungen vom letzten Mal. Unter Aufsicht unserer Rechtsanwaltskanzlei Dr. Gert Ragossnig & Partner wurden unter den Einsendungen für das Kreuzworträtsel und das Portraiträtsel folgende Gewinner gezogen:

1. Preis, einen Warengutschein im Wert von 100 Euro gewinnt
Johann ERNST, 8222 Feistritztal

2. Preis, ein Warengutschein im Wert von 50 Euro geht an
Willibald Tödtling, 8160 Weiz

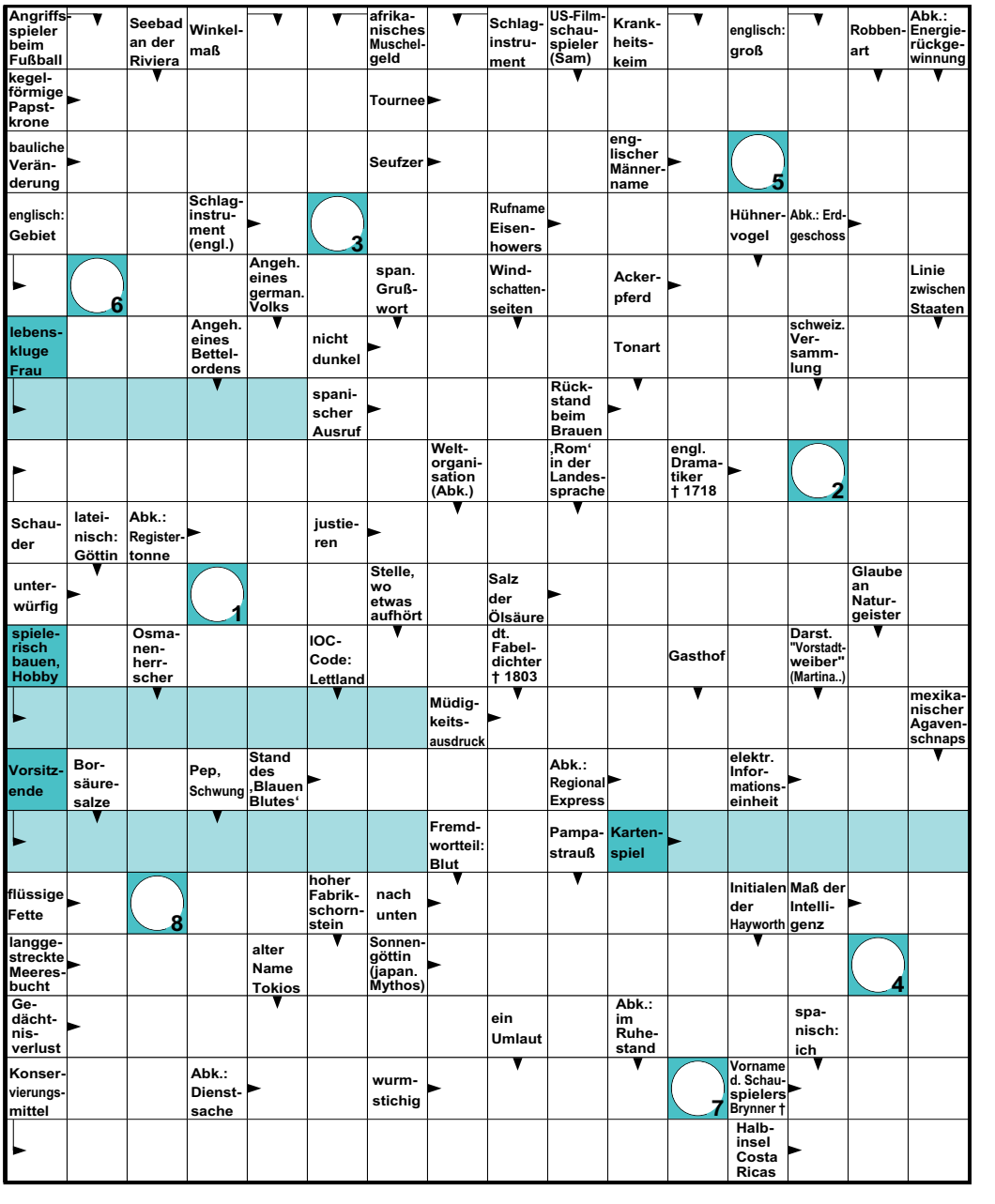
3. Preis, ein Warengutschein im Wert von 25 Euro geht an
Josefa Rath, 8820 Neumarkt

Die Gewinner werden schriftlich verständigt.

Auflösung von letzter Ausgabe

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

CHANCENGLEICHHEIT



1	2	3	4	5	6	7	8





6. Rad-Stern-Fahrt: 360 Radlerinnen und Radler unterwegs zum Röcksee





Alle Fotos gibt es hier:

Gemeinsam radeln, lachen und einen schönen Tag verbringen: Unter dem Motto „Seawas die Radlfoahrer" ging am 16. September bei zweitem Anlauf die Radsternfahrt des Steirischen Seniorenbundes über die Bühne.

Bei der 6. Rad-Stern-Fahrt waren heuer 350 Teilnehmerinnen und Teilnehmer bei bestem Sommerwetter unterwegs. Ihr Ziel: Das Gasthaus Röck am Röcksee in Misselsdorf.

Die längste Anreise hatte Obmann Reisinger aus Weiz mit 78 Kilometern. Am Ziel waren die sportlichen Strapazen bei gutem Essen und gemütlichem Beisammensein schnell vergessen.

Besondere Geschichten machten die Veranstaltung heuer wieder aus: Ein 74-jähriger Teilnehmer aus St. Margarethen an der Raab ist seit seiner Kindheit begeisterter Radfahrer und trug ein zwölf Jahre altes Rad-Stern-Fahrt-T-Shirt mit den Logos vergangener Veranstaltungen. Auch die Ortsgruppe Schwarzau-Mitterlabill war wieder dabei: „Es ist eine tolle Fahrt, die Leute kommen zusammen – und wir sind jedes Mal dabei."



Johann Ostermann, Landessportreferent
T: +43 664/4684051
johann.ostermann@a1business.at

Berührend war die Erzählung einer Teilnehmerin aus Gnas, die erstmals ohne ihren vor drei Jahren verstorbenen Ehemann mitfuhr. „Er schaut von oben zu", erzählte sie – und war so in Gedanken nicht allein unterwegs.

Begrüßt wurden die Teilnehmenden am Zielort bei angenehmen Temperaturen von Landesobmann-Stellvertreter und Bezirksobmann von Bad Radkersburg Heinrich Schmidlechner, Abgeordnete zum Nationalrat MMag. Agnes Totter, BEd, Landesgeschäftsführer Friedrich Roll sowie vom Landessportreferenten und Organisation Johann Ostermann. Für den feierlichen Rahmen sorgten zahlreiche Ehrengäste aus den steirischen Bezirken. Mit dabei waren: geschäftsführender Bezirksobmann GR Franz Kremser (Leibnitz), Bezirksobmann Bgm. a.D. VetR Dr. Othmar Sorger (Feldbach), Bürgermeister Klaus Strein von Mureck sowie Monsignore Mag. Wolfgang Koschat (Pfarrer a.D.), der die Radler segnete und zahlreiche Ortsgruppen aus den Bezirken Deutschlandsberg, Graz, Graz-Umgebung, Leibnitz, Feldbach, Hartberg-Fürstenfeld und Weiz.

Ein besonderer Dank für die Organisation vor Ort ergeht an den Landesobmann Stellvertreter Bezirksobmann Heinrich Schmidlechner und sein Team.

Nach der Radsegnung stand das gemütliche Zusammensitzen im Mittelpunkt. Bei Sonnenschein, gutem Essen und vielen Gesprächen klang der Tag am Röcksee aus.

Das Fahrradfachgeschäft aus Bad Radkersburg präsentierte neue Radmodelle und führte auch kleine Reparaturen an den Rädern durch. Die Radfahrschule „Easy Drivers" aus Schladming, vertreten durch Herrn Unzog, einem sehr erfahrenen Radfahrlehrer, stellte ihre vielfältigen Kursangebote vor.

Die 6. Rad-Stern-Fahrt zeigte einmal mehr: Im Mittelpunkt stehen nicht Tempo und Leistung, sondern Gemeinschaft, Begegnungen und die Freude am gemeinsamen Radfahren.

Nach dem Motto „In Bewegung bleiben" wünscht der Landessportreferent Johann Ostermann allen einen schönen, erholsamen und sportlich aktiven Herbst.

Kegelmeisterschaft mit Herz und Humor

70 Mannschaften bei der Landesmeisterschaft im Kegeln in der ASKÖ-Halle Graz – zwischen Ehrgeiz, Lampenfieber und Gemeinschaft. Am 24. September ging es in der ASKÖ-Halle Graz spannend zur Sache: 70 Mannschaften traten bei der Landesmeisterschaft im Kegeln gegeneinander an. Die Ziele waren dabei unterschiedlich – vom Stockerlplatz über eine persönliche Verbesserung bis zum Motto „Dabei sein ist alles".

Die OG Semriach wollte den Platz des Vorjahres verbessern, die OG Hart-Purgstall peilte die Top Ten an. Bei OG Zwaring-Pöls war die Aufregung so groß, dass der Blutdruck laut eigener Aussage bereits bei 210 lag.

Mit einem Augenzwinkern ging die OG Preding an den Start und bat vorsorglich schon einmal um die Reservierung des ersten Platzes. Beim Kegeln gehe es bei ihnen schließlich nicht nur um Sport, sondern auch um die „schönen Frauen". Die OG Strallegg sorgte mit dem Spruch „Nix verstehen, kommen aus Maribor" für einen Schmunzler im Interview. Man wolle sich aber auch mit den anderen messen und um einen Stockerlplatz kämpfen.

Für die OG Wildon war die Meisterschaft besonders aufregend: Ein neues Mitglied im Team war ganz hibbelig und hätte am liebsten gleich samt Kugel die Bahn entlanglaufen wollen. Die OG St. Georgen an der Stiefing nahm es mit „Dabei sein ist alles" scheinbar gelassen, war aber ebenfalls ehrgeizig.

Bereits zum zehnten Mal war Gröbming bei der Landesmeisterschaft dabei. Die Mannschaft schätzt vor allem den Austausch und das Miteinander – und gegen die Nervosität hilft, wie man augenzwinkernd verriet, schon einmal ein „Schnapserl".

Die OG Öblarn setzte auf besondere Glücksbringer: selbst gehäkelte kleine Talismane begleiteten die Mannschaft auf die Kegelbahn.

Landesgeschäftsführer Gerd Wilfling hatte während der Veranstaltung alles im Blick und sorgte auch bei der Siegerehrung für den passenden Rahmen. Eine Neuerung war Schiedsrichter Raimund Postl, der für einen fairen und reibungslosen Ablauf sorgte.

Am Ende zeigte die Landesmeisterschaft einmal mehr, dass beim Kegeln nicht nur Punkte und Platzierungen zählen: Sport, Freundschaft, Gemeinschaft und jede Menge Spaß machten die Veranstaltung zu einem besonderen Tag.





Alle Fotos gibt es hier:

Die glücklichen Gewinner aus Kammern im Liesingtal und Öblarn (Damen li.) sowie Schwarzau-Mitterlabill (Herren re.).

Mannschaftsergebnis:
Herren:
1.Platz: Schwarzau-Mitterlabill
2.Platz: Graz Liebenau
3.Platz: Gröbming

Mannschaftsergebnis:
Damen:
1.Platz: Kammern im Liesingtal
1.Platz: Öblarn
2.Platz: Gröbming



Hier wird echte nachbarschaftliche Verbundenheit gelebt.

Zwei Länder ein Wandertag

Anlässlich des Landeswandertages des Kärntner Seniorenbundes trafen sich kürzlich in Klagenfurt Seniorinnen und Senioren aus der Steiermark und Kärnten zum gemeinsamen Wandern und zum bundesländerübergreifenden Austausch. Die Kärntner Seniorenbund-Landesobfrau NRAbg. Mag. Elisabeth Scheucher-Pichler, der Kärntner LH-Stellvertreter Martin Gruber sowie Landesgeschäftsführerin Eva Kügler und Bundesrätin Sandra Lassnig begrüßten gemeinsam mit dem steirischen Seniorenbund-Landesgeschäftsführer Gerd Wilfling und dem Voitsberger Seniorenbund-Bezirksobmann Walter Reiter zahlreiche Obleute und Mitglieder. Reiters Initiative, über Bundesländergrenzen hinweg gemeinsame Wege zu gehen, ist längst zur liebgewonnenen Tradition geworden. Sie hat die beiden Nachbarregionen auf Seniorenbundebene schon lange vor dem Koralmtunnel zusammengeführt und zeigt, dass hier mehr als ein Seniorentreff entstanden ist.

Tennis-Tage in Tribuswinkel

Von 14. bis 16. September, fanden in Tribuswinkel die Bundestennis-Tage des Österreichischen Seniorenbundes statt, organisiert von der Landesstelle der NÖs Senioren. Die ältesten Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren bereits 87 Jahre alt – ein beeindruckendes Zeichen dafür, dass Sport und Bewegung bis ins hohe Alter möglich sind! Die Siegerehrung und der anschließende Empfang fanden im Streiterhof in Baden statt. Es herrschte eine großartige Stimmung! Präs. LAbg. Ingrid Korosec überreichte die Preise an die Siegerinnen und Sieger.

Platzierung unserer Teilnehmer:
3. Platz HD AK IV
Kerschbaumer Max, Feichter Helmut, OG Tauplitz
6. Platz HD AK III
Rührlinger Hubert, Tauscher Johann, OG Bad Mitterdorf



Siegerehrung mit Präsidentin Ingrid Korosec (Mitte) und Bundessportreferent Walter Berger (2.v.li.)


Leibnitz


Liezen


Mürzzuschlag

Gemeinsam auf

Wandern verbindet Bewegung, Natur und Geselligkeit. Das zeigten die Bezirkswandertage des Steirischen Seniorenbundes in mehreren Regionen. Ob gemütliche Runde, sportliche Herausforderung oder kulturelle Tour – für jedes Tempo war etwas dabei.

Bei strahlendem Sonnenschein trafen sich zahlreiche Seniorinnen und Senioren aus nahezu allen Ortsgruppen des Bezirkes **Leibnitz** zum Bezirkswandertag in Gabersdorf. Organisiert wurde die Veranstaltung von Obfrau Waltraud Prugmaier und ihrem Team. Nach der Wanderung warteten Speis und Trank, eine Verlosung sorgte für Spannung.

Am 16. September führte der Bezirkswandertag des Bezirkes **Liezen** nach Ramsau. Rund 300 Seniorinnen und Senioren wählten zwischen drei Routen: Die gemütliche Strecke führte von der evangelischen zur katholischen Kirche. Eine Tour führte zu Drehorten der Serie „Die Bergretter". Die sportlichste Route verlief von Schildlehen zum Rittisstadl. Labestationen sorgten für Energie. Mittagessen und Verlosung bildeten den Abschluss.

Im Bezirk **Mürzzuschlag** war die Ortsgruppe Allerheiligen unter Obmann ÖkRat Piller Gastgeber. Bei herrlichem Wetter ging es entlang von Wiesen und Wäldern. Eine Labestation bot Speisen und Getränke, die Alpenzwerge sorgten

383 Punkte beim Spangerlschießen

Am 20. Juni 2026 veranstaltete die Ortsgruppe Tieschen des Steirischen Seniorenbundes in Jörgen das Spangerlschießen für den Regionalbezirk Radkersburg. Kassier Stöckler konnte den Bezirksobmann Heinrich Schmidlechner und 16 Teams von 7 Ortsgruppen begrüßen. Es gab Damen-, Herren- und Mixmannschaften.
Bei der Siegerehrung bedankte sich Obmann Franz Treichler beim Organisator Josef Stöckler und beim Vorstand des ESV Jörgen für die mustergültige Vorbereitung und Durchführung.
Es gewann das Herrenteam von Halbenrain mit 383 Punkten, die Mixwertung Mettersdorf mit 334 Punkten und die Damenwertung Mettersdorf mit 305 Punkten.
Beste Schützin Marianne Bratkovics, OG Tieschen mit 41 Punkten und beste Schützen Josef Hammler und Josef Seidl, OG Halbenrain.


LO-Stv. Bezirksobmann Heinrich Schmidlechner gratuliert den Gewinnern.


Die Gewinner mit ÖVP-Klubobmann Lukas Schnitzer (li.) und Bezirksobmann Heinrich Novak (re.).

44 Senioren zeigten ihr Können

Anfang August stand in der Halle Übersbach wieder das beliebte Schnapsen ganz im Mittelpunkt: Bereits zum fünften Mal wurde die Bezirksmeisterschaft Fürstenfeld ausgetragen. Insgesamt 44 Seniorinnen und Senioren stellten dabei ihr Können, ihre Nervenstärke und natürlich auch eine Portion Kartenglück unter Beweis. In geselliger Atmosphäre wurde eifrig gespielt, gelacht und um jeden Punkt gekämpft. Gegen 15 Uhr standen schließlich die Sieger fest und konnten bei der feierlichen Siegerehrung zu ihren Erfolgen gratuliert werden. 1. Wiesenhofer Willi, 2. Posch Anita, Tantscher Alfred, Friedheim August. Besonders erfreulich: Für die Hälfte aller Teilnehmer gab es einen Preis. Damit ging ein spannender und unterhaltsamer Nachmittag mit vielen schönen Begegnungen zu Ende.

Tour – die steirischen Bezirke wandern

für Musik. Beim Sepplwirt gab es einen geselligen Abschluss mit Verlosung. Bewegung und Gemeinschaft standen im Mittelpunkt.

Ein Höhepunkt war der Bezirkswandertag des Bezirkes **Weiz** am 29. August in Fischbach. 440 Seniorinnen und Senioren gingen auf zwei Strecken mit sechs beziehungsweise neun Kilometern. Start und Ziel war die SOMA-Halle der Firma Sommersguter. Labestationen und eine mobile Versorgungsstation sorgten für Erfrischung.

Die größten Gruppen stellten Birkfeld mit 46, St. Margarethen an der Raab mit 38, St. Ruprecht an der Raab mit 35 und St. Kathrein am Hauenstein mit 30 Teilnehmern. Insgesamt waren 30 Ortsgruppen dabei, darunter auch eine Gruppe aus dem Bezirk Feldbach.

Auch in Mautern verband der Bezirkswandertag des Bezirkes **Leoben** Bewegung und Kultur. Nach Messe und Kirchenführung konnten die Teilnehmer mit Sepp Orasche zum Kalvarienberg wandern oder bei „Entdecke Mautern" mit Helmut Hafner den Ort gemütlich erkunden. Kaffee, Kuchen, Grillen und Musik sorgten für einen geselligen Abschluss. Auch Nichtwanderer waren willkommen.
Die Bezirkswandertage zeigen, wie vielfältig Seniorensport sein kann. Nicht die Bestzeit zählt, sondern das gemeinsame Erlebnis. Wandern hält fit, bringt Menschen zusammen und macht Lust auf neue Wege. Diese Mischung aus Bewegung, Natur und Gemeinschaft macht die Wandertage zu beliebten Fixpunkten im Jahreskalender des Steirischen Seniorenbundes.


Weiz


Leoben

Koordination: Sicherheit durch Körperkontrolle

Unser Alltag ist ein ständiger Balanceakt. Ohne gutes Zusammenspiel von Gehirn, Nervensystem und Muskeln ist er nur schwer zu meistern. Doch diese Fähigkeiten schwinden schleichend, wenn wir nicht gegensteuern.
Die koordinativen Fähigkeiten müssen genauso wie die Sprache erlernt und durch ständiges Üben und „Trainieren" erhalten werden. Diese Fähigkeiten helfen uns, den Alltag sicher und unfallfrei zu meistern. Eine volle Tasse Tee, ohne zu verschütten, zum Mund zu führen, zu reagieren, wenn ein Auto plötzlich vor einem abbremst, auf Glatteis zu gehen oder sicheres Stehen im Bus - es gibt kaum eine alltägliche Bewegungshandlung, die nicht in irgendeiner Art unsere Geschicklichkeit erfordert.
Bei jeder Bewegungsausführung kommt es zum Zusammenwirken des Gehirns und des Nervensystems mit den Muskeln. Umso besser das passiert, umso sicherer kommen wir durch den Alltag. Genauso wie die Muskeln bilden sich die koordinativen Fähigkeiten wie Gleichgewicht, Reaktionsvermögen und Orientierungsfähigkeit leider schleichend zurück, wenn man nicht aktiv dagegen steuert. Täglich ein paar Koordinationsübungen helfen uns, mehr Lebensqualität zu haben und unfallfrei den nächsten Tag zu erleben. Und nicht nur das, sie sichern uns Selbstverständlichkeiten wie Einkaufen gehen, sich anziehen zu können, Gegenstände tragen zu können bis ins hohe Alter.
Jeder von uns kann viel dazu beitragen, dass diese so wichtige Zusammenarbeit von Kopf und Muckis gut funktioniert. Regelmäßig einfache Koordinationsübungen sind der Schlüssel zum Erfolg und ein aktiver Beitrag, damit das Muskel-Orchester und unser Gehirn als Dirigent ein perfektes Bewegungskonzert spielen können.





Politische Werbung im Auftrag & Namen von der Steirischen Volkspartei, Karmeliterplatz 6, 8010 Graz, weitere Informationen (Transparenzkundmachung) unter: www.zeitung-zeitlos.at/services