

3/2024 Seniorenbote

Mitteilungsblatt der Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund



„Ol(t)s HONDwerk“
im Mittelpunkt

URLAUBE 2025

Frühlingsfahrt, Erholungs-, Kur-
und Meerwochen ▶ **S. 7**

AUS DEM LEBEN

Die Geriatrie – ein Interview
über die Altersmedizin ▶ **S. 9**

EXPERTEN TEILEN MIT

Hinterbliebenenrente, Zivildienst,
RED Einkommensmeldungen ▶ **S. 10**

Jugendliche entdecken altes Handwerk

Im Sommer organisierten die Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund, der Heimatpflegeverband Südtirol und der Jugenddienst Lana-Tisens erstmals eine gemeinsame Woche für Jugendliche. Im Mittelpunkt dieser Initiative stand das alte Handwerk.

Das Schnölln von Goaßln, das Rattern von Nähmaschinen und das Klappern eines Mähdreschers – nur vom Zuhören könnte man meinen, man wäre in einem Film aus „anno dazumal“. Aber weit gefehlt: Wer genauer hinschaute, sah junge Menschen, die sich in alten Handwerken ausprobierten. Und genau das war das Ziel der „Ol(t)s HONDwerk“-Woche, die Ende Juli in Lana stattfand.

Dieses Sommerprojekt wurde von der Seniorenvereinigung, vom Heimatpflegeverband Südtirol und vom Jugenddienst Lana-Tisens ins Leben gerufen. Jugendliche zwischen 11 und 16 Jahren hatten eine Woche lang die Möglichkeit, alte Handwerke kennenzulernen.

Traditionen erhalten

„Wir als Heimatpflegeverband möchten durch Aktionen wie die Handwerkswoche den Wert traditioneller Kulturtechniken unterstreichen und dazu beitragen, sie in die Zukunft zu bringen“, so die Obfrau des Heimatpflegeverbandes Claudia Plaikner, die auch daran erinnerte, in welchem Kontrast die handwerkliche Arbeitsweise

zu den billig und schnell produzierten Produkten der heutigen Zeit steht.

Die Jugendlichen konnten sich in dieser Woche ein Bild davon machen, wie viel Zeit und Mühe es kostet, Dinge selbst herzustellen und welchen Wert diese dadurch gewinnen. Sie konnten sich eine Goaßl bauen, sich am Federkielsticken ausprobieren, blaue Schürzen oder Taschen nähen und sich am „Haflingerhof“ in Jenesien anschauen, wieviel Arbeit dahintersteckt, das Mehl für Brot – oder in ihrem Fall für die selbstgemachte Pizza – zu produzieren.

Der Landespräsidentin der Seniorenvereinigung, Theresia Agreiter Larcher, ist es wichtig, dass traditionelle Handwerke und bäuerliche Produkte, die am Verschwinden sind, durch Projekte wie diese an junge Leute weitergegeben werden und so noch weitere Generationen überdauern.

„Ein Erlebnis für alle Beteiligten“

Während der Woche lernten die Teilnehmer auch andere Jugendliche aus den umliegenden Gemeinden kennen. Gemeinsam wurde viel über die alten Produktionsmethoden, über Nachhaltigkeit und darüber,

wie man manches davon im Alltag einbauen kann, gesprochen. Begleitet wurden die Jugendlichen während der Woche von Max Franzelin und Simone Lanthaler, beide Jugendarbeiter im Jugenddienst Lana-Tisens.

Dem Jugenddienst ist es nicht nur ein Anliegen, kontinuierlich den Austausch der Jugendlichen untereinander zu fördern. Auch war es für die Jugendlichen ein tolles Erlebnis, zu sehen, was sie unter fachkundiger Anleitung mit ihren Händen alles (er-)schaffen können. „Durch solche Projekte entstehen nicht nur tolle Produkte, sondern auch neue Freundschaften und nachhaltige, prägende Erlebnisse für die Jugendlichen“, so Simone Lanthaler.

Zusammenfassend kann man sagen, dass die Woche, die in dieser Form als Pilotprojekt heuer erstmals ausgetragen wurde, für alle Beteiligten, für Jung und Alt, ein Erlebnis war, dessen Weiterführung in den nächsten Jahren wünschenswert ist.

Finanziell unterstützt wurde das Projekt von der Familienagentur und dem Amt für Jugendarbeit des Landes Südtirol sowie den Mitgliedsgemeinden und Mitgliedspfarreien des Jugenddienstes Lana-Tisens.

Jugenddienst Lana-Tisens



In der „Ol(t)s HONDwerk“-Woche konnten die Jugendlichen unter anderem ihre eigene Goaßl bauen und sich im Federkielsticken üben.

Altes Handwerk für alle Interessierten

Zum Erhalt von altem Handwerk bietet die Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund gemeinsam mit der SBB-Weiterbildungsgenossenschaft seit einiger Zeit auch Kurse für Erwachsene an.



Auch zum Thema „Traditionelle Zäune“ wird ein Kurs angeboten.

Unter dem Motto „Alte Traditionen neu erlernt“ finden jedes Jahr einige Praxisseminare statt, in denen ältere Bauersleute ihr Können und Wissen rund um traditionelle Kulturtechniken an Interessierte weitergeben. „Der Erhalt und die Pflege von Traditionen sind eines der wichtigsten Anliegen der Seniorenvereinigung. Deshalb rufen wir, gemeinsam mit unseren verschiedenen Partnerorganisationen, immer wieder Initiativen ins Leben, die die Weitergabe dieser Traditionen zum Inhalt haben“, erklärt die Landespräsidentin Theresia Agreiter Larcher.

Im Rahmen der Reihe mit der SBB-Weiterbildungsgenossenschaft stehen in der heurigen Weiterbildungssaison die Kurse „Stricken für Anfänger“ mit Theresia Agreiter Larcher, „Frigelesupp und Ofenplent“ mit Mali Höller sowie „Körbe flechten“ mit Peter Messner auf dem Programm.

Darüber hinaus bietet die SBB-Weiterbildungsgenossenschaft zusätzliche Veranstaltungen rund um die „Bäuerliche Kultur“ an, wie beispielsweise einen Goaßlbau- und einen Goaßlschnöllkurs, einen Kurs zum Stricken eines Sarners und einen zum Bau

eines Speltenzauns sowie einen Kurs zur bäuerlichen Hausapotheke und einen zur Ahnenforschung.

Gesamtes Angebot in der Broschüre

Die Details zu all diesen Angeboten bzw. das gesamte Weiterbildungsangebot der neuen Saison 2024/2025 finden sich in der Weiterbildungsbroschüre, die vor Kurzem erschienen ist. Das Angebot reicht von Lehrgängen über Lehrfahrten, Seminare, Webinare, Farminare und Workshops bis hin zu den Pflichtkursen im Bereich „Arbeitssicherheit“. Es gibt wieder bewährte Kurse, aber auch viel Neues zur Land- und Forstwirtschaft, zur Jagd, zum Unternehmen Bauernhof, für Zu- und Nebenerwerb, zu Energie und Nachhaltigkeit, fürs Bauen und eben auch zu bäuerlichen Traditionen.

Die Broschüre liegt im Hauptsitz und in den Bezirksbüros des Südtiroler Bauernbundes auf und kann im Internet unter www.sbb.it/weiterbildung gelesen werden. Kontaktiert werden kann die SBB-Weiterbildungsgenossenschaft unter Tel. 0471 999335 und E-Mail weiterbildung@sbb.it.

Inhalt

- 2 TITELGESCHICHTE**
Altes Handwerk
- 4 VON SENIOREN FÜR SENIOREN**
Tagung „Mentale Gesundheit“
Tagesfahrten 2024
Kegeln des Tiroler Seniorenbundes
Urlaube 2024
Urlaube 2025
- 8 AUS DEM LANDESAUSSCHUSS**
Sommersitzung
Interessensvertretung
- 9 AUS DEM LEBEN**
- 10 EXPERTEN TEILEN MIT**
- 11 AUS DEN BEZIRKEN**
- 13 AUS DEN ORTSGRUPPEN**
- 16 INFORMIERT & NACHGEDACHT**
BNF-Kartenaktion
Gedanken von Josef Torggler

IMPRESSUM

Eigentümer und Herausgeber:

Südtiroler Bauernbundgenossenschaft,
Kanonikus-Michael-Gamper-Straße 5, 39100 Bozen

Druck: Grafische Betriebe Athesia Druck, Bozen

Schriftleitung:

Kanonikus-Michael-Gamper-Straße 5, 39100 Bozen,
Tel.: 0471 999328, Fax: 0471 999488,
E-Mail: seniorenvereinigung@sbb.it

Chefredakteur und presserechtlich

verantwortlich: Bernhard Christanell

Redaktion: Karin Alber, Barbara Veit

Grafische Gestaltung: Ulrike Cassar

R.O.C.: 006699

Erscheint dreimal jährlich.

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung des Autors wieder.



Tagung der bäuerlichen Organisationen

Im November veranstalteten die bäuerlichen Organisationen in Partnerschaft mit der Landwirtschaftlichen Hauptgenossenschaft auf der Haselburg in Bozen eine gemeinsame Fachtagung. Unter dem Motto „Landwirtschaft im Gleichgewicht“ ging es um die mentale Gesundheit als Fundament für ein gutes Leben und ein erfolgreiches Arbeiten.

Eine Mehrfachbelastung durch die Arbeit in der Landwirtschaft und im Nebenerwerb, dazu die Familie und Ehrenämter, Zeitdruck und oft eine nicht einfache finanzielle Situation: Bäuerinnen und Bauern sind nicht selten mit Stress und Überforderung konfrontiert.

Um dennoch seelisch gesund zu bleiben und schwierige Lagen gut zu meistern, sollte jede und jeder mehr auf sich achten. „Dazu gehört, Prioritäten bei der Arbeit zu setzen und immer wieder Auszeiten einzuplanen, auch und gerade, wenn es viel Arbeit gibt“, riet die erste Referentin der gemeinsamen Fachtagung, die Psychologin Lisa Gamper, die selbst von einem Bergbauernhof im Ultental stammt und die Landwirtschaft daher gut kennt.

Ein weit verbreiteter Irrglaube sei, dass man an der eigenen Situation nichts ändern könne und Stress einfach zur Arbeit dazugehöre. „Die Wahrheit ist, dass wir selbst sehr viel bewirken können“, so Gamper. Ebenso wichtig sei es, Vertrauen in andere Menschen zu haben und Aufgaben auch mal abzugeben.

Über die Kraft der Gedanken sprach der zweite Referent, der Pusterer Mentalcoach Valentin Piffrader, und machte dies anhand einer Wanderung von Bruneck bis zur Ahrquelle deutlich. Um psychisch stark und widerstandsfähig zu sein, ist mentale Flexibilität wichtig, das heißt Gedanken, Gefühle und Verhalten wahrzunehmen, sich diese bewusst zu machen, um dann die richtigen Entscheidungen zu treffen. Wesentlich ist dabei, achtsam zu sein.

Mit einigen einfachen Übungen lässt sich die mentale Stärke trainieren. „Wir sollten mindestens einmal am Tag auf ein positives Erlebnis achten und diesen Moment genießen. Wer möchte, kann dieses Erlebnis auch aufschreiben oder jemandem erzählen“, so Piffrader. Wissenschaftliche Studien hätten zudem gezeigt, dass ein Dankbarkeits-Tagebuch, wo täglich aufgeschrieben wird, was am Tag gut war,



Die Organisatoren und Referenten der Tagung: (v. l.) Daniel Gasser, Anna Knottner, Valentin Piffrader, Heidi Margesin, Theresia Agreiter Larcher, Nicole Irsara, Lisa Gamper, Alexandra Silvestri und Raffael Peer

ähnlich wirkt wie ein Medikament gegen eine psychische Störung. „Zur mentalen Gesundheit trägt auch bei, sich auf die Stärken zu konzentrieren und nicht auf die Schwächen“, ergänzte der Mentalcoach.

Wenn alles zu viel wird

Wenn die Belastung trotz allem zu hoch wird oder es Konflikte zwischen den Generationen am Hof oder in der Partnerschaft gibt, hilft die Lebensberatung für die bäuerliche Familie. „Gemeinsam mit freiwilligen Lebensberaterinnen und Lebensberatern werden Wege aus einem Konflikt gesucht“, erklärte Nicole Irsara, die Koordinatorin der Lebensberatung. Klar müsse sein, dass es am Hof nur dann gutgeht, wenn es den Menschen gutgeht.

Erste Hilfe für die Seele bei schweren Unfällen, plötzlichen Todesfällen oder weiteren akuten, schwierigen Situationen bietet die Notfallseelsorge des Weißen Kreuzes. „Wir begleiten Menschen und zeigen ihnen den Weg in die neue Normalität“, berichtete Notfallseelgerin Alexandra Silvestri. Vor allem aber helfe

die Notfallseelsorge, für sich einen Weg zu finden, um mit einer schwierigen Situation umzugehen.

„Bitte schaut auf euch“

Heidi Margesin, die Bezirksbäuerin des Burggrafenamtes, appellierte, gegenseitig auf sich zu schauen. Zudem gebe es in der bäuerlichen Welt ein starkes Netzwerk, auf das jede und jeder bauen könne. Bauernbund-Landesobmann Daniel Gasser erinnerte, dass es neben der Bäuerlichen Lebensberatung auch den Bäuerlichen Notstandsfonds gebe, der ebenfalls in schwierigen Situationen helfend zur Seite stehe. Raffael Peer und Anna Knottner, Landesobmann und Landesleiterin der Bauernjugend, unterstrichen, dass der Geist genauso wichtig sei wie der Körper. Gut gehe es Menschen nur dann, wenn beide gesund seien. Die Landespräsidentin der Seniorenvereinigung, Theresia Agreiter Larcher, erklärte, wie wichtig es sei, die mentale Gesundheit gemeinsam in den Mittelpunkt zu stellen.

Michael Deltedesco

TAGESFAHRTEN 2024

Auf Entdeckungstour durch Südtirol

Im Mai und im November organisierte die Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund jeweils eine Tagesfahrt auf Landesebene. Dieses Mal führten sie ins Pustertal und ins Eisacktal.

„Der Grund, warum wir seit Kurzem wieder Tagesfahrten auf Landesebene organisieren, ist zum einen der, dass einige unserer Mitglieder lieber nur für einen Tag wegfahren als für mehrere Tage, wie es beispielsweise bei den Urlauben der Fall ist. Und zum anderen ermöglichen wir dadurch allen unseren Mitgliedern, einen Ausflug mit uns zu machen, da wir ja nicht in jedem Dorf eine Ortsgruppe haben“, sagte die Landespräsidentin Theresia Agreiter Larcher.

Begleitet wurden beide Fahrten von Martina Plörer, Bezirkspräsidentin Vinschgau und geprüfte Fremdenführerin, die den Senioren das Wichtigste entlang der jeweiligen Strecke erklärte. So ging sie auf die Orte und Sehenswürdigkeiten ein und sprach über die Geschichte und Geografie sowie Landwirtschaft der Umgebung.

Auch die Landespräsidentin war bei beiden Fahrten mit dabei und nutzte diese Gelegenheiten vor allem, um mit den Teilnehmern ins Gespräch zu kommen. „Das ist das Schönste an unseren Fahrten, man lernt neue Leute kennen und in unserer Gemeinschaft fühlen sich alle immer gleich wohl“, so Theresia Agreiter Larcher.

Vom Kräuterhof über den Wallfahrtsort bis hin zum Schloss

Die Tagesfahrt im Mai ins Pustertal führte die Teilnehmer zum Kräuterhof „Hauser“ in Wielenberg bei Percha. Auf diesem auf 1.150 Metern gelegenen Hof werden seit rund zehn Jahren Kräuter angebaut und über den Hofladen, der im einzigen Naturstammhaus Südtirols untergebracht ist, und über den Bauernmarkt in Bruneck direktvermarktet. Angebaut werden rund 120 verschiedene Kräuter, insgesamt rund 2,5 Tonnen jährlich, die unter anderem zu Tees, Sirupen, Schnäpsen, Gewürzen und Salzen sowie zu Salben und ätherischen Ölen verarbeitet werden.

Zum Mittagessen ging es dann weiter nach Maria Saalen bei St. Lorenzen, einem der schönsten Wallfahrtsorte im Pustertal. Nach dem Mittagessen im historischen Gasthof „Saalerwirt“ ging es für eine gemeinsame Andacht in die Wallfahrtskirche. Diese Kirche ist Unserer Lieben Frau von Loreto geweiht und beinhaltet eine schwarze Muttergottes.

Abgerundet wurde die Fahrt mit dem Besuch des Messner Mountain Museums „Ripa“ auf Schloss Bruneck. Im Mittelpunkt dieses Museums steht die Lebensweise der Bewohner der wichtigsten Bergregionen zwischen Alpen und Himalaja, Anden und Afrika.

Von hofeigenen Produkten bis hin zu historischen Schätzen

Das erste Ziel der Tagesfahrt im November ins Eisacktal bildete der „Haidnerhof“ oberhalb von Brixen. Dieser wurde erstmals im 12. Jahrhundert erwähnt und dürfte somit einer der ältesten Höfe der Umgebung sein. In den letzten Jahren wurde er umfassend saniert und beeindruckt heute mit seiner historischen Bausubstanz. Neben dem Weinhof selbst umfasst er auch einen Buschenschank, drei Ferienwohnungen und eine Hofbrennerei. Bei der Führung durch die Brennerei und beim anschließenden Mittagessen im Buschenschank konnten sich die Teilnehmer selbst von der guten Qualität der hofeigenen Produkte überzeugen.

Am Nachmittag bildete die Hofburg in Brixen das Ziel der Gruppe. Seit 1901 befindet sich dort das Diözesanmuseum, welches in über 70 Sälen den Domschatz und Kunstwerke vom Mittelalter bis ins 20. Jahrhundert sowie eine Krippenausstellung und verschiedene Sonderausstellungen umfasst. Mit etwas Freizeit in der Bischofsstadt endete dieser schöne Ausflugstag.

TIROLER SENIORENBUND

Kegeln in Kramsach



Die Mannschaft Freienfeld mit Christoph Schultes vom Tiroler Seniorenbund (1. v. r.)

Am 22. und 23. Oktober fand in Kramsach die Landeskegelmeisterschaft des Tiroler Seniorenbundes statt. Unter den 18 Mannschaften und 12 Einzelstärtern fanden sich auch Kegelbegeisterte der Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund: vier Mannschaften zu je fünf Personen und sieben Einzelstarter aus Freienfeld, Jenesien, Völser Aicha und Wiesen/Pfitsch.

Die Teams aus Südtirol traten in einer eigenen Gästeklasse an. Hier siegte die Mannschaft Freienfeld mit 1.143 Holz vor Völser Aicha mit 1.070 Holz und Wiesen/Pfitsch mit 1.040 Holz. Bei den Tiroler Mannschaften siegte Neustift I mit 1.287 Holz.

In der Einzelwertung, in der alle Teilnehmenden berücksichtigt wurden, belegten ebenfalls die Freienfelder die besten Plätze für Südtirol: Anni Staffler sicherte sich mit 242 Holz den siebten Platz bei den Frauen und Hans Sparber mit 244 Holz den 13. Platz bei den Männern. Ralph Ribis, Neustift I, 285 Holz, und Hedi Strasser, Volders I, 276 Holz, sicherten sich die jeweils ersten Plätze in dieser Wertung.

Die Mannschaftsmitglieder aus Jenesien erspielten 958 Holz. Sie gedachten an diesem Tag ihrem bisherigen Mannschaftsführer Hans Reichhalter, der zwei Wochen vorher plötzlich und unerwartet verstorben war. „Das Kegeln hat unserem lieben Hans große Freude gemacht und wir möchten das, was er in unserer Guppe aufgebaut hat, in seinem Sinn fortführen“, so die Keglerinnen und Kegler aus Jenesien.

FRÜHLINGSFAHRT 2024

Toskana „einmal anders“

Im April organisierte die Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund in Zusammenarbeit mit dem Reiseunternehmen „Primus Touristik Silbernagl“ eine fünftägige Busreise in die Toskana. 41 Personen nahmen daran teil.

Ziel dieser Frühlingsfahrt war es, den „klassischen“ Touristenzielen zu entfliehen und die verborgenen Schönheiten der Toskana zu entdecken.

Ausgangspunkt war das malerische Kunststädtchen Pietrasanta, berühmt für seine Bildhauerei und die Weiterverarbeitung des weißen Carrara-Marmors. Der zweite Tag führte nach Lucca mit seinem historischen Stadtkern und seiner charakteristischen Architektur mit zahlreichen Türmen und antiken Kirchen. Volterra mit Besichtigung der mittelalterlichen Altstadt war das nächste Ziel. Hier konnte zudem ein Betrieb besucht werden, der den bekannten „Pecorino“ herstellt.

Einen weiteren Programmpunkt bildeten die Marmorsteinbrüche von Carrara. Das



Die Teilnehmer der Frühlingsfahrt in die Toskana

„weiße Gold“ wurde schon von den „alten Römern“ abgebaut und ist mit das Faszinierendste, was die Toskana zu bieten hat. Hier hat auch schon Michelangelo den Marmor

für seinen berühmten David ausgesucht. Zum Schluss wurden die Teilnehmer noch zu einem Abendessen in einer typisch toskanischen „Bisteccheria“ erwartet.

ERHOLUNGSWOCHEN 2024

Urlaub „zu Hause“

Wie jedes Jahr, fanden auch im heurigen Frühling wieder die beliebten Erholungswochen der Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund statt. Auch dieses Mal ging es nach Klobenstein/Ritten und Montal/St. Lorenzen.

24 Teilnehmer verbrachten eine gemütliche Woche im Hotel „Bemelmans Post“ in Klobenstein/Ritten. Die schöne Umgebung des Hotels lud zu Spaziergängen oder zum Entspannen im Park und Wellnessbereich des Hotels ein.

Natürlich war auch für Unterhaltung bestens gesorgt: So traf sich die Gruppe in den gemütlichen Stuben zum Watten und gar einige nahmen auch an den morgendlichen Wassergymnastik-Einheiten teil. Einen festlichen Abschluss der gelungenen

Woche bildete schließlich ein Galadinner mit Musik.

Für alle etwas dabei

Herzlich aufgenommen wurden auch die 78 Teilnehmer, die an der Erholungswoche im Wirtshaushotel „Alpenrose“ in Montal/St. Lorenzen teilnahmen. Die Gäste erwartete ein abwechslungsreiches Programm: So wurde unter anderem ein Tagesausflug ins Gadertal mit Besichtigung des Museums in St. Martin in Thurn organisiert, der mit dem Besuch der Grabstätte des Pfarrers Videsott in Wengen zu Ende ging. Tägliche Einheiten mit Tanz und Wassergymnastik hielten die Urlauber fit und beim Preiswatten sowie Preiskegeln wurden der Kampfgeist unter Beweis gestellt und viel gelacht.



Die Teilnehmer der Erholungswoche in Montal/St. Lorenzen

URLAUBE 2025

Angebote im Frühling und Sommer

Im nächsten Frühling und Sommer organisiert die Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund wieder verschiedene Urlaube. Die Anmeldungen dazu sind ab sofort möglich!

Zur Auswahl stehen folgende Angebote, die Erholung, Unterhaltung und ein buntes Programm bieten:

Frühlingsfahrt nach Osttirol und Kärnten

Termin: Mo., 7. bis Do., 10.4.2025 (Anmeldeschluss: Fr., 14.2.2025)

Leistungen: Hin- und Rückfahrt ab/bis Mals durch das Pustertal, Busfahrten vor Ort, Unterkunft mit Halbpension und vier Mittagessen (ohne Getränke), Programm mit verschiedenen Besichtigungen, Begleitung durch die Seniorenvereinigung

Inhalt: Osttirol: Besuch des Schafwollverarbeitungsbetriebs „Villgrater Natur“, der Wallfahrtskirche Maria Schnee mit dem Wilderergrab und des 300 Jahre alten „Wurzerhof“ im Villgratental; Kärnten: Besichtigung der Städte Klagenfurt und Villach, der Wallfahrtsorte Maria Wörth am Wörthersee und Maria Luggau im Lesachtal sowie eines Biobauernhofs; Pustertal: Besuch der Schaukäserei „Drei Zinnen“ in Toblach

Gebühr: 700 Euro pro Person im Doppelzimmer und 820 Euro im Einzelzimmer

Information und Anmeldung: Landessekretariat, Tel.: 0471 999328, E-Mail: seniorenvereinigung@sbb.it

Diese Fahrt wird in Zusammenarbeit mit „Martelltal Reisen“ organisiert.

Erholungswoche in Montal/St. Lorenzen

Ort: Wirtshaushotel „Alpenrose“***S in Montal/St. Lorenzen

Termin: Sa., 26.4. bis Sa., 3.5.2025

Leistungen: Unterkunft mit Vollpension und Getränken während der Mahlzeiten, Nutzung des Wellnessbereichs mit Hallenschwimmbad und Saunen, Programm sowie Begleitung durch die Gastgeberfamilie Gräber mit Team und die Seniorenvereinigung

Gebühr: 490 Euro pro Person im Doppelzimmer und 595 Euro im Einzelzimmer

Information und Anmeldung: Landessekretariat, Tel.: 0471 999328, E-Mail: seniorenvereinigung@sbb.it

Kurwoche in Abano Terme

Ort: Hotel „Plaza“**** in Abano Terme

Termin: Mo., 24. bis So., 30.3.2025 (Anmeldeschluss: Mo., 20.1.2025)

Leistungen: Hin- und Rückfahrt ab/bis Schlanders und Bruneck, Unterkunft mit Vollpension und Getränken während der Mahlzeiten, Nutzung der Wellness-Area mit Thermalbädern und Kneipp-Parcour und des Cristalia-Spa mit Dampfbad, finnischer Sauna, Eiswasserfall und Relax-Bereich, Komplettschutzversicherung, Reisebegleitung

Gebühr: 870 Euro pro Person im Doppelzimmer und 980 Euro im Einzelzimmer

Information und Anmeldung: „Primus Touristik“, Tel.: 0471 059906, E-Mail: stefania.bernardini@primus.bz

Diese Woche wird in Zusammenarbeit mit „Primus Touristik“ organisiert.

Meerwochen in Igea Marina

Ort: Hotel „Gardenia“*** in Igea Marina (Provinz Rimini)

1. Termin: Sa., 21. bis Sa., 28.6.2025 (Anmeldeschluss: Mi., 28.5.2025)

2. Termin: Sa., 23. bis Sa., 30.8.2025 (Anmeldeschluss: Fr., 25.7.2025)

Leistungen: Hin- und Rückfahrt ab/bis Schlanders und Bruneck, Unterkunft mit Vollpension und Getränken während der Mahlzeiten, Nutzung des Schwimmbads, Strandservice (1 Sonnenschirm und 2 Liegen pro Zimmer), Komplettschutzversicherung, Reisebegleitung

Gebühr: 935 Euro pro Person im Doppelzimmer und 1.185 Euro im Einzelzimmer

Information und Anmeldung: „Primus Touristik“, Tel.: 0471 059906, E-Mail: stefania.bernardini@primus.bz

Diese Wochen werden in Zusammenarbeit mit „Primus Touristik“ organisiert.

MEERWOCHE 2024

Schöne Tage am Meer

Im Juni und August organisierte die Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund in Zusammenarbeit mit dem Reiseunternehmen „Primus Touristik Silbernagl“ zwei Meerwochen für die bäuerliche Familie an der Adria.

Die beiden Wochen fanden im Hotel „Gardenia“ in Igea Marina (Provinz Rimini) statt. An der ersten Woche nahmen 24 Personen teil, an der zweiten 31. Begleitet wurden sie von den erfahrenen Reisebegleiterinnen Marianna Mair Mair aus Völs am Schlern und Hildegard Pircher Messner aus dem Sarntal, die sich aufmerksam und zuvorkommend um alle und alles kümmerten.

Die Teilnehmer genossen die schönen Sommertage am Strand und im Wasser. Einige nutzten die Zeit auch zum Spazieren gehen und machten dabei den einen oder anderen Abstecher zu einem der Märkte im Ort. Andere nahmen fleißig bei den Gymnastik-Angeboten im Schwimmbad und am Strand teil. Aber auch die Boccia-Bahn und selbstverständlich das eine oder andere „Watterle“ in der Hotelbar begeisterten.

Ein ganz besonderes Highlight konnte die August-Gruppe miterleben: Die Urlauber besuchten eine Hl. Messe, die bei Sonnenaufgang direkt am Meer stattfand.

Ein Preiswatten und ein Gala-Abend im Hotel rundeten das Angebot ab. Am Ende kamen alle gut erholt sowie um neue Freundschaften und schöne Eindrücke reicher wieder nach Hause zurück.



Die Teilnehmer der August-Woche mit der Reisebegleiterin Hildegard Pircher Messner (2. v. r.)

SOMMERSITZUNG

Zu Gast im Altfasstal

Die Sommersitzung des Landesausschusses der Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund findet jedes Jahr im Juli an einem anderen Ort statt: Heuer wurde sie auf der „Großberghütte“ im Altfasstal bei Meransen abgehalten.

Neben der Landespräsidentin und ihren beiden Stellvertretern sowie den fünf Bezirkspräsidenten nahmen an dieser Sitzung auch die beiden Ehrenpräsidenten Johann Messner und Gottfried Oberstaller, das Ehrenmitglied Herta Ploner, der Bauernbund-Landesobmannstellvertreter Manfred Vallazza und die Bezirkspräsidenten-Stellvertreter Anna Schatzer, Toni Falser und Erich Mair teil.

Treffpunkt war der Parkplatz Altfasstal, von wo aus die Gruppe über die bequeme Forststraße zur „Großberghütte“ wanderte. Bei der Sitzung stand in erster Linie die Tätigkeit der Vereinigung im Jahr 2024 auf der Tagesordnung. Begeistert über das vielseitige Programm zeigten sich die beiden Ehrenpräsidenten: „Es ist schön, zu sehen, dass unsere Arbeit, die wir vor vielen Jahren begonnen haben, so gut weitergeht!“ In diesem Zusammenhang waren sich alle einig: Es geht nicht darum, aufwändige Veranstaltungen zu organisieren, am wichtigsten ist es, die Gemeinschaft zu fördern und dabei möglichst viele Senioren anzusprechen und miteinzubeziehen.

Im Anschluss aßen alle gemeinsam zu Mittag. Danach blieb noch Zeit, um ein Stück zu wandern oder einen Watter zu machen.



Die Teilnehmer der heurigen Sommersitzung

INTERESSENSVERTRETUNG

Seniorenvereinigung trifft Seniorenbund

Im Oktober trafen sich die Mitglieder des Landesausschusses der Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund mit Otto von Dellemann in seiner Funktion als Vorsitzender des Südtiroler Seniorenbundes.



Die Mitglieder des Landesausschusses mit Otto von Dellemann, dem Vorsitzenden des Südtiroler Seniorenbundes (6. v. l.)

„Der Südtiroler Seniorenbund wurde vor zehn Jahren gegründet. Vor dem Hintergrund, dass es in unserem Land viele Organisationen gibt, die Seniorenarbeit machen, entstand die Idee, eine Plattform zu initiieren, in der diese Organisationen zusammenarbeiten können“, schilderte Otto von Dellemann, der dem Seniorenbund seit seiner Gründung vorsteht. Heute gehören diesem Dachverband 18 Organisationen an, unter anderem die Seniorenvereinigung. „Auch wenn alle Organisationen etwas anders strukturiert sind, geht es uns um dieselben Menschen, nämlich die in Südtirol lebende Generation 60+“, ergänzte er.

Die Tätigkeit des Seniorenbundes umfasst in erster Linie den Austausch mit Entscheidungsträgern, deren Bereich die Senioren betrifft. Dabei geht es darum, sich einerseits aus erster Hand zu informieren und andererseits die eigenen Anliegen vorzubringen.

Aktuell steht die Frage, den Seniorenbund als „richtigen“ Verein zu gründen, zur Debatte. „Wenn man bedenkt, dass die Seniorinnen und Senioren bald 30 Prozent der Bevölkerung im Land ausmachen werden, hätten wir als institutionalisierter Dachverband eine große Durchschlagskraft. Damit könnten wir die Interessen unserer

Mitglieder in Zukunft noch besser vertreten“, so der Vorsitzende.

Wo bleibt der Seniorenanwalt?

Daneben thematisierten die Anwesenden unter anderem auch den vom Landesgesetz zum Aktiven Altern vorgesehenen Seniorenanwalt. Im Unterschied zu den anderen „Anwälten des Landes“ wurde er bis dato nicht eingesetzt. „Wir sind sehr enttäuscht und verärgert, dass in diesem Punkt nichts weitergeht und wir so hingehalten werden“, betonten die Landesausschussmitglieder der Seniorenvereinigung. Sie forderten, dass dieser Teil des Gesetzes nun endlich auch umgesetzt wird!

Nicht zuletzt wurden auch Themen wie „Digitalisierung“ und „Rente“ angesprochen, mit denen sich alle Mitgliedsorganisationen des Südtiroler Seniorenbundes befassen.

Abschließend appellierte Otto von Dellemann an die Ausschussmitglieder der Seniorenvereinigung: „Lobbyismus, im positiven Sinn, kann nur der betreiben, den's betrifft. Daher müssen wir unsere Leute auffordern, mitzureden und mitzuentcheiden, und auch wir selbst müssen immer aktiv bleiben, denn nur so tut sich etwas.“

Der ältere Mensch im Mittelpunkt

Die Geriatrie widmet sich der umfassenden Behandlung von Menschen im höheren Lebensalter.

Der „Seniorenbote“ hat mit Dr.in Francesca Lubian, der Primarärztin der Geriatrie des Krankenhauses Bozen, über die Altersmedizin und die älteren Menschen im Allgemeinen gesprochen.

„Seniorenbote“: Was ist die Geriatrie?

Dr.in Francesca Lubian: Die Geriatrie ist das Fachgebiet der Medizin, das sich mit älteren Menschen und altersbedingten Krankheiten befasst. Sie widmet sich insbesondere dem sogenannten „fragilen, polypathologischen, komplexen Patienten“, der in seiner Gesamtheit und nicht nur im Hinblick auf die Krankheiten, an denen er leidet, betrachtet werden muss.

Wer kann/muss sich an die Geriatrie wenden?

Die Geriatrie ist eine Akutstation, zu der Patienten über 75 Jahre über die Notaufnahme Zugang haben. Wie erwähnt, sind sie besonders „fragil“ und „komplex“. Zur Geriatrie des Krankenhauses Bozen gehört auch die Memory Clinic, an die sich Menschen wenden, die erste kognitive Defizite aufweisen. Die Überweisung kann mit Bewilligung des Hausarztes oder eines anderen Facharztes erfolgen. Ein weiterer Schwerpunkt der Geriatrie Bozen ist die Osteoporose und die Beobachtung von Menschen, die bereits eine Fraktur erlitten haben oder bei denen ein hohes Frakturrisiko besteht. Aus diesem Grund gibt es auch ein Ambulatorium, das sich mit dem Knochenstoffwechsel beschäftigt. Ein Geriater ist während der Woche sogar auf der orthopädischen Station anwesend, um gemeinsam mit dem Orthopäden ältere Menschen zu betreuen, die eine Femurfraktur (Oberschenkelbruch) erlitten haben.

Was macht die Geriatrie so interessant?

Die Besonderheit der Geriatrie besteht darin, den Patienten in seiner Gesamtheit zu betrachten und ihn auf der Grundlage einer multidimensionalen Bewertung zu beurteilen. Der Patient wird also nicht nur aus klinischer, sondern auch aus funktionaler und sozialer Sicht betrachtet.

Wie beurteilen Sie die Gesundheit der Senioren in Südtirol im Allgemeinen?

Die Daten der Landesgesundheitsbeobachtungsstelle und die ministeriellen Daten des Überwachungssystems „Passi d'Argento“ zeigen, dass die Südtiroler Bevölkerung über 65 Jahre eine geringere Zahl an chronischen Krankheiten als der nationale Durchschnitt aufweist, einen besseren Lebensstil, der auf Bewegung, Obst- und Gemüsekonsum gründet, und eine geringere Auswirkung von sensorischen Defiziten (verminderte Seh- und Hörfähigkeit). Hinsichtlich der Zahl der Stürze liegt Südtirol jedoch über dem nationalen Durchschnitt. Das Gleiche gilt für den Alkoholkonsum und damit für alkoholbedingte Krankheiten.

Was raten Sie älteren Menschen, um besser und möglichst positiv durch das Alter und auch durch die dunkle Jahreszeit zu kommen?

Bewegung und Kontakt zu anderen Menschen tragen gemeinsam zu einer guten Funktion des Bewegungsapparats und des Gehirns, zur Kontrolle des Körpergewichts, zur funktionellen Unabhängigkeit und zur Erhaltung des psychischen Wohlbefindens bei. Bewegungsarmut und soziale Isolation sind hingegen zwei wesentliche Risikofaktoren für „Fragilität“. Aus diesem Grund sind spezifische Initiativen, die eine gesunde Lebensweise fördern, von größter Bedeutung. Vor Kurzem hat die Geriatrie des Krankenhauses Bozen in enger Zusammenarbeit mit dem Sportmedizinischen Dienst des Gesundheitsamtes Bozen im Rahmen des Landespräventionsplans 2021–2025 eine spezifische Initiative entwickelt, um die „Fragilität“ älterer Menschen aufzufangen und ihr entgegenzuwirken. Eine Untersuchung hat gezeigt, dass die meisten Personen mit dem Risiko der Bewegungsarmut und sozialen Isolation in den größeren Südtiroler Städten leben. Auf der Grundlage dieser Erkenntnisse wird der Sanitätsbetrieb ab 2025 Aktivitäten für ältere Menschen besonders fördern. Es

werden auch Instrumente ausgearbeitet, die den Menschen helfen sollen, die in der Provinz angebotenen Initiativen auszuwählen, die am besten geeignet sind, einen gesunden Lebensstil in dieser Altersgruppe zu fördern, vor allem zu Jahreszeiten, in denen die Aktivitäten im Freien eingeschränkt sein können.

Wie wird sich die Geriatrie in den nächsten Jahren weiterentwickeln bzw. verändern?

Neue Technologien haben in den letzten Jahren auch die Medizin stark beeinflusst. Die Telemedizin findet zum Beispiel immer mehr Verbreitung, auch dank der Unterstützung der Nationalen Forschungsprogramme. Ich sehe die Anwendung dieser in der Geriatrie als sehr vorteilhaft für ältere Patienten an, die aufgrund ihrer geografischen Entfernung oder ihrer kognitiven und körperlichen Beeinträchtigung nur schwer in die Ambulatorien gebracht werden können. Eine Geriatrie der Zukunft, die also auch dank der neuen Technologien in das Territorium gebracht wird.



Dr.in Francesca Lubian leitet als Primarärztin die Geriatrie des Krankenhauses Bozen.

INFORMATION II

Zivilinvaldität

Für Zivilinvaliden sind je nach Höhe des Invalditätsgrads verschiedene Leistungen vorgesehen, um die angesucht werden kann.

Zivilinvaliden sind jene Personen, deren Invaldität oder Behinderung nicht durch einen Arbeits- oder Kriegsunfall hervorgerufen werden. Die Feststellung des Invalditätsgrads obliegt der Landesärztekommision. Nach Anerkennung der Invaldität sind für Zivilinvaliden je nach Höhe des Invalditätsgrads verschiedene Leistungen vorgesehen. Für Personen, die ohne eine Begleitperson im Alltag nicht zurechtkommen, kann um Begleitgeld angesucht werden.

Für das Jahr 2023 gelten folgende Maximaleinkommen: 19.461,12 Euro für Völlinvaliden, Blinde und Gehörlose und 5.725,48 Euro für Teilinvaliden (für Teilinvaliden wird das Einkommen aus Arbeit nur zur Hälfte berechnet).

INFORMATION III

RED Einkommensmeldungen

Die RED Einkommensmeldungen 2024 für das Jahr 2023 werden auch heuer wieder vom Renteninstitut NISF/INPS verlangt.

Mit dem Formblatt RED kann das Renteninstitut die einkommensabhängigen Sozialleistungen, die das NISF/INPS an viele Rentner auszahlt (Mindestrenten, Sozialzuschläge, Familienzulagen usw.), überprüfen. Aufgrund des erklärten Einkommens berechnet sich die Leistungshöhe. Demzufolge werden die ausbezahlten Sozialleistungen voll oder teilweise ausbezahlt bzw. ab Überschreitung einer bestimmten Einkommensgrenze sogar eingestellt.

Die Einladungsschreiben zur Abfassung der RED Einkommensmeldungen werden demnächst vom Patronat ENAPA im Südtiroler Bauernbund an all jene verschickt, die bereits im vorigen Jahr diesen Dienst beim Patronat beansprucht haben und auch heuer wieder die Meldungen machen müssen.

INFORMATION I

„Das Leben danach“

Bei Tod einer Person gibt es verschiedene soziale Leistungsformen für Hinterbliebene auf Staatsebene.

Der Verlust eines geliebten Menschen schmerzt und ist nicht in Worten auszudrücken. Unzählige organisatorische Dinge müssen bewältigt werden, wobei schnell der Überblick verloren werden kann. Im Folgenden daher eine Auflistung der sozialen Leistungsformen für Hinterbliebene auf Staatsebene.

Wer zählt zu den Hinterbliebenen?

- der/die Ehepartner/in,
- minderjährige und/oder arbeitsunfähige Kinder, Studenten bis zum 21. Lebensjahr, Hochschulstudenten bis zum 26. Lebensjahr,
- in Ausnahmefällen auch zu Lasten lebende Vorfahren und Geschwister.

Hinterbliebenenrente vom Renteninstitut NISF/INPS

Voraussetzungen: Der/Die Verstorbene muss insgesamt fünf effektive Versicherungsjahre (davon drei Jahre unmittelbar vor dem Tod) oder 15 effektive Versicherungsjahre aufweisen. Werden diese Versicherungsvoraussetzungen nicht erfüllt, sind andere Leistungsformen (Una Tantum oder Sterbegeld) für Hinterbliebene vorgesehen.

Weitere Bedingungen bzw. Unvereinbarkeit: Falls das Gesamteinkommen über den festgelegten Einkommensstufen liegt, wird eine gestaffelte Reduzierung vorgenommen. Sind anspruchsberechtigte Kinder vorhanden, gelten keine Einkommensgrenzen.

Höhe der Hinterbliebenenrente: Diese richtet sich anteilmäßig nach dem Rentenbetrag, welcher dem Verstorbenen zum Zeitpunkt des Ablebens zugestanden hätte.

Leistungen für Hinterbliebene vom Arbeitsunfallinstitut INAIL

Bei Tod einer Person in Folge eines Arbeitsunfalls oder einer Berufskrankheit haben Hinterbliebene folgende Leistungsansprüche:

- Hinterbliebenenrente: Die Höhe der Hinterbliebenenrente richtet sich anteilmäßig nach dem effektiv erzielten Arbeitseinkommen des Verstorbenen bzw. nach einem vom Staat festgelegten Jahreskonventionallohn.
- Begräbniskostenbeitrag: Verstirbt eine versicherte Person aufgrund eines Arbeitsunfalls oder an einer Berufskrankheit, so wird nach Rechnungsvorlage eine einmalige Auszahlung gewährt. Wenn es keine Hinterbliebene gibt, kann auch jene Person, welche die Begräbniskosten getragen hat, um den Beitrag ansuchen.

Una Tantum bei Unfalltod für Hinterbliebene

Verstirbt eine Person aufgrund eines tödlichen Arbeitsunfalls, erhalten die Hinterbliebene eine einmalige Auszahlung, unabhängig davon, ob der/die Verunfallte versichert war oder nicht.

Kontakte des Patronats ENAPA im Südtiroler Bauernbund

In jedem SBB-Bezirksbüro befindet sich eine Stelle des Patronats ENAPA. Diese sind für alle Bürger zugänglich und stehen für Informationen und für Beratungen zur Verfügung.
Bozen: 0471 999449 • Brixen: 0472 262420 • Bruneck: 0474 556820
Meran: 0473 213420 • Neumarkt: 0471 829420 • Schlanders: 0473 737820
Sterzing: 0472 767758 • www.sbb.it/patronat

BEZIRK BURGGRAFENAMT

Herbstausflug in den Süden Südtirols

Am Freitag, 6. September veranstaltete der Bezirk Burggrafenamt der Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund seinen traditionellen Herbstausflug. Dieser führte rund 70 Teilnehmer in den Süden Südtirols.

Der Bezirkspräsident Ernst Hofer begrüßte die Teilnehmer und freute sich, dass so viele der Einladung zum diesjährigen

Herbstausflug gefolgt waren. Weiters berichtete er über die aktuelle Tätigkeit des Landesausschusses und erklärte schließlich

den Ablauf des Ausflugs. Das erste Ziel bildete der Wallfahrtsort Maria Weißenstein. Gemeinsam mit den beiden Lektoren der Ortsgruppe St. Martin in Passeier, Vigil Raffl und Monika Schiefer Schwarz, feierte die Gruppe dort um 10 Uhr die Heilige Messe. Anschließend ging es weiter zur „Schönrastalm“ in Aldein, wo das Mittagessen stattfand. Diejenigen, die gut zu Fuß waren, spazierten bis zur Alm und die anderen fuhren mit dem Bus dorthin. Der Nachmittag verflug dann bei einem unterhaltsamen Ratscher.

Abschließend bedankte sich Ernst Hofer bei allen Teilnehmern und bei den Ortspräsidenten für ihr Mitkommen und Mittun.

August Kerschbamer



Die Burggräfler Senioren auf der „Schönrast“

ifibr - die schmerzlindernde Betauflage

Dein Schlüssel zu einem gesunden Leben.

Egal, ob du an Schlafparalyse leidest, Konzentrations-, Schlaf- oder Durchblutungsstörungen hast oder von Schmerzen gequält wirst – mit der **ifibr Betauflage** werden Beschwerden gelindert und du fühlst dich wieder entspannt und fit für den Tag.

Überzeuge dich jetzt von der innovativen Wirkungsweise der Fibrilium-Faser ohne jegliche Nebenwirkungen und für Menschen jeden Alters bestens geeignet.

Vereinbare einen Termin und lerne die schmerzlindernde Betauflage unverbindlich kennen – deinem Leben zuliebe!

Oskar Plangger, **Tel.** 335 5217001,
E-Mail: 102oskar@gmail.com

ifibr[®]
Feel the Nature

ifibr.com

**LINDERT
SCHMERZEN AUF
NATÜRLICHE ART
UND WEISE**

-  Schlafstörungen
-  Kopfschmerzen und Migräne
-  Gelenkbeschwerden
-  Rückenschmerzen
-  Durchblutungsstörungen
-  Menstruationsbeschwerden



BEZIRK BOZEN

Ausflug ins „stille Dorf“

Am Mittwoch, 16. Oktober war es wieder so weit: Die Senioren des Bezirks Bozen der Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund trafen sich zu ihrem alljährlichen Herbstausflug.

Vom Treffpunkt in Kardaun aus ging die Fahrt durch das schöne Etschtal hinauf Richtung Schnals. Unterwegs legten wir eine gemütliche Kaffeepause ein, was immer sehr gut ankommt. Weiter ging die Fahrt dann nach Karthaus, dem „stillen Dorf“ im Schnalstal, das unser Ziel war.

Dort angekommen, bewunderten wir den außergewöhnlichen Friedhof und hielten in der Pfarrkirche, die der Heiligen Anna geweiht ist, eine kurze Andacht ab. Geistig gestärkt, aber hungrig, gingen wir schließlich zum nahegelegenen Gasthof „Grüner“, wo wir freundlich empfangen und sehr gut bewirtet wurden.

Nach dem Essen erklärte uns der Hausherr die Geschichte und den gesamten Werdegang der Mönche von Karthaus und des Dorfes, das bei einem Vollbrand zerstört wurde. Bei der anschließenden Führung wurden uns auch die Überreste, wie zum Beispiel der Kreuzgang der Mönche, gezeigt und erklärt.

Karthaus ist ein geschichtliches Dorf, das uns alle sehr beeindruckt hat. Dankbar für die vielen Eindrücke fuhren wir wieder erfreut und zufrieden nach Hause zurück.

Toni Falser



Die Teilnehmer des Herbstausflugs nach Karthaus im Schnalstal

BEZIRK PUSTERTAL

Erstes „Bezirksfestl“ im Gadertal

Auf Einladung der Ortsgruppe San Martin-Antermëia (St. Martin-Untermoi) der Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund fand am Freitag, 6. September das erste „Bezirksfestl“ des Bezirks Pustertal statt.



Die Organisatoren und Ehrengäste des ersten „Bezirksfestls“ Pustertal

Für ihr erstes „Bezirksfestl“ ließen sich die Senioren des Bezirks Pustertal etwas ganz Besonderes einfallen: Als Austragungsort wurde das historische Museum Ladin auf Schloss Thurn in St. Martin in Thurn im Gadertal ausgewählt.

Gegen 9 Uhr trafen die ersten Gäste ein und die Gruppe wuchs allmählich auf rund 70 Teilnehmer an. Mit dem Lied „Willkommen, liebe Freunde“ wurde das Fest feierlich eröffnet. Unter den Ehrengästen befanden sich die Bezirkspräsidentin Pustertal Anna Hofbauer und ihre Vorgängerin Herta Ploner, die Landespräsidentin Theresia Agreiter Larcher und ihre beiden Stellvertreter Rita Vantsch Verginer und Johann Weissensteiner sowie Giovanni Mischí als Vertreter der Museumsdirektorin, der Bürgermeister von St. Martin in Thurn, Giorgio Costabiei, und Altlandeshauptmann Luis Durnwalder.

Ein Blick in die Vergangenheit

Nach der Begrüßung durch die Ehrengäste wurden die Senioren in mehreren Gruppen durch das Museum geführt.

Schloss Thurn, das um 1230 als Wohnturm errichtet und erst später zum derzeitigen Schloss ausgebaut wurde, vermittelt den Besuchern nun seit über 20 Jahren mit dem Museum Ladin einen lebendigen und interessanten Einblick in die Geschichte der Dolomitenladiner.

Im Anschluss an die Besichtigung genossen die Gäste einen Aperitif auf der Terrasse des Panoramacafés auf dem Schlossgelände, musikalisch umrahmt von Lois Kastlunger auf der Ziehorgel.

Zum Mittagessen begab sich die Gruppe ins Gasthaus „Posta“ in Pikkolein, wo bei schmackhaften Speisen und frohem Gesang der Tag ausklang. Mit dem Wunsch auf ein frohes Wiedersehen, rüstig und gesund beim nächsten Bezirkstreffen, verabschiedete man sich herzlich voneinander.

Ein besonderer Dank gilt der Ortsgruppe San Martin-Antermëia (St. Martin-Untermoi) mit ihrem Ortspräsidenten Gottfried Trebo für die hervorragende Organisation dieses Festes sowie der Leitung des Museums Ladin, der Gemeinde St. Martin in Thurn und der Raiffeisenkasse Gadertal für ihre Unterstützung.



WIR STELLEN UNS VOR

Ortsgruppe Morter

Gründungsjahr: 1992

Mitgliederzahl: 89

Ausschussmitglieder: Martha Federspiel (Präsidentin), Martina Plörer (Stellvertreterin), Helga Plörer (Kassierin), Dorothea Götsch (Schriftführerin), Annemarie Mair, Oswald Mall, Ottilia Parth und Inge Fuchs (Beiräte)

Tätigkeiten: Unser heuriger Sommerausflug führte nach St. Leonhard im Passeiertal. Dort besichtigten wir einen traditionellen Handwerksbetrieb zur Verarbeitung von Schafwolle samt Schneiderei und Geschäft. Dabei erfuhren wir auch, wie ein „Sarner“ gemacht wird. Anlässlich des Tags der Großeltern organisierten wir mit der Bauernjugend-Ortsgruppe ein Grillfest beim Wetterkreuz. Wir sorgten auch für Fahrgelegenheiten, sodass alle Interessierten daran teilnehmen konnten. Bei unserem Herbstfest im Kulturhaus konnten wir auch wieder zahlreiche Mitglieder begrüßen und gemeinsam einen schönen Tag verbringen. Wir servierten Gerstsuppe und Buchteln mit Vanillesoße, die allen schmeckten.

DAS IST UNS WICHTIG!

Füreinander da sein und aufeinander schauen ist eines unserer wichtigsten Anliegen. So achten wir bei unseren Veranstaltungen immer darauf, dass wirklich alle Senioren, von den fitten bis hin zu den schwachen, dabei sein können. Wir wollen niemanden vergessen und alle in unsere Gemeinschaft einbeziehen. **Der Ortsausschuss**

Ortsgruppe Laurein



Am 13. Oktober feierten wir das 25-jährige Bestehen unserer Ortsgruppe Laurein. Wir konnten rund 30 Mitglieder und Ehrengäste willkommen heißen. Nach dem Gottesdienst stärkten sich alle beim Frühschoppen der Bauernjugend, bevor es weiter in den Vereinssaal ging. Dort blickte Ortspräsident Robert Kollmann zurück und freute sich vor allem darüber, dass in dieser Zeit viele schöne Veranstaltungen abgehalten werden konnten. Weiters dankte er den Gönnern, und zwar der Gemeinde Laurein und der Raiffeisenkasse Ulten-St. Pankraz-Laurein. Einen der Höhepunkte bildete die Ehrung von Zilli Waldner für ihre langjährige Tätigkeit im Ortsausschuss, unter anderem auch als Ortspräsidentin. Mit einem Mittagessen, zubereitet von den Bäuerinnen, ließen wir den Tag ausklingen. **August Kerschbamer**

Ortsgruppe Innichen



Bei der letzten Jahresversammlung der Ortsgruppe Innichen brachten die Neuwahlen einen größeren Wechsel im Ortsausschuss mit sich. Die bisherige Ortspräsidentin Dora Jud hatte bereits in der Einladung angekündigt, dass sie und weitere Ausschussmitglieder bei den Wahlen nicht mehr antreten. 15 Jahre sind seit der Ortsgruppengründung vergangen, in denen eine gut eingespielte Gruppe vielfältige Aktivitäten umgesetzt hatte. Neben den Neuwahlen bildeten der Vortrag „Mutig nach vorne schauen“ von Toni Fiung, dem Familienseelsorger der Diözese Bozen-Brixen, und die Ehrungen der scheidenden Ausschussmitglieder die Höhepunkte der Veranstaltung. Mit einer Ehrenurkunde wurde ihnen allen für ihren jahrelangen, persönlichen und unentgeltlichen Einsatz zum Wohl der bäuerlichen Senioren und aller älterer Innichner gedankt. Mit der Verlesung der neugewählten Ausschussmitglieder und einer Marende wurde die denkwürdige Versammlung, mit der eine Ära zu Ende ging, abgeschlossen.

Peter Rainer Marer

Ortsgruppe Bruneck



Bei herrlichem Sommerwetter machten wir uns im Juli auf dem Weg ins Langtaufertal. Die Neugierde, durch dieses Tal zu fahren, das zur Gemeinde Graun im Vinschgau gehört, war bei allen groß. Der Taleingangsbereich ist eng, steil und tief geschnitten. Nach dem Weiler Pedross weitet sich das Tal. Melag ist der letzte Weiler und liegt auf 1.915 Meter. Dort gibt es eine „Erlebnisschule“, in der Schulklassen aus anderen Orten Südtirols die Naturlandschaft sowie die bäuerliche Arbeitswelt erleben können. In Melag angekommen, wanderten wir durch den Weiler und dann leicht ansteigend zur Melager Alm. Die Küche verwöhnte uns mit leckeren Speisen und der Durst wurde natürlich auch gestillt. Auf der Rückfahrt besichtigten wir noch das Städtchen Glurns. Dort blieb Zeit, ein Eis, Kaffee, Kuchen oder Bierchen zu genießen. **Adelgunde Hofer**

Ortsgruppe Wengen



Vor rund einem Jahr wurde in der Gemeinde Wengen eine Ortsgruppe der Seniorenvereinigung gegründet. Schon bei ihrer ersten Veranstaltung kurz nach der Gründung zeigte sich, dass die Mitglieder sehr gerne zusammenkommen, um sich in netter Gesellschaft zu unterhalten. Vor Kurzem organisierten die Ausschussmitglieder mit ihrer Ortspräsidentin Gabriele Alber Tavella wieder ein gemeinsames Mittagessen in einem Buschenschank in Wengen. Es gab ein Törggelenü, bestehend aus Gerstsuppe mit „Tirtlan“, Schlachtplatte und Kastanien, sowie selbst gebackene Kuchen, die von den Ausschussmitgliedern vorbereitet und mitgebracht wurden. Zwei Musikanten sorgten zudem für gute Stimmung und es wurde auch fest und viel getanzt. Dass statt der gerechneten 20 Teilnehmer am Ende tatsächlich 47 Senioren der Einladung zu dieser Veranstaltung gefolgt waren, überwältigte die Organisatoren und gab ihnen die Freude und die Motivation, in Zukunft so weiterzumachen.

Ortsgruppe St. Lorenzen



Im Juni machten sich die Senioren der Ortsgruppe St. Lorenzen die Venedigerhütte zum Ziel. Bis Matri in Osttirol fuhren sie mit dem Bus. Vom Parkplatz des Tauernhauses ausgehend ging die eine Hälfte zu Fuß, die andere fuhr mit dem Panoramazug. Die Wanderung entlang des Wildbachs, der zahlreichen Wasserfälle und der verschiedenen Almhütten war wunderbar. Das Gschlöstal am Großvenediger ist nicht umsonst berühmt als das schönste Tal innerhalb des Nationalparks Hohe Tauern. Am Weg liegt auch die Felsenkapelle, die sich sehr gepflegt in den Felsen schmiegt. Im Venedigerhaus kehrten alle zum Mittagessen ein. Einige erkundeten danach noch die Umgebung, andere machten hingegen ein Karterle. Es war eine fröhliche Gesellschaft, die das Miteinander genoss und zufrieden ob des Erlebten am Abend wieder in St. Lorenzen ankam. **Herta Ploner**

Ortsgruppe Taufers im Münstertal



Im Juli unternahm die Ortsgruppe Taufers im Münstertal die mittlerweile zur Tradition gewordene Almwanderung zur Rescher Alm im Obervinschgau. Nach einer kleineren Wanderung wurden wir vom Almteam rund um Hannes Noggler mit Speis und Trank verwöhnt und Helli und Hubi spielten auf. Am früheren Abend traten wir dann wieder die Heimreise an. Im Oktober, anlässlich des fünfjährigen Bestehens der Ortsgruppe, fand im Seniorenraum das erste Törggelen statt, zu dem sich zahlreiches junges und älteres Publikum einfand. Gleichzeitig war dies die erste Veranstaltung, die die bäuerlichen Senioren zusammen mit dem örtlichen KVW organisierten. Die Initiative kam bei allen sehr gut an. Musikalisch wurde der Nachmittag von den Jungmusikanten Katrin und Adrian Pinggera mit der Ziehharmonika begleitet, für das leibliche Wohl sorgten Frauen und Männer der beiden Ortsgruppen und das Braten der „Kestn“ übernahm Luis Hellrigl. **Luis Hellrigl**

Ortsgruppe Lügen



In der ersten Hälfte dieses Jahres organisierte die Ortsgruppe Lügen verschiedene Initiativen: Im Februar wurde in der Kirche in Klerant eine Fastenandacht abgehalten, die sehr gut angenommen wurde. Anschließend folgten eine Erklärung der Fresken der Kirche und eine Marende im Hotel „Fischer“. Am Ostermontag wurden mit einem Preiswatten im Hotel „Rosental“ die Watt-Nachmittage, die die Ortsgruppe von Allerheiligen bis Ostern veranstaltet, abgeschlossen. Im April wurde eine Frühlingsfahrt zur „Orchideenwelt“ in Gargazon veranstaltet, an der ebenfalls viele Interessierte teilnahmen. Nachher ging es nach Hafling, wo im Hotel „Sonnenheim“ das Mittagessen auf dem Programm stand. Wer wollte, konnte anschließend eine Wanderung machen, für die sich Luis, der Wirt des Hotels, die Zeit nahm, selbst mitzugehen. **Eduard Gretter**

Ortsgruppe Neumarkt



Weg von der Hitze im Tal, zog es uns diesmal hinauf in die Berge, zunächst zum Geologischen Museum nach Predazzo. Hier konnten wir die ausgestellten Gesteine der Dolomiten bestaunen. In kleinen Sitznischen konnten wir zudem Kurzfilme über Ausnahme-Bergsteiger und -Bergsteigerinnen anschauen. Weiter ging es zum Naturpark Paneveggio mit Aufenthalt beim Wildgehege, wo uns die Hirsche zum Greifen nahe kamen. Im Schutzhaus „Passo Valles“ wurde uns das Mittagessen in der gemütlichen Stube serviert. Vor uns die imposante Pala-Gruppe, die uns zu einem Spaziergang zur kleinen Kapelle bewog. Wir setzten die Fahrt über den Rolle-Pass nach S. Martino di Castrozza bis Fiera di Primiero zum Museum im Palazzo delle Miniere fort, das die Geschichte dieser kleinen, aber damals wichtigen Ortschaft erzählt. Den Nachmittag ließen wir mit einem Spaziergang im Zentrum von Primiero ausklingen. **Monika Eschgfäller**

Ortsgruppe St. Andrä/Afers



Für die Ortsgruppe St. Andrä/Afers geht ein erfolgreiches Jahr zu Ende: Am Beginn stand die Jahresversammlung mit den Neuwahlen des Ausschusses an. Sehr großes Interesse zeigten die Mitglieder am traditionellen Preiswatten im März. Die Winterwanderung führte bei Schneefall zahlreiche Senioren zur Halschütte. Beim leckeren Mittagessen, einem „Karterle“ und einem „Ratscher“ verbrachte die Gruppe dort einige lustige Stunden. Den Frühlingsausflug im Mai zum Großkemathof in Prissian mussten die Teilnehmer hingegen bei Regenwetter absolvieren. Die Sommerfahrt führte ins Gsiesertal. Beim Tierschauhof „Reierhof“ in St. Magdalena konnten verschiedene Tiere bestaunt werden. Nach dem Mittagessen in der Talschlusshütte wanderten einige noch weiter. Den Jahresabschluss machte das Törggelen beim Hotel „Mair am Bach“ in St. Andrä. **Antonia Messner**

Ortsgruppe Rentsch



Um der Hitze in Bozen für kurze Zeit zu entfliehen, fuhr eine Gruppe von Senioren aus Rentsch im Juli zum Durnholzer See. Dort wanderten die Teilnehmer gemütlich um den See herum, genossen die frische Waldluft und „ratschten“ ausgiebig. Die ganz „Sportlichen“ genehmigten sich auch ein kurzes Fußbad im kalten Wasser. Den Abend ließ die Gruppe noch in Sarnthein bei einer Pizza und einem frischem Bier ausklingen. Im September fuhr ein Bus voll Rentscher Senioren zum Molvenosee. Die Fahrt ging über den Mendelpass ins Nonstal und in die Brenta-Dolomiten nach Andalo bis zum See. Im Hotel „Belvedere“ nahmen wir ein köstliches Mittagessen ein. Am Nachmittag kamen dann alle auf ihre Kosten: die, die sich im Schatten am Wasser ein Mittagsschläfchen genehmigten, und die, die am Ufer entlang bis zur Römerbrücke wanderten, und auch die, die sich beim Kartenspiel die Zeit vertrieben. Am Abend ging's über die Autobahn wieder zurück nach Bozen. **Greti Rottensteiner**

BNF-AKTION

Weihnachtskarten für Menschen in Not

Bereits seit vielen Jahren gibt es die Glückwunsch- und Weihnachtskartenaktion des Vereins Bäuerlicher Notstandsfonds – Menschen helfen (BNF). Auch heuer ist es wieder möglich, mit dem Erwerb einer Glückwunsch- oder Weihnachtskarte gleichzeitig für Menschen in Südtirol, die unverschuldet in Not geraten sind, zu spenden und ihnen so neue Hoffnung und Lebensfreude zu schenken.

Hilfe durch den BNF

Ein schwerer Unfall oder eine plötzliche Krankheit können das Leben und das Glück einer Familie oder einer Person schnell aus der Bahn werfen. Oft sind es auch unglückliche Verkettungen von Umständen, die zu Ratlosigkeit, Depressionen und schließlich zu finanziellen Schwierigkeiten führen. In solchen Situationen ist der BNF seit über 30 Jahren eine vertrauenswürdige Anlaufstelle. Hier erhalten Betroffene aus bäuerlichen und nicht bäuerlichen Familien diskret und zuverlässig Hilfe.

Dank der Unterstützung vieler großartiger Künstler und Freizeitmaler aus Südtirol, die dem Verein ihre Bilder zur Verfügung gestellt haben, konnte der BNF auch für die heurige Aktion wieder eine bunte Auswahl an Glückwunsch- und Weihnachtskarten zusammenstellen. Die Karten können auf Wunsch mit einem persönlichen Innentext und für Firmen mit dem eigenen Logo versehen werden.

Auch die Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund kauft die Weihnachtskarten für ihre persönlichen Grüße schon seit Jahren beim BNF. Heuer hat sie sich für das Motiv „Sternsinger unterwegs“ der Künstlerin Elfi Gelf (*s. Bild im Kasten unten*) entschieden. Damit kann sie mit ihren Grüßen doppelt Freude schenken!

Kontakt für Informationen und Bestellungen

Bäuerlicher Notstandsfonds, Leegtorweg 8/A, 39100 Bozen; Tel.: 0471 999330; E-Mail: bnf-weihnachtskarten@sbb.it; Webseite: www.menschen-helfen.it/shop.



Drei der heurigen BNF-Kartenmotive (v. l.): Licht im Dunkeln (Ursula Zeller), Es naht die Zeit (Hanni Rifesser) und Licht der Hoffnung (Irmhild Hohenegger)

Frohe Weihnachten und ein gutes neues Jahr!

Die Seniorenvereinigung im Südtiroler Bauernbund wünscht allen Funktionären und Mitgliedern sowie Partnern und Freunden ein besinnliches und gesegnetes Weihnachtsfest, frohe und erholsame Feiertage sowie Gesundheit und Freude im kommenden Jahr!

Das Landessekretariat bleibt vom 23. Dezember 2024 bis 6. Jänner 2025 geschlossen.



Sternsinger unterwegs (Elfi Gelf)

GEDANKEN
VON JOSEF
TORGGLER



Im Heute leben

Am Ende eines Jahres wird man sich der Zeit mehr bewusst als das Jahr über. Man fragt sich, wo sind denn die Tage und auch meine Jahre geblieben? So schnell ist die Zeit vergangen. Und was steht noch vor mir?

Bei diesen Gedanken können in uns unterschiedliche Gefühle aufkommen, besonders wenn man älter wird.

Es kann einen Wehmut und Sorge befallen. So vieles ist so schnell vergangen und ich stehe jetzt mit meinen inzwischen schwächer gewordenen Kräften da vor meiner Zukunft.

Vor vielen Jahren habe ich einmal einen gesicherten, nicht ungefährlichen Klettersteig gemacht.

Irgendwann habe ich angehalten und hinuntergeschaut. Es ging sehr tief hinunter und es hat mich Schwindel befallen. Dann habe ich hinauf geschaut und sah hoch über dem fast senkrechten Felsen weiße Sommerwolken „vorbeiflitzen“. Da habe ich wieder Schwindelgefühle bekommen.

Dann merkte ich, ich darf nur auf den Felsen und auf den nächsten Handgriff schauen. Nicht zurückschauen und nicht nach vorne schauen. Nur jetzt ganz da sein und ganz bei mir sein. Dann beruhigte es sich und es ging wieder gut weiter.

Darin steckt eine wichtige Lebensweisheit: Sich nicht bedrücken lassen von Vergangenen und sich nicht zu viele Sorgen um die Zukunft machen. Beides haben wir nicht in der Hand. Im Heute leben und bei allem notwendigen Tun dem Herrn des Lebens vertrauen, der Vergangenheit und Zukunft „in seinen Händen“ hält.