

das Leben kann so schön sein

Seniorenbund Mauerbach



KLUBNACHRICHTEN



Der Reiz der Rose

*Der Reiz der Rose liegt nicht lediglich in ihrem Duft
und ihrem Antlitz, sondern darin, dass derjenige,
der ihre Schönheit und ihren Wohlgeruch genießen will,
auch ihre Dornen lieben muss.*

Daniel Lipp (*1975)

– AKTIV – VITAL – FRÖHLICH – GESELLIG – UNTERNEHMUNGSLUSTIG – FIT – INTERESSIERT –



Liebe Mitglieder!

Der Sommer steht vor der Tür, ein halbes Jahr ist bereits wieder vergangen. Man fragt sich – wo ist die Zeit nur hingekommen.

Überraschend ist jedoch, wie viel dieser Zeit wir gemeinsam im Senioren-

bund verbracht haben. Man muss nur unsere Klubnachrichten studieren.

Zur Erinnerung einige unserer Highlights:

- Ein ganz besonderes Erlebnis gab es im Februar: die Vorführung des von der Familie Fronka gedrehten Filmes über unsere Venedigreise im Cineplexx. Es gibt sicherlich niederösterreichweit keine Seniorengruppe, die das Glück hat, ein eigenes Filmteam unter den Mitgliedern zu haben, und es gibt auch keine, die es möglich macht, einen Kinosaal für eine Privatvorstellung zu mieten.

- Die Führung „Der Domschatz kehrt zurück“, der Besuch des Heeresgeschichtlichen Museums im Arsenal, „Das erotische Wien“, und „Der Literarische Rosengarten“ mit der Schauspielerin Elisabeth-Joe Harriet waren für unsere Kunst- und Kulturliebhaber ganz besonders interessant.

- Erstmals gab es heuer einen 3-tägigen Frühlingsausflug, der uns nach Schladming führte. Der steirische Erzberg und der

Dachstein, zwei Sehenswürdigkeiten die jeder Österreicher gesehen haben sollte.

- Und nicht zuletzt haben wir einen 16-stündigen Erste-Hilfe-Kurs organisiert, bei dem die Teilnehmer neben Unfallverhütung auch lebensrettende Sofortmaßnahmen erlernten.

Ich hoffe, ich konnte mit diesem kurzen Rückblick Ihre Erinnerungen auffrischen, und sowohl diejenigen, die mit der Erarbeitung und Umsetzung dieses Programms beschäftigt waren, als auch die zahlreichen Teilnehmer an unseren Veranstaltungen wissen jetzt, ihre Zeit geblieben ist.

Ich möchte Ihnen danken, dass Sie einen Teil Ihrer Freizeit mit und bei uns verbracht haben. Wir werden uns auch weiterhin bemühen, ein interessantes Programm zusammenzustellen - einen Mix aus Kunst und Kultur, gewürzt mit ganz viel Gemütlichkeit, sodass jeder sagen kann: „Es ist eine Lebensbereicherung, Zeit mit dem und beim Seniorenbund Mauerbach zu verbringen.“

Persönlich habe ich mir in diesem Halbjahr einen ganz besonderen Wunsch erfüllt. Den Bericht über meine „Auszeit“ finden Sie auf Seite 4.

Herzlichst
Rosa Pitterle



Thermenurlaub statt Herbstdepression

WELLNESS – ERHOLUNG – KUR – Radenska – Slowenien

29. September – 4. Oktober 2013

Preis pro Person: Doppelzimmer: € 360,-
Einzelzimmerzuschlag: € 10,- pro Tag

Leistungen: 5 Nächtigungen mit Halbpension im **** Hotel Radin, Hin- und Rückfahrt in einem modernen Reisebus, Begrüßungsgetränk, alle Eintritte in Bad und Sauna

Anmeldeschluss: 10. September 2013

Auf Wunsch können allfällige Kurarztbesuche und Therapiewünsche schon vor Reiseantritt gebucht werden!

Für Informationen rufen Sie bitte: 0664/35 00 150

Herzliche Gratulation an unsere Geburtstagskinder

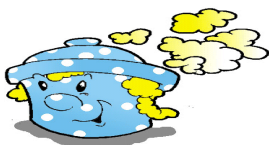


Gute Besserung wünschen wir allen unseren kranken Mitgliedern!



Zwei Unternehmer unterhalten sich.

Fragt der eine: „Warum erscheinen alle deine Angestellten so überpünktlich?“ „Das ist ganz einfach“, erwidert der andere. „wir haben 20 Mitarbeiter, aber nur 15 Parkplätze!“



APFELMUSTORTE

Zutaten: 2 Gläser Apfelmus, 2 Becher Schlagobers, 2 Packungen Biskotten

Zubereitung: Das Schlagobers steif schlagen. Den Boden einer Springform mit Biskotten auslegen. Eine Schicht Apfelmus darauf streichen, dann eine Schicht Schlagobers, dann wieder Biskotten und so weiter. Mit Schlagobers abschließen und nach Belieben verzieren.

Die Torte vor dem Servieren für mindestens 5 Stunden in den Kühlschrank stellen.

TIPP: Das Apfelmus mit Rum und Zimt und Zitronensaft verfeinern. Vollkornbiskotten verwenden.

GUTES GELINGEN

– AKTIV – VITAL – FRÖHLICH – GESELLIG – UNTERNEHMUNGSLUSTIG – FIT – INTERESSIERT –

Eine kurze Geschichte über einen langen Weg !

Sich eine fünfwöchige Auszeit zu gönnen, den Alltag auf die Seite zu stellen, das ist wahrlich ein Luxus. Ob man es auch als Luxus bezeichnen kann, auf dem Jakobsweg zu pilgern, das muss jeder selber entscheiden.

Warum mein Mann und ich den Entschluss gefasst haben, diesen Weg zu gehen, können wir nicht genau sagen, - eigentlich war es eine sehr spontane Entscheidung und das war auch gut so. Hätten wir all die Bücher und Reiseberichte vorher gelesen, hätte uns mit ziemlicher Sicherheit schon zu Hause der Mut verlassen.

Mit zwei Rucksäcken beladen sind wir am Fuße der Pyrenäen in Pamplona gestartet, ohne genau zu wissen, was auf uns zukommt, - aber mit dem festen Willen, in Santiago de Compostela anzukommen.

Schönes Wetter und eine herrlich blühende Frühling Landschaft haben uns zu Beginn beinahe die Last der Rucksäcke und die vor uns liegenden 720 km vergessen lassen.

Es dauerte aber nicht lange und der Körper zeigte uns die Grenzen. Es machte sich schnell bemerkbar, ob die

Wahl der Schuhe die richtige war oder ob man nicht doch noch unnötiges Gepäck mitschleppt, das in der nächsten Unterkunft vielleicht besser den Weg in den Papierkorb nehmen sollte.

Plötzlich bekommen die Gedanken eine andere Wertigkeit und es scheint, als würde mit jedem Schritt im Kopf alles neu sortiert. Längst Vergangenes taucht auf – Erfolgserlebnisse, nicht abgearbeitete Probleme. Neue Ideen und Pläne entstehen – teilweise bleiben sie wieder auf dem Weg zurück. Die Seele tritt mit jedem Schritt deutlicher an die Oberfläche. Ein „schrittweiser“ Reinigungsprozess.

Gleichzeitig gibt es aber nichts Wichtigeres, als einerseits alle physischen und psychischen Kräfte im Körper zu mobilisieren, um das Tagespensum zu schaffen und andererseits darauf zu achten, auch für den kommenden Tag noch genügend Energie zu haben. Liegt man am Abend auf dem Bett und kann vor Erschöpfung und Muskelkrämpfen nicht einschlafen, verspürt man dennoch eine

un glaubliche Befriedigung. Am nächsten Tag steht man auf, nimmt mit einer großen Selbstverständlichkeit seinen Rucksack und geht weiter. Jeder Tag wird zur neuen Herausforderung, aber jeder Tag bringt einen dem Ziel etwas näher.

Den vielen Menschen, die aus der ganzen Welt kommen und diesen Weg gehen, ergeht es ähnlich, - auch das ist wahrscheinlich mit ein Grund, warum man nicht einfach aufgibt, sondern weitermacht. Dieser Weg macht alle gleich, ob jung oder alt, ob man es sehr

sportlich oder etwas langsamer angeht, jeder stößt an seine Grenzen und jeder hat nur den einzigen Wunsch - anzukommen.

So vergehen Stunden, Tage und Wochen, Datum und Uhrzeit haben keinerlei Bedeutung mehr, die Landschaft ändert sich, das Wetter wechselt und der Körper gewöhnt sich an die Anstrengungen. Die Zweifel, das Ziel auch wirklich zu erreichen, aber bleiben bis zum Schluss. Es wird einem bewusst, dass es bei dieser körperlichen und psychischen Belastung nur einer Kleinigkeit bedarf - und der Traum

„anzukommen“ zerplatzt.

Manchmal kommt aber auch für eine kurze Zeit sogar das Gefühl eines euphorischen „Getragenwerdens“ auf, man schwebt wie auf Wolken dahin und wird sich bewusst, dass es wohl nicht nur vom eigenen Willen abhängt, ob man das ersehnte Ziel erreicht.

Am 13. Mai war es so weit: „WIR SIND ANGEKOMMEN“. Kein Gefühl der Erschöpfung, kein Gefühl, etwas Außergewöhnliches vollbracht zu haben, einfach nur Dankbarkeit, es geschafft zu haben.

Rückblick: Der Jakobsweg ist wie der Lebensweg, vielseitig und jederzeit gut für viele Überraschungen. Er kann unheimlich schön sein, er kann aber auch oft eine große Belastung darstellen. Entscheidend ist, dass wir uns der Schönheiten bewusst werden und dass wir an den Belastungen nicht zerbrechen!

Buen Camino („Einen schönen Weg!“)



– AKTIV – VITAL – FRÖHLICH – GESELLIG – UNTERNEHMUNGSLUSTIG – FIT – INTERESSIERT –

„Wohnen und Betreuung im Alter“ – Ein Thema, das uns alle betrifft!

Der G 21-Arbeitskreis „Soziale Entwicklung“ unter der Leitung von Peter Schödlbauer präsentierte im Rahmen einer Informationsveranstaltung das Ergebnis einer Umfrage zu diesem Thema. Da wir glauben, dass dieses Ergebnis auch für Sie interessant ist, möchten wir Ihnen die wichtigsten Daten zur Kenntnis bringen.

Es wurden insgesamt 100 in Mauerbach wohnende Personen aus der Generation 60 plus von Frau Mag. Schmolzmüller persönlich befragt (49 Männer, 51 Frauen). Die statistische Auswertung der Ergebnisse erfolgte durch Herrn Univ. Prof. Dr. Wilfried Grossmann, Universität Wien.

FRAGENGRUPPE 1

Welche Wohnformen bevorzugen die MauerbacherInnen zukünftig im Alter?

- 93% der Befragten wollen zu Hause – in ihrer Wohnung/ihrem Haus - bleiben und je nach Bedarf Betreuungsleistungen der sozialen Einrichtungen und der Gemeinde in Anspruch nehmen
- 60% wollen ganz sicher nicht ins Altersheim gehen
- 10% erwägen, eventuell später einmal (mehr als 5 Jahre) in eine barrierefreie Wohnung zu ziehen, wenn es zu Hause z.B. wegen Größe und zu aufwändigen Umbaus nicht mehr geht
- 38% der Befragten würden einem Heim in Purkersdorf/Tulln/Wien zustimmen, wenn Pflege und Betreuung zu Hause nicht mehr möglich wäre
- 7% haben eine andere Lebensplanung – ziehen woanders hin

FRAGENGRUPPE 2

Welche Leistungen wünschen die Mauerbacher BürgerInnen für den Fall der Pflegebedürftigkeit und eines Betreuungsbedarfes und wie ist von Seiten der Gemeinde zukünftig darauf einzugehen?

- Hauskrankenpflege, Heimhilfe, Haushaltshilfe und Notruftelefon besonders wichtig
- Menüservice ist am häufigsten als wünschenswert genannt
- 24 Stunden Betreuung im gegebenen Fall sehr wichtig
- Interesse besteht auch noch an einem örtlichen Lieferdienst

FRAGENGRUPPE 3

Für welche Angebote im Ort besteht Interesse? Welche Angebote werden genutzt, welche würden zukünftig in Anspruch genommen?

- größtes Interesse besteht an der Nutzung eines Ortstaxis, gefolgt von einem Tageszentrum und Bewegungsangeboten für Senioren
- Bezüglich der Inanspruchnahme der Leistungen gibt es insgesamt 24 Nennungen. Diese werden in der Mehrzahl der Fälle von privaten Personen erbracht, drei Mal wird das Hilfswerk genannt und je zwei Mal Firmen oder andere Anbieter.

FRAGENGRUPPE 4

Anbieten und teilnehmen an Aktivitäten ?

Abgefragt wurden folgende Aktivitäten

Märchen vorlesen, Bastelrunde mit Kindern, Nachhilfe geben, Kuchen backen, alte Rezepte aufschreiben, Erinnerungen erzählen, Fotoausstellung gestalten, Besuchsdienst machen, Stammtisch (Kaffeerunde) Wanderungen organisieren, Lesungen organisieren, Tanzabende gestalten, Theaterbesuche organisieren, Diskussionsrunden über wichtige Themen einladen, handwerkliche Hilfe anbieten, Ausflüge und Reisen organisieren/teilnehmen, Sonstiges

- 32% der Befragten führen eine oder mehrere der genannten Aktivitäten schon privat durch, die Hälfte davon eine Aktivität
- Nur vier Personen führen im Rahmen von Vereinen Aktivitäten durch.
- 42% der Befragten wollen weder eine der genannten Aktivitäten anbieten noch wollen sie teilnehmen
- 55% der Befragten hätten ein Interesse, an mindestens einer der genannten Aktivitäten teilzunehmen

„Das Ergebnisse dieser Befragung – insbesondere die Ergebnisse der Fragengruppe 3 und 4 – sind für uns im Seniorenbund Mauerbach weiterhin Ansporn, aber auch Auftrag, den von uns eingeschlagenen Weg in jener Weise fortzusetzen, um den Wünschen insbesondere unserer älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger gerecht zu werden“, so der vom Seniorenbund Mauerbach in den G-21 Arbeitskreis „Soziale Entwicklung“ entsandte Peter Geis.

– AKTIV – VITAL – FRÖHLICH – GESELLIG – UNTERNEHMUNGSLUSTIG – FIT – INTERESSIERT –

das Leben kann so schön sein

Seniorenbund Mauerbach



Programmorschau Juli-September

Donnerstag, 8. August 2013 – Seefestspiele Mörbisch – „Der Bettelstudent“

Abfahrt: Postgarage Mauerbach 14.30 Uhr, Zustiegmöglichkeit bei allen Haltestellen in Richtung Wien
Voraussichtliche Ankunft in Mauerbach ca. 01.00 Uhr
Kartenpreis Kategorie 5: € 55,00
Zuzüglich Kosten für den Bus: Mitglieder € 21,00, Gäste € 24,00



Nur noch Restkarten vorhanden, rasche Anmeldung erforderlich!

Mittwoch, 28. August 2013 – „Das Wandern ist des Müllers Lust“ - Seniorennachmittag

Gemeinsam wandern wir zum beliebten Ausflugsziel „Toiflhütte“. Mittags erwartet uns dort ein Schweinsbraten aus dem Holzofen. Nach Kaffee und Kuchen geht es wieder zurück nach Mauerbach.

Den Teilnehmern stehen 3 Möglichkeiten der Anreise zur Verfügung.

Für ganz Sportliche: Zu Fuß von Mauerbach weg. Treffpunkt: Pizzeria Mia Bella 10.00 Uhr

Für weniger Geübte: Zu Fuß über die Forststraße. Treffpunkt: Parkplatz Tullnerstraße 12.00 Uhr

Für jene Personen, die nicht gehfähig sind, gibt es die Möglichkeit, mit dem Auto direkt zur Toiflhütte zu fahren. Treffpunkt 12.30 Uhr Gasthaus Toiflhütte, 3400 Klosterneuburg, Toiflhütte 21. Fahrdienst wird organisiert!

LIVE MUSIK



Anmeldung bis 15.08.2013 erforderlich!

Mittwoch, 4. September, 2013 – Burg Clam, Stift Ardagger

Früher eine unbezwingbare Festung, heute ein unvergessliches Erlebnis. Das Einzigartige an der Burg Clam ist, dass es sich nicht um ein Museum im herkömmlichen Sinn handelt, sondern vielmehr um einen bewohnte und voll möblierte mittelalterliche Burg.

Unter dem gotischen Kellergewölbe der Burg Clam beginnen wir unsere Führung mit einer Kostprobe des "Gräflisch Clam'schen Burgbräus". Danach besichtigen wir gestärkt die Burg. Dauer ca. 70 min. Das Mittagessen nehmen wir in der Burgschenke im Meierhof ein. Anschließend wandern wir gemütlich durch die Klammenschlucht auf den Spuren des schwedischen Dramatikers August Strindberg.

Weiter geht es zum Stift Ardagger: Die Stiftskirche ist der hl. Margareta geweiht und wurde im 2. Viertel des 13. Jahrhunderts umgebaut. Die Kirche mit erhöhtem Chor und darunterliegender Krypta zeigt heute eine barocke Stuckausstattung. Das Margaretenfenster (1230-40) ist die älteste figürliche Glasmalerei Österreichs. Der Kirchturm wurde 1780 anstelle eines nicht fertig gestellten Doppelturmes erbaut und musste 1804 neu errichtet werden.

Dieser Ausflug findet unter fachkundiger Führung von Frau Mag. Ursula Debera statt.

Auf der Heimfahrt lassen wir den Tag bei dem uns schon bekannten Heurigen Hauer in Hauersdorf gemütlich ausklingen.

Abfahrt: Postgarage Mauerbach 07.45 Uhr, Zustiegmöglichkeit bei allen Haltestellen in Richtung Wien
Kosten für Bus, Reiseleitung, Eintritte und Heurigenbuffet: Mitglieder € 48,00, Gäste € 50,00



Anmeldung erforderlich!

– AKTIV – VITAL – FRÖHLICH – GESELLIG – UNTERNEHMUNGSLUSTIG – FIT – INTERESSIERT –

Mittwoch, 11. September 2013 – Frauenwerkstatt - Perlenkurs

Information, Anmeldung und Materialbestellung bei: Monika Fortmüller, Tel.: 0676/34 21 409

Kursort: Gasthaus Ungler, Kurszeit: 15.00 – 17.30 Uhr

Montag, 16. September 2013 – Schallaburg

Die farben-prächtige Ausstellung "**Das Indien der Maharadschas**" holt eine orientalische Welt auf die Schallaburg. Der Duft exotischer Gewürze, Tanzvorführungen, Musik und orientalische Erzählkunst lassen die BesucherInnen Indien mit allen Sinnen erleben. „Das Indien der Maharadschas“ spannt den zeitlichen Bogen vom 16. bis ins 20. Jahrhundert. Neben historischen Streifzügen können die Gäste der Schallaburg in die Lebenswelten der indischen Fürsten eintauchen: Religion, Paläste und ihre Gärten, Prozessionen, das höfische Leben oder die Jagdleidenschaft von Franz Ferdinand bei seiner Indien-Reise sind nur einige der Themen.

Beim Heurigen in Krustetten lassen wir bei einem Glaserl Wein den Tag ausklingen.

Abfahrt: Postgarage Mauerbach 12.30 Uhr, Zustiegemöglichkeit bei allen Haltestellen in Richtung Wien
Kosten für Bus, Eintritt und Führung: Mitglieder € 30,00, Gäste € 32,00



Anmeldung erforderlich!

Mittwoch, 18. September, 2013 – Frauenwerkstatt

Gemeinsam unternehmen wir eine Einkaufsfahrt zum „Müller“ nach Kritzendorf.

Abfahrt um 15.00 Uhr beim Parkplatz Postgarage. Mitfahrgelegenheit!



Anmeldung erforderlich!

Montag, 23. – Freitag 27. September, 2013 – Friaul/Grado/Triest/Istrien

Studienreise unter der Leitung von Kunsthistoriker Prof. Gerhard Ederndorfer



Ausgebucht!

Mittwoch, 25. September 2013 – Seniorennachmittag im Gasthaus Ungler ab 15.00 Uhr

Gemütliches Plaudern bei Kaffee und Kuchen im Gasthaus Ungler ab 15.00 Uhr.

Dienstag, 8. – Freitag, 11. Oktober 2013 – Studienreise Venedig II

1. Tag: Anreise nach Venedig. Am Abend eventuell Messe im Markusdom.

2. Tag: Die **Brentakanalfahrt** beginnt mit der Fahrt durch die Schleuse von Moranzani. Die verschiedenen vom Fluss aus sichtbaren Villen, darunter die Villa „La Malcontenta“, werden dabei erläutert. Wir machen einen Stopp in Malcontenta bei der Villa Foscari. Durch Dörfer und Drehbrücken geht die Fahrt weiter durch die Schleuse von Mira und die Schleuse von Dolo.

3. Tag: Vormittag besuchen wir die **Friedhofsinsel**. Der berühmte Friedhof San Michele liegt auf einer Insel in der Lagune zwischen Venedig und Murano, am Nachmittag Führung im **Teatro la Fenice**.

4. Tag: Rückfahrt nach Mauerbach mit Stopp in San Daniele del Friuli und Besichtigung der Antoniuskirche.

Das detaillierte Programm geht Ihnen nach Anmeldung zu.



Die Reise findet unter Leitung des Kunsthistorikers Prof. Gerhard Ederndorfer statt.

Kosten für Bus, Nächtigungen mit Frühstück im Doppelzimmer (Einzelzimmer plus € 80,00) alle Eintritte und Führungen: Mitglieder € 550,00 Gäste 565,00



Restplätze sind noch vorhanden, bei Interesse bitte um rasche Anmeldung!

– AKTIV – VITAL – FRÖHLICH – GESELLIG – UNTERNEHMUNGSLUSTIG – FIT – INTERESSIERT –

Herzlich willkommen



In der steiermärkischen Gemeinde Kleinsölk liegt auf 1.350m die Putzentalm. In dem malerischen Talkessel mit seinen unzähligen Wildbächen und Wasserfällen steht die **Ringdorfer Hütte**, die von mir und meinem Mann in der Zeit von **30. Juni bis 2. August 2013** bewirtschaftet wird.



Wir freuen uns über jeden Besuch!
Rosa und Alfred Pitterle

Informationen und Wegbeschreibung finden Sie auf www.sbmb.at – Klubnachrichten – Alm

Einen erholsamen Sommer wünscht Ihnen der
Seniorenbund Mauerbach

Gansl-Essen auf der Mostalm
Donnerstag, 14. November 2013

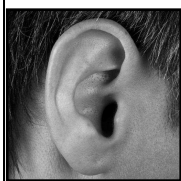


Auch der Seniorenbund geht auf Urlaub! Wir sind daher von Mitte bis Ende Juli telefonisch nicht erreichbar.
Anmeldungen für Ausflüge in dieser Zeit bitte per Mail
rosa.pitterle@chello.at b.schreiblehner@gmx.at

Auskunft und Anmeldung für alle Veranstaltungen:

Seniorenbund Mauerbach
Rosa Pitterle Tel.: 0664/35 00 150
Bruno Schreiblehner Tel.: 0676/46 51 494

A-3001 Hauptstraße 256/3
E-Mail: rosa.pitterle@chello.at
E-Mail: b.schreiblehner@gmx.at



Immer ein offenes Ohr für Ihre Anliegen
0664/35 00 150

Impressum: Seniorenbund Mauerbach
p.A. Hauptstraße 256/3, A-3001 Mauerbach
Für den Inhalt verantwortlich: Obfrau Rosa Pitterle
E-mail: rosa.pitterle@chello.at
Digitaldruck Leobersdorf



– AKTIV – VITAL – FRÖHLICH – GESELLIG – UNTERNEHMUNGSLUSTIG – FIT – INTERESSIERT –