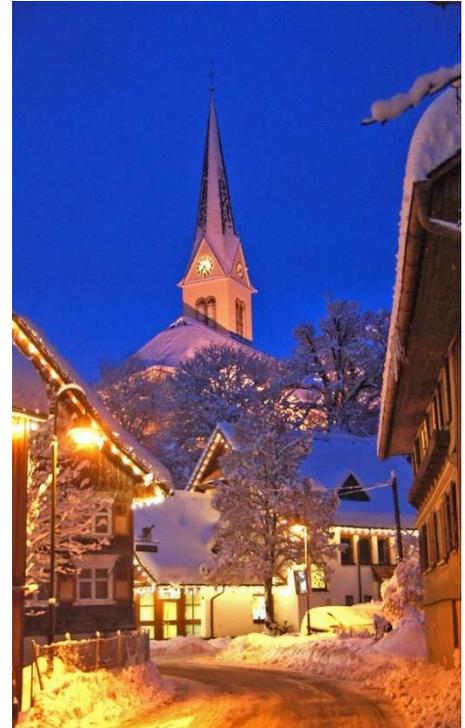


## Zum Neuen Jahr

### Liebe Mitglieder

Am Beginn eines neuen Jahres hoffen wir und wünschen uns ein gutes, friedliches und mit schönen Ereignissen erfülltes Jahr. Wir wissen aber auch, dass manches kommt, was wir nicht erwartet und uns nicht gewünscht haben. Umso wichtiger ist es, das Positive zu sehen und daran zu glauben. Die Altersforschung sagt uns, dass gerade die älteren Menschen schon mit kleinen Lichtblicken im Alltag glücklicher sind als Jüngere, die noch große Erwartungen ans Leben haben. Und sie sagt uns auch, dass gemeinsam besser ist als einsam. Wir sind soziale Wesen und nicht für die Einsamkeit geschaffen. Deshalb sehen wir unseren Vereinszweck in allererster Linie darin, ein Programm zu erstellen, das für jede und jeden etwas bietet und die sozialen Kontakte sowie die Gemeinschaft fördert. Wir machen schöne Reisen, Ausflüge, Wanderungen zusammen, wir feiern gemeinsam Feste, hören Vorträge, lernen Neues und erzählen Vergangenes. Wir treffen gute Bekannte oder lernen neue Menschen kennen. Ein neues Jahr mit vielen neuen Möglichkeiten liegt vor uns, lasst uns das Beste daraus machen! Es liegt an uns!

**Mit den besten Wünschen von Eurem  
Vorstandsteam 50plus**



## Mitgliedsbeitrag 2025

Dieser Quartalsaussendung liegt die Beitragsvorschreibung für den Mitgliedsbeitrag mit einem Zehrschein bei.

Dieser wird jeweils landesweit festgelegt und beträgt für Einzelmitglieder € 26,-. Die eine Hälfte davon geht an den Landesverband, die andere Hälfte bleibt bei uns. Für Ehepaare liegt der Beitrag bei € 48,-, für Zweitmitglieder € 13,-). Mitglieder ab 90 Jahren sind generell vom Beitrag befreit.

Unsere Kassierin bedankt sich sehr herzlich für eine zeitnahe Überweisung.

## Filmnachmittag: Reiseeindrücke 2024 von Hamburg und Salzburg

**Mittwoch, 8. Jänner 2025, 14:30 Uhr, Gasthaus Stern Wolfurt**

Von den beiden zurückliegenden 5-Tage-Reisen Hamburg und Salzburg gibt es zahlreiche schöne Bilder von den Mitreisenden wie auch von den besuchten Sehenswürdigkeiten. Diese Bilder wurden von Josef Lippurger zusammengestellt und von Werner Schwärzler zu zwei wunderbaren Tonfilmen mit jeweils passender Musikuntermalung verarbeitet. Es ist ein Genuss, diese Filme anzuschauen. Wir laden Interessierte und die damaligen Teilnehmerinnen und Teilnehmer herzlich zu einem entspannten Filmnachmittag ein.

**Keine Anmeldung erforderlich.**

## Gesundheitsvortrag: 15 Jahre länger jung bleiben! Wie geht das?

**Mittwoch, 29. Jänner 2025, 14:30 Uhr, Gasthaus Stern, Wolfurt**

Das tatsächliche Alter lt. Reisepass und das biologische Alter unseres Körpers können weit auseinander liegen. Die neuesten Ergebnisse der Altersforschung zeigen uns, wie wir das Altern verzögern oder ausbremsen können. In einem Video-Vortrag bringt uns die renommierte **Altersforscherin und Ärztin Prof. Dr. Dr. Heike Bischoff-Ferrari aus Zürich** die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse dazu näher. Und sie erklärt auch, wie wir unser biologisches Alter verlängern und deutlich mehr Lebensqualität erreichen können.



**Keine Anmeldung notwendig; Eintritt frei.**

## Winterwandertag - Hittisauer Rundweg

**Dienstag, 4. Februar 2025, 9:30 Uhr, ab „Sportplatzstraße“**

Buslinie 830 um 9:30 Uhr ab „Sportplatzstraße“ bis Egg Zentrum, umsteigen auf Linie 820 bis Hittisau.

Wir starten entlang der gewalzten Piste bis zur Parzelle Brand. Weiter geht es auf dem Winterwanderweg nach Bütscheln bis zum Ortsteil Korlen. Mit schönen Ausblicken auf Hittisau wandern wir zurück zum Ausgangspunkt.

Gesamte Gesamtzeit ca. 1 ½ Std. mit ca. 100 Hm. Anschließend fahren wir mit der Buslinie 820 nach Egg, wo die Einkehr geplant ist. Winterausrüstung empfohlen. Tageskarte Wolfurt - Hittisau lösen.

Informationen bei Josef Lippurger (0650 970 38 06). Teilnahme auf eigene Gefahr.



## Vortrag: Warum ich im Umgang mit Todkranken auch lachen darf!

**Donnerstag, 20. Februar 2025, 19:00 Uhr, Sozialzentrum Wolfurt**

In diesem Vortrag von Christiane Huber-Hackspiel geht sie näher darauf ein, warum wir im Umgang mit schwerkranken oder auch sterbenden Menschen Humor zeigen dürfen. Der Vortrag findet im Rahmen der Connexia-Vortragsreihe statt.

**Keine Anmeldung, freier Eintritt, Spenden sind aber willkommen.**



## Wer rastet, der rostet!

**Mittwoch, 26. Februar 2025, 16:00 Uhr, Pfarrheim Wolfurt**

Die gesundheitsfördernde Balance zwischen Aktivität und Ruhe im Alter ist wichtig!

Nach einer kurzen Einführung in die Bedeutung von Aktivität und Bewegung für Atmung und Kreislauf, Bewegungs- und Stützapparat und Hirnleistung, werden verschiedene Möglichkeiten vorgestellt, wie Aktivität und Bewegung in den Alltag integriert werden können (Mitmachübungen). Unter anderem werden einige gängige Alltagsaktivitäten analysiert und deren „Fitness-Gehalt“ aufgezeigt, ebenso wird auf altersrelevante Themen eingegangen.

**In Zusammenarbeit mit Sicherem Vorarlberg; Anmeldung bei Community Nurses unter 05574/6840 601 oder [cn@gkpv.at](mailto:cn@gkpv.at)**

## Mit der (transsibirischen) Eisenbahn von Bregenz nach China

**Mittwoch, 12. März 2025, 14:30 Uhr, Pfarrheim Wolfurt**

**Filmvortrag von Architekt Dipl. Ing. Helmut Krapmeier/Wolfurt**

Eine Reise über 10.000 km mit nur 2mal umsteigen. 6 Tage und Nächte im Zug. Transsibirische Eisenbahn aus dem letzten Jahrhundert, chinesischer Hochgeschwindigkeitszug mit 350 km/h.

Ein außergewöhnlicher Reisebericht mit tollen Bildern von 6 Städten in Russland, der Mongolei und China. Und dazu noch ein Bericht über zukunftsfähiges und nachhaltiges Bauen in China, gibt es das? Kaum zu glauben, was zu sehen ist. Und zum Probieren. Lasst euch überraschen.



**Freier Eintritt, keine Anmeldung notwendig!**

## Jass-Nachmittage

**Jeweils 1. und 3. Dienstag im Monat, ab 14:30 Uhr, Gasthaus Engel**

Interessierte sind herzlich eingeladen! Weitere Informationen bei Inge Stenzel unter Tel. 0664 9938927



## Wanderungen

**Jeden 1. Dienstag im Monat - Jänner Wanderung entfällt**

- 4. 2. Winterwandertag – Hittisauer Rundweg**
- 4. 3. Wanderung Sulzberg - Kaltenbrunnen**

Detaillierte Angaben zu den Wanderungen werden künftig in der „Wolfurt Info“ der Marktgemeinde Wolfurt sowie im Veranstaltungskalender unter [www.wolfurt.at](http://www.wolfurt.at) veröffentlicht.

Weitere Infos auch bei unserem Wanderführer Josef Lippurger, Tel. 0650 970 38 06



## Kegeln

**Jeden Mittwoch ab ca. 17:30 Uhr auf der ESV-Kegelbahn beim Güterbahnhof**

Interessierte sind herzlich willkommen! Informationen bei Ulrike Schwärzler, Tel. 0664 48 45 484

## A1 Seniorenakademie Gratiskurse Programm 2025

Die A 1- Seniorenakademie bietet in ihrem neuen Programm 2025 wieder zahlreiche Handy- und Tableturse an. Wer sich schon etwas im Internet zurecht findet, kann an diesen Kursen online und gratis teilnehmen und sich informieren oder selbst weiterbilden und neue Anwendungen installieren. Unabhängig davon werden wir aber auch wieder Präsenzkurse in Wolfurt anbieten. Termine dazu ab dem 2. Quartal 2025.

**Hier findet ihr die Online-Kurse:** <https://a1seniorenakademie.at/>

## 5-Tages-Reisen Slowenien

**1. Termin: Montag, 31. März bis Freitag, 4. April 2025** (bitte bei der Anzahlung angeben)

**2. Termin: Montag, 7. April bis Freitag, 11. April 2025** (bitte bei der Anzahlung angeben)



**Montag, 31.3.:** Abfahrt Wolfurt 6:00 Uhr mit Zustieg an allen Haltestellen ab „Bildsteiner Straße“. Die Fahrt führt uns über München, Villach, über den Wurzenpass bis Planica. Natürlich ist für die obligatorische „Leberkäs-Jause“, sowie für eine Mittags- bzw. Kaffeepause gesorgt. Bei Planica, der legendären Heimat des Schispringens, machen wir einen Abstecher zur Besichtigung der zweitgrößten Flugschanze der Welt. Weiter geht die Fahrt über Bled, Kranj nach Ljubljana in unser Hotel. Auf das gemeinsame Abendessen freuen wir uns in der Nähe des Hotels im Gasthaus Gostilna Sokol.

**Dienstag, 1.4.:** Nach dem Frühstück lernen wir mit einem kundigen Stadtführer Ljubljana mit der wunderbaren Altstadt und den Sehenswürdigkeiten wie den Preseren-Platz, der besonders durch die Franziskanerkirche und die berühmten 3 Brücken geprägt wird, die Markthallen, die Kathedrale, das Rathaus und den Kongressplatz kennen. In der Stadtmitte besteigen wir ein Panoramaboot und fahren auf dem Fluss Ljubljana durch die Stadt. Die interessanten Brücken und das malerische Flussufer verleihen dieser Stadt eine unverwechselbare Prägung. Der Nachmittag steht zur freien Verfügung.

**Mittwoch, 2. 4.:** Um 8:30 Uhr geht es ab Hotel zur Führung der kulturellen Stadt Triest. Das Flair und die unzähligen Sehenswürdigkeiten dieser an der oberen Adria gelegenen Stadt sind traumhaft. Nach der Mittags-Freizeit bis 14:00 Uhr fahren wir weiter zu einer der schönsten Küsten- bzw. Hafenstädte Sloweniens nach Piran. Bekannt ist die romantische Stadt durch die besondere Lage – ins Mittelmeer ragende Landzunge -, die traumhafte Altstadt und die venezianische Architektur. Nach gemütlichem Verweilen in Piran genießen wir dort das Abendessen, bevor wir wieder zurück ins Hotel fahren.

**Donnerstag, 3. 4.:** Heute geht es um 9:00 Uhr Richtung Süden zu den Adelsberger Grotten, wo uns um 10:00 Uhr ein fachkundiger Höhlenführer erwartet. Es ist dies die attraktivste Höhle der Welt und die größte Schauhöhle Europas. Die zweigleisige Höhleneisenbahn bringt uns auf einer Länge von 3,7 km ins Innere des gigantischen Höhlensystems. Die verbleibenden 1,3 km erkunden wir zu Fuß. Nach den vielen Eindrücken dieser Tropfsteinhöhle fahren wir wieder zurück zum Hotel.

**Freitag, 4. 4.:** Rückreise ins Ländle mit Mittagessen Salzburg

Im Reisepreis inbegriffen:

- Moderner Reisebus, freundlicher und erfahrener Busfahrer
- Leberkäsjause bei der Anreise
- Besuch der Schanzenanlage Planica, Abendessen in Ljubljana bei Anreise
- Hotel Grand Hotel Union\*\*\*\* Übernachtung Frühstück
- Stadtführung zu Fuß und mit Boot Ljubljana, Stadtführung Triest
- Eintritt mit Führung Adelsberger Grotten

Preis pro Person im Doppelzimmer: € 848,-, Einzelzimmerzuschlag: € 210,- (max. 10 EZ pro Termin)

**Als Anmeldung gilt sowohl für Termin 1 wie für Termin 2 die Anzahlung von € 200,- pro Person bis Mittwoch, 19. Februar 2025, auf das Konto AT41 3748 2000 0006 3891 bei der Raiba am Hofsteig.**

**Restzahlung erbeten bis Freitag, 21. März 2025. Im EU-Mitgliedsstaat Slowenien ist die Währung wie bei uns: EURO. Kartenzahlung ist überall möglich. Reisedokument: Reisepass oder Personalausweis.**

Für die Teilnahme und die Vergabe von Sitzplätzen berücksichtigen wir bestmöglich das Einzahlungsdatum. Kostenlose Stornierung ist bis 4 Wochen vor Fahrtantritt (28. 2.) möglich. **Für eine empfohlene Reiseversicherung wende dich an den Versicherer deines Vertrauens (z.B. auch über VISA, ÖAMTC nach Rücksprache möglich).** Programmänderungen bleiben witterungsbedingt bzw. nach gegenseitiger Absprache vorbehalten.

„Eine Reise ist ein Trunk aus der Quelle des Lebens.“ Friedrich Hebbel

## Weiteres vorläufiges Jahresprogramm 2025

Mi. 12. 3.	Landeskegelmeisterschaft Koblach
Fr. 4. 4.	Vorpremiere Theater Wolfurt, „Hundswetter“
Mai	Musik am Nachmittag, Wolfurt
Mai	Radausflug mit Gustl
Di. 10. 6.	Bodensee-Schiffahrt Meersburg
Do. 3. 7.	Landestennismeisterschaft ESV Feldkirch
Mi. 23. 7.	Sommer-Grillfest Doppelmayr-Sportplatz
Do. 7. 8.	Landeswandertag Bödele
So. 10. Aug.	Lech Classic Festival
1. 9. - 5. 9.	5-Tage Herbstreise Südtirol
Do. 11. 9.	Radsternfahrt Koblach
Sept.	Tagesausflug, Ziel noch offen
Di. 7. 10.	Musiktheater Vbg., Götzis
Okt.	Radausflug, Ziel noch offen
Okt.	Pilgerwanderung Basilika Bildstein
Mi. 3. 12.	Klosajassen GH Stern, Wolfurt
Jassen	1. und 3. Dienstag, Inge Stenzel
Wandern	Jeden 1. Dienstag im Mo m. Wanderführer Josef Lippurger
Kegeln	Jeden Mittwoch Infos bei Ulrike Schwärzler

## Heizkostenzuschuss schnell beantragen

Der Antrag auf Gewährung des Heizkostenzuschusses kann beim Wohnsitzgemeindeamt nur noch bis Freitag, den 21. Februar 2025, persönlich oder online gestellt werden. Für die Anspruchsberechtigung ist das aktuelle Einkommen nachzuweisen.

Jede Person mit Hauptwohnsitz in Vorarlberg bzw. jeder Haushalt erhält auf Antrag, sofern nicht bereits eine Unterstützung aus Mitteln der Mindestsicherung oder Grundversorgung erfolgt ist und die untenstehende Einkommensgrenze nicht überschritten wird, für die Heizperiode einmalig € 330,- in bar ausbezahlt.

Die Höchstgrenze des monatlichen Nettohaushaltseinkommens beträgt:

- bei 1-Personen-Haushalt netto € 1.410,-,
- bei Ehepaaren, Lebensgemeinschaften oder sonst zwei in einem gemeinsamen Haushalt lebenden Erwachsenen, nicht familienbeihilfebeziehenden Personen netto € 1.920,-.



## Unsere Homepage mit Bilderbogen

Zu den allermeisten unserer Veranstaltungen gibt es jeweils einen Bericht mit Fotos, die wir an die VN-Heimat senden, die aber aus Platzgründen nicht immer veröffentlicht werden können. Wenn ihr aber auf unsere Homepage geht, findet ihr dort nicht nur den jeweiligen Bericht, sondern dazu auch mehrere Fotos. Hier der Link dazu: <https://www.mitdabei.at/ortsgruppe/wolfurt>

## Verstorbene Mitglieder 2024

Im vergangenen Vereinsjahr mussten wir leider auch wieder den Tod langjähriger und geschätzter Vereinsmitglieder betrauern. Wir werden ihnen allen gerne ein ehrendes Andenken bewahren!

Karoline Klocker	Lauteracher Straße 19	12.01.2024
Erna Reiter	Hofsteigstraße 56	19.01.2024
Alfred Vallant	Rutzenbergstraße 20	27.01.2024
Johann Zanetti	Bregenzer Straße 29d	03.02.2024
Herma Meusburger	Kirchstraße 11	12.02.2024
Herbert Carotta	Baumgarten 1/17	15.02.2024
Alois Monschein	Wiesenweg 28	27.02.2024
Inge Waibel	Kellaweg 14	08.03.2024
Elisabeth Giesinger	Eschenweg 3	21.03.2024
Hildegard Hinteregger	Funkenweg 19	26.03.2024
Josef Sinz	Fattstraße 6	3.5.2024
Marianne Klettl	Jägerstraße 27	31.05.2024
Priska Böhler	Augasse 25	22.06.2024
Ewald Pelzguter	Kirchstraße 2d	25.06.2024
Josef Zwickle	Achstraße 37	02.08.2024
Anna Kröll	Achstraße 27 a	4.8.2024
Maria Hinteregger	Oberfeldgasse 6	21.08.2024
Hulda Krusch	Bucher Straße 33	27.08.2024
Kurt Bernhard	Oberfeldgasse 19	02.09.2024
Renate Aster	Lauteracher Straße 1a	02.09.2024
Florian Honeder	Hofsteigstraße 22	15.09.2024
Ilse Rohner	Bützestraße 5	20.10.2024
Adolf Wüstner	Frickenescherweg 15b	23.10.2024
Rosemarie Boch	Lerchenstraße 13/11	27.10.2024
Anni Natter	Rittergasse 6/2	07.11.2024
Werner Mohr	Unterlinden 10	10.11.2024
Jakob Gorbach	Dammstraße 31	18.11.2024
Engelbert Müller	Stickergasse 18	28.11.2024



## Dank an unsere Unterstützer und Sponsoren

Wir möchten uns einmal mehr bei unseren Unterstützern und Sponsoren ganz herzlich für ihre Zuwendungen bedanken, ohne die unsere Aktivitäten in heutiger Form nicht möglich wären.

Wir danken den Verantwortlichen unserer Marktgemeinde Wolfurt und auch den Verantwortlichen der Raiffeisenbank am Hofsteig für die nennenswerten finanziellen Beiträge.

Ein weiterer Dank geht an die Fa. Pfanner Fruchtsäfte in Lauterach, die uns seit Jahren mit Sachspenden unterstützt.



### Vorarlberg 50plus/Wolfurt Kontaktadressen

Obmann: Erwin Mohr  
 Unterhub 13 b, 6922 Wolfurt  
 Handy: 0664 338 23 25  
 E-Mail: mohr.wolfurt@outlook.com

Obm. Stv.: Stefan Fischer  
 Mähdlestraße 55, 6922 Wolfurt  
 Handy: 0650 510 70 50  
 E-Mail: stefaneugenfischer@gmail.com

