

Altenberg, am 27. Juni 2022

# Einladung

zum traditionellen

# Grillfest

am Mittwoch, 13. Juli 2022

beim Wirt z'Bairing um 12 Uhr

im Freien, bei Schlechtwetter im Saal

Es werden wieder köstliche Speisen wie Schopf, Bauch, Käsekrainer und Bratwürstel gegrillt. Dazu gibt es Getränke vom Wirt. Weiters werden einige unserer Damen gebackene Mäuse und Polsterzipfe backen. Karoline Mühlberger wird uns wieder musikalisch unterhalten.



*Wir freuen uns schon auf einen gemütlichen Nachmittag.*

## Liebes Mitglied des Seniorenbundes Altenberg!

Die Mitglieder des Seniorenbundes sind sehr bemüht, ihr Lebensumfeld selbst aktiv und gut zu gestalten. Sie nehmen gerne an Veranstaltungen teil und bringen sich in den Familien recht gut und umfassend ein. Lebensziel ist es, eigenständig das Leben und das Umfeld zu gestalten. Gerade in der jetzigen Zeit gibt es so manche Sorgen und Unsicherheiten, die uns alle beunruhigen. Wir müssen auch Teuerungen bei den Lebenshaltungskosten hinnehmen, die manchen von uns Schwierigkeiten bereiten.

## Sozialer Sprechtag

Der Seniorenbund Altenberg bietet seinen Mitgliedern einen besonderen Service an: Es gibt am **Donnerstag, 7. Juli 2022 von 8:30 bis 12:00 Uhr** im Haus der Gesundheit (ehemaliges Amtshaus) einen **Sprechtag der Sozialberatung** bei Frau Daniela Kukacka. Bei dieser Gelegenheit haben Sie die Möglichkeit, sich über die verschiedensten sozialen Belange (z.B. Einstufungen, Pflegegeld, Befreiungen z.B. Rezeptgebühr, Anträge für Sozialleistungen usw.) zu informieren.

Im Rot-Kreuz **Sozialmarkt Gallneukirchen** gibt es eine um ein vielfaches begünstigte Einkaufsmöglichkeit Lebensmittel, für jene die es finanziell schwer haben, zu kaufen. Dafür ist eine Berechtigungskarte notwendig. Die Richtlinien dafür sind ein Haushaltseinkommen bei einem 1-Personenhaushalt von unter 1.200,- Euro und bei einem 2-Personenhaushalt von unter 1.700,- Euro, wobei sich der Wert je unversorgtem Kind um 300,- Euro erhöht. Das wöchentliche Einkaufslimit beträgt im Sozialmarkt 30,- Euro. Die Einkaufsberechtigung kann bei den **Sozialberatungsstellen im Bezirk** beantragt werden. Mitzubringen sind Einkommensnachweise und eine Meldebestätigung.

Bei uns ist die nächstgelegene Beratungsstelle in Engerwitzdorf – Bezirksseniorenheim Treffling, Frau Daniela Kukacka.

Frau Kukacka ist unter der Tel. 07235 50430-41 oder 0664/885 14 368 erreichbar und nimmt sich gerne um ihr Anliegen an.

Ich stehe Ihnen als Obmann gerne für Wünsche und Anregungen zur Verfügung und freue mich, wenn unser Programm Informationen und Anregungen für Ihre Freizeitgestaltung bringt und Ihren Alltag verschönert. Selbstverständlich freue ich mich auch, wenn ich vielleicht auch mit dem einen oder anderen Rat helfen kann.

Mit freundlichen Grüßen  
euer Obmann  
Ferdinand Kaineder

### Muttertagsfeier des Seniorenbundes Altenberg

Etwa 100 Personen folgten der Einladung zur Muttertagsfeier am Freitag, 6. Mai ins Gasthaus Prangl. Obmann Ferdinand Kaineder empfing die Besucher und überreichte jeder Dame eine Rose zum Muttertag. Alle Anwesenden durften sich bei selbstgemachten Mehlspeisen reichlich bedienen. Die „Brautstehla Musi“ spielte einige Stücke zur Einstimmung. Alte und neue Lieder wurden vom



„Rosenknopf Trio“ dargebracht, die auch zum Mitsingen anregten. Großen Applaus bekamen die Kinderschuhplattler für ihre flotten Plattlereinlagen. Leo Hirtenlehner führte durchs Programm und zauberte mit seinen Mundartgedichten vielen ein Lächeln ins Gesicht.

### Der Seniorenbund Altenberg zu Besuch in der alten Kaiserstadt Opatija

Unser Reiseleiter Anton Aichberger fuhr mit 31 Mitglieder von 10. bis 13. Mai 2022 nach Opatija, Kroatien. Sie besichtigten das Städtchen Rovinj auf der Westküste von Istrien und die in der Nähe liegende „Kleinste Stadt der Welt“ – Hum, mit nur 28 Einwohnern. Der Höhepunkt war am dritten Tag die geführte, 3-stündige Wanderung durch den Nationalpark Plitvicer Seen mit den spektakulären Wasserfällen und der unendlichen Vielfalt an Pflanzen und Tieren. Auf der Heimfahrt am 4. Tag besuchten sie Laibach - die sehr sehenswerte Landeshauptstadt von Slowenien.



### E-Bike Fahrsicherheitstraining fand bei 60+ großes Interesse

E-Bikes sind gerade für Senioren sehr gut geeignet, Mobilität mit moderater Bewegung zu verbinden. Wichtig ist aber, die Unfallgefahr zu verringern, daher bietet der OÖ Seniorenbund E-Bike Kurse an. Am Freitag, 20. Mai trafen sich 14 radbegeisterte Altenberger am Sportplatz in Altenberg. Sie erhielten von Bernhard Huber, Fa. „bike-Expert“ aus Windischgarsten, viele Informationen über die Praktiken und Fahrweise eines E-Bikes. Er begutachtete die mitgebrachten E-Bikes und korrigierte einige Mängel wie z.B. Sitzhöhe, Stellung der Balance, ... Herr Huber hatte einige E-Bikes zum Ausprobieren mit für alle, die sich ein neues Fahrrad kaufen wollen. Er gab auch wichtige Tipps, die man schon vor dem Kauf beachten soll.



## Von der Wiese auf den Teller – Kochen mit unseren Schätzen aus der Natur

Organisiert von der Bildungsreferentin Anneliese Obermüller trafen sich am Pfingstdienstag 14 Damen mit der Kräuterexpertin Frau Margit Ehrenmüller. Gemeinsam sammelten sie fast ALLES, was so auf der Wiese wächst und blüht, bekannte, wie auch viele unbekannte Pflanzen, die anschließend von Frau Ehrenmüller erklärt und aussortiert wurden. Gleich haben wir uns zwei Drinks gemixt und ausprobiert.



Mit vollen Körben essbarem Grünem wechselten wir dann

in die Schulküche, wo daraus ein g'schmackiges Kräutermenü gekocht wurde:

Kräuterschaumsüppchen, Kräutertopfenpralinen auf Wildkräuter-Blütensalat, Brennnessel-Käseleibchen, Gierschauflauf mit Schafgarben-Karotten-Gemüse, Pizzakranz mit Wildkräuterpesto. Als krönenden Abschluss gab es gebackene Hollerstrauben auf Joghurt-Blüten-Mousse. Alle Teilnehmer waren sehr erstaunt und begeistert, welche herrliche Speisen man aus der Natur zubereiten kann.

Ein großer Dank gilt der Amtsleiterin Frau Birgit Zimmermann und der Vize-Bürgermeisterin Frau Anni Schinagl für die tatkräftige Unterstützung im Haus der Gesundheit, sowie auch der Schulküche bei diesem Kochnachmittag.

## Ausflug an den steirische Bodensee und die Lodenwalke in der Ramsau

Bei herrlichem Wetter nahmen am 14. Juni zahlreiche Mitglieder unter der Reiseleitung von Inge Hintringer an diesem informativen Ausflug teil.

Interessant war die Verarbeitung von Schafwolle zu Loden. Dabei sind einige Arbeitsschritte nötig, bis der Faden eine entsprechende Festigkeit hat, um zu Stoff verarbeitet werden zu können. Die weitere Verarbeitung bis zum fertigen Kleidungsstück bedeutet wiederum Einiges an Maschinen- und Handarbeit.



So manche Betrachtung und Anprobe eines Kleidungsstückes zeigte die gute Qualität und Verarbeitung. Somit wechselten gleich einige Stücke den Besitzer.

Begeistert zu genießen war die herrliche Gebirgslandschaft mit dem Dachstein, von dem sogar das Gipfelkreuz zu sehen war und daneben der Grimming mit seiner Erhebung im Tal. Mit dem Bus dahingleiten ist ein angenehmes Gefühl. Eine große Bereicherung war, dass uns als Chauffeur Ernst Hintringer diente und die Gegend gut erläuterte, wobei er uns auf so manche Sehenswürdigkeit aufmerksam machte.

Der Steirische Bodensee lud zu einem Rundgang ein, bei dem die Stimmung des Gebirges und die angenehme Waldluft zu genießen war. Ein schöner Ausflug, den manche bei herrlichem Sommerwetter im Gastgarten ausklingen ließen.



## 10 Jahre Seniorentanz Altenberg

Im Jahre 2012 haben wir in Altenberg mit 25 Personen Seniorentanz im Seniorenbund begonnen. Inzwischen ist die Gruppe auf 35 bis 40 Personen gewachsen.

In diesen 10 Jahren hat sich die Gruppe meist zwischen September und Ostern wöchentlich für 2 Stunden getroffen um Körper, Geist und Seele zu trainieren.

Auch unserer Gruppe hat die Pandemie etwas zugesetzt und daher haben wir mit sehr großer Freude am 21. Juni diese 10 Jahre gefeiert.

Mit Partner und Freunde sind wir zu den Kittenberger Erlebnisgärten nach Schiltern gefahren, wo wir in der Gartenarena unsere Tänze zum Besten gaben. Auf einer Fläche von über 60.000 m<sup>2</sup> befinden sich 50 Themengärten, wie z.B. Wohlfühlgarten, Beerengarten, Schachbrettgarten mit bunter, üppiger Blütenbracht wie derzeit die wunderschönen Rosengärten. Bei einem Wachauer Heurigen ließen wir diesen gemütlichen Tag ausklingen.



*Anneliese Obermüller, Seniorentanzleiterin*

---

## *Was tut sich demnächst?*

---

### Kulturfahrt mit den Enkeln

Die Burgfestspiele Reichenau bieten heuer **Heidi (Kinderstück)**, von Johanna Spyri in einer Fassung von Jan Bodinus, Regie: Andrea Schnitt.

In einer auch für kleine Ensembles gut umsetzbaren Fassung erzählt Jan Bodinus die berühmte Geschichte der kleinen Heidi, die das Herz des ruppigen Alm-Öhi erweicht.

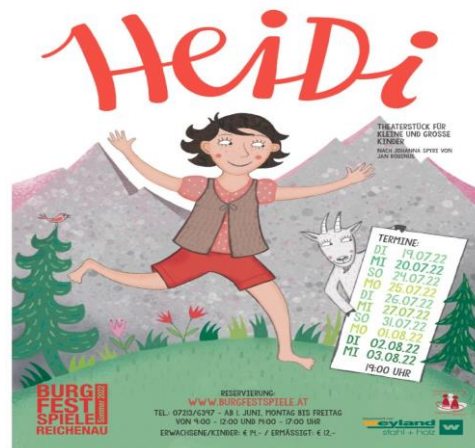
Wir haben 30 Karten für die Vorstellung am **Mittwoch, 3.8. um 19.00 Uhr** bestellt (es gibt keine Nachmittagsvorstellung, aber es sind Ferien und die Aufführung ist einfach stimmiger am Abend).

Preis für eine Karte, egal ob Kind oder Erwachsene: **€ 14,-** (OÖ -Nachrichtencard abzügl. € 2,-)

Die Karten sind beim Eingang auf Seniorenbund Altenberg reserviert. Bitte spätestens 20 min vor der Vorstellung abholen und bezahlen.

Ich bitte aber trotzdem um **Anmeldung bei Anneliese Obermüller** 07230/7210 oder 0664 4635640, damit wir die Anzahl der bestellten Karten eine Woche vorher noch ändern oder nicht benötigte Karten retournieren können.

Wir treffen uns um 18 Uhr am Kirchenplatz in Altenberg um ev. Fahrgemeinschaften zu bilden.



---

## Pilgerfahrten

---

### **Wallfahrt nach Maria Kirchentäl („Pinzgauer Dom“) in St. Martin bei Lofer und Mattsee:**

**Termin: Dienstag, 30. August 2022. Abfahrt 7:00 Uhr Marktplatz Altenberg**

*Zur Erinnerung - es sind noch Plätze frei*

Von Altenberg geht es über Salzburg in den beliebten Wallfahrtsort Maria Kirchentäl. Dieser Wallfahrtsort zählt neben Maria Plain zu den beliebtesten Wallfahrtsorten Salzburgs.

Um 10:00 Uhr feiern wir die Wallfahrtsmesse in der Kirche. Nach dem Mittagessen fahren wir an den Mattsee, wo wir die Andacht feiern. Nach der Einkehr treten wir die Rückfahrt an. Die Rückkunft wird um ca. 19:00 Uhr sein.

Preis: € 35.- pro Person

**Anmeldung** bei der Reisereferentin Inge Hintringer, Tel. 7230 8128, oder 0664 / 7358 8135



### **Bundeswallfahrt nach Wien in den Stephansdom**

In diesem Jahr findet die Bundeswallfahrt des Seniorenbundes mit Kardinal Schönborn am 14. September in der Bundeshauptstadt im Wiener Stephansdom statt.

Auch seitens des OÖ Seniorenbundes werden Busse organisiert.

Zur Abstimmung mit dem OÖSB bitte um Anmeldung bei Ferdinand Kaineder, Tel 07230 7404, oder 0664 / 3534 164, oder [ferdinand.kaineder@aon.at](mailto:ferdinand.kaineder@aon.at)



Leo Mörtinger  
Schriftführer

Ferdinand Kaineder  
Obmann

## Hier die Sammlung der derzeit bekannten Termine bis zum November

Termin	Veranstaltung	Zeit	Ort
01.07.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
03.07.2022	Knittelturnier (Schicho, Reichhör)	10:00 Uhr	Schenkenfelden
05.07.2022	Dolomitensteig bei Hinterstoder (Bergst.)	06:00 Uhr	Spar Parkplatz
07.07.2022	Sprechtag der Sozialberatung	08:30 Uhr	H.d.Gesundheit
08.07.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
13.07.2022	Grillfest beim Wirt z'Bairing	12:00 Uhr	Wirt z'Bairing
13.07.2022	Europarunde Tschechien (Radfahrer)	08:00 Uhr	Spar Parkplatz
14.07.2022	Kefermarkt-K40 (Neumarkterweg) (Wander)	08:00 Uhr	Spar Parkplatz
14.07.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
15.07.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
21.07.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
22.07.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
26.07.2022	Rundweg Wörschachklamm (Bergsteiger)	06:00 Uhr	Spar Parkplatz
27.07.2022	Steyrtal Radrunde (Radfahrer)	08:00 Uhr	Spar Parkplatz
28.07.2022	Pregarten (Waldluftbadeweg) (Wanderer)	08:00 Uhr	Spar Parkplatz
28.07.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
29.07.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
03.08.2022	Kulturfahrt mit Enkerl zur Heidi (Reichenau)	18:00 Uhr	Kirchenplatz
04.08.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
05.08.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
10.08.2022	Entdeckungstour Bier und Brot Aigen (Rad)	08:00 Uhr	Spar Parkplatz
11.08.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
11.08.2022	Burgstallweg, St.Georgen/Walde (Wand.)	07:00 Uhr	Spar Parkplatz
12.08.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
16.08.2022	Warscheneck / Rote Wand (Bergsteiger)	06:30 Uhr	Spar Parkplatz
18.08.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
19.08.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
24.08.2022	Eine Runde an den Attersee (Rad)	08:00 Uhr	Spar Parkplatz
25.08.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
25.08.2022	Mardetschlag Runde, Windhaag (Wand.)	07:30 Uhr	Spar Parkplatz
26.08.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
30.08.2022	Wallfahrt nach Maria Kirchenttal	07:00 Uhr	Marktplatz
01.09.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
02.09.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
06.09.2022	Brunnkogel / Schafluckensteig (Bergst.)	06:00 Uhr	Spar Parkplatz
07.09.2022	Falkenhofradroute 947, St. Leonhard (Rad)	09:00 Uhr	Spar Parkplatz
08.09.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
08.09.2022	Stampfentalweg, St. Oswald (Wand.)	07:30 Uhr	Spar Parkplatz
09.09.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
12.09.2022	Kegeln	14:00 Uhr	Gh. Lüftner
14.09.2022	Bundeswallfahrt in den Stephansdom	?	?
15.09.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
16.09.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle

gesamter Jahreskalender auf unserer Homepage unter <https://altenberg-bei-linz.ooe-seniorenbund.at/de/veranstaltungen/>

## Veranstaltungskalender der SB Ortsgruppe Altenberg

## Veranstaltungskalender der SB Ortsgruppe Altenberg

Termin	Veranstaltung	Zeit	Ort
21.09.2022	Abschluss Radrunde ab Altenberg (Rad)	09:30 Uhr	Spar Parkplatz
21.09.2022	Tanzen	09:00 Uhr	GH Prangl
22.09.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
22.09.2022	Schaunberg Runde (Wanderer)	07:30 Uhr	Spar Parkplatz
23.09.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
26.09.2022	Kegeln	14:00 Uhr	Gh. Lüftner
27.09.2022	Gleinkersee- Seespitz - Dümlerhütte (Berg.)	07:00 Uhr	Spar Parkplatz
28.09.2022	Tanzen	09:00 Uhr	GH Prangl
29.09.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
30.09.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
1. - 4.10.	Landeskulturreise Venedig	06:30 Uhr	noch offen
05.10.2022	Tanzen	09:00 Uhr	GH Prangl
06.10.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
06.10.2022	Engerwitzdorf Runde (Wanderer)	08:00 Uhr	Spar Parkplatz
07.10.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
10.10.2022	Kegeln	14:00 Uhr	Gh. Lüftner
12.10.2022	Tanzen	09:00 Uhr	GH Prangl
13.10.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
14.10.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
18.10.2022	Katzenstein (kl. Bruder v. Traunstein)(Berg.)	07:00 Uhr	Spar Parkplatz
19.10.2022	Tanzen	09:00 Uhr	GH Prangl
20.10.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
20.10.2022	Abschlusswanderung (Wanderer)	09:00 Uhr	Spar Parkplatz
21.10.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
24. - 25.10	Herbstreise „Wien einmal etwas anders“	06:30 Uhr	Marktplatz
24.10.2022	Kegeln	14:00 Uhr	Gh. Lüftner
27.10.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
28.10.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
02.11.2022	Tanzen	09:00 Uhr	GH Prangl
03.11.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
04.11.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
07.11.2022	Kegeln	14:00 Uhr	Gh. Lüftner
09.11.2022	Tanzen	09:00 Uhr	GH Prangl
10.11.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
11.11.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
16.11.2022	Tanzen	09:00 Uhr	GH Prangl
17.11.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
18.11.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
21.11.2022	Kegeln	14:00 Uhr	Gh. Lüftner
23.11.2022	Tanzen	09:00 Uhr	GH Prangl
24.11.2022	Stammtisch nach der Messe	09:00 Uhr	Podium
25.11.2022	Stockschießen	13:00 Uhr	Stockhalle
26.11.2022	Adventsingen Musiktheater	12:00 Uhr	Marktplatz
30.11.2022	Tanzen	09:00 Uhr	GH Prangl