

Sehr geschätzte Kolleginnen, sehr geschätzte Kollegen!

Der Sommer neigt sich dem Ende zu und ich hoffe, Sie haben sich im Sommer gut erholt und Kraft getankt. Jetzt ist es Zeit, die getankte Energie gezielt für die Gesundheit einzusetzen.

Gesund und geistig aktiv älter werden ist unser Motto

Bei den GÖD-PensionistInnen gibt es verschiedene Angebote von Kursen. In Zusammenarbeit mit der BVAEB gibt es wieder Module für gesunde Ernährung, Bewegung und Gedächtnistraining sind für ein aktives Altern von Vorteil. Nur wer sich regelmäßig bewegt, sich geistig fit hält, hat mehr vom Leben und kann am öffentlichen Geschehen besser teilhaben. Auch die Digitalisierung ist für Seniorinnen und Senioren sehr wichtig. In der Corona-Zeit hat sich gezeigt, dass eine digitale Anbindung vor Vereinsamung schützt. Wir bieten in Zusammenarbeit mit A1 Gratis-Kurse für Handys an.

Ehrungen

Bei der erweiterten Bundesleitungssitzung in Kärnten konnte ich unserer Kollegin **Edith Osterbauer** das Goldene Ehrenzeichen der Gewerkschaft Öffentlicher Dienst überreichen. Edith Osterbauer ist seit dem Jahr 2000 in der Bundesvertretung 22 tätig. Sie führte das Bildungsreferat bis 2011. In dieser Zeit hat sie viele Reisen organisiert und für unsere Mitglieder verbilligte Führungen, Besichtigungen von Ausstellungen durchgeführt. Anschließend war sie stellvertretende Vorsitzende und Finanzreferentin. In all dieser Zeit hat sie eine hervorragende Arbeit geleistet. Weiters durfte ich unseren Kollegen **Josef Strassner** ehren und auch ihm das Goldene Ehrenzeichen der Gewerkschaft Öffentlicher Dienst überreichen. Im Jahr 2008 erteilte ihn der Ruf der Bundesvertretung Pensionisten zur Leitung des Referates für Öffentlichkeitsarbeit. Diese Tätigkeit umfasste unter anderem auch die Betreuung der für die Bundesvertretung der GÖD-Pensionisten bereitgestellten Seiten im „GÖD aktuell“.



*Johann Büchinger:
Der Autor ist Vorsitzender der Bundesvertretung PensionistInnen in der GÖD*

Schon vorher war es der Bundesleitung ein besonderes Anliegen, im Internet vertreten zu sein. Man einigte sich auf die Domäne „penspower.at“. Josef Strassner war es, der auf dieser Basis 2006 die erste Homepage der Bundesleitung entwickelt, designt und selbst programmiert hat. Dies ist zwar noch heute der Fall, doch unsere Homepage – jetzt abrufbar unter goed.penspower.at – ist im Verlauf der Jahre immer benutzerfreundlicher und vor allem plattformübergreifend und damit auch tauglich für Smartphones geworden. Die Aktualität der Beiträge ist unser oberstes Ziel.

Machen Sie sich selbst ein Bild von unserer Homepage und besuchen Sie diese! Ich möchte mich nochmals bei Edith Osterbauer und Josef Strassner für die gute Zusammenarbeit herzlich bedanken.

Mit kollegialen Grüßen
Johann Büchinger



Urkunde und Ehrenzeichen in Gold für Edith Osterbauer (o.) und Josef Strassner (u.).





Bundesleitungssitzung in Kärnten

Von 7. bis 9. Juni 2022 fand die erweiterte Bundesleitungssitzung der Pensionistinnen und Pensionisten in Klagenfurt statt. Mit dabei als Ehrengäste waren Landessekretär Mag. Florian Doiber und Dipl.-Päd.ⁱⁿ Claudia Wolff-Schöffmann vom Landesvorstand Kärnten.

Gesundheit und Prävention

Im Rahmen der Diskussion zum Thema „Gesundheit und Prävention“ am 9. Juni konnten **Mag.^a Beate Atzler, MPH und Senior Consultant Silvia Lackner, BSc, MA** vom Institut für Gesundheitsförderung und Prävention GmbH (IfGP) sowie der Direktor der BVAEB Kärnten, Peter Leitgeb, begrüßt werden. Bereits seit Beginn des 21. Jahrhunderts ist in Österreich ein Anstieg des Anteils älterer Menschen an der Gesamtbevölkerung zu verzeichnen, der in den kommenden Jahren noch deutlich zunehmen wird. Die Förderung der körperlichen und psychosozialen Gesundheit älterer Menschen ist daher zunehmend wichtig. Die Befähigung zum selbstbestimmten Handeln und Entscheiden sind wichtige Prinzipien der Gesundheitsförderung. Dies erfordert die Beteiligung (Partizipation) von Menschen bei allen Fragen rund um ihre Gesundheit. Unter Anwen-



*Ingrid Chreiska:
Die Autorin ist
Referentin für
Öffentlichkeitsarbeit
und Medien*

dung verschiedener Methoden sollen die Menschen dazu befähigt werden, eigene Entscheidungen über ihre Gesundheit zu treffen und somit ein höheres Maß an Selbstbestimmtheit zu erlangen.

Sumpfeiche gepflanzt

Die traditionelle Baumpflanzung im Rahmen einer erweiterten Bundesleitungssitzung musste aufgrund des Schlechtwetters auf den 8. Juni verschoben werden. Der Baum, eine Sumpfeiche, wurde im Park des Stadtgrabens gepflanzt. Die Sumpfeiche wird auch Spree-, Boulevard- oder Nageleiche genannt. Sie wird

in den Gemäßigten Breiten häufig als Zierpflanze in Parks und Alleen verwendet. Sie wächst als sommergrüner Baum, der an guten Standorten im Alter von 30 Jahren Wuchshöhen von etwa 20 Metern und Stammdurchmesser von durchschnittlich 28 Zentimetern erreicht.

Vorsitzender Johann Büchinger (Mitte), seine Stellvertreterin Edith Osterbauer und sein Stellvertreter Kurt Kumhofer.



Als Ehrengäste konnten Landessekretär Mag. Florian Doiber und Dipl.-Päd.ⁱⁿ Claudia Wolff-Schöffmann bei der Bundesleitungssitzung begrüßt werden.

Schöner Erfolg für das Freizeit-service Reisen

38 Kolleginnen und Kollegen nahmen in der Zeit vom 28. April bis 5. Mai 2022 an der Flusskreuzfahrt „Das Beste von Holland und Flandern“ auf der MS Klimt teil.

Flusskreuzfahrten erfreuen sich für Seniorinnen und Senioren immer größerer Beliebtheit. Von Wien per Flug in Amsterdam angekommen, bezieht man für acht Tage sein Zimmer an Bord und schon befindet man sich in bester Urlaubsstimmung. Gleich geht's zur Einweisung in die Panoramalounge, wo uns die Schifffahrtsdirektorinnen Jenny und Nelly begrüßen und schon zu Beginn ihre Entertainerinnenqualitäten, mit denen sie uns in den kommenden Tagen unterhalten werden, bestens unter Beweis stellen. Anschlie-



Kurt Kumhofer: Der Autor ist Vorsitzender-Stellvertreter

ßend geht es zum Abendessen in den Speisesaal und die meisten Gäste suchen dann die Nachtruhe in den Kabinen. Um die Bar und das weitere Schiffsflair kennenzulernen, bleiben ja noch einige Tage. Das Schiff fährt hauptsächlich in der Nacht, so dass tagsüber ausreichend Zeit für Ausflüge und Besichtigungen bleibt. Das eigentliche Highlight dieser Reise ist besonders die einmalige Landschaft mit ihren Grachten, Windmühlen, Dämmen und Deichen. Neben den malerischen Städten wie Brügge, Gent und Antwer-



pen zählt besonders Brüssel, die belgische Metro-
pole mit dem Atomium, dem Grande-Place, und
Amsterdam, das auch „Venedig des Nordens“ ge-
nannt wird, mit der nächtlichen Grachtenrundfahrt,
zu den schönsten Erlebnissen.

Auf dem Käsemarkt in Alkmaar können wir die Tradi-
tionen der mittelalterlichen Käseträger bestaunen
und Käse kosten. Am vorletzten Tag besuchen wir in
Almere die größte Weltgartenbau-Ausstellung, die
mit zehnjährigem Abstand regelmäßig in Holland
stattfindet. Und während man noch das Gefühl hat,
dass die Reise erst begonnen hat, neigt sie sich auch
schon dem Ende zu.

Bevor es dann am letzten Tag zum Rückflug kommt,
gibt es nochmals ein besonderes Erlebnis, die Blu-
menausstellung in Keukenhof, wo die Tulpen zu die-
ser Jahreszeit ihre besondere Pracht zeigen.

Auf dem Flughafen und dem Flug nach Wien diskutie-
ren die Gästen noch viel über diese wunderbare Reise
und wünschen sich, dass vom Freizeitservice der GÖD-
Pensionisten noch weitere solche Schiffsreisen folgen.
Informationen zu dieser und weiteren Schiffsreisen
finden Sie unter „GTA-Schiffsreisen“. gta.at



Wir trauern um unser langjähriges
Vorstandsmitglied der Bundesleitung
der Pensionisten

Walter Hohl, der am 4. Juni 2022
im 83. Lebensjahr

friedlich von uns gegangen ist.

FOTOS: KURT KUMHOFER, PRIVAT, GTA WATERWAYS



Antwerpen, Gent, Amsterdam, Brügge – wunderschöne Impressionen von der Flusskreuzfahrt „Das Beste von Holland und Flandern“.