



SENIOREN AKTIV

Altenberg, am 8. März 2024

Liebes Mitglied des Seniorenbundes Altenberg!

Frühling, Frühlingserwachen, Sehnsucht nach Natur, Bewegung, Fitness und gesundem Leben mit geselligen Ereignissen ergibt ein gutes Wohlbefinden. Mentale Fitness erfährt man in der Familie, im Freundeskreis und auch durch die Teilnahme an Veranstaltungen, die es immer wieder gibt. Ich freue mich immer über eine rege Teilnahme.

Gerade wir Seniorinnen und Senioren spüren manches um uns viel intensiver, weil wir einerseits mehr Zeit haben und so manches bewusster und mit gewissen Erfahrungen des Lebens wahrnehmen. Was ich immer wieder in verschiedensten Gesprächen erkenne, ist so manche Sorge um den Frieden in der Welt. Zeitungsmeldungen, Rundfunk und Fernsehen tragen das eine oder andere dazu bei.

Die fortschreitende Digitalisierung macht ebenfalls Sorge. Es ist wichtig, in den gewissen Bereichen mit zu tun, aber man muss nicht alles und überall gleich mitmachen. Ich merke es bei den verschiedensten Aktivitäten, dass es wichtig und einfacher ist, mit „WhatsApp“ oder „E-Mail“ zu kommunizieren. Um sich schnell mal zu informieren und zu koordinieren bringen Homepages oft viele Informationen. Jedoch hat alles in ihrer Nutzung die Notwendigkeit einer realistischen Vorsicht. Es geht alles schnell und womöglich gelangt eine Information an einen ungewollten Nutzer.

Die Erledigung der Bankgeschäfte mittels Automaten, sowie auch das Bezahlen mit der Karte erleichtert vieles. Es bringt einiges an Flexibilität und ist auch nicht mehr wegzudenken. Ich denke, wir Senioren müssen bei den modernen Techniken mithalten, um nicht zu übersehen, was rund um uns passiert. Aber ein gewisses Maß an Vorsicht ist geboten um nicht unliebsame Erlebnisse zu haben.

In der Seniorenzeitung „Wir aktiv“ sind viele aktuelle Informationen über soziale, gesellschaftliche, aber auch andere Aktivitäten, die seitens der Bezirks- oder Landesleitung des Seniorenbundes angeboten werden.

Gerade in der Februar Ausgabe gibt es viele Informationen zu sozialen Themen und Förderungen. Mein Team und ich sind auch gerne bereit bei Unklarheiten weiter zu helfen. Seitens der Ortsgruppe geben wir auch unser Programm in den Aussendungen und auf der Homepage bekannt und freuen uns über eine rege Teilnahme.

Ich wünsche ein schönes Frühjahr mit gesunden Erlebnissen
euer Obmann

Ferdinand Kaineder
Obmann

Leo Mörtinger
Schriftführer



Einladung zur Jahreshauptversammlung

Am Dienstag, dem **19. März 2024** um **10:15 Uhr**, im **Gasthaus Prangl**

Tagesordnung:

- Eröffnung und Begrüßung
- Totengedenken
- Bericht des Obmannes
- Bericht des Schriftführers
- Genehmigung der Berichte
- Bericht des Finanzreferenten
- Entlastung des Kassiers
- Ausblick der Referentinnen & Referenten
- Grußworte der Ehrengäste
- Allfälliges

Vor der Jahreshauptversammlung findet um 9:00 Uhr in unserer Pfarrkirche eine Seniorenmesse für die verstorbenen Mitglieder des vergangenen Jahres statt.

Im Anschluss an die Versammlung sind alle anwesenden Mitglieder zu einem Mittagessen eingeladen.

Wir freuen uns auf ihre Teilnahme.

Muttertags Feier:

Am **Freitag, dem 10. Mai 2024 um 14:00 Uhr im Gasthaus Prangl** möchten wir den Muttertag mit euch gemeinsam feiern. Wir laden sehr herzlich zu dieser gemütlichen Feier ein.

Nähere Informationen werden rechtzeitig im Schaukasten und auf unserer Homepage veröffentlicht. Wir freuen uns auf zahlreiche Besucher – nicht nur Mütter.



Gesundheitstag des Bezirkes Uhrfahr in Lichtenberg

GESUNDHEIT IST NICHT ALLES, ABER OHNE GESUNDHEIT IST ALLES NICHTS!

Am **Mittwoch, dem 10. April 2024** findet im **Gemeindezentrum Lichtenberg** von **9:00 bis 16:00 Uhr** ein **Gesundheitstag** statt.

Eröffnet wird der Gesundheitstag um 9:30 Uhr von Gesundheitslandesrätin **LH Stellv. Mag. Christine Haberlander** und SB Landesobmann **LH a.D. Dr. Josef Pühringer**.

Das Programm kann dem beiliegenden Flyer entnommen werden.

Aktualisierung unserer geplanten Ausflüge

Fahrt durch unser schönes Altenberg

am **Montag, dem 1. Juli 2024. Beginn 13:00 Uhr** im Gemeindeamt am Marktplatz.

Wir können in unserer Gemeinde viel Lebensqualität und ein angenehmes Wohnklima mit guter Infrastruktur erleben. Mit den Jahren hat sich vieles weiterentwickelt, was gerade auch für uns Seniorinnen und Senioren sicherlich interessant ist.

Wir starten die Rundfahrt um 13:00 Uhr am Gemeindeamt, wo uns Bürgermeister Mag. Hammer mit einem Imagefilm einiges erläutern wird. Danach fahren wir mit einem Bus vom Marktplatz durch das Gemeindegebiet Richtung Haslach - Oberbairing - Oberwinkl - Pargfried – Unterweitrag. Bei einer Einkehr beim Obmann wird mit Getränken und Imbiss



für das leibliche Wohl gesorgt. Anschließend geht die Runde weiter über Veitsdorf und einer Ortsrunde zurück zum Ausgangspunkt Ende wird um ca. 17:00 Uhr am Marktplatz sein.

Der Unkostenbeitrag beläuft sich auf €12,- und wird im Bus eingehoben.

Um Anmeldung wird beim Obmann Ferdinand Kaineder unter der Nummer 0664 3534164 oder 07230 7404 ersucht.

Wir freuen uns auf deine Teilnahme für diesen interessanten Nachmittag.

Tagesausflug zum Romantiktheater in Hadres (NÖ)

Wegen zu wenigen Anmeldungen wurde diese Reise abgesagt. Stattdessen:

Erlebnis - Führung in der Teigbude - Bäckerei Filipp GmbH

Termin: Dienstag, 28. Mai 2024 - Treffpunkt bei der Teigbude um 10.00 Uhr. (Gewerbepark 2 | 4190 Bad Leonfelden)

Wir fahren mit den eigenen PKW's – wenn möglich bitte Fahrgemeinschaften bilden.

Was erwartet dich?

- Vorstellung Betrieb - Geschichte, Daten und Fakten
- Brotkino - informativer Kurzfilm für Groß & Klein
- Backworkshop - Flesslerl backen unter Anleitung -> eigenes Gebäck mitnehmen -> 4 selbstgemachte „Kunstwerke“

Teilnehmeranzahl mindestens 15 Personen, Kosten: €15.- pro Erwachsenen.

Dauer ca. 60 bis 90 Minuten, je nach Teilnehmeranzahl.

Anschließend können wir in der Teigbude günstig ein Mittagessen genießen.

Ab ca. 13:30Uhr: Führung in der Blaudruckfirma Wagner auch in Bad Leonfelden.

Zum Abschluss genießen wir Kaffee oder Eis beim Kastner mit Gelegenheit zum Einkauf in der Lebzelterei. --- Nach dem Motto: Ein jeder wie er will! ---

Anmeldung bitte bei Anneliese Obermüller 0664 4635640 oder 07230 7210



Kriminalmuseum Scharnstein, Wenschitz Pralinenwelt

Das Österreichische **Kriminalmuseum** dokumentiert in mehr als 20 Schauräumen des Schlosses Scharnstein die Geschichte des österr. Justiz- und Sicherheitswesens vom späten Mittelalter bis in unsere Zeit. Nach dem Mittagessen im Forellenhof-Wieselmühle in Grünau im Almtal geht es weiter nach Allhaming zur **Wenschitz Pralinenwelt** mit dem höchsten Schokobrunnen der Welt. Mit einer Höhe von 12,27 Meter schaffte er es ins Guinnessbuch der Rekorde.

Termin: 16. April 2024, Abfahrt 8:00 beim Theaterhaus.

Preis: € 62.- (inkl. Bus, Eintritt Museum und Schokoladenwelt, Jause und Trinkgelder). Es sind noch Plätze frei, bitte um baldige **Anmeldung** bei **Inge Hintringer**, Tel. 07230 8128 oder 0664 / 7358 8135.



Tagesfahrt - „Original“ Bailoni Destillerie:

Wir besuchen die „**erste Wachauer Marillen Destillerie**“. Freuen wir uns auf ein exquisites Mittagessen, sowie auf informative Einblicke in die steirische Thermenregion mit dem Schwerpunkt auf "Gesundheit und Ernährung". Genießen wir eine faszinierende Führung durch das Stammhaus. Im Anschluss Verkostung und gemütliche Kaffee- und Kuchenjause.

Termin: 9. Juli 2024, Abfahrt 8:00 beim Theaterhaus.

Preis: € 32.- (inkl. Bus, Vortrag, Essen, Führung mit Verkostung, Trinkgeld). Info und **Anmeldung** bei **Inge Hintringer**, Tel. 07230 8128 oder 0664 / 7358 8135.



Pillseeetal und Steinplatte Waidring

Waidring ist ein malerisches Dorf in Tirol im schönen **Pillseeetal** (Bezirk Kitzbühel). Die Region ist von den beeindruckenden **Loferer Steinbergen** und der **Steinplatte** in Waidring umgeben, zu der wir mit der Gondel hinauffahren.

Die Steinplatte, das Highlight in Waidring, ist Europas größtes **Trockenriff** und präsentiert sich als Paradies für Wanderer.

Termin: 27. August 2024, Abfahrt: 6:30 beim Theaterhaus.

Preis: € 83.- (inkl. Bus, Gondel Berg- und Talfahrt, Jause, Trinkgeld). Info und **Anmeldung** bei **Inge Hintringer**, Tel. 07230 8128 oder 0664 / 7358 8135.



Wallfahrt zum Sonntagsberg im Mostviertel:

Unser Herr Pfarrer Dr. Hubert Puchberger wird uns wieder geistlich begleiten und die Wallfahrtsmesse mit uns feiern. Am Nachmittag halten wir im Stift Seitenstetten eine Andacht.

Termin: 3. September 2024

Info und **Anmeldung** bei **Inge Hintringer**, Tel. 7230 8128 oder 0664 / 7358 8135.



Besuch unserer Mitglieder die nicht mehr mobil sind!

Als einen Schwerpunkt dieses Jahres haben wir uns den Besuchsdienst unserer Mitglieder vorgenommen, die nicht mehr an Veranstaltungen unserer Ortsgruppe teilnehmen können. Im Infoschreiben „Senioren Aktiv“ vom 9. Jänner 2024 haben wir um Rückmeldungen gebeten, wer von unseren Mitgliedern das Angebot " besucht zu werden " annehmen möchte. Wir haben in dem Schreiben auch Mitglieder gebeten sich zu melden, die bereit wären diese Aufgabe in abgesprochenen Zeiträumen durchzuführen. Gemeinsam mit dem Verein „Miteinander-Füreinander“, der Pfarre und der Gemeinde werden wir ein " Besuchsdienstteam" installieren.

Wenn sie besucht werden möchten bzw. bereit wären Besuche zu machen ist das gerne jederzeit möglich - einfach Ferdinand Kainerder Tel 0664 35 34 164 oder 07230 7404 anrufen.

Einige Fotos von den letzten Veranstaltungen

Ball des Seniorenbundes Altenberg
am 26. Jänner im Gasthaus Prangl



Faschingsausklang am Faschingsdienstag,
dem 13. Februar im Gasthaus Prangl



Veranstaltungskalender der SB-Ortsgruppe Altenberg

Alle Termine sind auf unserer Homepage: altenberg-bei-linz.oesb.at/veranstaltungen zu finden.

Gesamter Jahreskalender: altenberg-bei-linz.oesb.at/mehr/alle-termine-2024

11.03.2024	Kegeln im Gh. Lüftner	14:00 Uhr	Gh Lüftner
12.03.2024	Seniorenturnen	15:30 Uhr	MS-Turnsaal
13.03.2024	Tanzen	09:00 Uhr	Gh Prangl
15.03.2024	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
19.03.2024	Jahreshauptversammlung, vorher um 9h Hl. Messe	10:30 Uhr	Gh Prangl
19.03.2024	Seniorenturnen	15:30 Uhr	MS-Turnsaal
20.03.2024	Tanzen	09:00 Uhr	Gh Prangl
21.03.2024	Sing-Nachmittag	14:00 Uhr	Wirt z'Bairing
22.03.2024	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
25.03.2024	Kegeln im Gh. Lüftner	14:00 Uhr	Gh Lüftner
29.03.2024	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
03.04.2024	Tanzen mit Frühstück	08:00 Uhr	Gh Prangl
05.04.2024	Bezirkstanznachmittag	13:00 Uhr	Gh Prangl
05.04.2024	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
08.04.2024	Kegeln im Gh. Lüftner	14:00 Uhr	Gh Lüftner
10.04.2024	Tanzen	09:00 Uhr	Gh Prangl
11.04.2024	Wandern: Startwanderung	09:00 Uhr	Gh. Raml
12.04.2024	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
15.04.2024	EDV-Stammtisch	14:30 Uhr	Podium
16.04.2024	Tagesausflug: Kriminalmuseum Scharnstein, Wenschitz Pralinenwelt	08:00 Uhr	Theaterhaus
16.04.2024	Bergsteiger: Bärenstein 1077m	07:00 Uhr	unterm Theater
17.04.2024	Tanzen	09:00 Uhr	Gh Prangl
18.04.2024	Sing-Nachmittag	14:00 Uhr	Wirt z'Bairing
19.04.2024	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
22.04.2024	Kegeln im Gh. Lüftner	14:00 Uhr	Gh Lüftner
24.04.2024	Tanzen mit Frühjahrsabschluss	09:00 Uhr	Gh Prangl
24.04.2024	Rad: Rundtour über 11 Gemeinden	08:30 Uhr	FF Altenberg
25.04.2024	Wandern: Bleicherbachrunde	08:30 Uhr	Spar Parkplatz
26.04.2024	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
03.05.2024	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
07.05.2024	Bergsteiger: Ennstal, Hackmauet, Steinerner Jäger	07:00 Uhr	unterm Theater
08.05.2024	Rad: Tschechien, Moldaustausee	08:00 Uhr	FF Altenberg
09.05.2024	Wandern: Altarm – Wallsee	08:00 Uhr	Spar Parkplatz
10.05.2024	Muttertags Feier	14:00 Uhr	Gh Prangl
10.05.2024	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
13.05.2024	EDV-Stammtisch	14:30 Uhr	Podium
16.05.2024	Sing-Nachmittag	14:00 Uhr	Wirt z'Bairing
17.05.2024	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
22.05.2024	Rad: Vom Donautal ins Hausruckviertel	08:00 Uhr	FF Altenberg
23.05.2024	Wandern: Bergkräuterweg in Hirschbach	08:00 Uhr	Spar Parkplatz
24.05.2024	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
28.05.2024	Bergsteiger: Anton Schosser Hütte-Losenstein-Klausgraben	07:00 Uhr	unterm Theater
28.05.2024	Erlebnis - Führung in der Teigbude - Bäckerei Philipp	10:00 Uhr	Bad Leonfelden
31.05.2024	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle