

GÖD

GÖD-MITGLIEDERPLUS

Neuer Höchststand: 261.250!

SCHWERPUNKT

Frauen(karrieren)
im Öffentlichen Dienst

EU

Das bringt die EU
im Alltag

JUNGE GÖD & SPORT

Actioncamp
& Vienna City
Marathon



Polizei an der Basis

**365 Tage im Jahr – 24 Stunden täglich:
Im Einsatz für unsere Sicherheit**

Sehr geschätzte Kollegin! Sehr geschätzter Kollege!

Anfang des Jahres habe ich mich beim Lesen einer großen Tageszeitung über die positive Berichterstattung zu österreichischen Unternehmen und Betrieben, die Spitzenleistungen erbringen, sehr gefreut. Betriebe, die mit ihren Produkten eine weltweite Spitzenstellung einnehmen. Beiträge, mit denen sie unser schönes Österreich vorstellen und darüber berichten, wie schön und angenehm man in Österreich Urlaub machen kann. Wo Spitzenköche arbeiten, die der österreichischen Küche zu Weltruf verhelfen und wo ausgebildete Lehrlinge Weltmeister in ihrem Lehrberuf wurden. Es sind bereits zwei Monate im neuen Jahr vergangen und inzwischen lesen und hören wir in den Medien, wie teuer es in Österreich geworden ist, was alles nicht funktioniert, wo und wie wir uns einschränken müssen, sogar wo wir dagegen sein müssen oder könnten. Es wird bejammert, dass zu viel verbaut wird, die Häuser zu hoch werden oder das Land zubetoniert wird. Es sollen nur Elektrofahrzeuge gekauft werden. Wir benötigen alle mehr elektrische Energie, aber die Windräder sollen nicht in meiner Nähe oder zumindest außerhalb meiner Sichtweite aufgestellt werden.

Wir GÖD-Pensionist:innen haben eine andere positive Einstellung!

Wir leben in einem schönen Land mit freundlichen Menschen, wo es sich lohnt, Urlaub zu machen. Die Heurigen, Gasthäuser und Restaurants sind gut



*Johann Büchinger:
Der Autor ist Vorsitzender der Bundesvertretung der Pensionistinnen und Pensionisten in der GÖD*

besucht. Die Hotels in den Städten und Schigebieten sind fast ausgebucht. In Österreich gibt es großartige, leistungsstarke Betriebe mit fleißigen Menschen. Es gibt gute Ausbildungsmöglichkeiten für junge und auch ältere Menschen. Sicher gibt es noch immer viel zu tun in der Schul- und Weiterbildung. Im Gesundheitsbereich soll jede Person rechtzeitig die Behandlung bekommen, die sie benötigt. Gerade die ältere Generation, die schon lange gearbeitet hat und immer in das Sozialversicherungssystem eingezahlt hat, darf nicht vernachlässigt werden. Wir haben Krankenkassenbeiträge und Pensionsversicherungsbeiträge, als Beamte ohne Deckelung mit einer

Höchstbemessung eingezahlt, im Vertrauen auf entsprechende Leistungen im Alter.

Wir von den GÖD-Pensionist:innen kümmern uns daher um die Anliegen der Kolleginnen und Kollegen. Wir versuchen, in Zusammenarbeit mit der BVAEB, durch die Gesundheitsförderung zu Ihrer Gesundheit und Ihrem Wohlbefinden beizutragen. Wir suchen den Kontakt zur Gesundheitskasse Österreich, um auch dort das Angebot für Prävention im Alter auszubauen. Es gibt immer wieder Informationen zu Kursen, Symposien und zu Angeboten der Gesundheitsförderung auch in Ihrem Bundesland. Besuchen Sie unsere Homepage penspower.goed.at oder die Homepage Ihrer Landesvertretung. ●

Mit freundlichen Grüßen
Johann Büchinger

Korrektur zu GÖD 1/2024; Seite 42: Der Reisepass kann **nicht** auf das Handy hochgeladen werden. Der Führerschein und der Zulassungsschein können hochgeladen werden, diese gelten jedoch nur in Österreich. Im Ausland müssen die Originalpapiere mitgeführt werden.



Meinungen und Tatsachen

In meiner Kindheit gab es folgende Medien, die über Tatsachen und Meinungen berichteten: Rundfunk, Zeitungen und Fernsehen. Inhalte dieser Medien wurden nicht angezweifelt, da man darauf vertraut hat, dass die Wahrheit berichtet wurde. Es war auch einfach, diese Medien auf Wahrheit zu überprüfen, da sie überschaubar waren.

Für Hugo Portisch, dem bekannten Journalisten, galt immer vor der Verbreitung der Information „Check, Re-Check, Double-Check.“ Mit anderen Worten: prüfen, prüfen und nochmals prüfen.

Diese grundlegende Regel zeichnet seriösen, unabhängigen Journalismus aus.

Bevor der Buchdruck erfunden wurde und Lesen und Schreiben nur der Oberschicht vorbehalten war, wurden die Menschen mit vermeintlichen Wahrheiten informiert. Ein Beispiel dafür ist der italienische Astronom und Philosoph Galileo Galilei. Mit seinem Fernrohr machte er Beobachtungen, die das heliozentrische Weltbild von Nikolaus Kopernikus bestätigten. Dieses besagte, dass die Sonne im Mittelpunkt des Universums steht und die Erde und die anderen Planeten sich um sie drehen. Da seine Meinung, die auf Fakten beruhte, der Meinung der katholischen Kirche widersprach (diese vertrat die Ansicht, die Erde steht im Mittelpunkt des Universums), musste er vor der Inquisition seine Meinung widerrufen. Erst ca. 370 Jahre später wurde Galilei 1992 offiziell rehabilitiert.

Fakten sind Aussagen, die objektiv überprüfbar sind. Ihr Wahrheitsgehalt basiert auf Beobachtungen, Messungen, Experimenten und wissenschaftlichen Beobachtungen. Meinungen basieren auf persönlichen Erfahrungen, Gefühlen, Interessen und



Ingrid Chreiska: Die Autorin ist Referentin für Öffentlichkeitsarbeit und Medien

Überzeugungen. Meinungen kann man ändern und relativieren sowohl im privaten Bereich als auch im Öffentlichen.

Johann Wolfgang von Goethe sagte schon: „Das mächtigste Hirngespinnst ist die öffentliche Meinung. Niemand weiß genau, wer sie macht, niemand hat sie je persönlich kennengelernt, aber alle lassen sich von ihr tyrannisieren.“

Heute werden wir durch die sozialen Medien mit Informationen überschwemmt, deren Wahrheitsgehalt man nur mehr schwer überprüfen kann und sie sind nicht immer eine vertrauenswürdige

Quelle von Fakten. Sie repräsentieren oft Meinungen, die auf Gerüchten, Vorurteilen, Lügen und Fake News basieren, die mit immer fortschreitender Künstlicher Intelligenz (KI) weiterverbreitet werden. Der Mensch neigt dazu, diese Nachrichten je nach eigener Überzeugung bereitwillig zu übernehmen und vielleicht auch noch weiter zu verbreiten. Je mehr Menschen eine Meinung teilen, umso mehr ist man von der Wahrheit überzeugt. Bereits Friedrich Nietzsche warnte: „Überzeugungen sind oft die gefährlichsten Feinde der Wahrheit.“

Es ist an der Zeit, dass wir kritisch hinterfragen, was uns von Medien erzählt wird. Für den einzelnen Menschen wird es immer schwieriger Meinungen von Fakten zu unterscheiden, was Medien, Internet und X (früher Twitter) uns als Wahrheiten präsentieren. Welche Möglichkeiten hat die Bürgerin oder der Bürger? Welche Quellen sind vertrauenswürdig?

Die Beantwortung dieser Fragen liegt in der Eigenverantwortung jedes Einzelnen/jeder Einzelnen und seiner/ihrer Medienkompetenz. Ist das Zitat von Mark Twain noch gültig, dass man Tatsachen erst kennen muss, bevor man sie verdrehen kann? ●

Über'n Tellerrand g'schaut

Es ist geplant, laut Seniorenbund-Präsidentin Ingrid Korosec, das Arbeiten in der Pension zu fördern. Ein erster Schritt ist mit 1. 1. 2024 gesetzt worden: Die für den Zuverdienst gesetzlich vorgesehenen Pensionsversicherungsbeiträge werden bis zur monatlichen Bruttoverdiensthöhe von 1.040 Euro gedeckelt. Ab dieser Summe werden die Beiträge weiterhin abgezogen. Die Abzüge ohne Deckelung gelten wie bisher für die Abzüge für Sozialversicherungsbeiträge wie Lohnsteuer. Jeder im Ruhestand angemeldeter Zuverdienst ist somit einkommensteuerpflichtig, muss der BVAEB sowie der PVA umgehend nach Antritt der Tätigkeit gemeldet werden. Unentgeltliche Tätigkeiten im sozialen Bereich, im Verein, in karitativen Organisationen, bei der Feuerwehr, Caritas, Diakonie, Rotes Kreuz, usw. sind davon ausgenommen. Lesen Sie dazu „Steuertipps“ auf der Homepage pensionpower.goed.at.



Karlheinz Fiedler
BE: Der Autor ist
Vorsitzender-Stv.
der BV 22

Unentbehrliche Wirtschaftskraft

Pensionistinnen und Pensionisten sind unentbehrlich für die österreichische Wirtschaftskraft. Jeder fünfte Euro wird in Österreich von uns „Alten“ im Ruhestand erwirtschaftet. Unser Einsatz bei der Enkerl-Betreuung, im Vereinsleben, der Pflege von Angehörigen wie anderes mehr kann immer öfter nicht mehr von Pflegebediensteten oder Angestellten gestemmt werden. Es fehlen gerade in diesen Bereichen im hohen Maße Arbeitskräfte – da reicht es nicht, mehr Betreuungsplätze in der Altenpflege, im Spital, Kindergarten, Schulbereich wahlwerbewirksam zu versprechen, wenn die dafür notwendigen Arbeitskräfte nicht vorhanden sind. Wir „Alten“ stehen hier unsere Frau/unsere(n) Mann und dies viel zu oft unbedankt.

Bürokratische Probleme und Hürden

Tritt man in den wohlverdienten Ruhestand, werden von der vormaligen Dienststelle des Bundes, Landes oder der Gemeinde die personenbezogenen Daten an die PVA oder die BVAEB-Pensionsstelle zur Berechnung des auszuzahlenden monatlichen Ruhestandsgenusses weitergereicht. Das funkti-

oniert österreichweit unkompliziert. Nicht so im Bereich der Bildungsdirektion Wien. Da scheinen die Amtsmühlen besonders langsam zu arbeiten, wenn es darum geht, diese Personaldaten an die BVAEB Pensionsstelle weiterzuleiten. Daher kommt es mannigfaltig zu fehlerhaften Akontozahlungen, langen Wartezeiten auf einen „vorläufigen“ Pensionsbescheid. Über die GÖD-Rechtsabteilung „Dienstrecht“ konnte die BV 22 einer überaus großen Zahl an ehemals Wiener Lehrerinnen und Lehrern bei der Bewältigung solcher Hürden beistehen.

Sollte Ihnen als Jung-Pensionist:in solch Unbill widerfahren, so wenden Sie sich in Wien an uns unter office.bs22@goed.at oder an Ihre Landesvertretung. Wir beraten und helfen gerne professionell, damit Sie zu Ihrem Recht kommen!

Alles Walzer

Der Opernball 2024 ist Geschichte. Es war ein tolles Event, das über 1,5 Millionen Zuschauer:innen vor den TV-Schirmen versammelt hat, um den „Reichen“, Schönen, Prominenten und allen anderen beim Feiern auf die Orden oder ins Dekolleté zu blicken. Toll waren die ausgezeichnete Eröffnung, die Sängerinnen und Sänger, Tänzerinnen und Tänzer, das Jungdamen- und Herrenkomitee und der wundervolle Blumenschmuck! Operndirektor Dr. Bogdan Rošćić hat im Interview mitgeteilt, dass die Einnahmen die Kosten für den Event vollständig abdecken, die Getränkeeinnahmen einem karitativen Zweck zugeführt werden. Nicht jede:r liebt Ballveranstaltungen, so manche sehen den Opernball kritisch. Der Opernball gilt seit Anfang an als Staatsball, vom Ministerrat beschlossen, zur Kontaktnahme zwischen Politik, Wirtschaft und Kunst. Und niemand von uns hat über seine Steuern dazuzahlen müssen! Das beruhigt. ●



Über'n
Tellerrand
g'schaut

Krebsvorsorge durch einen gesunden Lebensstil

Die Weltgesundheitsorganisation hat Daten veröffentlicht, wonach 40 bis 50 Prozent aller Krebserkrankungen durch einen gesunden Lebensstil verhindert werden könnten.

Regelmäßiges körperliches Training, Nikotinkarenz sowie Vermeidung von Übergewicht und übermäßigem Alkoholkonsum gehören ebenso zu den Grundpfeilern einer optimalen Krebsvorsorge wie eine ausgeglichene psychische Grundeinstellung. Ein Hauptrisikofaktor für Krebsneuerkrankungen ist die übermäßige Adipositas, also das starke Übergewicht mit einem Body-Mass-Index von über 30. In letzter Zeit gab es auch Diskussionen zum Thema Fleischkonsum und Krebs. Genaue Analysen der Studiendaten zeigten, dass der Verzehr von über 50 Gramm Fleischprodukten pro Tag das Risiko für Darmkrebs erhöht. Das höchste Krebs-Risiko besteht beim Konsum von verarbeiteten Fleischwaren, wie zum Beispiel Wurst, gepaart mit Bewegungsmangel und Rauchen. Milchprodukte scheinen das Risiko für Darm- und Brustkrebs zu senken. Es gibt auch Hinweise auf den Schutz vor Leber- und Darmkrebs durch den Verzehr von Fisch. Die Datenlage in diesen Bereichen ist allerdings nicht ganz eindeutig.

Abwechslungsreiche Ernährung als Schlüsselfaktor

Entscheidend bei der Ernährung ist die ausgewogene Zufuhr von Mikronährstoffen wie Vitaminen, Spurenelementen und Mineralien. Diese Erkenntnis führte auch zu den Empfehlungen der internationalen Krebsgesellschaften für die gesunde Ernährung: Diese sollte abwechslungsreich und ballaststoffreich

(durch Vollkornprodukte) sein – mit einem überwiegenden Anteil an pflanzlichen Lebensmitteln. Auch auf eine ausreichende Zufuhr an essenziellen Fettsäuren aus mehrfach ungesättigten pflanzlichen Ölen oder Meeresfischen sollte geachtet werden. Die Zubereitung der Speisen sollte möglichst schonend (z. B. dünsten) sowie salz- und zuckerarm sein. Außerdem sollte man ausreichend Zeit für den Verzehr der Mahlzeiten einplanen und diese bewusst und im entsprechenden Umfeld genießen.

Vorsorge und Prävention

Die BVAEB unterstützt Sie mit zahlreichen Angeboten zur Vorsorge und Prävention, beispielsweise mit Beratungen zu den Themen Ernährung und Bewegung. Mit Programmen wie „Endlich rauchfrei“ oder „Leicht durchs Leben“ gelingt Ihnen der Einstieg in ein noch aktiveres und gesünderes Leben leichter. Erwerbstätige Versicherte finden im Gesundheitszentrum Resilienzpark Sitzenberg der BVAEB ideale Rahmenbedingungen, um Gesundheitsförderung schrittweise in den Alltag zu integrieren. Pensionist:innen werden bezüglich Gesundheitsförderung und Prävention in der BVAEB-Gesundheitseinrichtung Josefhof betreut. Viele weitere Informationen zu gesunder Ernährung und Informationen zu den BVAEB-Angeboten zur Optimierung Ihres Lebensstils finden Sie auf unserer Website bvaeb.at oder im BVAEB-Gesundheitsnavigator in der MeineBVAEB-App und im -Portal. ●