DER EXPRESS

Ausgabe 3 / 79 – September 2018

V SENIORENBUND

www.mitdabei.at

PENSIONSERHÖHUNG 2019 SEITE 7

S´LÄNDLE TANZT IN DEN HERBST — KOMM VORBEI!

SEITE 23

LANDESWANDERTAG

SEITE 14

ADVENTREISE BRIXEN

SEITE 17

BERGTOUREN HERBST

SEITE 13

„Der Express“ • Österreichische Post AG | Sponsoring Post • 16Z040664 S
Absender: Vorarlberger Seniorenbund, Schulgasse 36, 6850 Dornbirn

DVR 1019533 • Retouren an Postfach 555, 1008 Wien, Nr. 3/2018

AKTUELLES

3
LANDESOBMANN WERNER HUBER
„HEISS WAR´S IM SOMMER“

4
ÖSB-PRÄSIDENTIN INGRID KOROSEC
„ERWACHSENENSCHUTZ-GESETZ“

5
LH MARKUS WALLNER:
„FLÜCHTLINGSQUARTIERE“

7
BUNDESKANZLER SEBASTIAN KURZ
„PENSIONSERHÖHUNG 2019“

VERANSTALTUNGEN, INFOS UND TERMINE

9
PANFLÖTEN-HERBSTKURS

12
AUS PIAS WITZKISTE

13
BERGTOUREN HERBST 2018

14
RÜCKBLICK LANDESWANDERTAG

17
REISEN: ADVENTREISE BRIXEN

18
REISEN: AKTIVREISE 2019 – INSEL KOS

20
SPRACH- UND COMPUTERKURSE

22
ONLINE-GEWINNSPIEL

23
S´ LÄNDLE TANZT

25
LINE DANCE HERBST-KURSE

27
RÜCKBLICK 18. RADSTERNFAHRT KOBLACH

29
SOZIALPROJEKT

SERVICE

30
SERVICE- UND BERATUNGSANGEBOTE

32
RÄTSEL- UND QUIZECKE

34
BEITRITTSERKLÄRUNG

35
LÜT VO HÜT

14

LANDESWANDERTAG RÜCKBLICK

ABMELDUNG VOM EXPRESS

Bei Doppelzusendungen, Sterbefällen oder Stornierungen informieren Sie uns bitte unter:
Tel: 05572 22548-10 von Mo – Fr von 8 – 12 Uhr
oder per E-Mail an: office@mitdabei.at

IMPRESSUM: Herausgeber/ Verleger: Vorarlberger Seniorenbund, Postfach 21, 6850 Dornbirn, Telefon 05572 22548, Telefax 05572 31310, E-Mail: franz.himmer@mitdabei.at, www.mitdabei.at, Redaktion: LGF Franz Himmer, Gestaltung: Monika Sturm Beyond design, Druck: Gössler Dornbirn

Liebe Seniorinnen und Senioren,

aBgm. LAbg. Werner Huber
Landesobmann

AKTIV FÜR ALLE SENIOREN

Heiß war's im Sommer, extrem heiß . . .

Dieser Sommer hat uns gezeigt, dass wir uns sehr wohl auf die Natur und ihre Gesetzmäßigkeiten einlassen müssen. Es hat im Laufe der Geschichte immer wieder Heiß- und Kaltzeiten gegeben, allerdings gingen die klimatischen Veränderungen nicht so rasend schnell vonstatten. Auch wir von der älteren Generation sollten uns Gedanken über diese Entwicklung machen, denn spätestens unsere Enkel werden sich auf neue Umgebungsverhältnisse und damit auch veränderte Lebensgewohnheiten einstellen müssen.

Es hat sich auch gezeigt wie wertvoll unser „Bodenschatz“ Wasser ist. Wasser ist Leben. Speziell im Rheintal und im Walgau sind die Wiesen buchstäblich vertrocknet und in einigen Gemeinden wurde sogar das Trinkwasser knapp. Gehen wir mit diesem wertvollen Gut behutsam und bewusst um.

Pensionssplitting

Genauso ein Zukunftsthema ist das Pensionssplitting. Es wäre auch jetzt schon möglich, dass Eltern für Zeiten der Kindererziehung ein freiwilliges Pensionssplitting vereinbaren. Der erwerbstätige Elternteil kann Teile seiner Pensionskonto-Gutschrift an den Erziehenden übertragen. Damit soll der durch die Kindererziehung entstehende finanzielle Pensionsverlust zumindest teilweise reduziert werden. Von dieser Möglichkeit wird allerdings kaum Gebrauch gemacht. Ein automatisches Pensionssplitting hat also durchaus seine Rechtfertigung und sollte vertieft diskutiert werden. Meist sind es die Frauen die die Kindererziehung leisten und darüber hinaus auch familiäre Pflegeleistungen erbringen und dadurch bei der Pension zu kurz kommen.

Pensionserhöhung 2019 ist vorbereitet

Erfreulich ist der Beschluss der Bundesregierung, die Pensionen mit Jänner 2019 doch recht gut anzupassen. Dass die Erhöhung für die unteren Stufen prozentuell höher ausfällt ist richtig und sozial absolut gerechtfertigt. 70 % der österreichischen Pensionistinnen und Pensionisten erhalten monatlich weniger als 1.500 Euro brutto. Grundsätzlich ist eine Pensionsanpassung, die sich am allgemeinen Wohlstandszuwachs und der Inflationsrate orientiert, anzustreben. Leider ist der für die jeweilige Pensionsanpassung entscheidende Index nicht „altersgerecht“ abgestimmt: Medikamente, Pflege- und Betreuungsleistungen werden kaum berücksichtigt, dass Städtereisen viel günstiger sind als 2017 spielt hingegen für die meisten Seniorinnen und Senioren keine allzu große Rolle.

Ich bin auch der Meinung, dass etwas höhere Pensionen ihren Wert behalten und daher auch immer wieder entsprechend angepasst werden sollen, schließlich wurden auch diese Pensionsleistungen durch entsprechend höhere Beiträge rechtmäßig erworben – sogenannte „Luxuspensionen“ sind damit selbstverständlich nicht gemeint.

Geselligkeit wirkt Wunder

Wir vom Seniorenbund sehen uns in vielerlei Hinsicht als Interessensvertretung. Großes Interesse haben wir daher auch am Wohlbefinden der älteren Menschen. Zum Wohlbefinden leistet die Geselligkeit einen enorm wichtigen und positiven Beitrag. Schöne Erlebnisse und gesellige Stunden können so manche Sorge erträglicher machen. Die Veranstaltungen und Aktivitäten der rührigen Ortsgruppen und unserer Landesorganisation leisten erfreuliche Beiträge im Alltag und tragen auch zur Fitness und zur Erhaltung der Lebensfreude bis ins hohe Alter bei.

Ich wünsche allen einen schönen Herbst!

Werner Huber, Landesobmann

Liebe Seniorinnen und Senioren!

LAbg. Ingrid Korosec
ÖSB-Bundesvorsitzende

Erwachsenenschutz-Gesetz!

Mehr Selbstbestimmung
Überforderte Menschen können ihren Vertreter selbst wählen und bestimmen, wofür er zuständig ist.

Vier Arten der Vertretung:

Vorsorgevollmacht: Jeder kann als Vorsorge vermerken, wer bei Verlust der Entscheidungsfähigkeit die Vertretung übernimmt. Wird vor dem Notar, Rechtsanwalt oder Erwachsenenschutz-Verein erstellt und in ein Register eingetragen!

Gewählte Vertretung (NEU): Wenn bereits ein Bedarfsfall eingetreten ist, kann man immer noch seine Vertretung wählen (geminderte Entscheidungsfähigkeit)! Vor Notar, Rechtsanwalt oder Erwachsenenschutz-Verein zu errichten. Eintragung in Vertretungsverzeichnis. Gültig auf unbestimmte Zeit.

DER SENIOREN-BUND SETZT SICH FÜR IHRE ANLIEGEN EIN

Gesetzliche Vertretung (bisher Vertretung durch nächste Angehörige): Vertretung muss vor Notar, Anwalt oder Verein errichtet und in das Vertretungsverzeichnis eingetragen werden. Unterliegt richterlicher Kontrolle! Endet nach spätestens 3 Jahren.

Gerichtliche Vertretung (bisherige Sachwalterschaft): Auf bestimmte Aufgaben beschränkt! Keine Vertretung mehr für alle Angelegenheiten! Die oft gefürchtete „komplette Entmündigung" kann es nicht mehr geben. Angehörige müssen gehört werden! Neu ist auch ein Ablaufdatum: Endet mit Beendigung der Aufgabe, spätestens nach 3 Jahren! Soll nur das allerletzte Mittel sein!

Lesen Sie weitere Details auf Seite 11.

Präsidentin Österreichischer Seniorenbund
E-Mail: ikorosec@seniorenbund.at

HÖRATELIER
FACHGESCHÄFT FÜR HÖRAKUSTIK

Testen Sie die Weltneuheit von Signia kostenfrei bei Höratelier!

signia
Life sounds brilliant.

NATUR ALS VORBILD.
Die eleganten Hörgeräte von Signia bieten raffinierte Technik in kleinstem Design und sitzen dezent hinter oder in Ihren Ohren. Für ein Maximum an Komfort und Diskretion können die Hörgeräte via Smartphone ferngesteuert werden.

Testen Sie die Weltneuheit kostenfrei und erhalten Sie bei Höratelier Mathis:
- individuelle Beratung aus Meisterhand
- persönliche Hörprofilanalyse
- unverbindliches Probetragen der neuesten Hörgeräte
- diskrete und gemütliche Atmosphäre
- modernste Ausstattung
- Ratenkauf

Vereinbaren Sie noch heute Ihren Termin!

Höratelier Mathis e.U.
Klostergasse 2 · 6850 Dornbirn
office dornbirn · 3. OG
Tel.: 0676 / 65 35 810
E-Mail: mathis@hoeratelier.at

Sind Sie unzufrieden mit Ihren Hörgeräten? Dann lassen Sie uns gemeinsam eine Lösung finden. Ich begrüße Sie gerne in meinem Atelier!

„ALLE GROSSEN FLÜCHTLINGS-QUARTIERE MITTLERWEILE GESCHLOSSEN"

Nach dem starken Rückgang des Flüchtlingszustroms nach Vorarlberg wurden im Juli mit dem Haus Bildgasse und dem Haus Messe in Dornbirn die letzten beiden verbliebenen Großquartiere in Vorarlberg geschlossen. „Damit sind alle acht großen Quartiere in Vorarlberg endgültig geschlossen", so Landeshauptmann Markus Wallner.

Mit den großen Asylquartieren im Haus Bildgasse und dem Haus Messe in Dornbirn haben im Juli die siebte und achte große Unterkunft, in der Flüchtlinge betreut wurden, geschlossen. Aufgrund des geringen Zustroms von neuen Flüchtlingen ist es möglich geworden, alle acht großen Asylquartiere in Vorarlberg zu schließen. Der Anfang wurde mit dem Quartier in der Mehrerau gemacht. Darauf folgten Schließungen in Thüringen (90 Plätze), Feldkirch-Nofels (95 Plätze), Frastanz (65 Plätze) und weiteren Gemeinden. Bis heute sind auch von Seiten der Caritas mehr als 60 Klein- und Kleinstquartiere geschlossen worden.

„Die Lage in Sachen Unterbringung von Asylwerbenden hat sich deutlich entspannt", ist Wallner mit der Entwicklung zufrieden. Die Unterbringungsfrage habe Land und Gemeinden in den Jahren 2015 und 2016 vor eine große Herausforderung gestellt. „Damals haben wir versprochen, alle Quartiere auch wieder zu schließen. Mit dem Rückgang der Flüchtlingszahlen setzen wir dieses Versprechen jetzt konsequent um", so der Landeshauptmann weiter.

Mag. Markus Wallner, Landeshauptmann

Fokus auf Arbeitsmarktintegration von Bleibeberechtigten
Jetzt liege der Fokus darauf, die Bleibeberechtigten in Beschäftigung und Arbeit zu bringen, so Landeshauptmann Wallner. „Wir müssen alles dafür tun, dass Asylberechtigte die Sprache lernen, Qualifizierungsprogramme absolvieren und dann schnellstmöglich einen Job finden. Die Mindestsicherung ist kein Grundeinkommen und darf nicht zur Hängematte werden."

Die von vielen Seiten getragenen Bemühungen zahlen sich auch aus: Bei der Integration von Geflüchteten in den Arbeitsmarkt weist Vorarlberg erfreuliche Zahlen aus und die Vermittlungszahlen des AMS belegen die Aufnahmefähigkeit des Vorarlberger Arbeitsmarktes.

So hat die Zahl der unselbständig Beschäftigten aus den größten Flüchtlingsgruppen auf 1.894 zugelegt, das sind um 45,1 Prozent mehr als vor einem Jahr. „Die von Landesseite gemeinsam mit dem AMS Vorarlberg frühzeitig gesetzten Maßnahmen zur Förderung der Arbeitsmarktintegration von Flüchtlingen haben sich damit positiv ausgewirkt", zeigte sich Landeshauptmann Wallner zufrieden.
.

PENSIONS-ERHÖHUNG 2019

MEHR FAIRNESS FÜR UNSERE PENSIONISTEN

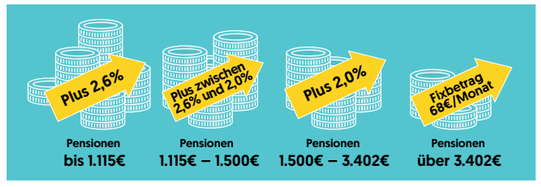
Wer sein Leben lang hart gearbeitet hat, hat es sich verdient, seinen Lebensabend in Würde zu verbringen. Die Bundesregierung hat daher beschlossen, dass die Pensionserhöhung 2019 deutlich höher ausfällt als in den vergangenen Jahren. Vor allem Bezieher kleiner und mittlerer Pensionen als Hauptbetroffene der aktuellen Preissteigerung werden profitieren.

AUF EINEN BLICK:

- Seit 2011 lag die Erhöhung der Pensionen im Schnitt unter der Inflation. 2019 wird sich dies ändern. Wir schaffen die stärkste Pensionserhöhung der vergangenen Jahre.
- Besonders für kleine und mittlere Pensionen liegt die Erhöhung deutlich über der Inflation von 2,0 %.

PENSIONSERHÖHUNG AB JÄNNER 2019 IM DETAIL:

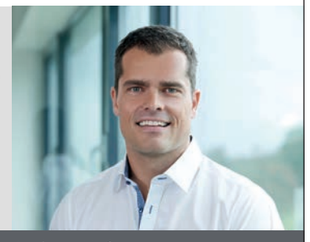
- Pensionen bis 1.115 Euro (mittlere ASVG-Pension): Erhöhung um 2,6 %. Davon profitiert mit rund 1,1 Millionen Personen rund die Hälfte aller Pensionisten.
- Pensionen von 1.115 Euro bis 1.500 Euro: Erhöhung zwischen 2,6 % und 2,0 %
- Pensionen von 1.500 Euro bis 3.402 Euro (ASVG-Höchstpension): Inflationsanpassung um 2,0%.
- Pension über 3.402 Euro: monatlichen Fixbetrag von 68 Euro.



NOCH EINMAL UMZIEHEN?
ODER DOCH NICHT?

andreas hofer
IMMOBILIEN

Zu großes Haus? Keine altersgerechte Wohnung? Unser
SORGLOS-ALTERSPAKET
ist ein Service für alle, die im Alter noch einmal Ihren Wohnsitz wechseln wollen. Wir begleiten Sie in 8 Schritten zum barrierefreien Eigenheim.



Machen Sie es **RICHTIG!**
Andreas Hofer Immobilien GmbH
Lustenau und Bregenz

T 05577 93080
www.aho-immobilien.at

Andreas Hofer
Ihr Immobilienpartner

„Wir haben eine große Auswahl an Polstermöbeln – von klassisch bis modern. Besuchen Sie unsere Ausstellung.“

Rudolf Breuss
Einrichtungsberater

WMUF.AT

SCHÖNER WOHNEN NACH MASS

WEILER MÖBEL

PLANUNG | MÖBELHAUS | TISCHLEREI
Herzogried 2, 6837 Weiler | T +43 5523 62115-0 | weilermoebel.at
Mo bis Fr 9.00 – 12.00 und 13.30 – 18.00 Uhr, Sa 9.00 – 16.00 Uhr

PANFLÖTENKURS HERBST

UNSER HIT

Die zweireihige Panflöte aus den Anden verzaubert die Menschen seit jeher mit ihrem weichen und intensiven Klang. Der Seniorenbund organisiert mit dem peruanischen Panflötenlehrer Jacinto Peralta wieder einen Panflötenkurs für Anfänger und Fortgeschrittene.

PANFLÖTENKURS FÜR ANFÄNGER
Beginn: Donnerstag, 4. Oktober 2018
Zeit: 14 – 16 Uhr

PANFLÖTENKURS FÜR FORTGESCHRITTENE
Beginn: Donnerstag, 4. Oktober 2018
Zeit: 16 – 18 Uhr

Kursort: Dornbirn – Pfarrzentrum St. Martin
10 Einheiten je 2 Unterrichtsstunden (50 Min.)
Weitere Termine: 11.10. I 18.10. I 25.10. I 8.11. I 15.11. I 22.11. I 29.11. I 6.12. I 13.12.2018

VORAUSSETZUNG FÜR KURSTEILNEHMER:
- Freude an der Musik
- Willen zu neuen Atemerfahrungen
- Notenkenntnisse sind nicht erforderlich

Kursbeitrag: **Mitglieder:** 130.– Euro
Nichtmitglieder: 160.– Euro
Kursinformation: Panflöten werden zur Verfügung gestellt (Leihgebühr 15 Euro)

Anmeldungen: GF Franz Himmer,
E-Mail: franz.himmer@mitdabei.at
Tel. 05572/22548, Fax: 05572/31310

Ameldungen sind verbindlich!

Raiffeisen Meine Bank

Raiffeisen & Immobilien

Wir bringen zusammen, was zusammen gehört.

– Verkäufer & Käufer
– Vermieter & Mieter
– Finanzierung & Förderung
– Bewertung & Sicherheit

immobilien@raiba.at, +43 5574 405-310,
www.raiffeisen-immobilien.at

Bmstr. H. Kapeller e.U.
allg. gerichtl. beeid. u.
zertif. Sachverständiger

Erfolgsbezogene Dienstleistung..

Beim Einsatz Ihres Vermögens profitieren Sie von unseren einzigartigen Leistungspaketen:

- besser verkaufen
- sparen beim Immobilienkauf
- vererben & erben
- Wohnrecht & Leibrente
- Vermieten & Mieten

Jetzt Beratungsgespräch vereinbaren, denn vergleichen macht sicher.

... beim regionalen Immobilien-Experten im Dreiländereck

EXACTING

EXACTING Sachverständige und Immobilien
Liechtensteiner Str. 76,
6800 Feldkirch
Tel. 0043 5522 – 77 420
www.exacting.at

seit 1979

Sie haben Fragen?

Was
ist meine Immobilie wert?

Wieviel
kann ich für die gebrauchte Wohnung verlangen?

Wie
verkaufe ich schnell und zum besten Preis?

Wo
biete ich mein Haus an?

RUFEN SIE AN: +43 664 88 79 13 40

Wir beraten Sie kompetent, kostenlos & unverbindlich.

immoteam7.at
die smarten makler

Fortsetzung von Seite 4.

Erwachsenenschutz-Gesetz!

– Qualitäts-Sicherung: Rechtsanwalt und Notare dürfen nicht mehr als 15 Vertretungen übernehmen, außer, sie sind in einer Liste besonders Qualifizierter eingetragen.
– Alle bestehenden Sachwalterschaften werden bis Ende 2023 überprüft, ob sie noch notwendig sind.

Tipps für die Praxis

Wie sorge ich am besten vor?

Damit Sie auf der sicheren Seite sind für den Fall, irgendwann Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln zu können, wählen Sie die **Vorsorgevollmacht.**

Wie funktioniert das?

Wählen Sie vorsorglich einen oder mehrere Vertreter für bestimmte Aufgaben. Das können Verwandte, Freunde, Nachbarn sein. Suchen Sie sich aus, wer wofür zuständig sein soll (z.B. für Bankgeschäfte). Sie können auch Wünsche z.B. bez. Heimaufenthalt äußern. **Sie können jederzeit widerrufen.**

Wo kann ich die Vorsorgevollmacht fixieren?

Neu ist: Sie muss schriftlich vor einem **Notar, Rechtsanwalt oder Erwachsenenschutz-Verein** erstellt und in **das zentrale Vertretungsregister eingetragen werden**. Der Vorteil: Im Fall des Falles kann in das Register Einsicht genommen werden damit Ihr Wille klar ist.

Was kostet das?

Unterschiedlich je nach Aufwand. Die Erwachsenenschutz-Vereine dürfen sehr einfache Vorsorgevollmachten erstellen und dafür ca. 75 Euro verlangen. Das macht Sinn, wo keine aufwendige Vermögensverwaltung notwendig ist.

Die Erwachsenenschutz-Vereine sind auch zentrale Anlaufstelle im neuen Erwachsenenschutz, wenn eine Vertretung erforderlich wird. Sie prüfen jeden einzelnen Fall (Juristen, Sozialarbeiter, Pflegekräfte). **Das Ziel:** Für jeden so lange wie möglich ein **selbstbestimmtes Handeln zu ermöglichen!**

Bitte wenden Sie sich an einen Erwachsenenschutz-Verein in Ihrer Nähe! Zur Info: Die Patientenverfügung steht erst vor einer Neuerung. Sie wird einfacher und soll auch auf die E-Card.

SCHÖN, WENN MAN NICHT NUR ZEIT HAT.

WER VIEL VORHAT, KOMMT ZU UNS.

Mit dem Hypo-Lebenswert-Kredit sichern Sie sich auch im Alter finanziellen Spielraum und nutzen Ihre schuldenfreie Immobilie zur Kreditabsicherung. Besprechen Sie das doch mal mit Ihrer Familie. Oder gleich mit uns.

Hypo Vorarlberg – Ihre persönliche Beratung in Vorarlberg, Wien, Graz, Wels und St. Gallen (CH).
www.hypovbg.at

AUS PIAS WITZKISTE

Heiteres von Pia Mock

Hendr´s scho g'seha, es git was zum Lacha,
im Fernseh'n kummt wieder
„Liebesg'schichta und Heiratssacha".
Döt lernt ma interessante Typa kenna,
ma müaßt sich halt an ihre Marotta gwenna.
Vor gär net allzu langer Zit,
do ischt oan dabei gsi – an richtiga Hit.
I han glei denkt, der wär jetzt cool,
doch leider hät sich ussa´gstellt, der ischt jo schwul.
Viel lernan sich o im Chatroom kenna,
dagegat tät i mi vo vornherein stemma.
Usser, dass er lesa und schrieb ka,
woaß ma doch gär nüt über den Ma.
Der ka oam verzella was er will,
der Computer zoagt all no a super Profil
und derwil ischt suber nüt dahinter,
im schlimmsta Fall womöglich an Spinner.
I denk mir grad, warum schrieb i über des Thema,
des passt doch gär net i mi's Schema.
Bi mir git's nämlig koa Sehnsucht z'stilla,
und für an Ma han i koa Zit bim beschta Willa.
Es wär denn, er tät die ganz Husarbat macha,
derwil i am schrieba bi,
damit mine drei Fäns könn'd lacha.
Für Schmetterling im Buch han i o koan Platz,
scho vor Johra hend sich dia verpuppt ratz fatz.
Aber wenn als Sing'l an Ufriss macha wit,
denn hilft all's nüt, denn muascht unter d'Lüt,
aber wo lernt ma hüt no an Partner kenna,
wer ka mir a verlässlig's Örtle nenna?
I der Disco, im Würtshus, im Landestheater,
oder eventuell sogär bim Psychiater.
I hätt no an Tipp für ältere Semester,
dia net alloa si wend,
eventuell könnt der führa zum Happy End.
B'suachand oafach alle Friedhöf im ganza Land,
döt springan sicher a paar Witwen und Witwer
umanand.
Söt des o net funktioniera,
probierans halt doch noch bi der Spira.

SENIORENBUND-FOTOCLUB

EINLADUNG

ZU DEN KLUBNACHMITTAGEN
IM KOLPINGHAUS BREGENZ, 16 UHR
Do 27. 9. + Do 25. 10. + Do 29. 11. 2018
Weihnachtshock am Fr 14. 12. 2018

GEPLANTE FOTOAUSFLÜGE:
Bauernmuseum Wolfegg, Do 18.10.2018

KONTAKT
Willi Kircher, H: 0650 3176413
E-Mail: willi.kircher@gmx.at

Steht bei Ihnen eine **Badsanierung** an,
weil Ihr Bad nicht mehr Ihren Bedürfnissen entspricht (barrierefrei), oder überlegen Sie einen **Heizkesseltausch** um Energiekosten zu sparen?

Auf Wunsch übernehmen wir für Sie:
✔ Beratung
✔ Planung
✔ Ausführung
✔ Förderungsabwicklung
✔ Organisation von erforderlichen Handwerkern ...

QUALITÄT aus dem BREGENZER-WALD

CHRISTIAN SOHLER
Heizung • Sanitär • Solar
Zeihenbühl 453
A-6951 Lingenau
H: 0664 8443377 • Fax: 05513 42587
E-Mail: office@sohler-installationen.at

Heizung Sanitär Solar
Sohler
Christian Sohler A-6951Lingenau

BERGTOUREN IM FRÜHJAHR 2018

MITTWOCH, 3. OKTOBER 2018
MUTTERSBERG – FURKLA

Route: Muttersberg – Tiefenseesattel – Elsalpe – Elser Jöchle – Furkla – Muttersberg Talstation
auf 554 m, ab 1.247 m
Gehzeit: ca. 5 Stunden
Treffpunkt: Muttersberg Talstation
Treffzeit: 9 Uhr
Führung: Neyer Martha + Wachter Karl

MITTWOCH, 17. OKTOBER 2018
GRAFENSPITZE (1870 M)

Route: Eisenbahnerweg entlang der Druckrohrleitung – Wasserschloss – Grafenspitze – und zurück
Gehzeit: ca. 5 Stunden
Treffpunkt: Haltestelle Gasthof Spulersee
Treffzeit: 8.35 Uhr
Führung: Gantner Josef + Schmid Roland

Am Ende einer schönen Bergtourensaison bedanken wir uns recht herzlich für die rege Teilnahme!

Wir freuen uns bis zum nächsten Jahr!
Eure WanderführerInnen!

DAS WANDERPROGRAMM 2019 FINDEN SIE DANN UNTER:

www.mitdabei.at
telefonisch unter 05572/22548

LANDESWANDERTAG 2018 AM DIEDAMSKOPF

SCHÖNER WANDERTAG AM DIEDAMSKOPF

Rund 900 Wanderfreunde aus dem ganzen Land folgten der Einladung in das herrliche Wandergebiet vom Diedamskopf im schönen Bregenzerwald bei traumhaftem Sonnenschein.

Moderator Geschäftsführer Franz Himmer und Landesobmann Werner Huber begrüßten alle Wanderfreunde auf das Herzlichste. Wir durften auch die Ehrengäste aLR Ing. Erich Schwärzler, LR Christian Gantner, LAbg. Martina Rüscher sowie die Bürgermeister Walter Beer und Andreas Simma aus Au begrüßen.
Um 11.30 Uhr feierten wir dann gemeinsam mit Pfarrer Georg Willam und Pater Johannes die Bergmesse, musikalisch umrahmt von der Eckbonkmusik und den Alphornbläsern. Zuvor wanderten wir von der Mittelstation entweder zur Breitenalpe und dann zur Bergstation, oder direkt dem Gipfel vom Diedamskopf entgegen. Adolf Fetz und Martin Felder spielten noch spontan bei der Mittelstation auf. Ein kleiner, aber feiner Bauernmarkt mit heimischen Produkten aus der Region von Karin Beer aus Schoppernau und edlen Schnäpsen von der Löwenbrennerei erfreuten die Senioren.
Bei einem gemütlichen Hock und einem Tänzle auf der Sonnenterrasse kam auch die Gemütlichkeit nicht zu kurz. Wir dürfen uns bei allen Ortsgruppen für die Organisation, beim Team vom Diedamskopf, bei der Bergrettung Schoppernau und den Musikgruppen für die sehr gute Zusammenarbeit herzlich bedanken. Weitere schöne Bilder finden Sie auf der Seniorenbund-Homepageseite: **www.mitdabei.at**

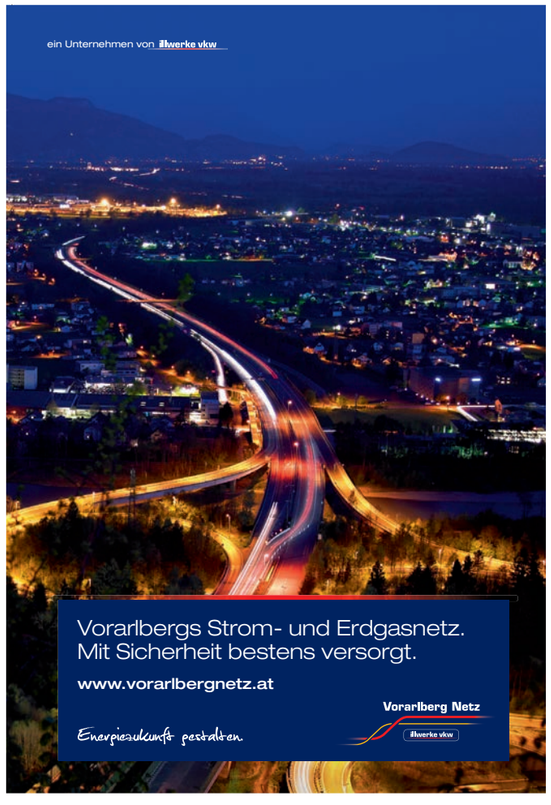
Beste Stimmung herrschte bei den Wanderfreunden aus dem ganzen Ländle. Kulinarische Genüsse, Musikunterhaltung und eine sehr schöne Bergmesse, zelebriert von Pfarrer Georg Willam und Pater Johannes, sowie der Bauernmarkt mit Produkten aus der Region erfreuten unsere Bergfreunde. Wir bedanken uns recht herzlich bei allen für ihre Mithilfe und Organisation!

herrliches Bergpanorama
regionale Kulinarik
Bergknappenführungen
Bergfrühstück tägl.
buchbar
gelebte Gastfreundschaft

PANORAMAGASTHOF
KRISTBERG
1.425 m Seehöhe
Tel.+43 5556 72290
kristberg.at

KRISTBERG
der Genießerberg
im Montafon

Unser Panoramagasthof Kristberg ist für die Menschen da, die erkannt haben, dass sie aus der **Ruhe** und den **Aktivitäten in intakter Natur** die Kraft für die Anforderungen des Lebens tanken können.



SKINFIT® AKTION

15 % RABATT SPEZIELL FÜR ALLE MITGLIEDER DES SENIORENBUND VORARLBERG

Einlösbar von 17.9. - 1.10.2018 in den Vorarlberger Skinfit Shops. Nur gegen Vorlage der Einzahlungsbestätigung der Jahresgebühr.

Skinfit Shop Koblach | Hinterfeld 1 | 6842 Koblach
t +43 5523 52425 - 49 | skinfit.koblach@skinfit.at

Skinfit Shop Dornbirn | Klostergasse 2 | 6850 Dornbirn
t +43 5572 890179 | skinfit.dornbirn@skinfit.at

Skinfit Shop Nenzing | Bundesstrasse 55 | 6710 Nenzing
t +43 5525 63615 | m +43 664 5646757 | skinfit.nenzing@skinfit.at

Skinfit Shop Egg | Loco 910 | 1. OG | Top 5 | 6863 Egg
t +43 5512 20516 | skinfit.egg@skinfit.at

www.skinfit.at

Einlösbar von 17.9. - 1.10.2018 in den Vorarlberger Skinfit Shops Koblach, Dornbirn, Nenzing und Egg. Pro Person kann nur ein Gutschein eingelöst werden. Nur für Mitglieder des Seniorenbund Vorarlberg. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Keine Barablöse möglich.

WILHELM+MAYER

UMBAU
gezielt Raum schaffen
ZUBAU
AUSBAU

Heimteam®

IHR DIREKTER KONTAKT:
Jürgen Hartmann
0664/8353 453

Fehlendes Büro oder Kinderzimmer?
Sehnsucht nach mehr Licht, größeren Fenstern?
Aus zwei kleinen Räumen einen großen?
Ganz einfach mit dem Heimteam!

WILHELM+MAYER Bau GmbH, 6840 Götzis, Dr.-A.-Heinzle-Straße 38, office@wilhelm-mayer.at, www.wilhelm-mayer.at

Liebe Reisefreunde,

unser ganzes Team freut sich, Ihnen jedes Jahr eine bunte Palette an Reisezielen im In- und Ausland zusammenzustellen.
Bei all unseren Reisen steht für uns eine persönliche Betreuung von der Buchung bis zur Reisebegleitung und ein geselliges Miteinander im Vordergrund.

Angelika Türtscher
Tel. 05572-22548-11 • Fax 05572-31310
E-Mail: angelika.tuertscher@mitdabei.at
Bürozeiten: Mo + Di, Do + Fr, von 7.45 – 11.45 Uhr

- ✔ Jahrbuch 2018 mit allen Reisen im Detail für Nichtmitglieder inklusive Versand Euro 10,–
- ✔ Nichtmitgliederzuschlag bei allen Reisen Euro 30,–
- ✔ Preis- und Programmänderungen vorbehalten
- ✔ Bearbeitungsgebühr bei Reiserücktritt Euro 30,–

Alle Reisen und Details dazu finden Sie auf unserer Website www.mitdabei.at

Unser Partner bei den Seniorenbund-Reisen:
Reisebüro und Reiseveranstalter
TC TravelConnect GmbH
Hintere Achmühlerstraße 1, 6850 Dornbirn
Die AGBs Reisebedingungen finden Sie unter:
https://www.travelconnect.at/agbs/

TravelConnect
connecting travel businesses

INFORMATIONEN
Angelika Türtscher
Telefon: 05572/22548, Fax: 05572/31310
Mail: angelika.tuertscher@mitdabei.at

ADVENTREISE SÜDTIROL BRIXEN
30. NOV. – 2. DEZ. 2018

REISEN MIT LEBENSFREUDE
EUR 329,–
im Einzelzimmer Euro 359.–

Unsere Adventreise führt uns in diesem Jahr auf das sonnige und ruhige Hochplateau Natz nahe Brixen am Eingang des Pustertals gelegen. Lassen Sie sich von der Adventszeit, dem Kirchenkonzert und der Stimmung vor Ort verzaubern. Wir laden Sie herzlich ein!

Programm

> 1. Tag: Fahrt mit dem Reisebus nach Natz. Nachmittags Fahrt zum mittelalterlichen Weihnachtsmarkt nach Klausen. Gemeinsames Abendessen.

> 2. Tag: Nach dem Frühstück fahren wir in die Landeshauptstadt Bozen und bummeln durch die Stadt und den Weihnachtsmarkt am Waltherplatz. Nachmittags geht es weiter nach Brixen. Hier können der Dom und der Kreuzgang besichtigt werden, genauso wie das Diözesan- und Krippenmuseum. Das Highlight des Tages ist der Besuch eines Südtiroler Kirchenkonzerts, welches der bekannte Rundfunk- und Fernseh-Moderator Hans Tauber mit Gedanken und Gedichten moderiert, musikalisch umrahmt mit passenden Adventsliedern.

> **3. Tag:** Frühstück und Fahrt nach Sterzing wo erneut ein Stadtbummel und der Besuch des Weihnachtsmarktes auf dem Programm steht. Anschließend Heimfahrt nach Vorarlberg.

Leistungen

- ✔ Fahrt mit modernem Reisebus nach Natz
- ✔ 2x Übernachtung im Hotel Langhof mit Frühstücksbuffet in Natz/Schabs
- ✔ 1x Begrüßungsgetränk im Hotel
- ✔ 2x Abendessen mit 3-Gang-Menü
- ✔ 1x Eintritt zum Südtiroler Kirchenkonzert
- ✔ Besuch vom einem Weihnachtsmarkt
- ✔ Reisebegleitung durch Franz Himmer aus Dornbirn, H: 0664 2138195

Reiseveranstalter: TC TravelConnect GmbH, Hintere Achmühlerstraße 1, 6850 Dornbirn
Die AGBs Reisebedingungen finden Sie unter: https://www.travelconnect.at/agbs

V MIT DABEI REISEN

Insel Kos

Perle der Ägäis

JETZT BUCHEN!
ALL INCLUSIVE
Alle landestypischen Getränke, Frühstück, Mittagessen, Nachmittagssnack, Abendessen - inklusive im Hotel während Ihrer Urlaubswoche!

8 Tage
All-inclusive nur
1.029,–
pro Person im DZ
+ 140,– im EZ

„EINE INSEL MIT TAUSENDEN UNTERSCHIEDLICHEN, FASZINIERENDEN FACETTEN, DAS IST KOS."

Kos (inklusiv)
Kos mit seiner quirligen Altstadt, mit seinen Gässchen, Tavernen und Geschäften verführt zum Bummeln und Verweilen. Am Hafen, wunderschön mit Palmen gesäumt, liegen kleine Fischerboote neben Ausflugsbooten, kleine Bars und Cafes laden zum Flanieren ein. Der Blick zur Johanniterburg Neratzia, mit seinen Türmen, Bastionen und Zinnen ist ein Paradebeispiel für Befestigungskultur seiner Zeit. Die größte Stadt der Insel fasziniert und bietet auch antike Ausgrabungsstätten wie Agora, die Casa Romana oder ein wunderbar erhaltenes Amphitheater.

Zia (inklusiv)
Zia liegt im Dikeos-Gebirge auf 300 m Seehöhe. Der unbeschreibliche Ausblick eröffnet Ihnen ein überwältigendes Panorama auf weite Teile der Insel Kos mit seinen Nachbarinseln. Finden Sie in vielen kleinen Geschäften verschiedenste Kräuter, Gewürze, Honig, sowie typische griechische Handarbeiten, aber auch folkloristische Mitbringsel.

Kefalos mit Verkostung (gegen Aufpreis)
Kefalos, ein kleines schönes Dorf an der Westseite der Insel gelegen. Auf einem Felsvorsprung liegt die berühmte Windmühle Papavassilies – von hier haben Sie einen wunderbaren Rundum-Blick auf das Meer und die darunter liegende Ebene. In den örtlichen Tavernen können Sie gutes Essen genießen, einheimische Süßigkeiten und andere Köstlichkeiten der Region verkosten.

Nisyros (gegen Aufpreis)
Mit dem Schiff erreichen Sie die Insel Nisyros – die geheime Perle Griechenlands. Die Insel Nisyros ist rein vulkanischen Ursprungs. Ganz nah am Vulkan sind die Dörfchen direkt am Kraterrand gelegen. Von hier können Sie einen fantastischen Blick in das Innere des Kraters werfen und spüren das Brodeln des größten noch aktiven Vulkan Europas. Um mehr zu erfahren, besuchen Sie das Vulkanmuseum.

Bodrum (gegen Aufpreis)
Mit dem Schiff erreichen Sie Bodrum, an der Südostküste Kleinasiens. Hier wurde das siebente Weltwunder der Antike, das Mausoleum des persischen Königs Mausolos errichtet. Leider existiert dieser tempelartige Bau nicht mehr. Historische Gebäudereste wurden im Johanniterkastell St. Peter zu Zeiten der Kreuzritter, dem heutigen Wahrzeichen der Stadt, verarbeitet. Der Stadtteil um den Hafen hat seine Ursprünglichkeit bewahrt und verzaubert mit Vielem.

FRÜHJAHRS-FLUGREISE 2019

Hotel****
Kipriotis Village Resort Kos

Lage:
Das Kipriotis Village Resort**** befindet sich an der Ostküste der Insel und ist nur 200 m vom Strand und 3 km vom Stadtzentrum Kos entfernt. Direkt vor dem Hotel befindet sich eine Bushaltestelle, von wo regelmäßig Busse ins Stadtzentrum fahren. Die zentrale Lage des Hotels ermöglicht es Ihnen, die gesamte Insel zu entdecken.

Ausstattung
Alle Zimmer verfügen über eine Klimaanlage und einen möblierten Balkon bzw. Terrasse. Sie sind des weiteren mit SAT-TV, Radio, Kühlschrank, Minisafe, Tee- und Kaffeekocher und einem Haartrockner im Bad ausgestattet. Das Kipriotis Village Resort**** bietet außerdem ein hoteleigenes Wellness- und Fitnesscenter, ein olympisches Schwimmbecken, einen Indoorpool wie auch einen Außenwhirlpool. Für Freizeitaktivitäten ist mit Reiten, Tauchen, Tennis, Tischtennis oder Minigolf gesorgt. Zudem lädt das Hotel mit köstlichen mediterranen, griechischen und italienischen Speisen und mit mehreren Bars, die bis in die frühen Morgenstunden geöffnet sind, ein. Das Hotel bietet kostenloses WLAN, medizinische Betreuung, eine Wäscherei, einen Frisör, ein Schmuck- und ein Souvenirgeschäft. Genießen Sie Ihren Urlaub auf der Insel Kos – die Perle der Ägäis!

REISETERMIN

AI

05. 06. – 12. 06. 2019 Flug ab/bis Friedrichshafen
(Die gewnauen Ausflugspreise für die Zusatzausflüge erfahren sie ab 1. 10. 2018 auf der SB-Homepage: www.mitdabei.at).

INKLUSIVLEISTUNGEN

- Bustransfer zum Flughafen Friedrichshafen & retour
- Charterflug Österreich – Kos-Hippokrates & retour mit renommierter Fluglinie
- Transfer Flughafen Kos-Hippokrates – Hotel & retour
- 7 x Unterbringung im 4* Hotel Kipriotis Village
- 7 x Frühstücks-, Mittags- und Abendbuffet
- Alle landestypischen Getränke bis 24 Uhr all-inclusive
- kostenloses WLAN im Hotel
- Inklusivausflug Kos mit geführtem Stadtrundgang
- Inklusivausflug Zia – griechisches Schmuckstück im Hinterland
- Alle Trinkgelder für Reisleitung, Busfahrer und Hotel
- Musikalischer Abend vom Seniorenbund
- Rundum-Sorglos-Versicherungs-Paket
- Reiseführer Kos (4-farbig)
- Reisebegleitung durch Vorarlberger Seniorenbund Angelika Türtscher und Franz Himmer sowie durch geschulte Stoll Reiseleitung
- Tägliche Bürostunden durch unsere Stationsleitung

HINWEIS: Reisen nur mit GÜLTIGEM Reisepass oder Personalausweis (innerhalb Europas).

Staatliche griechische Nächtigungsgebühr wird vor Ort eingehoben € 2 p.P./Tag.

Stoll-reisen

INFORMATIONEN

Angelika Türtscher
Telefon: 05572/22548, Fax: 05572/31310
E-Mail: angelika.tuertscher@mitdabei.at

Veranstalter: Stoll Reisen International GmbH & Co. KG, A-6306 Söll. Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) des Reiseveranstalters Stoll Reisen International GmbH. Die im Reisepreis inkludierten Taxen, Gebühren und Kosten für Flugkraftstoff basieren auf dem Kostenstand Juni 2018: 700,- USD / MT (Quelle: IATA Jet Fuel Price Monitor). Da insbesondere die Preise für Flugkraftstoff (Kerosin Jet A1 Fuel) großen Preisschwankungen unterliegen, behält sich Stoll Reisen International das Recht vor, etwaige Preisanpassungen (+/-) im Rahmen der Restzahlungsvorschreibung zu verrechnen. Irrtümer, Druck- und Satzfehler vorbehalten.

© Bilder: iStock, 123RF, Kipriotis Hotels, Shutterstock;

KURSORT
Alle Kurse finden im WIFI Dornbirn direkt beim Bahnhof Dornbirn statt.

INFORMATION
Für die Kursteilnehmer gilt während des Kurses die kostenfreie An- und Abfahrt mittels öffentlicher Verkehrsmittel zum WIFI.

ANMELDUNGEN
Computerkurse
Ameldungen Tatjana Gasser
Tel. 05572/3894-462
E-Mail: gasser.tatjana@vlbg.wifi.at
max. 12 Personen

SPRACHKURSE

ENGLISCH A1.1
Vormittagskurs
28. 9. – 14. 12. 2018
Fr 09:00 – 11:00 Uhr
Kursnummer: 15432.25

FRANZÖSISCH A1.1
Nachmittagskurs
1. 10. – 10. 12. 2018
Mo 13:30 – 15:30 Uhr
Kursnummer: 16420.25

SPANISCH A1.1
Vormittagskurs
2. 10. – 11. 12. 2018
Di 09:00 – 11:00 Uhr
Kursnummer: 17465.25

SPANISCH A1.4
Vormittagskurs
2. 10. – 11. 12. 2018
Di 09:00 – 11:00 Uhr
Kursnummer: 17471.25

BILDUNGS-PROGRAMM

SPRACHKURSE

Sprachen lernen auf verschiedenen Niveaus mit einem Native Speaker.

Den roten Faden durchs Programm bietet ein aktuelles Lehrbuch, gleichzeitig sind Sie eingeladen, die Inhalte aktiv mitzubestimmen. Wir richten uns nach den Bedürfnissen und dem Lerntempo der Gruppe. Eine muttersprachliche Trainerin garantiert authentische Interaktionen und stellt sicher, dass die interkulturelle Kommunikation nicht zu kurz kommt. Spaß und Humor gehören selbstverständlich auch dazu.

Weitere Sprachlevel auf Anfrage!
Kostenloser Einstufungstest online unter:
www.wifi.at/sprachentests oder bei Frau Bilgeri

Anmeldungen Sprachkurse
Jasmin Bilgeri, Tel. 05572/3894-472
E-Mail: bilgeri.jasmin@vlbg.wifi.at

Dauer pro Kurs: 20 Stunden, max. 16 Personen
Beitrag pro Kurs: Euro 165,–

ITALIENISCH A1.1
Vormittagskurs
1. 10. – 10. 12. 2018
Mo 09:00 – 11:00 Uhr
Kursnummer: 17420.25

ITALIENISCH A1.2
Vormittagskurs
2. 10. – 11.12. 2018
Di 09:00 – 11:00 Uhr
Kursnummer: 17422.25

FREUDE AM LERNEN

COMPUTERKURSE

FACEBOOK, WHATS-APP & CO
Meine Freunde und ich im Internet

Ziel: Die sozialen Netzwerke im Internet werden oft missbräuchlich verwendet. Lernen Sie, wie Sie sich schützen und absichern können.

Voraussetzungen: Kenntnisse, wie im Kurs „PC-Einsteiger“ angeführt.

INHALT:
- ✔ Welche sozialen Netzwerke gibt es?
- ✔ Was macht wann Sinn?
- ✔ Wie sicher sind diese?
- ✔ Nützliche Einstellungen

TERMIN: 13. + 20.11. 2018
Di 13:30 – 16:30 Uhr
Kursnummer: 80422.15

Trainingseinheiten: 6
Beitrag: Euro 95,–

PC-EINSTIEG FÜR SENIOREN
Die ersten Schritte am Computer

Zielgruppe: Senioren mit geringen bzw. keinen Computerkenntnissen, die auf leicht verständliche Art und Weise den Umgang mit dem Computer lernen wollen.

INHALT:
- ✔ Den Computer kennenlernen
- ✔ Briefe schreiben mit Word
- ✔ Einfache Berechnungen – Excel
- ✔ Das Internet entdecken

TERMIN: 8. – 25. 10. 2018
Mo + Do 13:00 – 16:30 Uhr
Kursnummer: 80420.15

Trainingseinheiten: 20
Beitrag: Euro 225.–

PC-EINSTIEG – AUFBAU
Solider Umgang mit dem Computer

Voraussetzungen: Kenntnisse, wie sie im Kurs „PC-Einstieg für Senioren“ vermittelt werden.

INHALT:
- ✔ Wiederholung der Grundkenntnisse
- ✔ Briefe/Einladungen gestalten mit Word
- ✔ Einfache Kalkulationen in Excel
- ✔ E-Mail und Internet

TERMIN: 5. – 22. 11. 2018
Mo + Do 13:00 – 16:30 Uhr
Kursnummer: 80421.15

Trainingseinheiten: 20
Beitrag: Euro 225,–

OUTLOOK UND INTERNET
Mehr als nur E-Mails schreiben!

Ziel: Sie haben fundierte Outlook-Anwenderkenntnisse mit vielen hilfreichen Tipps und Tricks.
EDV-Anwenderkenntnisse

INHALT:
- ✔ Die Arbeitsoberfläche von Outlook kennenlernen
- ✔ Grundlagen, Outlook
- ✔ Ansichten, Ordner und Elementverwaltung
- ✔ Mit dem Adressbuch arbeiten
- ✔ Einführung ins Internet
- ✔ Schnelleinstieg beim Internet Explorer
- ✔ Praktische Browsertechniken

TERMIN: 16. – 30. 10. 2018
Di 13:00 – 17:00 Uhr
Kursnummer: 80443.15

Trainingseinheiten: 12
Beitrag: Euro 199.–

MEIN FOTOBUCH
Gestalten Sie Ihr Fotobuch!

Geschenk für viele Anlässe!
Machen Sie aus Ihren Bildern und Aufnahmen bleibende Erinnerungen in Form eines Fotobuches. Beständig und immer schön.

Voraussetzungen:
EDV-Anwenderkenntnisse
Hinweis: Bitte bringen Sie Ihre Fotos auf einem Datenspeicher (USB-Stick oder CD) mit.

INHALT:
- ✔ Anbieter von Fotobüchern
- ✔ Arbeiten mit dem Assistenten
- ✔ Fotoauswahl
- ✔ Gestaltungsmöglichkeiten
- ✔ Bilder ausbessern
- ✔ Fotobuch ausdrucken

TERMIN: 19. 9. – 3. 10. 2018
Mi 13:30 – 16:30 Uhr
Kursnummer: 80423.15

Trainingseinheiten: 9
Beitrag: Euro 135,–

EXCEL EINFÜHRUNGSKURS
Viele Hilfreiche Tipps und Tricks!

Excel richtig kennenlernen!

Ziel: Sie lernen fundierte Excel Anwendungskenntnisse mit vielen hilfreichen Tipps und Tricks für die Praxis.

INHALT:
- ✔ Tabellen erstellen und formatieren
- ✔ Formeln und Funktionen verwenden
- ✔ Diagramme erstellen
- ✔ Daten filtern und sortieren

TERMIN: 8. – 24.10.2018
Mo + Mi 18:00 – 21:30 Uhr
Kursnummer: 80428.15

Trainingseinheiten: 20
Beitrag: Euro 295,–

REISE-SPASS UND MEHR ...

„Mitdabei“ sein und gewinnen!

GROSSES ONLINE-GEWINNSPIEL unter www.mitdabei.at

ZUR VERFÜGUNG GESTELLT VON

TravelConnect
connecting travel businesses

Der SENIORENBUND **verlost heuer zweimal** einen **Reisegutschein im Wert von Euro 450,–**. Machen Sie mit und gewinnen Sie mit ein bisschen Glück einen der wertvollen Gutscheine **für eine Reise Ihrer Wahl**.

Unter **www.mitdabei.at** finden Sie alle Informationen dazu. Einfach Onlineformular ausfüllen, eine kleine Quizfrage beantworten und schon sind Sie mitdabei! **Einsendeschluss ist Freitag, der 12. Oktober 2018.**

Teilnahmeberechtigt sind alle Mitglieder und Online-Neuanmeldungen über www.mitdabei.at.

S' LÄNDLE TANZT

MACHEN SIE MIT!

Wir senden Ihnen gerne eine Einladung für die Tanzveranstaltungen. Ihr Kennwort: „Tanz“ senden Sie bitte an: franz.himmer@mitdabei.at

KOBLACH „DORFMITTE“
JEWEILS SONNTAG
VON 15.00 – 18.00 UHR

Nach der Sommerpause spielt unser Spitzentrio H-G-H

TERMINE IM HERBST

So. 16. September 2018 | H-G-H
So. 14. Oktober 2018 | Die Troubadours
So. 11. November 2018 | Travellers
So. 16. Dezember 2018 | Jackpot

Eintritt: Euro 10,–

LINGENAU „WÄLDERSAAL“
JEWEILS SONNTAG
14.00 – 17.00 UHR

TERMINE IM HERBST

So. 7. Oktober 2018 | Duo Jet Set
So. 4. November 2018 | Geschwister Fink
So. 2. Dezember 2018 | Die Zwei
Eintritt: Euro 8,–

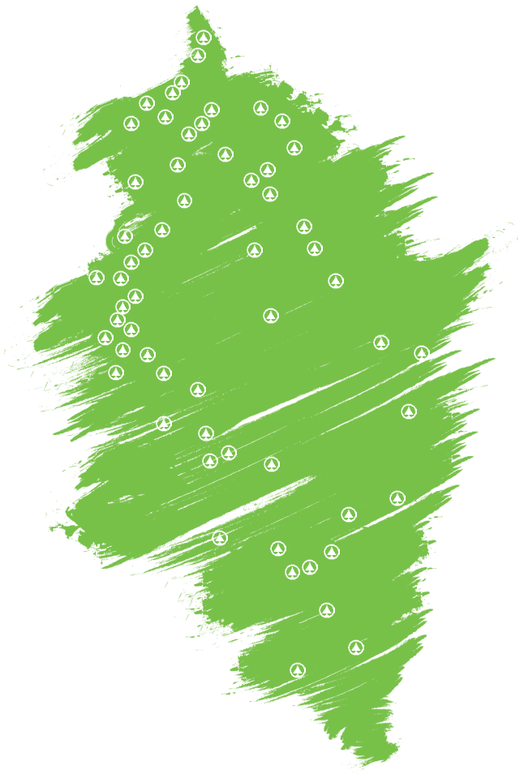
TANZ IM SCHWANEN DORNBIRN
JEDE WOCHE AM MONTAG
VON 14.30 – 17.30 UHR

Wir starten wieder am Montag 10. September 2018 Ingrid und Wolfgang freuen sich!
Eintritt: Euro 7,–

NÜZIDERS „SONNENBERGSAAL“
JEWEILS MITTWOCH
14.30 – 17.30 UHR

TERMINE IM HERBST

26. 9. 2018 | 10. + 24. 10. 2018 | 7. + 21. 11. 2018
5. + 19. 12. 2018
Eintritt: Euro 6,–



Nahe liegendes bei SPAR

DAS IST ECHTE
Nahversorgung

MIT 100 SPAR-, EUROSPAR- UND INTERSPAR-STANDORTEN SICHERT SPAR DIE QUALITATIV HOCHWERTIGE NAHVERSORGUNG IN 60 VORARLBERGER GEMEINDEN.

IN 28 GEMEINDEN IST SPAR NOCH DER EINZIGE LADEN IM DORF.

Eine Welt voll Biergenuss

18.10.

Vorarlberger Bierwelt

Du willst Bierkenner werden? Möchtest den Gerstensaft mit allen Sinnen genießen und darüber in den passenden Begriffen sprechen können? In unserem Seminar „Vorarlberger Bierwelt“ lernst du all das. Darüber hinaus erlebst du die Geschmacksvielfalt verschiedenster Biersorten aus unserem Ländle. Eine kurze Zeitreise durch die Vorarlberger Brauereigeschichte rundet den bierigen Seminarabend ab.

06.12.

Belgische Bierwelt

Was ist ein Trappistenbier? Wie entstehen die Sorten Geuze oder Witbier? All das und noch viel mehr erfährst du in diesem Seminar! Das belgische Bier wird nicht strikt nach dem Reinheitsgebot gebraut. Neben Hopfen, Malz und Wasser enthält es auch zahlreiche andere Zutaten wie Obst (Kirschen, Weintrauben, etc.), Kräuter, Dinkel, Honig und sogar Gewürze. Überzeuge dich selbst von den einzigartigen Aromen der belgischen Biere.

MOHREN Bier erlebnis welt

Veranstaltungsprogramm der Mohren Biererlebniswelt

Von Braukursen, Sensorikseminaren, kulinarischen Abendveranstaltungen und Ausflügen bis hin zur hochwertigen Ausbildung zum Österreichischen Biersommelier – bei Mohren findest du alles rund um das Thema Bier!
Weitere Informationen unter www.mohrenbrauerei.at/events

www.mohrenbrauerei.at/biererlebniswelt

MOHREN Das Vorarlberger Bier

LINE DANCE – GESUND FÜR KÖRPER UND SEELE!

TERMINE

HERBST-KURSE: BEGINN AM MONTAG, DEM 1. OKTOBER 2018

IM PFARRHEIM DORNBIRN-OBERDORF ZANZENBERGGASSE 1

Der Seniorenbund lädt zusammen mit dem Line Dance 4all zu den Line Dance-Kursen herzlich ein. Line Dance heißt auf deutsch Linientanz. Es ist eine choreografierte Tanzform, bei der einzelne Tänzerinnen und Tänzer unabhängig von der Geschlechtszugehörigkeit in Reihen und Linien tanzen.

WIE FINDE ICH DAS PFARRHEIM

Vom Rathaus Dornbirn Richtung Bödele – die Dr. Waibel-Straße hinauf – vorbei an der Bäckerei Stadelmann – vorbei an Spar Mathis – danach rechts abbiegen in die Littengasse – gleich wieder rechts – Volksschule Oberdorf. Dort angebaut ist das Pfarrheim (Parken bitte bei den Kurzparkzonen rund um das Pfarrheim und bei der Kirche).

Mit dem Stadtbus Dornbirn: Vom Bahnhof weg mit der Linie 9 oder mit der Linie 10 direkt zum Pfarrheim Dornbirn-Oberdorf: Anfahrtsplan finden Sie auch auf unserer Homepage: **www.mitdabei.at**

WEITERE INFORMATIONEN

- Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen
- Die Anmeldungen sind verbindlich
- Der Kursbeitrag ist am ersten Nachmittag zu begleichen
- Trinkflasche nicht vergessen
- Schuhe die gut rutschen

ANFÄNGER 2018

Beginn: Montag, den 1. Oktober 2018
Zeit: 15.00 – 16.30 Uhr
Dauer: Oktober – November 2018
jeden Montag – 5 Nachmittage
Beitrag: für Mitglieder Euro 60.–
für Nichtmitglieder Euro 70.–

LEICHT FORTGESCHRITTENE 2018

Beginn: Montag, den 5. November 2018
Zeit: 15.00 – 16.30 Uhr
Dauer: November – Dezember 2018
jeden Montag – 5 Nachmittage
Beitrag: für Mitglieder Euro 60.–
für Nichtmitglieder Euro 70.–

FORTGESCHRITTENE 2018

Beginn: Montag, den 1. Oktober 2018
Zeit: 16.45 – 18.15 Uhr
Dauer: Oktober – Dezember 2018
jeden Montag – 10 Nachmittage
Beitrag: Mitglieder Euro 120.–
Nichtmitglieder Euro 140.–

Die Tänze finden Sie auf der Seniorenbund-Homepage: www.mitdabei.at

WIR BITTEN UNBEDINGT UM EINE VERLÄSSLICHE ANMELDUNG!

ANMELDUNGEN BEI
Geschäftsführer Franz Himmer
E-Mail: franz.himmer@mitdabei.at
Tel. 05572/22548 • Fax 05572/31310
Bürozeiten: Mo – Fr von 8 – 12 Uhr

VORARLBERGER SKI VERBAND

Schibegeistere Omas und Opas gesucht!

Wir unterstützen SeniorenInnen dabei, Kindergartenkindern das Schifahren beizubringen.

Nach einer kurzen fachkundigen Einweisung durch das Ausbildungsteam des Vorarlberger Schiverbandes hast Du die Möglichkeit, bei Kindergartenschitagen mitzuarbeiten.

Bei Interesse oder Fragen melde dich beim Vorarlberger Schiverband.

Kontaktdaten:
Werner Eberle
Tel. 0664/3991267
E-Mail: w.eberle@aon.at

Handy und TV direkt im Ohr

Neue Technologie bietet Verbesserung beim Sprachverstehen

Viele Menschen hören gut, verstehen aber in bestimmten Situationen schlecht. Vor allem beim Telefonieren sind Gesprächspartner oft schwer zu verstehen. Beim Fernsehen versuchen viele die Verstehprobleme mit hoher Lautstärke zu lösen. Einfluss auf das Verstehen haben aber vor allem die hohen Töne. Nimmt das Gehör diese nicht gut genug wahr, werden Buchstaben wie s, f, t, k, h und g nicht mehr richtig verstanden oder verwechselt. Nur die Lautstärke allgemein zu erhöhen, ist daher nicht ausreichend für besseres Verstehen.

Alexander Ohm, Leiter Audiologie bei Hansaton, lädt zum Praxistest ein

FREIHÖR-EINRICHTUNG
Die neue Hör-Technologie bietet vielen Betroffenen eine deutliche Verbesserung beim Hören und Verstehen. Bei Gesprächen erkennen moderne Hörsysteme den Gesprächspartner, fokussieren auf dessen Stimme und dämpfen Nebengeräusche ab. Beim Handy-Telefonieren werden die neuesten Hörgeräte zur unsichtbaren Freisprecheinrichtung, ganz ohne Zusatzgerät. Beim Fernsehen können sie als eine Art „Freihör-Einrichtung" dienen, mit deren Hilfe der TV-Ton direkt ins Ohr kommt.

KOSTENLOS TESTEN
Die neuen Modelle können im Rahmen eines Praxistests kostenlos und unverbindlich Probe getragen werden. Anmeldung telefonisch unter 0800 880 888 (kostenlos), per E-Mail an info@praxistest.at oder direkt bei Hansaton, 4 x in Vorarlberg.

18. RADSTERNFAHRT KOBLACH

DABEI GSI

Bei herrlichem Radwetter durften wir über 360 Radfreunde aus dem ganzen Ländle zur 18. Radsternfahrt in Koblach begrüßen. Das Team vom Fußballklub sorgte bestens für das leibliche Wohl. Geschäftsführer Franz Himmer, Bürgermeister Fritz Maierhofer sowie Ortsobmann Walter Ellensohn und sein Team begrüßten die Radfreunde vom ganzen Land auf das Herzlichste. In diesem Jahr durften die Radler eine Quiz-Karte ausfüllen. Aus diesen wurden dann zwei Frauen und zwei Männer gezogen, die einen Gutschein im Wert von jeweils Euro 50.– von unserem Partner Skinfit erhielten. Unser Musikant Paul sorgte für beste Unterhaltung und bei bester Stimmung, wurde auch das Tanzbein geschwungen. Der Verein Integra bot noch eine Radreinigung um 2.– Euro an, die dem Verein zugutekommen. Das Service wurde rege in Anspruch genommen. Wir bedanken uns recht herzlich bei unseren Partnern, dem Fußballklub Koblach und Skinfit für die gute Zusammenarbeit und die Organisation, sowie bei unseren Ortsgruppen für die Mitorganisation recht herzlich. Weitere Bilder finden Sie auf der Seniorenbund-Homepage: **www.mitdabei.at**

Beste Stimmung herrschte bei den Radfreunden, die aus dem ganzen Ländle nach Koblach geradelt sind. Kulinarische Genüsse, Musikunterhaltung und eine kleine Quizverlosung sowie eine Radreinigung wurden angeboten. Auch die Ehrengäste fühlten sich sichtlich Wohl in der Runde der Senioren. Wir bedanken uns recht herzlich bei allen für ihre Mithilfe und Organisation!

sv-tipp
Eine Information Ihrer Sozialversicherung

Wechselwirkungen von Medikamenten sind eine unterschätzte Gefahr!

Einen Überblick über alle verschriebenen und auch rezeptfrei gekauften Medikamente bietet jetzt die e-Medikation.

Zwei Millionen Versicherte in Österreich nehmen regelmäßig fünf oder mehr Medikamente ein. Was einerseits medizinisch notwendig ist, kann andererseits unerwünschte Wechselwirkungen bis hin zu lebensbedrohlichen Komplikationen auslösen. Davon betroffen ist jeder: Ältere und chronisch Kranke, aber auch junge Menschen oder Kinder!

e-Medikation als Lösung
Die Lösung, um negative (Wechsel)Wirkungen von Medikamenten zu vermeiden, heißt „e-Medikation", eine Funktion der elektronischen Gesundheitsakte ELGA. Hier tragen Ärzte und Apotheker die verschriebenen bzw. abgegebenen Medikamente ein.

Nach Abruf der e-Medikationsliste hat der betreuende Arzt sofort eine Übersicht über alle Medikamente, die der Patient einnimmt. Unerwünschte Neben- und Wechselwirkungen lösen aber nicht nur rezeptpflichtige Medikamente aus, sondern auch Wirkstoffe, die in der Apotheke frei gekauft werden können – etwa das beliebte Johanniskraut. Eine notwendige neue Verordnung kann damit sofort auf Wechselwirkungen überprüft werden.

e-Medikation – wo und wie?
Die e-Medikation ist von Ärzten und Apothekern ausführlich in der Praxis getestet worden und wird 2018 Schritt für Schritt in Vorarlberg, Steiermark, Kärnten, Tirol und Salzburg flächendeckend eingeführt. 2019 folgen Oberösterreich, Niederösterreich, Burgenland und Wien.

Nehmen Sie also Ihre e-card nicht nur zum Arzt, sondern in Zukunft auch in Ihre Apotheke mit. Nach Stecken der e-card in der Apotheke werden jetzt auch rezeptfreie Medikamente in die e-Medikationsliste eingetragen. Damit steigt die Behandlungssicherheit.

Ihre persönliche e-Medikationsliste finden Sie am ELGA-Portal auf **www.gesundheit.gv.at**. Die Voraussetzung: Anmeldung mit Handysignatur oder Bürgerkarte.

VORARLBERGER
EIGENTÜMER
VEREINIGUNG
seit 1973

Rufen Sie uns an!
T +43 5572 / 22104

Wir beraten Sie in Immobilienfragen.

Der Verein der Vorarlberger Eigentümervereinigung bietet seinen Mitgliedern fachkundige, rechtliche Beratung und persönliche Betreuung – bei allen Fragen rund um's Wohnen, Vermieten, Wohnungs-, Haus- und Grundeigentum.

Unser Beratungsteam steht Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

www.vev.or.at

VEV Geschäftsstelle
Moosmahdstraße 14, 6850 Dornbirn,
T +43 5572 / 22104, **F** +43 5572 / 22104-6,
office@vev.or.at

Pfarrer Reinhard Himmer

ÜBERFLUSS UND HUNGER – UNSERE WELT?

In Wien wird jeden Tag so viel Brot weggeworfen und „entsorgt" wie in Graz, der zweitgrößten österreichischen Stadt, täglich gebacken wird. Und ein Bekannter berichtete mir, dass er in einem Supermarkt die verschiedenen, zum Verkauf angebotenen Brotsorten gezählt habe: 86!

Zwei Nachrichten aus der Welt der Reichen, aus der Welt, die vom Luxus und der Verschwendung bestimmt ist. Und die andere Welt?

Laut WHO (Welternährungsorganisation) leiden über 800 Millionen Menschen an Hunger. In einer Zeit, in der zum ersten Mal in der Geschichte der Menschheit ein Überfluss an Gütern besteht, verhungern täglich (!) 100.000 Menschen oder sterben an den Folgen ihrer Unter- oder Mangelernährung. Zu Recht schreibt der Schweizer Soziologe Jean Ziegler: „Jeder Mensch, der heute an Hunger stirbt, wird eigentlich ermordet. Weil es genug Nahrung gibt."

Und es ist ein Teufelskreis: Jahr für Jahr bringen Hunderte von Millionen schwer unterernährter Mütter hunderte Millionen Säuglinge zur Welt, die gesundheitlich unheilbar geschädigt sein werden. Denn unzulänglich ernährt, werden ihre Gehirnzellen irreparable Schäden davon tragen.

Die reiche Welt kümmert das kaum! Hunderte Milliarden Euros und Dollars werden immer noch für die Rüstung der Heere ausgegeben, oder für die Weltraumfahrt, für mehr oder weniger sichere Wetterberichte, für Sportanlagen, Luxushotels, Kulturveranstaltungen oder auch für die Vernichtung von Ernteüberschüssen.

Jesus sagt in krassem Gegensatz dazu: „Gebt ihnen zu essen" (Mt 14,16) und „Wehe euch Satten, wenn ihr die Hungernden vergesst" (Lk 6,25). In seinem Sinn und Namen setzen sich Gott sei Dank viele christliche und kirchliche Organisationen im Kampf gegen den Hunger ein, z.B. „Missio", die Caritas-Auslandshilfe, „Brot für die Welt" u.a.

7 EURO SICHERN DIE **ERNÄHRUNG EINES KLEINKINDES** FÜR **EINEN MONAT** (84 Euro für ein ganzes Jahr!)

20 EURO FÜR EINE **FAMILIE** FÜR EINE WOCHE.

40 EURO FÜR EIN SCHULKIND EIN JAHR LANG EIN WARMES MITTAGESSEN.

Drängt es uns da zu helfen? Mich schon. In der Hoffnung auf herzhafte Mithilfe wünsche ich einen gesegneten Herbst.

Pf. Reinhard Himmer

DANKE für **EURO 1.881,90** für das Projekt im Juni 2018: **„Gilt die Religions- und Gewissensfreiheit noch?"** von der Organisation ADF International Austria.

SPRECH-STUNDEN

Landesobmann
aBgm. LAbg. Werner Huber

jeweils am Dienstag von 9 – 12 Uhr
beim Seniorenbund in Dornbirn

Um Terminvereinbarung
wird gebeten!

SPRECH-STUNDEN

Landesehrenobmann
Dr. Gottfried Feurstein

jeweils am Mittwoch, 9 – 12 Uhr
beim Seniorenbund in Dornbirn

Um Terminvereinbarung
wird gebeten!

IFS EINZELGESPRÄCHE

Roswitha Bickel (links) Unterland unter 05 1755 510 und Michael Simon (rechts) Oberland unter 05 1755 560
Bei seelischer Belastung stehen wir Ihnen gerne für ein kostenloses persönliches Gespräch auch bei ihnen zu Hause zur Verfügung.

V SENIORENBUND

TERMINE ERHALTEN UNSERE MITGLIEDER VOM SENIORENBUND
E-Mail: office@mitdabei.at
oder per Telefon
05572 22548

RECHTS-BERATUNG

Bereiche: Schenkungs- & Kaufverträge, Erbrecht & Vorsorgevollmacht, Mindestsicherung, Pflegekostenregress, Immobilienrecht,
Erstberatung 20 Minuten kostenlos

Rechtsanwalt
Dr. Jürgen Amann

Notar
Dr. Richard Forster

BEZIRK BREGENZERWALD
Rechtsanwalt
Dr. Ulrich WILLI

SOZIAL- UND PFLEGEBEREICH

aLR Dr.
Greti Schmid

Bereiche:
Pflegegeld
Kontakt zu Organisationen
Gebietskrankenkasse

ÖFFENTLICHER PERSONEN-NAHVERKEHR

Obmann
Egide Bischofberger

Bereiche:
Fragen zum ÖPNV
Anregungen

STEUER-BERATUNG

Unsere Steuerberater und Wirtschaftstreuhänder beraten gerne unsere Mitglieder in allen Finanzangelegenheiten.
Nur nach Terminvereinbarung!

Peter Müller
Dornbirn

DI Jürgen Bernhard
Lustenau

Dr. Bruno Engljähringer,
Rankweil

Manfred Tschol
Bludenz

PATIENTEN-ANWALT

Mag. Alexander Wolf

steht täglich von 8 – 12 Uhr
unter Tel. 05522-81553
zur Verfügung.

Kontaktadresse:
Marktplatz 8 in Feldkirch

KONSUMENTEN-BERATUNG

Dr. Karin Hinteregger

Mo – Fr von 8 – 12 Uhr
Freitag von 13 – 16 Uhr
AK Vorarlberg, Feldkirch
Tel. 05522 306-3000
E-Mail: konsumentenberatung@
ak-vorarlberg.at

WOHN-BERATUNG

Stefan Merk
Bez. Bregenz & Dornbirn

Institut für Sozialdienste
Wohnen im Alter
Beratungen vor Ort
Termine unter:
Tel. 05 17 55 537

Manuel Müller-Graber
Bez. Feldkirch & Bez. Breg. Wald

Klaus Kohler
Bez. Bludenz

REISE-INFORMATIONEN

Angelika Türtscher

Mo + Di sowie Do + Fr
von 7.45 – 11.45 Uhr

Tel. 05572-22548,
E-Mail:
angelika.tuertscher@mitdabei.at

COMPUTERSERVICE

Terminvereinbarung unter: 0676 3302180
Montag – Freitag von 8 – 12 Uhr

Andreas Atamanczuk
Beratung bei Problemen und Fragen rund um Ihren Computer (Windows).
Service vor Ort.
Anfahrtskosten:
• Bregenz bis Feldkirch € 15.–
• Weitere Orte auf Anfrage!
SB-Mitglieder € 40.– pro Stunde
Nichtmitglieder € 50.– pro Stunde

QUIZ, RÄTSEL, SUDOKU

RÄTSELFRAGE:

AUF WELCHE GRIECHISCHE INSEL FÜHRT UNS DIE AKTIVREISE 2019?
(3 Buchstaben) – Unter Ausschluss des Rechtsweges!
Auflösung vom Rätsel Seite 2.

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Die Lösung auf einer Postkarte an Seniorenbund, Postfach 21, 6850 Dornbirn oder per E-Mail an office@mitdabei.at
Einsenden **bis spätestens Fr, 12. Oktober 2018**

Bestpreis für Ihre Immobilie!

Nutzen Sie unsere 25 Jahre Immobilienerfahrung. Gerne erklären wir, wie ein Immobilienverkauf abläuft und wie Sie den besten Preis für Ihre Immobilie erhalten!

GUTSCHEIN
für eine kostenlose Beratung und Bewertung Ihrer Immobilie mit Erklärung aller Details eines Immobilienverkaufs.

amann immobilien 6832 Sulz, Müsinenstraße 29, www.amann-immobilien.com 0664 3120205

5		6				8		
		1		9	8			
			1		3	4	6	2
8				2		1		7
	7							
	9	4				6	3	
3			2	4			9	
9		7				2	8	5
		2	7		9			

	2		4			5	9	
3	1			2	7			
		4			3			
7					5		3	
5	9	3		7				1
	4		3	8	6			
				5		9		
		6	8		2	3		
1						6		

QUIZ-GEWINNER & ONLINE-GEWINNSPIEL

Frau Gertraud Ruault aus Altach gewinnt den Warengutschein von unserem Partner Skinfit im Wert von Euro 450.–. Frau Herlinde Oberhauser aus Egg gewinnt einen Gutschein für drei Übernachtungen inkl. Frühstück für zwei Personen im Wellnesshotel Linde**** am Sulzberg. Herr Christian Stüttler aus Schruns gewinnt einen Gutschein im Wert von Euro 40.– vom Panoramagasthof Kristberg inklusive Bahnfahrt.
Der Seniorenbund gratuliert recht herzlich!

WWW.MITDABEI.AT

Auf unserer Homepage finden Sie alle Reisen und Veranstaltungen, das Beratungsteam, das Bergtourenprogramm, alle Ortsgruppen und die Termine für s´Ländle tanzt. Werfen Sie einen Blick auf unsere Homepage. Es lohnt sich!

UNSER LEBEN MACHT SPASS!

JETZT GRATIS MITGLIED WERDEN
ab Oktober gratis!

Der Jahresbeitrag für 2019 bleibt gleich bei Euro 20.–

Denn wir sind mitdabei!
www.mitdabei.at

LADEN SIE IHRE FREUNDE EIN!

EINE MITGLIEDSCHAFT BEIM SENIORENBUND IST EIN ECHTER VORTEIL FÜR ALLE UND ALTERSUNABHÄNGIG! Gemeinsam die Freizeit gestalten mit **Reisen, Kultur, Sport, Unterhaltung** oder **Bildung**. Viele **Ermäßigungen oder Gratis-Angebote** warten auf Sie. **Der Seniorenbund setzt sich auch für Ihre Anliegen ein** und unterstützt Sie mit einem **reichhaltigen Beratungsangebot**. Seien Sie „mitdabei". Wir freuen uns auf Sie!

BEITRITTSERKLÄRUNG

Bitte gut leserlich in Blockschrift ausfüllen!

SENIORENBUND
Schulgasse 36, 6850 Dornbirn
Tel. 05572-22548, www.mitdabei.at

Ortsgruppe

Vorname / Zuname

PLZ/Ort

Straße/HNr.

Geb. - Datum

E-Mail

Telefon / Handy

Die angegebenen Daten verarbeiten wir auf Basis der Beitrittserklärung und der damit begründeten Mitgliedschaft zu deren Abwicklung gemäß unseren Statuten, insbesondere für Zusendungen von Beitragsvorschreibungen sowie Informationen über aktuelle Veranstaltungen und unserer sonstigen, vor allem auch politischen, Tätigkeiten.

❑ Ich will nur dem Seniorenbund angehören.

❑ Ich will dem Seniorenbund und der Vorarlberger Volkspartei angehören.

❑ Ich bin einverstanden, Printmedien und den Newsletter vom Seniorenbund zu erhalten. Ich stimme zu, dass die obgenannten Daten zur Zusendung von Printmedien und des Newsletters verwendet werden dürfen. Die Einwilligung kann jederzeit widerrufen werden.

❑ Ich stimme zu, dass personenbezogene Fotos vom Seniorenbund in den Printmedien und im Newsletter veröffentlicht werden dürfen.

Unterschrift

Ort, Datum

Bitte die genaue Anschrift z. B. Top und beim Namen auch einen Zweitnamen anführen.

SCHÖNE AKTIVREISE

144 Seniorenbundmitglieder folgten der Einladung des Seniorenbundes um Sonne, Natur, Erholung und traumhafte Ausflüge in Spanien zu genießen. Das schöne Ausflugsprogramm war sehr unterschiedlich und abwechslungsreich. Die Teilnehmer lernten Land und Leute kennen, beim Ausflug „Schätze der Costa Brava". Wir besuchten die Stadt Barcelona und das Kloster Montserrat, wo die Möglichkeit bestand, den weltberühmten Knabenchor mitzuerleben. Ebenfalls traumhaft war der Ausflug zum Cap de Creus, dem östlichsten Punkt der iberischen Halbinsel. Der Seniorenbund bedankt sich recht herzlich bei Gerti sowie Horst und Alwin die immer für eine tolle Stimmung sorgten, da sie in die Reisepension gehen. Danke für eure Jahrelange treue Begleitung. Danke auch an Angelika.

Reise nach Mariazell: Jedes Jahr fahren wir vom Seniorenbund zur Gnadenmutter nach Mariazell. Wir waren wieder bestens im Hotel Scherfler untergebracht. Gemeinsam besuchten wir die Heilige Messe. Bei der Rückreise machten wir in Kaprun halt und besichtigten noch den Hochgebirgsstausee Mooserboden. Weitere Fotos: www.mitdabei.at

Panflötengruppe: Unser Panflötengruppe die im Jänner begonnen hat, wurde von der evangelischen Gemeinde in die Kirche in Dornbirn zur Gestaltung einer Messe am Sonntag eingeladen. Panflötenlehrer Jacinto und unsere Panflötenfreunde freuten sich sehr über die Einladung. Nach dem Gottesdienst wurden alle vor der Kirche zu einem gemütlichen Hock mit Speis- und Trank eingeladen.

Bergtouren 2018: Am Mittwoch, 17. Oktober 2018 beschließen wir unser Bergtouren-Programm mit der Wanderung zur Grafenspitze. „Wir sagen herzlich Danke für das rege Interesse für unsere Bergtouren im abgelaufenen Jahr", so unsere Wanderführer. Wir freuen uns dann auf schöne Bergtouren im neuen Jahr 2019.

Raiffeisen
Meine Bank
M
e
I
N
ELBA
Online Sparen
Fonds
Wertpapiere
Bringen Sie
Ihr Geld in Bewegung.
Raiffeisen macht es Ihnen jetzt einfach: Ob Online Sparen, Fonds oder Wertpapiere – mit Mein ELBA können Sie Kurs und Tempo Ihrer Geldanlage mit ein paar Klicks selbst bestimmen. Und wie Sie Ihren Sparkurs richtig setzen, weiß Ihr Berater. geldinbewegung.raiffeisen.at
Raiffeisen
200