MEINUNG
DES VORSITZENDEN

www.goed.penspower.at

TEL.: 01/534 54-311 ODER -312, FAX: 01/534 54-388, E-MAIL: OFFICE.BS22@GOED.AT

pensionisten

Wann immer Banken unterzugehen drohen, ist Geld vorhanden, und zwar in ausreichender Menge. Oder in anderen Worten gesagt: Was wir uns aus Spargründen nicht mehr leisten können, gilt für den Bankensektor nicht. Denn dass in dem unlöblichen Bemühen, Gewinne zu machen, in dem man sich bankenseits quasi ins Spielcasino begeben hat und dort gründlich zur (Geld)-Ader gelassen worden ist, um sich dann mittels Steuergeldern über Wasser zu halten, kann doch nicht das Banking sein, mit dem wir beworben werden.

Anzumerken ist, dass die Geldspritzen zurückzuzahlen sind – irgendwann.
Und das erinnert wieder einmal an die Milliarden, die aus Solidaritätsgründen Nachbarn bezahlt wurden und werden und von denen uns vor nicht allzu langer Zeit vorgegaukelt wurde, dies würde sich letztendlich als Geschäft für Vater Staat herausstellen. Bestenfalls sicher könnten wir uns daher unter dem Finanz-EU-Sicherheitsschirm fühlen, wenn wir pleitegingen, sofern das nicht schon andere Länder vor uns getan haben.

Erklärungen der Politik dazu sind kärglich, wirtschaftlich will man den unbedarften Staatsbürgern gleich gar nicht kommen, so wie nur wenige wissen, welche Konsequenzen die Pleiten für die (Ver-)Spieler haben.
Vielleicht gehöre ich wirklich zu den wirtschaftlich Unbedarften, trotzdem erlaube ich mir hier die Frage, wie denn z. B. Bildung und Forschung großzügig gesponsert werden sollen, wenn die sogenannte Bankenmilliarde ziemlich geschrumpft ist, wir an Europa Milliarden abliefern, um finanziell gesichert zu sein, und woher – ohne Magie heranzuziehen – dieses Geld dann kommen wird?

Berechtigt zu dieser Frage halte ich mich schon, weil wir doch jährlich 300 Millionen Pensionssicherungsbeitrag abliefern und ich das Geschrei, dass ein Prozentpunkt Pensionserhöhung 80 Millionen Euro kostet, schon jetzt nicht mehr hören kann. Nicht zu vergessen: Die Beträge der Pensionserhöhung sind brutto zu sehen; wie viel tatsächlich übrig bleibt, wissen wir alle, wenn überhaupt etwas übrig bleiben sollte.

IHR DR. OTTO BENESCH

Aktiv im Alter

Unter dem Motto „Europäisches Jahr für aktives Altern und Solidarität zwischen den Generationen 2012" möchte die Europäische Union auf die mit der demografischen Entwicklung einhergehenden sozialen Fragen thematisieren.

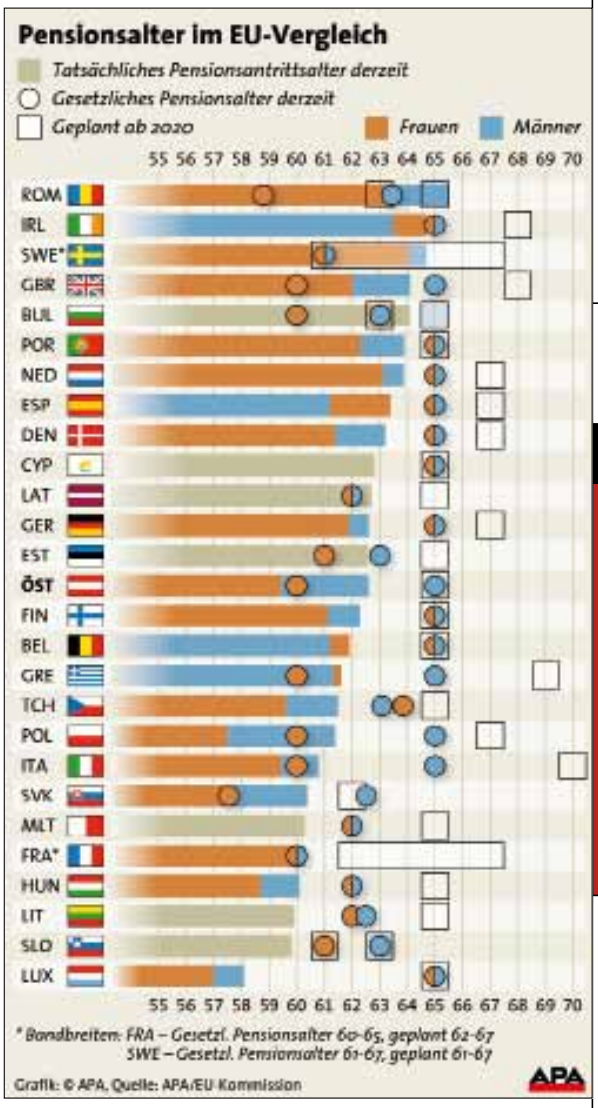
Wissenschaftler weisen uns nach, dass wir jedes Jahr mit einer um drei Monate höheren Lebenserwartung rechnen dürfen. Ein nach der Jahrtausendwende geborenes Kind darf davon ausgehen, das 22. Jahrhundert zu erleben.

Durch aktives Altern erhalten die Generation der geburtenstarken Jahrgänge und die älteren Erwachsenen die Chance,

- länger im Erwerbsleben zu bleiben und ihre Erfahrungen weiterzuleiten,
- sich weiter aktiv am gesellschaftlichen Leben zu beteiligen und
- ein möglichst gesundes und erfülltes Leben zu leben.

Wir werden aber nicht nur älter, wir bleiben auch länger gesund. Das erhöht unsere körperlichen und geistigen Aktivitäten, was Folgen für die Lebensgestaltung hat.
Dem gegenüber steht massiv der beharrliche frühere Pensionsantritt, der in Österreich mit 60 für Frauen und 65 für Männer gesetzlich geregelt ist, tatsächlich aber um fünf bis sieben Jahre früher erfolgt. Das bringt auf der einen Seite massive finanzielle Schwierigkeiten bei der Pensionsfinanzierung und entzieht andererseits der Wirtschaft die Fachkräfte – jene Fachkräfte, deren Ausbildung laut österreichischen Bildungsexperten aufgrund der schulischen Erfolge immer schwieriger wird und von denen entsprechend der durch die geburtenschwachen Jahrgänge in den kommenden Jahren immer weniger auf dem Arbeitsmarkt nachrücken.
In Österreich haben sich bei einer großen Sozialpartnerkonferenz im Jahr 2011 Wirtschaft und Gewerkschaft darauf geeinigt, Maßnahmen zu setzen, um das fiktive Pensionsantrittsalter möglichst schnell an das gesetzliche Pensionsantrittsalter heranzuführen. Hierbei werden gesetzliche Maßnahmen ebenso notwendig sein, wie seitens der Wirtschaft altersgerechte Arbeitsplätze und auch Alterszeitregelungen zur Verfügung gestellt werden müssen. Ein Teil dieser Maßnahmen ist bereits in das Strukturreformpaket 2012 eingeflossen.
Das Europäische Jahr für aktives Altern soll für diese Herausforderungen sensibilisieren und die besten Wege für ihre Bewältigung aufzeigen helfen. Insbesondere zielt es jedoch darauf ab, die Politiker und die Interessenvertretungen dazu zu ermutigen, sich Ziele zu setzen und auf deren Realisierung hinzuwirken. Das europäische Jahr soll nicht nur zur Diskussion anstoßen – es soll auch Ergebnisse bringen.

VON VORS.-STV. KURT KUMHOFER



GESUND – FIT – „SENIOR-FIT 2012“

Großen Erfolg verbuchen konnte die Bundesleitung der GÖD-Pensionisten beim Gesundheitstag „Senior-Fit 2012“ am Dienstag, 13. März 2012 in Wien.

EIN RÜCKBLICK VON JOSEF STRASSNER

Fotos: Josef Strassner

Links: Dr. Benesch und GÖD-Vorsitzende-Stv. Monika Gabriel bei der Eröffnung des Gesundheitstages. Mitte: Kurt Kumhofer freut sich über den Besuch von GÖD-Bereichsleiter Otto Aiglsperger und GÖD-Sekretärin Gabriele Plank. Rechts: Bis zum letzten Platz gefüllt war der Vortragssaal beim Referat von Univ.-Prof. DDr. Gabor zum Thema „Neue Zähne – High-Tech-Implantate“.

Hunderte Kolleginnen und Kollegen aus Wien und dem Umland waren dem Motto „Auf Gesundheit achten und Freunde treffen“ gefolgt und in die Schenkenstraße gekommen. Die Gesundheitsstraße der BVA konnte den Andrang kaum bewältigen, und so gab es Zeiten, wo die Warteschlage weit über den Saal hinausreichte.

Die Beratungsstände im Veranstaltungssaal waren bestens besucht, und auch die Vorträge im Vortragssaal fanden großes Interesse, wie auch das Angebot zur Rechtsberatung durch Dr. Mögele, dem Leiter der Rechtsabteilung der GÖD.

Bei zwei Verlosungen – jede Besucherin bzw. jeder Besucher konnte kostenlos an einem Gewinnspiel teilnehmen – wurden als Preise gezogen: Hotel-Wochenenden im Wellnesshotel „Landhaus Legenstein“ in Bad-Gleichenberg, Emporia-Senioren-Handy, Kultur-Tagesfahrten unserer Bundesleitung und von Stefan Wögerbauer ein besonderes Sitzkissen.

Mehr Fotos finden Sie auf www.goed.penspower.at unter <FOTOALBEN><2012>.

Beitrag § 13a PG – Benachteiligung muss weg!

Die Bundesleitung der GÖD-Pensionisten hat am 16. März 2012 an alle Mitglieder des Finanz- und des Budgetausschusses nebenstehendes Schreiben (siehe Kasten!) gerichtet, und sie ersucht, von ihrem Recht der Gesetzesinitiative Gebrauch zu machen, um eine Änderung des § 13a PG im Sinne der Regierungserklärung herbeizuführen und damit die Benachteiligung gegenüber ASVG-Pensionisten zu beseitigen.

Foto: Zauberhut – Fotolia.com

Sehr geehrter Herr Abgeordneter!

Die Bundesregierung hat in ihrem Regierungsprogramm angekündigt, die Bezieher kleiner Einkommenseinheiten vom Pensionssicherungsbeitrag im Pensionsgesetz 1965 BGBl. Nr. 340 zu befreien. Die Belastung dieser Gruppe, unter die insbesonders Witwen und Waisen fallen, mit 3,3 Prozent der Bruttopension stellt eine krasse Benachteiligung gegenüber ASVG-Pensionisten dar. Der von uns seit dem Jahr 2002 angerufene Verfassungsgerichtshof hat zum Problem des Pensionssicherungsbeitrages im verkleinerten Senat immer darauf verwiesen, dass eine Änderung des § 13a des Pensionsgesetzes in den Gestaltungsspielraum des Gesetzgebers falle und sich mit den Beschwerden konkret nicht auseinandersetzt.

Da die Bundesregierung es seit dem Regierungsantritt bei lediglich einem Gesprächstermin belassen hat, der ergebnislos verlaufen ist, ersuchen wir Sie, sehr geehrter Herr Abgeordneter, von Ihrem verfassungsmäßig verbrieften Recht der Gesetzesinitiative Gebrauch zu machen, eine Änderung des § 13a im Sinne der Regierungserklärung herbeizuführen. Wir halten uns auch deswegen für berechtigt, diese Bitte an Sie heranzutragen, weil wir seit dem Jahr 2000 2,8 Milliarden Euro durch den genannten Beitrag an das Budget abgeführt haben und die Änderung sich budgetär nur geringfügig niederschlagen würde.

Dr. Otto Benesch, Vorsitzender

Knochengesundheit – Aktiv Einfluss nehmen!

Es gibt ein paar Lebensstilfaktoren, die einen entscheidenden Unterschied ausmachen können, um bis ins hohe Alter selbstständig und aktiv zu bleiben.

VON MAG. MANUELE MÜCK-JÖRDENS, BVA

Ausreichend Bewegung und ein paar Nährstoffe, die in diesem Zusammenhang besonders wichtig sind. Calcium zum Beispiel erfüllt eine ganz wesentliche Funktion im Knochenstoffwechsel. Bei einer zu geringen Calciumversorgung kann es besonders ab dem 50. Lebensjahr zu durch Osteoporose bedingten Knochenbrüchen kommen.

Gegen Osteoporose

Um eine damit verbundene langwierige Rehabilitation bzw. den Verlust der Selbstständigkeit zu vermeiden, ist es wichtig, aktiv gegen Osteoporose vorzugehen: Mindestens eine halbe Stunde Bewegung am Tag sowie eine ausreichende Calcium- und Vitamin-D-Versorgung beugen allzu raschen Knochenabbauprozessen vor.

Tipps für eine ausreichende Aufnahme

- Die besten Calciumquellen sind Milch und Milchprodukte. So kann man mit zwei Scheiben Emmentaler (50 g), einem Becher Joghurt (250 g), einem kleinen Glas Milch (200 ml) und einer Portion Brokkoli (150 g) den Tagesbedarf an Calcium decken.
- Eine andere gute Quelle kann auch Gemüse sein, wie z. B. der oben genannte Brokkoli. Aber auch zahlreiche Küchenkräuter (wie z. B. Petersilie oder Dille) weisen einen hohen Calciumgehalt auf.
- Ein weiterer guter Calciumlieferant ist Mineralwasser. Bei der großen Auswahl der Produkte sollte ein Wasser bevorzugt werden, das mindestens 150 mg Calcium pro Liter enthält wie z. B. Alpquell (245 mg/l), Juvina (240 mg/l), Radenska (211 mg/l) oder Astoria (210 mg/l).

Besserer Knochenstoffwechsel

Vitamin D spielt ebenfalls eine wichtige Rolle im Knochenstoffwechsel und kann zusammen mit Calcium und Vitamin K das Auftreten einer Osteoporose verzögern. Es erleichtert die Calciumaufnahme im Darm und ermöglicht die Mineralisation des Knochens. Wenn es an Vitamin D mangelt, vermindern sich außerdem die Muskelkraft und der Muskeltonus; man wird anfälliger für Stürze.

- Vitamin D wird vom Körper selbst gebildet, daher ist die beste Möglichkeit für eine optimale Versorgung zu sorgen, sich mindestens dreimal pro Woche bis zu 15 Minuten ohne Sonnenschutz an der frischen Luft aufzuhalten. Dabei reicht es, Gesicht, Hände und Arme der Sonne auszusetzen. Im Winter greift der Körper auf die Vitamin-D-Depots im Körper zurück. Diese sind normalerweise ausreichend, wenn man den Frischluftempfehlungen folgt.
- Eine andere Möglichkeit, den Vitamin-D-Bedarf zu decken, sind Vitamin-D-reiche Nahrungsmittel wie fettreiche Fische (z. B. Hering, Makrele und Lachs, Eigelb und Vitamin-D-angereicherte Margarine). Zwei Fischmahlzeiten pro Woche unterstützen den Körper bei der eigenen Vitamin-D-Produktion.

Eine Anpassung der Ernährung zahlt sich in jedem Alter aus. Sie ermöglicht länger aktiv und selbstständig zu bleiben.

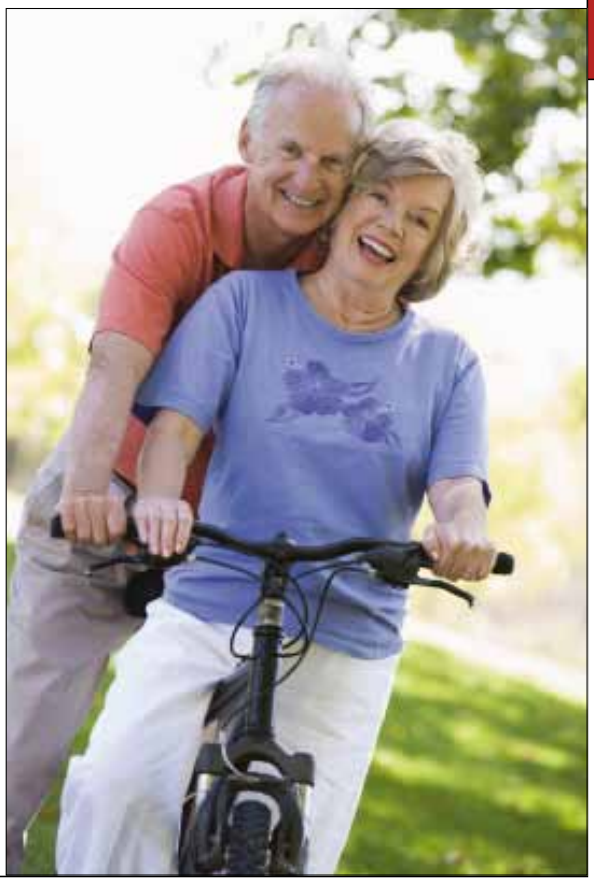


Foto: Monkey Business – Fotolia.com