

WIR Steirerinnen

Das Magazin der VP Frauen Ausgabe 3/2018



Ich mache von
meinem Recht Gebrauch.
Du auch?

**100 Jahre
Frauenwahlrecht**

Zugeschickt durch Post.at, P.b.b., Verlagspostamt 8010, Zulassungsnummer 072037623M, 0021006483 Fotos: privat

**STEIRISCHE
VP FRAUEN**

INHALT *WIR* Steirerinnen

Die neue Volkspartei

Maßnahmen und Neuerungen für Familien ... 4

Anerkennung

Matinee der Politischen Akademie: Frauen in der Volkspartei ... 6

Graz.Stark.Weiblich.

Der Inhaltsprozess der VP Frauen Graz ... 7

Man ist, was man isst

ERNÄHRUNG - die große Chance für ein gesundes Leben ... 8

Sommorgespräche

Die weibliche Perspektive der Steiermark. ... 12

Charity Brunch

VP Frauen setzen ein Zeichen ... 14

Juliane Bogner-Strauß

Die neue Bundesleiterin der ÖVP Frauen ... 16

Leitantrag

Arbeit und Einkommen ... 18

Cover

100 Jahre Frauenwahlrecht ... 20

Tagung

Land.Frau.Perspektive. ... 22

STEIRERIN AWARDS 2019 ... 24

Aus den Regionen ... ab Seite 28

Service

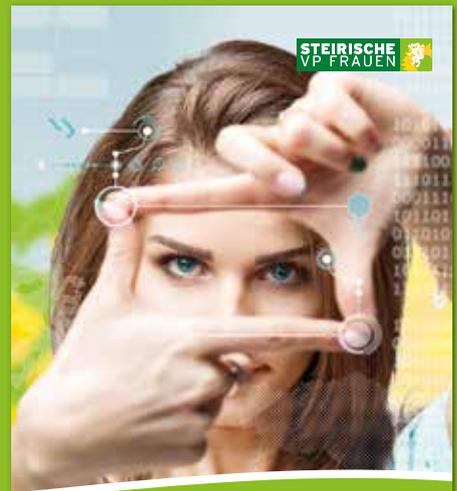
Gewinnspiel - Tagung ... 22

Buchtipps + Buchverlosung ... 23

Gewinnspiel - Salzstiegl... 25

Weihnachtsmenü ... 26

Theateraktion ... 39



Land.Frau.Perspektive.

Tagung der Steirischen VP Frauen
11. und 12. Jänner 2019 | Steiermarkhof

Seite 22

WENN SIE BEIM
GEMEINSAMEN SHOPPEN
VIEL SPASS HABEN,
DANN PASST'S.



ERLEBNISSHOPPING MIT MEHRWERT

- ADLER Frühstück & Mittagessen
- ADLER Modenschau & Gastgeschenk
- Attraktive Ausflugsangebote

Gerne planen und organisieren wir – für Gruppen/Vereine ab 20 Personen – auch Ihr Programm für Ihren unvergesslichen Tag bei ADLER Seiersberg-Pirka. Kostenlose Modenschauen, attraktive Unterhaltungsprogramme, frisch gekochte Schmankerl, Gastgeschenk und 3% Rabatt-Gutschrift mit der ADLER Treuekarte.

RUFEN SIE UNS GLEICH AN!

Frau Regina Sattler oder Frau Elisabeth Freitag | Tel.: +43 (0)316 / 24 22 93-0 | E-Mail: bus03166@adlermode.at oder gl03166@adlermode.at | Internet: www.adlermode.com/busgruppen

8055 Seiersberg-Pirka, Shopping City Seiersberg 1 | Mo. bis Fr. 9 – 19.30, Sa. 9 – 18 Uhr

Adler Modemärkte GmbH, Traunfurterstraße 101, 4052 Ansfelden



EDITORIAL

Seit der ersten Wahl, bei der Frauen wählen durften, hat sich viel geändert. Es ist aber noch genug zu tun.

Die Steirischen VP Frauen sind auf dem Weg

Das Jahr 2018 diente dem Dialog zwischen Frauen – die Sommergespräche in allen Bezirken bilden das Fundament unserer künftigen Arbeit. Die weibliche Perspektive der Steiermark wurde eingefangen. Eines hat sich klar gezeigt: Frauen wollen einen aktiven, engagierten Part übernehmen, um Gleichberechtigung und Gleichstellung in der Gesellschaft voranzutreiben und Frauen auf ihrem individuellen Lebensweg zu fördern.

Ich selbst habe eine Vision, die meine Arbeit für Frauen leitet: Irgendwann wird es keine Geschlechterdifferenzierung mehr geben, weil wir in allen Bereichen in einer Selbstverständlichkeit miteinander leben – ohne Unterscheidungen aufgrund des Geschlechts.

Bis dorthin braucht es noch Motivatorinnen, die Frauen ermutigen, Aufgaben zu übernehmen, Netzwerkerinnen, die Frauen verankern, Rolemodels, die beispielhaft vorangehen, und uns alle, die begleiten, unterstützen und mitwirken.

Es gab sie immer – die Frauen, die mit Visionen vorausgingen. Frauen erkämpften sich hart den Weg in die Politik. Ihre Forderungen nach Mitbestimmung und Mitgestaltung wurden in den letzten 100 Jahren umgesetzt. Wo wären wir heute ohne Frauenbund und Einsatz von Frauen? Veränderung und Verbesserung brauchen engagierte Menschen – Frauen.

Ich freue mich auf das kommende Jahr und lade alle interessierten Frauen ein, sich an den gestaltenden und politischen Aktivitäten zu beteiligen.

Landesgeschäftsführerin Michaela Hartner, MA



Foto Michaela Lorber

FREI GEDACHT

Frauenwahlrecht: Von unseren Vorgängerinnen erkämpft, von uns gelebt

Generationenwechsel beim Bundesfrauentag – auf das Tun unserer Vorgängerinnen aufzubauen und die Zukunft weiterzubauen, das ist unsere Aufgabe.

Mit den flächendeckenden Sommergesprächen haben wir Inhalte für unsere Forderungen abgefragt, aber auch hingesehen, wo jene Frauen sind, die sich politisch interessieren. Wir wissen, dass die Forderungen der Frauen ständig Akteure, also Funktionärinnen, brauchen, sonst wird es keine Umsetzung geben. Daher schauen wir in die Zukunft und unterstützen wir Frauen, den Mut zu haben, Verantwortung und damit ein Mandat zu übernehmen. Von 5088 Gemeinderäten in der Steiermark sind nur 1.103 weiblich, von 287 Bürgermeistern sind nur 19 Frauen. Wir VP Frauen bauen und unterstützen, fordern und fördern, vor allem tun wir dies gemeinsam. Ich danke jeder einzelnen von Euch für ihr Bekenntnis zu unserer ÖVP. Wir leben dankenswerterweise in einer Demokratie – einer Demokratie, in der wir Parteien wählen. Wenn es keine Menschen mehr gibt, die politische und vor allem parteipolitische Verantwortung übernehmen, ist unsere Demokratie in Gefahr. Das können und werden wir nicht zulassen.

Ich wünsche Euch allen ein wenig Zeit für Euch und Eure Familien. Sie sind immer da, wenn Hilfe gebraucht wird. Nehmt Euch auch Zeit für Eure Freundinnen bei den VP Frauen. Auch sie sind da, wenn sie gebraucht werden. Ich verbringe gerne Zeit mit „meinen“ VP Frauen, weil es Spaß macht, weil wir gemeinsam Gesellschaft gestalten, weil Ihr stets stützend an meiner Seite seid – Danke! Ich wünsche Euch ein gesegnetes Weihnachtsfest und ein positives Jahr 2019 mit vielen Begegnungen.

Landesleiterin Manuela Khom

IMPRESSUM

HERAUSGEBER Steirische VP Frauen, Karmeliterplatz 5/1, 8010 Graz, Tel. 0316/60744-6411, Fax: 0316/60744-6415, info@vp-frauen.at, www.vp-frauen.at, Michaela Hartner, MA, Tel. 0316/60744-6410, michaela.hartner@vp-frauen.at

GRAFIK & SATZ die 2tbesten.at

DRUCK & VERSAND Druckerei Wograndl, 7210 Mattersburg

Sämtliche Formulierungen gelten völlig gleichrangig für Personen beiderlei Geschlechts.



Die neue Volkspartei

Mehr Geld für Kinderbetreuung: Die Gewinner sind die Kinder

Mit der neuen Bund-Länder-Vereinbarung zur Elementarpädagogik sollen wesentliche Neuerungen vereinbart werden: mehr Geld zur Sicherstellung eines adäquaten Angebots, verbindliche Wertebildung, verbesserte Sprachförderung und ein Ja zum Kopftuchverbot. Jetzt wurde die 15a-Vereinbarung im Ministerrat beschlossen.

Auf einen Blick

- 12 Mio. Euro mehr für Kinderbetreuung: Insgesamt werden in den nächsten vier Jahren mehr als 180 Mio. Euro pro Jahr in die Elementarbildung und -betreuung investiert!
- Drei 15a-Vereinbarungen werden zu einer zusammengeführt.
- Planungssicherheit für Länder und Gemeinden durch die Laufzeit von vier Jahren.
- Qualitätsvolle Kinderbetreuung für eine gute Vereinbarkeit von Familie und Beruf.
- Verankerung eines Kopftuchverbots sowie eines Wertekatalogs mit klaren Regeln und Sanktionen bei Nichteinhaltung!

Im Detail

- Budgetplus – mehr von Bund und Ländern: 142 Mio. Euro kommen vom Bund und 38 Mio. von den Ländern – insgesamt 180 Mio. pro Jahr für die nächsten vier Jahre.
- Ausbau und Erweiterung des Kinderbildungs- und -betreuungsangebots:
 - Schaffung neuer Plätze für unter 3-Jährige, um die Betreuungsdichte zu erhöhen und das Barcelona-Ziel der EU von 33 Prozent zu erreichen.
 - Flexibilisierung und Erweiterung der Öffnungszeiten in allen Altersgruppen.
 - Bevorzugung berufstätiger Eltern bei der Vergabe von geförderten Kindergartenplätzen.
- Klare Regeln für die Wertebildung. Sanktionen bei Nichteinhaltung.
 - Einführung eines Wert- und Orientierungsleitfadens sowie eines Kopftuchverbots in Kindergärten, um Parallelgesellschaften entgegenzuwirken.
 - Verstärkte Kontrolle in islamischen Kindergärten.
 - Sanktionen bei Nichteinhaltung (Verwaltungsstrafe als Ultima Ratio).
- Intensivierung der Deutschförderung: Bundesweit einheitliche Sprachfeststellung für treffsicherere Aussagen.
- Weiterführung des bewährten verpflichtenden Kindergartenjahres für 5-Jährige.



KARENZZEIT = ARBEITSZEIT

Die langjährige Forderung der ÖVP Frauen wird endlich umgesetzt.

Wer in Karenz geht, soll keine beruflichen Nachteile haben. Die Anrechnung der Karenz von bis zu 24 Monaten bei Gehaltsvorrückungen, Urlaubsansprüchen, Kündigungsfristen, Entgeltfortzahlungen und Vordienstzeiten soll in allen Kollektivverträgen verankert werden.

Ziel: Schließen der Gehalts- und Pensionsschere

Karenzzeiten wirken sich oftmals nachteilig auf das Einkommen von Frauen aus, damit auch auf die Pension. Am Zug sind jetzt die Sozialpartner, die für die Gestaltung der Kollektivverträge verantwortlich sind. Derzeit ist die Anrechnung der Karenzzeit nur in 145 von insgesamt 859 bestehenden Kollektivverträgen vorgesehen. Hier gibt es definitiv großen Handlungs-

und Aufholbedarf. Wenn die Anrechnung der Karenzzeiten über die Kollektivvertragsverhandlungen nicht funktioniert, wird die Bundesregierung durch den Entschließungsantrag beauftragt, eine gesetzliche Neuregelung bis Ende des Jahres vorzulegen.

Durch diese Initiative der ÖVP wird die Lohnschere zwischen Männern und Frauen ein Stück weit geschlossen: Die Karenzzeit, vorwiegend noch von Frauen in Anspruch genommen, wird durch die neue Regelung kein Hindernis mehr bei Gehaltsvorrückungen sein. Eine weitere Diskriminierung und Ungerechtigkeit wird aus der Welt geschafft.

Der Nationalrat hat den von den Regierungsparteien eingebrachten Entschließungsantrag zur Anrechnung der Karenz von bis zu 24 Monaten in allen Kollektivverträgen mit den Stimmen von ÖVP, FPÖ und Liste Pilz beschlossen.





Indexierung der Familienbeihilfe

Um mehr Fairness und Gerechtigkeit zu erreichen, soll eine europarechtskonforme Anpassung der Familienbeihilfe und des Kinderabsetzbetrages an das Preisniveau des jeweiligen Wohnstaates des Kindes eingeführt werden. Das ist gerecht, weil die Lebenshaltungskosten je nach Land stark variieren. Zudem unterstützen wir österreichische Familien, indem budgetäre Mittel für weitere wichtige soziale Vorhaben eingesetzt werden können.

Auf einen Blick

- Anpassung der Familienbeihilfe und des Kinderabsetzbetrages an das Preisniveau des jeweiligen Wohnstaates des Kindes.
- Der nationale Indexierungsvorschlag behandelt alle Kinder gleich – unabhängig von ihrer Staatsbürgerschaft.
- Die Indexierung, die 2019 in Kraft treten soll, bringt Einsparungen in der Höhe von über 100 Mio. Euro.

Pädagogikpaket: Wie unsere Kinder fit für die Welt von morgen werden

Das Ziel ist es, unsere Kinder bestmöglich auf die Herausforderungen von morgen vorzubereiten. Dafür braucht es ein Bildungssystem, das Kernkompetenzen vermittelt, individuelle Talente fördert, Defizite ausgleicht und fit für eine weiterführende Bildung sowie die moderne Berufswelt macht.

Auf einen Blick

- Die Bundesregierung nimmt zentrale Projekte des Pädagogikpakets in Angriff, die vor allem auf eine umfassende Modernisierung von Volksschule und Neuer Mittelschule abzielen:
 - ▶ Transparente und präzise Beurteilung in der Volksschule
 - ▶ Leistungsorientierte Weiterentwicklung der Neuen Mittelschule
 - ▶ Freiwilliges zehntes Schuljahr an Polytechnischen Schulen
- Die Maßnahmen treten mit dem Schuljahr 2019/2020 in Kraft.

Im Detail

Leistungsbeurteilung in der Volksschule

- Bestehende Formen der Alternativen Beurteilung und der Benotung durch Ziffern werden aufeinander abgestimmt, um die Benotungssystematik insgesamt aufzuwerten.
- Eine alternative Leistungsbeurteilung durch Information über Lern- und Entwicklungssituation ist schulautonom künftig bis zum Ende des ersten Semesters der zweiten Schulstufe möglich. Gleichzeitig haben Eltern das Anrecht auf eine zusätzliche Benotung durch Ziffern.
- Ein Zeugnis mit Ziffernoten muss jedenfalls ab Ende der zweiten Schulstufe ausgehändigt werden.
- Die Leistungsbeurteilung wird durch eine verpflichtende schriftliche Erläuterung in Form von Bewertungsrastern, ergänzend zur Ziffernote, transparent und nachvollziehbar.

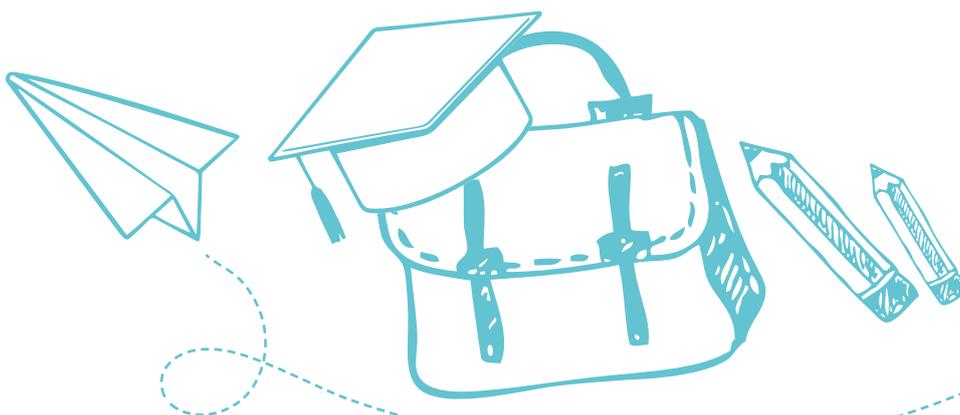
- Volksschüler sind verpflichtet, Förderunterricht zu besuchen, sofern der Bedarf festgestellt wird.

Leistungsorientierte Neue Mittelschule

- Weiterentwicklung der NMS zur „Mittelschule“, die Schüler sowohl auf weiterführende Schulen als auch auf das Berufsleben vorbereitet. Leistungsstarke Schüler werden speziell gefördert.
- Ab der sechsten Schulstufe werden in Deutsch, Mathematik und der ersten lebenden Fremdsprache zwei Leistungsniveaus („Standard“ und „Standard AHS“) mit 5-teiligen Beurteilungsskalen eingeführt.
- Schulautonom können dauerhaft Gruppen nach den zwei Leistungsniveaus eingerichtet werden.

Freiwilliges zehntes Schuljahr an Polytechnischen Schulen

- Die Wiedereinführung des freiwilligen zehnten Schuljahres für jene, die die allgemeine Schulpflicht an mittleren bzw. höheren Schulen abgeschlossen haben, bringt mehr Durchlässigkeit im Bildungssystem.





Matinee der Politischen Akademie: Frauen in der Volkspartei

Zum ersten Mal wurde einer der historischen Räume der Politischen Akademie nach einer Frau benannt - die Namenspatronin ist Grete Rehor, die erste Ministerin Österreichs. Aus diesem Anlass lud die Politische Akademie zu einer Matinee mit Gesprächen über sie und andere erfolgreiche Frauen in der Volkspartei in das Springer-Schlössl ein.



Frauen nehmen seit der Gründung der Volkspartei wichtige Aufgaben in unserer Gemeinschaft und in der Republik wahr. „Das wollen wir würdigen und haben dies mit der Benennung des Grete-Rehor-Salons sichtbar gemacht“, erklärte Mag. Bettina Rausch, Präsidentin der Politischen Akademie der Volkspartei, bei der Matinee

„Frauen in der Volkspartei“. Im Rahmen der sommerlichen Veranstaltung kamen Politik-Pionierinnen der Volkspartei zu Wort. Zur Einleitung spannte Univ.-Prof. Dr. Anita Ziegerhofer vom Institut für Rechtswissenschaftliche Grundlagen in Graz einen geschichtlichen Bogen von der Nachkriegszeit bis heute und verschaffte einen guten Über-

blick über engagierte Frauen in der Politik.

In der Talkrunde motivierte die steirische Landeshauptfrau a. D. Waltraud Klasnic junge Nachwuchs-Politikerinnen zum Ja-Sagen, wenn sie die Möglichkeit zur politischen Mitgestaltung bekommen. Eine Empfängerin dieser Botschaft war die eloquente Mitdiskutantinnen Martina Tiwald,

die bereits mehrfach Ja zur Verantwortung gesagt hatte und heute als Vorsitzende der Bundesjugendvertretung Politik macht. Komplettiert wurde die Runde von Mag. Maria Hampel-Fuchs, Wiener Landtagspräsidentin a. D., die Grete Rehor persönlich gekannt und mit ihr eng zusammengearbeitet hatte. Sie ermöglichte bei der Podiumsdiskussion einen Einblick in das Schaffen der ersten Ministerin Österreichs und erzählte, mit welcher Vehemenz und welchem Elan sich Rehor engagiert hatte.

Der Höhepunkt der Veranstaltung war die offizielle Eröffnung des Grete-Rehor-Salons im Springer-Schlössl, die Mag. Bettina Rausch mit Mag. Dr. Juliane Bogner-Strauß, der amtierenden Bundesministerin für Frauen, Familien und Jugend, durchführte. Gemeinsam montierten sie symbolisch eine Informationstafel über das Leben Grete Rehors im gleichnamigen Salon.

Graz.Stark.Weiblich.

Der Inhaltsprozess der VP Frauen Graz

Am 12. November 1918 wurde in Österreich das Wahlrecht für Frauen eingeführt - ein Meilenstein für die Gleichberechtigung der Frauen und zugleich der Aufbruch in einen langen Prozess der Emanzipation. Die VP Frauen Graz nahmen das 100. Jubiläum dieses historischen Ereignisses zum Anlass, gemeinsam mit Landesleiterin Manuela Khom und Klubobfrau Daniela Gmeinsbauer den Inhaltsprozess „Graz.Stark.Weiblich.“ zu beginnen.

Die VP Frauen setzen sich seit Langem dafür ein, dass wirtschaftliche, soziale und kulturelle Rahmenbedingungen geschaffen werden, in denen Frauen ein selbstbestimmtes Leben führen können. Um auch weiterhin an diesem Ziel



Die VP Frauen starten den Inhaltsprozess Graz.Stark.Weiblich.

arbeiten zu können, braucht es auch für Graz konkrete Forderungen und Maßnahmen. Im Lauf der nächsten Monate werden sich daher im Rahmen von Graz.Stark.Weiblich. Beruf und Familie managende Frauen – Studierende, Seniorinnen, Wirtschaftstreibende und Arbeitnehmerinnen – mit Expertinnen treffen und ihre Ansichten und Anliegen in Arbeitsgruppen austauschen, ist sich unsere Stadtleiterin GR Sissi Potzinger sicher.

LL Manuela Khom freut sich

sehr, dass neue Akzente in der Frauenpolitik gesetzt werden und gerade Graz – das moderne Herz der Steiermark mit seinen vielen Vorreiterinnen für die Gleichberechtigung – neue Wege geht. So werden die Grazer Frauen in die Fußstapfen großer Steirerinnen wie Frieda Mikola, einer der ersten weiblichen Nationalratsabgeordneten, und Waltraud Klasnic, der ersten Landeshauptfrau Österreichs, treten.

Anna Hopper, Frauensprecherin der Grazer Volkspartei im

Gemeinderat, ist sich sicher, dass dabei ein neues, zukunftsweisendes Programm der VP Frauen Graz entstehen wird. Denn man braucht weiterhin konkrete Maßnahmen, um Gleichberechtigung und starke politische Partizipation voranzutreiben, ist unsere NAbg. Martina Kaufmann überzeugt. Projektleiterin Mag. Dr. Marie-Theres Stampfl war begeistert von den vielen Frauen, die ein starkes Zeichen setzen und zahlreich am Auftakt teilnahmen. Nur gemeinsam kann ein modernes und urbanes Konzept für uns Grazerinnen entwickelt werden.

Unterstützung erhält der Inhaltsprozess auch von Mag. Dr. Juliane Bogner-Strauß, Bundesministerin und Bundesleiterin der ÖVP Frauen. Mit dieser Initiative der Grazer VP Frauen wird die Entwicklung einer modernen, urbanen Frauenpolitik vorangetrieben.



Man ist, was man isst

ERNÄHRUNG – die große Chance für ein gesundes Leben

Eine ausgewogene Ernährung als Teil eines gesundheitsförderlichen Lebensstils ist ein wesentlicher Grundpfeiler und eine Voraussetzung für unsere Gesundheit. Lesen Sie hier die Empfehlungen der Ernährungswissenschaftlerin Sandra Holasek.

Internationale Studien haben gezeigt, dass sieben der 15 Hauptrisikofaktoren für Krankheit und Tod in die Bereiche Ernährung und Lebensstil fallen und damit wichtige Ansatzpunkte für Gesundheitsförderung und Primärprävention darstellen. Tabak- und Alkoholkonsum, erhöhter Blutdruck, Adipositas, erhöhter Blutcholesterinspiegel, geringe körperliche Aktivität, hohe Blutzuckerwerte, niedriger Obst- und Gemüsekonsum. Konsequenz wären somit bereits aufgegriffene Bereiche wie rauchfreie Zonen, Aktive Zonen, Diversität und Qualität unserer Landwirtschaft dringend weiter zu stärken.

Schätzungen der WHO gehen davon aus, dass chronische Erkrankungen im Jahr 2020 für mehr als drei Viertel aller Todesfälle in den Industriestaaten verantwortlich sein könnten. Die Ernährung spielt in der Entwicklung dieser Krankheiten eine wesentliche Rolle. Auch die österreichische Gesundheitsberichterstattung zeigt einen Anstieg ernährungs- und

lebensstilassoziierter Erkrankungen. Insbesondere die Zunahme von Übergewicht und Adipositas sowie die dadurch verursachten Folgeerkrankungen und Kosten machen integrative Maßnahmen in der ernährungsbezogenen Prävention notwendig.

5-mal am Tag Obst und Gemüse

Der präventive Aspekt der Ernährung lässt sich am Beispiel von Obst und Gemüse verdeutlichen.

Ein regelmäßiger Konsum dieser Lebensmittel ist ein klares Merkmal einer gesundheitsförderlichen Ernährung.

Eine Erhöhung des Obst- und Gemüseverzehr kann das Risiko für Hypertonie, koronare Herzerkrankungen und Schlaganfall mit überzeugender Evidenz und das Risiko für Krebserkrankungen mit wahrscheinlicher Evidenz senken. Metaanalysen zeigen, dass pro zusätzlich verzehrter Portion Obst und Gemüse pro Tag das Risiko für koronare Herzerkrankun-



Assoz. Prof. Dr. Sandra Holasek,
Medizinische Universität Graz

gen um vier Prozent und jenes für Schlaganfall um fünf Prozent sinkt.

Der Obst- und Gemüsekonsum in Österreich ist verbesserungswürdig: In einigen soziodemographischen Gruppen werden Obst und Gemüse eindeutig zu wenig gegessen.

Schätzungen zufolge setzt weniger als ein Viertel der Bevölkerung die Empfehlung „5-mal am Tag Obst und Gemüse“ um.



Gut für uns und die Umwelt:
Bevorzugen Sie saisonale und
regionale Produkte.

Gesund genießen – die Dosis macht´s

Trinken bei jeder Gelegenheit



Funktion: Ein Erwachsener besteht zu ca. 60 Prozent aus Wasser. Es übernimmt die Funktion als Lösungsmittel diverser Stoffe, als Transportmittel für Nährstoffe und, damit verbunden, den ständigen Austausch von Blut, Gewebe- und Zellflüssigkeit. Zudem dient es als Wärmeregulator.

Empfehlenswert: Mineralwasser, Trinkwasser, ungesüßter Früchte- und Kräutertee, mit Wasser verdünnte Fruchtsäfte.

Dosis: 6 Gläser pro Tag

Tipps: Achten Sie bei Wasser aus dem Supermarkt darauf, dass es möglichst natriumarm ist. Alkohol und gezuckerte Limonaden entziehen uns Flüssigkeit. Wenn Alkohol, dann langsam in Maßen genießen. Zu jedem alkoholischen Getränk sollte man zudem immer ein Glas Wasser trinken. Auch klare Suppen sind gute Flüssigkeitsgeber. Gerade bei Stress versagt oft unser Durstempfinden. Also: Bewusst auf das Trinken achten!

Früchte und Gemüse



Funktion: Früchte und Gemüse sind stark wasserhaltig, damit auch stark sättigend. Zudem liefern sie einen wertvollen Cocktail aus Vitaminen, Mineralien und Ballaststoffen.

Empfehlenswert: Heimisches Obst: roh, zerkleinert, als Salat, Saft oder Kompott; heimisches Gemüse: roh, gedünstet, als Salat

Mindestens 3 Portionen Gemüse: 1 Portion = 100 g rohes oder 150 – 200 g gekochtes Gemüse, 50 g Blattsalat

Dosis: Mindestens 2 Portionen Obst: 1 Portion = 1 Apfel, Banane, Birne etc., 1 Dessertschüssel Beeren pro Tag.

Tipps: Früchte und Gemüse, roh und klein geschnitten, sind ein idealer Snack für unterwegs. Bevorzugen Sie saisonale und regionale Produkte. Essen Sie biologisches Obst ungeschält. Damit nehmen Sie zusätzlich Nahrungsfasern und Vitamine auf.

Getreide und Kartoffel



Funktion: Getreideprodukte, Reis, Teigwaren, Vollkorn-, Misch- und Roggenbrot, Müsli, Kartoffeln und Vollkornprodukte verzögern die Entleerung des Magens und regulieren damit die Aufnahme der Nährstoffe, verbessern unsere Darmflora, regen die Verdauung an und wirken günstig auf Cholesterin- und Blutzuckerspiegel.

Empfehlenswert: Getreideprodukte, Reis, Teigwaren, Brot, Müsli, Kartoffeln

Dosis: 3 Portionen pro Tag, abhängig von der körperlichen Bewegung

Tipps: Kartoffeln erst nach dem Kochen schälen und mit möglichst wenig Fett zubereiten. Bevorzugen Sie mit Sauerteig zubereitetes Brot (Bauernbrot) – es ist leichter verdaulich als solches mit Hefe. Es muss nicht immer Vollkorn sein. Teigwaren al dente kochen. Müsli ohne Zuckerzusatz. Probieren Sie auch verschiedene Getreidesorten wie zum Beispiel Hirse, Hafer und Gerste.

Gesund genießen - die Dosis macht's

Milch- und Milchprodukte



Funktion: Kalziumlieferant, hochwertiges Eiweiß, essenzielle Aminosäuren

Empfehlenswert: Milch, Käsesorten mit weniger als 45 % F. i. T., Topfen, Joghurt, Buttermilch

Dosis: 2 – 3 Portionen pro Tag (1 Portion = 200 ml Milch, 1 Becher Joghurt und 40 g Käse)

Tipps: Mixdrinks mit Milchprodukten und Obst für zwischendurch. Topfen mit frischen Kräutern zu Kartoffeln oder auf Brot.

Fleisch, Fisch, Eier, Hülsenfrüchte



Funktion: Hochwertige Eiweißquellen, gut verwertbares Eisen, wichtig für Zellbildung und Regeneration.

Empfehlenswert: Fettarme Fleischsorten, frischer Fisch, alle Sorten Hülsenfrüchte (Erbsen, Bohnen, Linsen etc.), Eier

Dosis: Pro Woche: 2 – 4 Portionen Fleisch, 1-2 Portionen Fisch, 1 – 3 Eier, 1 – 2 Portionen Hülsenfrüchte (40 – 60 g Trockengewicht)

Tipps: Fisch und Fleisch mit viel Kräutern zuzubereiten, schützt die Fettsäuren. Hülsenfrüchte in Kombination mit Getreide und Eiern sind hochwertige Eiweißquellen. Wurstwaren selten genießen, aufgrund der versteckten Fette und des hohen Salzanteils.

Fett: Sparsam und hochwertig



Funktion: Fette sind Kalorienbomben, aber auch wichtige Lieferanten fettlöslicher Vitamine (A, D, E, K) und essenzieller Fettsäuren. Zudem dienen sie als wichtiger Baustoff von Zellmembranen.

Empfehlenswert: Pflanzliche Öle, Butter, ungesalzene Nüsse (Walnüsse, Haselnüsse, Mandeln etc.) sowie Samen und Kerne (Sesam, Leinsamen, Sonnenblumenkerne, Kürbiskerne)

Dosis: 2 – 4 Kaffeelöffel Öl zur Zubereitung von Speisen (Garen und Salat), 2 Kaffeelöffel Streichfett (wenn möglich, öfter darauf verzichten), 20 – 30 g Nüsse und/oder Samen, Kerne

Tipps: Bevorzugen Sie hochwertige Öle, die in dunklen Flaschen abgefüllt sind. Auf fettarme Zubereitung achten. Wenig Streichfett verwenden.

Versalz Dir nicht das Leben



Funktion: Viele von uns sind salzsensitiv. Vor allem übergewichtige Personen reagieren mit Bluthochdruck auf zu hohen Salzkonsum. Auch unsere Knochengesundheit ist stark von einem nicht zu hohen Salzkonsum abhängig.

Empfehlenswert: Auf Konserven und Fertiggerichte weitgehend verzichten.

Dosis: maximale Salzzufuhr: 6 g pro Tag
Tipps: Zwei Drittel des konsumierten Salzes sind in Lebensmitteln verpackt: Wurst, Käse, Brot, Konserven, Fertiggerichte, Soßen, Snacks. Salzstreuer vom Esstisch nehmen.

Ähnlich wirksame Geschmacksverbesserer: Zitrone, Essig, frische Kräuter. Reduzieren Sie schrittweise mit ihnen Salz.



Grafik: die 21besten (freepik.com, vbit24 - stock.adobe.com)

Süßes bewusst genießen



Genießen Sie süße Speisen bewusst durch langsames Essen und steigern Sie dadurch den Genusswert. Unser Mundraum ist stark mit unserem Belohnungszentrum verbunden.

Genießen Sie Süßes in kleinen Mengen und in Ruhe. Wählen Sie keine Süßigkeiten als Zwischenmahlzeit. Bei Hunger nicht gleich zu Süßem greifen.

Bleib in Bewegung



Entscheidend für Gesundheit und Wohlbefinden ist neben dem gesunden Genuss auch die körperliche Aktivität. Damit ist aber nicht unbedingt schweißtreibender Sport, sondern die tägliche Aktivität während des ganzen Tages gemeint: Jeder Schritt zählt! Egal, ob über Treppen, zur Arbeit, zum Einkaufen, zum Spaziergehen etc.

Bereits eine halbe Stunde täglicher Aktivität wirkt sich positiv auf die Energiebilanz aus und sorgt für die Kräftigung von Herz, Kreislauf, Knochen, Muskeln, Lunge und Immunsystem.

Stress vermeiden - vor allem beim Essen



Bewußt „mahlzeiten“, also eine kleine Auszeit beim Essen nehmen.

Besonders das Essen mit netten Menschen ist eine wichtige Zeremonie, die uns nicht nur mehr Gelassenheit, Genuss und Fröhlichkeit, sondern auch ein ausgewogenes Essverhalten gibt.

TAGESBEISPIEL

Frühstück:

- Obst- oder Gemüsesaft - coole Drinks für die ganze Familie mixen
- Dunkles Brot (Roggen- oder Mischbrot) mit Frischkäse, Tomaten und Paprika

Snacks:

- Joghurt, Obst, Nüsse
Von Nüssen weiß man, dass sie sehr reich an der essentiellen Aminosäure Tryptophan sind. Sie ist die Vorstufe von Serotonin, das uns sehr glücklich macht. Das heißt, wir sollten uns Lebensmittel suchen, die viel Tryptophan enthalten - Nüsse, Käse, Joghurt, Milchdrinks.

Mittag- bzw. Abendessen:

- Suppen (Gemüse-, Haferflocken-, Rinds-, Hühner-, Tomatensuppe etc.)
- Naturschnitzler mit Erbsenreis (Bohnensalat, Linseneintopf, Blattsalat mit Kartoffeln etc.)
- Große Gemüseportionen
- Suppen und Gemüse sättigen hervorragend und bringen wichtige Inhaltsstoffe zur Stärkung unseres Immunsystems.



Bruck Mürzzuschlag



SOMMERGESPRÄCHE

Die weibliche Perspektive der Steiermark.

44 Sommergespräche der Steirischen VP Frauen im ganzen Bundesland geben tiefe Einblicke.

Die Sommergespräche waren erfolgreich. Frauen aus vielen Gemeinden der Steiermark wurden erreicht. Sie arbeiteten aktiv in Kleingruppen, brachten Ideen ein, schilderten ausführlich ihre Lebenssituation und ihre Erfahrungen. Sie zeigten eine große Offenheit, indem sie über individuelle Sorgen, Wünsche und Ängste sprachen – über wirtschaftliche, familiäre und berufliche Situationen. Das Ziel, sich umfassend mit Bedürfnissen und Lebensrealitäten von Frauen zu befassen, wurde damit erreicht. Nun ist es wichtig, dieses entgegengebrachte Vertrauen wertzuschätzen, zu achten und



Graz-Umgebung



Leibnitz



Leibnitz



Südoststeiermark



Weiz



Murau



Leoben



Deutschlandsberg



konkret auf die geäußerten Wünsche und Bedürfnisse der Frauen einzugehen.

Die erreichten Frauen zeigten insgesamt ein sehr großes Interesse an der Mitgestaltung auf kommunaler Ebene. Die meisten von ihnen bringen sich ohnehin vielfach in unterschiedliche Bereiche ein. Sie setzen offensichtlich große Hoffnung in die Umsetzung der angeregten Veränderungen und erwarten sich, in der Gemeinde auf mehr Gehör zu stoßen.

Das klare Ziel dieses Projektes ist es, die Anliegen vor Ort in den politischen Diskussionsprozess einzubringen und aufzuzeigen, wo die Sorgen und die Nöte der Bürgerinnen liegen.

Es braucht die weibliche Perspektive, da Frauen im Leben eine andere Betroffenheit und eine andere Sicht auf die Dinge haben. Bei allen Gesprächsrunden war spürbar, dass starkes Interesse da ist, an der zukünftigen Gestaltung der Politik teilzuhaben – besonders auf der kommunalen Ebene.

Die gesamten Ergebnisse der Sommergespräche werden bei der Tagung Land.Frau.Perspektive, am 11. und 12. Jänner 2019 im Steiermarkhof (Graz) präsentiert. Anmeldungen und Zimmerreservierungen sind ab sofort möglich. Details zur traditionellen Tagung der VP Frauen finden Sie auf Seite 20.



„Es braucht Frauen im politischen Meinungsbildungsprozess, in Funktionen, in Mandaten. Wir sind 51 Prozent der Gesamtbevölkerung, aber im besten Fall zu einem Drittel in der Politik abgebildet. Gerade der ländliche Raum muss von Frauenhänden mitgestaltet werden. Fühlen sich Frauen nicht wohl, gehen sie. Gehen die Frauen, stirbt das Land. Darum ist ein besonderes Hinschauen auf die Bedürfnisse der Frauen für die Zukunft unserer Regionen wichtig.“

Landesleiterin Manuela Khom



Liezen



Hartberg-Fürstenfeld



Murtal



Murau



Voitsberg



Voitsberg



Wir bedanken uns für die Unterstützung:





Charity Brunch

Der Charity Brunch der Steirischen VP Frauen für die Krebshilfe Steiermark - zugunsten von Pink Ribbon - war ein toller Erfolg.

Dank der Solidarität aller Bezirksleiterinnen konnte ein grandioses Spendenergebnis in der Höhe von 6.245 Euro erreicht werden. Aus jedem Bezirk gab es steirische Schmankerl. Manfred Bretterklieber sorgte für die musikalische Umrahmung. Kabarettist Martin Kosch läutete den Höhepunkt ein. Martin Scherer, Geschäftsführer der Krebshilfe Steiermark, und Mag. Birgit Jungwirth nahmen von Manuela Khom, Landesleiterin und Zweite Landtagspräsidentin, den Scheck mit der Spendensumme begeistert entgegen.

27 Jahre Pink Ribbon international - 17 Jahre Pink Ribbon in Österreich

Alexandra Penney, Chefredakteurin des Magazines „SELF“, widmete 1991 in den USA erstmals eine spezielle Ausgabe dem Brustkrebs. Evelyn Lauder, damals Vizepräsidentin der Estée Lauder Companies, war in dieser Ausgabe als Brustkrebspatientin, die die Erkrankung überlebt hatte, Gastautorin. Sie und Alexandra Penney beschlossen, dass es für dieses Thema ein nationales – durchaus auch aktivisti-

sches – Symbol braucht, und schufen Pink Ribbon.

Im Mittelpunkt der jährlichen Pink-Ribbon-Aktion stehen drei Anliegen:

1. Erinnerung an die Wichtigkeit der Brustkrebsfrüherkennung
2. Aufruf zur Solidarität mit Patientinnen und zur Enttabuisierung der Erkrankung
3. Direkte und rasche Hilfe für Frauen, die an Brustkrebs erkrankte Frauen

Spendenergebnis der Pink-Ribbon-Aktionen

Pink-Ribbon-Partner und -Unterstützer sammeln gemeinsam für die Steirische und die Österreichische Krebshilfe. Dieses Geld wird ordnungsgemäß und zweckgewidmet verwendet – das wird jährlich von Spendengütesiegelprüfern bestätigt.

Spendenverwendung: Aufklärung und Information

Es werden Informationsbroschüren zum Thema „Krebsvorsorge für Frauen“ versandt und durch Apotheken, Mediziner, Filialen der Pink-Ribbon-Partner und Krebshil-

fe-Beratungsstellen verteilt. In ganz Österreich fanden zahlreiche Veranstaltungen zu Brustkrebsvorsorge und -früherkennung statt.

Soforthilfe

Aus dem Verkauf limitierter Pink-Ribbon-Produkte durch Pink-Ribbon-Events, -Shopping-Days und -Breakfasts erhielt die Krebshilfe weitere Spenden, die ausschließlich für die Brustkrebspatientinnen-Soforthilfe in ganz Österreich verwendet werden. Dank der Spenden konnte die Krebshilfe knapp 100.000-mal Brustkrebspatientinnen kostenlos psychoonkologisch beraten und begleiten. Manche Patientinnen erhielten zusätzlich finanzielle Unterstützung, weil sie durch die Erkrankung in finanzielle Not geraten waren.

Forschung

Wissenschaftliche Erkenntnisse sind die Basis für die ständige Weiterentwicklung verbesserter Diagnostik und neuer Therapiemöglichkeiten. Die Österreichische Krebshilfe fördert daher Projekte, Studien und Arbeiten, deren Ergebnisse allen Österreicherinnen und Österreichern zugutekommen.



„Als Vertreterin der Frauen ist es meine Aufgabe, Bewusstsein für Krebs, aber vor allem für Früherkennungsmaßnahmen zu schaffen. Je öfter man darauf hinweist, desto mehr behalten es Frauen im Kopf. Die Entstehung von Brustkrebs kann man nicht verhindern, jedoch spielt die Früherkennung eine sehr wichtige Rolle. Je früher Krebs erkannt und behandelt wird, umso höher sind die Heilungschancen.“

Landesleiterin Manuela Khom

Juliane Bogner-Strauß mit 99,3 Prozent der Stimmen zur neuen Bundesleiterin der ÖVP Frauen gewählt

Die Frauenministerin folgt auf NAbg. a. D. Dorothea Schittenhelm.

In Anwesenheit von Sebastian Kurz, Bundesparteiobmann und Bundeskanzler, Staatssekretärin Karoline Edtstadler, Landesrat Christopher Drexler, Generalsekretär Karl Nehammer und zahlreichen weiteren Ehrengästen wurde Frauenministerin Juliane Bogner-Strauß zur neuen Bundesleiterin gewählt.



Hermann Schützenhöfer
Landeshauptmann und Landesparteiobmann

Engagierte Steirerin an der Spitze

„Es freut mich, dass mit Juliane Bogner-Strauß eine engagierte Steirerin an der Spitze der ÖVP Frauen steht. Sie ist eine starke Steirerin, die Familie und Karriere erfolgreich verbindet und hervorragende Arbeit für Österreich und die Steiermark leistet. Ich wünsche ihr viel Erfolg für diese neue Aufgabe“, betonte der steirische Landeshauptmann Hermann Schützenhöfer.



Manuela Khom
Landesleiterin 2. LTPräs.

Starke Stimme für die Anliegen der Frauen

Landesleiterin Manuela Khom gratulierte: „Wir sind stolz darauf, dass heute eine starke Steirerin an die Spitze der ÖVP Frauen gewählt wurde. Mit Juliane Bogner-Strauß als Frauenministerin haben wir nun auch eine starke Stimme in der Bundesregierung, die unsere Anliegen vertritt. Wir, die steirischen VP Frauen, wünschen ihr für die neuen Herausforderungen alles Gute.“



Dorothea Schittenhelm
ÖVP

Dorothea Schittenhelm zog Bilanz

„In meiner 8-jährigen Tätigkeit als Bundesleiterin der ÖVP Frauen konnte ich mit unzähligen Frauen Diskussionen sowie Gespräche führen und damit viele gute Vorschläge in meine Arbeit, vor allem auch als Frauensprecherin im Parlament, einfließen lassen. Mit der tatkräftigen Unterstützung meiner Landesleiterinnen, aber auch durch die gute Zusammenarbeit mit den anderen



Fotos ÖVP



„Wir haben in den vergangenen Jahren und Jahrzehnten in der Frauenpolitik vieles erreicht. Aber noch immer sind wir von der völligen Gleichstellung von Mann und Frau weit entfernt.“

Juliane Bogner-Strauß
Bundesleiterin und Familienministerin

Teilorganisationen, konnten wir zum Beispiel Rehasentren für Kinder, den verbesserten Zugang zur Brustkrebsvorsorge sowie die gendergerechtere medizinische Vorsorge und Versorgung realisieren. Parteipolitisch war wohl unser größter Erfolg die Beschlussfassung des Reißverschluss-systems, das bei der Nationalratswahl 2017 erstmals in allen ÖVP-Listen umgesetzt wurde. Dadurch sind mehr Frauen in den Nationalrat eingezogen

und können die Anliegen von Frauen und Familien noch besser als bisher umgesetzt werden. In diesem Sinne wünsche ich Bundesministerin Juliane Bogner-Strauß, der neuen Bundesleiterin der ÖVP Frauen, viel Kraft und vor allem Ausdauer bei der Umsetzung ihrer frauenpolitischen Ziele“, so Dorothea Schittenhelm.

Frauenpolitik neu denken

Juliane Bogner-Strauß betonte in ihrer Rede, dass es wichtig

ist, Frauenpolitik neu zu denken: „Wir haben in den vergangenen Jahren und Jahrzehnten in der Frauenpolitik vieles erreicht. Aber noch immer sind wir von der völligen Gleichstellung von Mann und Frau weit entfernt – von der Politik bis zum Arbeitsplatz.“

Leitantrag setzt neue inhaltliche Schwerpunkte

Auf dem Bundestag in Graz wurde auch das neue Frauenprogramm in Form eines Leit-

antrages beschlossen. Konkret fokussiert dieses Forderungspapier die Schwerpunkte Arbeit und Einkommen, Familien und Kinderbetreuung, Bildung und Ausbildung, Gesundheit und Pflege, Pensionen und Gewaltschutz.



Leitantrag

Die ÖVP Frauen haben länderübergreifend gemeinsam mit der neu gewählten Bundesleiterin BM Mag. Dr. Juliane Bogner-Strauß ein neues Arbeitsprogramm erarbeitet. Themen, die Frauen bewegen, wurden von Bezirksleiterinnen im ganzen Bundesland diskutiert und mögliche Lösungsansätze sowie Forderungen erarbeitet. Da in diesen Arbeitsgruppen viele Anliegen zum Vorschein kamen und der Leitantrag sehr umfangreich ist, werden in den nächsten Ausgaben die Schwerpunkte Arbeit und Einkommen, Familien und Kinderbetreuung, Bildung und Ausbildung, Gesundheit und Pflege, Pension und Gewaltschutz präsentiert und erläutert.

ARBEIT UND

Chancengerechtigkeit darf nicht nur ein Schlagwort sein, daher fordern wir:

**Gleiche Rechte –
gleiche Chancen –
gleiches Einkommen!**

Gleicher Lohn für gleichwertige Arbeit

Frauen müssen für ihre Leistungen gerecht entlohnt werden. Dafür brauchen wir mehr Transparenz bei den Einkommen, das Ziel ist ein bundesweit einheitlicher Einkommensbericht. Dieser Einkommensbericht soll einheitliche statistische Kennzahlen beinhalten und einmal jährlich publiziert werden. Außerdem sind die Unternehmen gefordert, ihre betriebsinternen Einkommensberichte nach Erstellung den Mitarbeiterinnen und den Mitarbeitern zur Verfügung zu stellen.

Rückkehr in die Vollzeitarbeit

Frauen sind heute besser ausgebildet als je zuvor. Daher gilt es, ihr Potenzial entsprechend zu nutzen und sie auf ihrem Berufsweg zu stärken. Frauen entscheiden sich nach der Geburt von Kindern allerdings oft für die Teilzeitarbeit, um Beruf und Familie besser zu vereinbaren. Unternehmen sollten daher über die Möglichkeiten einer Rückkehr in die Vollzeitarbeit und über die Möglichkeiten der Flexibilisierung informieren und Frauen dabei unterstützen, wenn der Wunsch nach Vollzeit besteht.

Frauen in Führungs- und Spitzenpositionen

Mehr als die Hälfte der Bevölkerung ist weiblich. Daher sollten Frauen auch in Politik, Wirtschaft, Wissenschaft, Forschung und (Selbst-)Verwaltung entsprechend repräsentiert sein – vor allem in Führungspositionen, da sie hier bislang erheblich unterrepräsentiert sind, obwohl heute mehr Frauen ein Studium abschließen und Matura machen.



Daher fordern wir eine Frauenquote von 30 Prozent in Aufsichtsräten und auf Vorstandsebene. Der Bund hat bei der Frauenquote eine wichtige Vorreiterrolle übernommen: Bis Ende 2018 sollte in allen Unternehmen mit mehr als 50 Prozent Staatsanteil eine Frauenquote in Führungspositionen von 35 Prozent erreicht werden, dies ist mit durchschnittlich 47 Prozent bereits übererfüllt. Hier zeigt sich, Quote sorgt für mehr Gerechtigkeit.



EINKOMMEN

Frauen und Politik

Auch in den politischen Gremien sollen Frauen entsprechend ihres Bevölkerungsanteils repräsentiert sein. Mit dem Reißverschlussystem bei der Erstellung von Wahllisten hat die ÖVP einen wichtigen Schritt in die richtige Richtung gesetzt. Es sind jetzt mehr Frauen in politischen Funktionen tätig, wir haben aber unser Ziel einer paritätischen Besetzung noch nicht erreicht. Mit Mentoring- und Coaching-Programmen wollen wir Frauen zusätzlich motivieren, politische Verantwortung zu übernehmen. Insbesondere ist uns die positive Darstellung der politischen Arbeit durch Rolemodels wichtig. Nur wer mitentscheidet, kann auch mitbestimmen!

Neubewertung der Arbeit

Frauen arbeiten wesentlich häufiger in Branchen, in denen die Gehälter niedriger als in männlich dominierten Berufsfeldern sind. Daher sind hier dringend eine Aufwertung und eine faire Entlohnung notwendig, insbesondere im Bereich der Pflege- und Sozialberufe sowie im Handel und in der Pädagogik.

Digitalisierung als Chance

Frauen im ländlichen Raum brauchen andere Rahmenbedingungen als in den Städten. Hier bietet die Digitalisierung bzw. die Schaffung von Homeoffice-Arbeitsplätzen die Chance, Beruf und Familie besser zu vereinbaren. Zudem können durch die Digitalisierung qualifizierte Arbeitsplätze vor Ort in den Regionen geschaffen werden. Diese bringen kurze Wege für Familie und Beruf.

Familienbedingte Erwerbsunterbrechungen

Wer in Karenz geht, soll keine beruflichen Nachteile haben. Die Anrechnung der Karenz von bis zu 24 Monaten bei Gehaltsvorrückungen, Urlaubsansprüchen, Kündigungsfristen, Entgeltfortzahlungen und Vordienstzeiten soll in allen Kollektivverträgen verankert werden. Außerdem müssen weitere Initiativen getroffen werden, um sowohl die Lohn- als auch die Pensionsschere zu schließen.



100 Jahre Frauenwahlrecht

Vor 100 Jahren beschloss die Nationalversammlung das allgemeine, gleiche, direkte und geheime Stimmrecht für alle Staatsbürger ohne Unterschied des Geschlechts. Das war ein großer Schritt für die Gleichberechtigung.

Die Frau als Wählerin

Österreich zählt zu den ersten Ländern, die das Wahlrecht für Frauen eingeführt haben, damals im Zuge der Gründung der Ersten Republik vor 100 Jahren. Gleiche Rechte und Pflichten für Bürgerinnen und Bürger sind nur in Demokratien möglich. Das Wahlrecht als grundlegendes Element einer Demokratie ist die Chance und der Auftrag zur Mitbestimmung bzw. zur Mitgestaltung der gesellschaftlichen Rahmenbedingungen. Heute ist das selbstverständlich. Frauen können wählen, kandidieren und somit ihre Sichtweise in politische Entscheidungen einbringen. Das gängige Rollenverständnis und die politische Kultur der Vergangenheit schränkten jedoch ihren Handlungsspielraum lange Zeit ein.

Erste Republik

Erstmals wählen durften alle Frauen bei den Wahlen zur Konstituierenden Nationalversammlung am 16. Februar 1919. Die Wahlbeteiligung der Frauen lag bei 82,10 %, jene der Männer bei 86,97 %. Die Befürchtung der Christlichsozialen, dass Frauen nicht zur Wahl gehen würden, bewahrheitete sich somit nicht. Gleichfalls als unrichtig stellte sich ihre Vermutung heraus, dass sie stärker die Sozialdemokraten wählen würden. Prozentuell sprachen sich Frauen deutlich stärker für die Christlichsozialen als für die Sozialdemokraten aus – ein Trend, der auch für die folgenden Wahlen bis 1930 zutreffend sein sollte. Insgesamt stellten Frauen bei allen Nationalratswahlen in der Ersten Republik die Mehrheit der Wahlbevölkerung.

Zweite Republik

In der Zweiten Republik bestimmten Frauen das Wahlergebnis von 1945 mit mehr als 60 Prozent der Wahlberechtigten ganz eindeutig. Wie in der Ersten Republik entschieden sie somit in entscheidendem Maß über die politischen Kräfteverhältnisse in der jungen Republik und darüber, welche Entwicklung diese nehmen sollte. Wiederum – wie bereits in der Ersten Republik – gaben sie den „Konservativen“, d. h. der ÖVP, mehrheitlich ihre Stimme. Auch bei den folgenden Wahlgängen sollte dies so bleiben.

Erst Mitte der 1970er Jahre begann sich das zugunsten der SPÖ zu verschieben, wobei dies auch vor dem Hintergrund der in den 1970er Jahren durchgeführten Familien- und Strafrechtsreform zu sehen

ist. Anfang der 1980er Jahre schien in Österreich so etwas wie geschlechtsspezifisches Wahlverhalten nicht mehr zu bestehen. Diese „Einmütigkeit“ geriet jedoch ab 1986 deutlich ins Wanken. Maßgeblich dafür waren vor allem der neue rechtspopulistische Kurs der FPÖ und das Entstehen der Grünen – später auch des Liberalen Forums – verantwortlich. So votierten bei den Nationalratswahlen 1995 Frauen überdurchschnittlich für die SPÖ, die Grünen und das Liberale Forum und unterdurchschnittlich für die FPÖ.

Bei der Nationalratswahl 2008 gaben weiterhin mehr Frauen als Männer der ÖVP und den Grünen ihre Stimme, hingegen gaben nun mehr Männer als Frauen der SPÖ ihre Stimme.

Ich mache von
meinem Recht Gebrauch.

Du auch?

Ohne Frauen
keine
Demokratie



Pionierinnen in Österreich
Nadine Paunovic, Bundesleiterin der Österreichischen Frauenbewegung (links) und Grete Rehor (rechts)

Die Umworbene

Mit dem Umstand, dass Frauen 1918 das Wahlrecht erhalten hatten, wurden auch sie zum Ziel der Wahlwerbung der Parteien. Auffallend ist dabei, dass auf ihren Wahlplakaten bis weit in die Gegenwart hinein fast ausschließlich Männer als politische Akteure dargestellt wurden und die Frau auf die Rolle der Mutter und Hausfrau, die zum Wohlergehen der Familie zu agieren hatte, reduziert wurde. In der Wahlwerbung der Ersten Republik dominierte das Bild der leidenden, sorgenden Mutter die Werbepлакate der Parteien.

In der Zweiten Republik wurde die Frau bis in die 1970er Jahre hinein vor allem als glückliche Hausfrau und Mutter präsentiert. In den unmittelbaren Nachkriegswahlkämpfen wurde aber auch stark die trauernde und mahnende Frau, die gegen den Krieg auftritt, affiziert.

Ihre Werbestrategien änderten die etablierten Parteien – SPÖ, ÖVP und FPÖ – erst dann, als die neue Frauenbewegung das traditionelle Rollenbild aufzubrechen begann.

Das Frauenwahlrecht war ein großer Schritt für die Gleichberechtigung. Es folgten viele andere. Eine tatsächliche Gleichstellung ist jedoch noch nicht erreicht, wie sich das unter anderem in der Teilhabe am politischen Geschehen zeigt.

Text: www.demokratiezentrum.org/themen/demokratieentwicklung/frauenwahlrecht/waehlerin.html
Bild: Archiv Karl von Vogelsang-Institut

333 X 3

Aktion für Neumitglieder der Steirischen VP Frauen



Neumitglieder erhalten mit dem Beitritt bei den Steirischen VP Frauen für 3 Monate das Magazin „Die Steirerin“ gratis! Am schnellsten werden Sie Mitglied auf unserer Homepage: vp-frauen.at/mitglied-werden

Land.Frau.Perspektive.

DIE WEIBLICHE PERSPEKTIVE DER STEIERMARK. WAS FRAUEN WOLLEN.

Tagung 11. und 12. Jänner 2019

Freitag

12.30 Uhr	Check-in und optionales Mittagessen (unbedingt extra zu bestellen, da selbst zu bezahlen)
14.00 Uhr	Eröffnung und Begrüßung Landesleiterin Manuela Khom und Landesbäuerin Auguste Maier
14.15 Uhr	Frauen in der Politik Mag. Bettina Rausch, Präsidentin der Politischen Akademie
15.00 Uhr	Gemeinsam gestalten. Gesundheit entfalten. Mag. Ines Krenn, MPH, Styria Vitalis
16.00 Uhr	Mut zur Veränderung - Der Funktionärinnen-Beirat des Österreichischen Raiffeisenverbandes Mag. Bettina Kastner
16.30 Uhr	Charta der partnerschaftlichen Interessensvertretung Landesbäuerin Auguste Maier
17.00 Uhr	Präsentation der Ergebnisse - Sommergespräche Die weibliche Perspektive der Steiermark Steirische VP Frauen Präsentation Situation der Bäuerinnen in Österreich 2016 Die Bäuerinnen
18.00 Uhr	Frauenmesse
18.45 Uhr	Abendessen
20.00 Uhr	Abendprogramm: Kaufmann - Herberstein „Alles wird Gut“

Samstag

9.00 Uhr	Eröffnung und Begrüßung Landesleiterin Manuela Khom und Landesbäuerin Auguste Maier
9.15 Uhr	Schatzsuche mit Mut - eigene Stärken erkennen und nützen. Ingeborg Berta Hofbauer
10.30 Uhr	Nachhaltigkeit - mehr als nur ein Trendwort. Mag. Christian Salmhofer
11.15 Uhr	Interview mit Bundesleiterin BM Dr. Juliane Bogner-Strauß
11.45 Uhr	Mittagessen
13.15 Uhr	Workshop Schlagfertig kontern Elke Ranner Mein Essen - meine Zukunft mit den 7 Grundsätzen der nachhaltigen Ernährung. Ing. Elisabeth Klein, Seminarbäuerin LWK Steiermark Wer Mut hat, lebt entspannter - wie man Mutkompetenz® erwirbt. Ingeborg Berta Hofbauer
14.45 Uhr	Zusammenfassung Moderation der Veranstaltung: LGF Michaela Hartner, MA und Mag. Andrea Muster

Wir verlosen ein
Seminarpackage
(ohne Übernachtung)
für 2 Personen
im Wert von € 90,-

Senden Sie uns dazu Ihren vollständigen Namen, Adresse und Geburtsdatum mit dem Kennwort „Perspektive“ bis **7. Januar 2019** an die Landesgeschäftsstelle:
per E-Mail: info@vp-frauen.at,
per Post: Landesgeschäftsstelle VP Frauen,
Karmeliterplatz 5/1, 8010 Graz,
per Fax: 0316/607 44 64 15.



Abendveranstaltung
Kaufmann - Herberstein
„Alles Wird Gut“
Ein explosiver Kabarettabend
mit sensationeller Spannung,
Musik und Super-Amore!

ANMELDUNG

Tagungsgebühren

1. Seminartag, Freitag 11. Jänner: € 25,-
Inklusive: Vorträge, Kaffee, Kuchen, Äpfel, Wasser,
Abendessen und Abendveranstaltung

2. Seminartag, Samstag 12. Jänner: € 20,-
Inklusive: Vorträge, Kaffee, Kuchen, Äpfel, Wasser,
Mittagessen und Workshop

Nur bei Anmeldung bis zum 7. Jänner ist ein Platz garantiert,
da es eine begrenzte Teilnehmerzahl gibt.

Land.Frau.Perspektive.

Zimmerreservierung direkt beim Steiermarkhof
Kosten für Nächtigung inklusive Frühstück und Parkgebühr:
Doppelzimmer: € 40,- pro Person
Einbettzimmer: € 54,-

Steiermarkhof

Tel. +43 316/8050-7111
Fax +43 316/8050-7151
E-Mail: office@steiermarkhof.at
Bezahlung des Zimmers direkt VOR ORT!

Anmeldung zur Tagung

Tagungsbeiträge bitte vorab überweisen.
Mit der Überweisung ist Ihre Anmeldung fixiert:

Steirische VP Frauen

IBAN: AT82 2081 5000 4096 6707
Steiermärkische Sparkasse
Verwendungszweck:
LFP_Vorname_Nachname

Anmeldung unter:

Tel. +43 316/60744 - 6412
Fax +43 316/60744 - 6415
info@vp-frauen.at

Buchtipp

Die erotischen Fantasien einer Frau

*Leben ist ein Wagnis.
Träumen ein noch
größeres. Doch das
allergrößte Wagnis ist es,
glücklich zu sein.*



Eine Frau möchte ein Buch schreiben – ein erotisches Buch, in das ihre Träume und Fantasien einfließen. Inspiriert wird sie aber auch durch die zärtlichen, stürmischen Erlebnisse mit ihrem Mann. Doch je mehr sie schreibt, desto mehr verstrickt sie sich in ihre Traumwelt. Dabei machen ihr wiederkehrende Albträume das Leben immer schwerer. Nicht nur sie, sondern auch ihr Mann, der ihr Werk liest, unterschätzt die Gefahr, in der sie schwebt.

Ungeachtet ihrer Gefühlsschwankungen, fliegt sie durch ihr Leben – bis es ihrem Körper immer schwerer fällt, mit diesem Tempo Schritt zu halten.

Wird sie daran zerbrechen oder einen Neubeginn wagen?



„Ich versuche in meinem Buch, die Komplexität des Lebens darzulegen. Meine Protagonistin ist sehr lebendig, sie liebt, ist manchmal etwas tollpatschig und hofft, dass ihre Geschichte gut ausgeht. Ich habe von meinen Lesern sehr positive Rückmeldungen auf mein Buch bekommen“, so die Autorin Marie-Luise Freidl. Die 56-jährige Bergbäuerin ist verheiratet und hat vier Kinder.

Bestellmöglichkeiten: Novum Verlag (novumverlag.com), Amazon, Buchhandel

Gewinnen Sie dieses Buch!

**Wir verlosen drei Exemplare des Romans
„Die erotischen Fantasien einer Frau“**

Senden Sie dazu Ihren vollständigen Namen, Ihre Adresse und Ihr Geburtsdatum mit dem Kennwort **„BUCH“** bis spätestens **7. Jänner 2019** an die Landesgeschäftsstelle:
per E-Mail: info@vp-frauen.at,
per Post: Landesgeschäftsstelle VP Frauen,
Karmeliterplatz 5/1, 8010 Graz
per Fax: +43 316/607 44 64 15



STEIRERIN AWARDS 2019



Als Frauenmagazin hat die STEIRERIN die tolle Aufgabe, über die vielen großartigen Frauen im Bundesland zu berichten - bekannte, weniger bekannte, aufregende, umtriebige, kluge, reizende und talentierte. Die STEIRERIN ist am Puls der Zeit, möchte Inspiration für die Leserinnen und natürlich auch für die Leser sein und will vernetzen. Aus diesem wunderschönen Ziel ist die Idee entstanden, diese Frauen auf einer richtigen Bühne vor den Vorhang zu bitten. Bei der zweiten STEIRERIN-Gala zur Verleihung der STEIRERIN AWARDS am 15. Mai 2019 in der Seifenfabrik wird genau das getan. In neun Kategorien wird jeweils eine Frau für ihre Leistungen ausgezeichnet. Moderatorin Katharina Götzl wird - wie schon bei der Premiere - auch 2019 gekonnt durch den Abend führen.

STEIRERIN AWARDS 2019

DIE AWARD-KATEGORIEN

Die Entertainerin - Frauen aus den Bereichen Kunst, Kultur, Bühne, Film und Fernsehen

Die HelferIn - Frauen, die sich sozial engagieren

Die Lokalheldin - Frauen, die Regionen bewegen

Die Macherin - Unternehmerinnen und Umsetzerinnen in der Wirtschaft

Die Nachhaltige - Frauen, die mit ihrem Tun die Welt ein bisschen grüner machen

Die Sportliche - Sportlerinnen und engagierte Frauen aus dem Sportbereich

Die Trendsetterin - Frauen aus dem Bereich Beauty, Mode und Lifestyle

Die Visionärin - Frauen aus Wissenschaft, Forschung und Entwicklung

Die Kämpferin - Sonderkategorie: Frauen, die ein schweres Schicksal stemmen müssen

Die Kategorien und die pro Kategorie vier nominierten Frauen werden von der Redaktion der STEIRERIN ausgewählt. Wer letztlich die STEIRERIN AWARDS bekommen wird, bestimmen ausschließlich die Leserinnen und Leser. Dazu wird es online (über Facebook und Website) ab März eine Voting-Plattform geben.

TIMELINE

MÄRZ: Die vier Nominierten pro Kategorie werden in der STEIRERIN und online präsentiert. Das Voting über Facebook und Website startet.

APRIL: Alle Nominierten werden abermals auf allen Kommunikationskanälen der STEIRERIN vorgestellt. Es erfolgt ein neuerlicher Aufruf zum Voting über Facebook und Website.

MAI: Gala zur Verleihung der STEIRERIN AWARDS.

JUNI: Nachbericht zur Gala und Präsentation der Gewinnerinnen auf allen STEIRERIN-Kommunikationskanälen und in der Juli-August-Ausgabe (Jubiläumsausgabe) der STEIRERIN.

ANMELDUNG

Wir können besondere Frauen vor den Vorhang holen!

Meldet uns Eure Damen bis spätestens 25. Februar 2019.

Nennungen bitte an: info@vp-frauen.at oder telefonisch unter: 0316/607 44 6412



Skifahren und Rodeln



Das umweltfreundliche Ski- und Rodelgebiet SALZSTIEGL überrascht mit einem erlebnisreichen Wintervergnügen

Das Salzstiegl hat etwas, von dem viele träumen: Winterspaß im Doppelpack mit Skifahren und Rodeln. Mit gutem Gewissen kannst Du hier Deine Freizeit verbringen. Windenergie und Hackschnitzelheizung sorgen für Strom und Wärme, die direkt vor Ort erzeugt werden.

Auf 1.320 m bis 1.740 m Seehöhe gelegen und von Graz nur 50 Minuten entfernt, findest Du das Ski- und Rodelgebiet Salzstiegl mit den besten Pisten weit und breit. Die anspruchsvollen Abfahrten verteilen sich auf einer Gesamtfläche von 40 ha und bieten dem sportlichen Skifahrer neben dem herrlichen Panorama auf der Bergstation genau das Richtige (blaue, rote, und schwarze Pisten sowie eine Buckelpiste).

Optimale Schnee- und Pistenbedingungen werden mit sehr motivierten Mitarbeitern und einer großzügigen Beschneiungsanlage mit 90 Schneekanonen erzeugt.

Besonders anziehend ist die beleuchtete Rodelbahn mit einer Länge von 2 km. Sie wird täglich präpariert und ist von 10 bis 21 Uhr geöffnet. Dazu buchen viele Vereine, Gruppen und Firmen ab 10 Personen für Freitag- und Samstagabend die legendäre Rodelgaudi mit Buffet in der urigen Almstube im Moasterhaus.

Infos unter: Tel. 03141/2160 oder info@salzstiegl.at

www.salzstiegl.at



Gewinnspiel

Gewinnen Sie einen Familienskitag am Salzstiegl

Wir verlosen einen **Familienskitag** für 2 Erwachsene und bis zu 3 Kinder inkl. Liftkarten und Mittagessen im Moasterhaus oder für Nichtskifahrer: 4 Rodelfahrten mit Mittagessen im Moasterhaus

Senden Sie dazu Ihren vollständigen Namen, Ihre Adresse und Ihr Geburtsdatum mit dem Kennwort „Salzstiegl“ bis spätestens **7. Jänner 2019** an die Landesgeschäftsstelle:
per E-Mail: info@vp-frauen.at,
per Post: Landesgeschäftsstelle VP Frauen,
Karmeliterplatz 5/1, 8010 Graz
per Fax: +43 316/607 44 64 15

Wir gratulieren

Andrea Anawith aus Schwanberg ist die glückliche Gewinnerin des Salzstiegl-Gewinnspiels der Sommer-Ausgabe von „Wir Steirerinnen“. Sie durfte sich über einen Riesenrollerfahren-Gutschein für 10 Damen mit anschließendem Ripperlschmaus freuen. Wir gratulieren herzlichst!



Gänsekeulen aus dem Ofen mit Brezenknödel und Rotkraut

Gänsekeulen

ZUTATEN für 4 Portionen

- 8 Stk. Gänsekeulen
- 8 Stk. Äpfel (z. B. Golden Delicious)
- 2 – 3 EL Fett zum Anbraten
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 2 – 3 Thymianzweige
- 1 Prise Majoran
- 1 Prise Rosmarin
- 1 – 3 Knoblauchzehen, fein gehackt

ZUBEREITUNG

Die Gänsekeulen auf beiden Seiten goldbraun anbraten. Anschließend in einen Bräter legen. Äpfel schälen, in grobe Stücke teilen und im Bratensaft anbräunen. Anschließend die Äpfel mit der Brühe, dem Wein und dem Orangensaft ablöschen. Salz, Pfeffer und die Gewürze in den Sud - alles nochmals gut durchrühren. Die Keulen mit der Apfelbrühe übergießen und die Apfelstücke zwischen den Keulen platzieren. Den abgedeckten Bräter im vorgeheizten Backofen bei 180 – 200° C für 2 Stunden garen. Danach abdecken und etwas offen braten bis die Haut knusprig ist.

Ein bißchen mehr...

Ein bißchen mehr Friede
und weniger Streit,
ein bißchen mehr Güte
und weniger Neid,
ein bißchen mehr Liebe
und weniger Haß,
ein bißchen mehr Wahrheit,
das wär doch schon was.

Statt soviel Hast
ein bißchen mehr Ruh'.
Statt immer nur ich
ein bißchen mehr Du!
Statt Angst und Hemmungen
ein bißchen mehr Mut
und Kraft zum Handeln,
das wäre gut.

Kein Trübsinn und Dunkel,
mehr Freude und Licht.
Kein quälend Verlangen,
ein froher Verzicht
und viel mehr Blumen
so lange es geht,
nicht erst auf Gräbern,
da blühen sie zu spät!

Peter Rosegger

Brezelknödel

ZUTATEN

2 Eier
200 ml Milch
Salz
50g Butter
50g Zwiebeln
3 Laugenbrezel
Petersilie

Eier, Milch und Salz vermengen. Geschnittene Zwiebel in Butter anrösten. Laugenbrezelwürfel, Eigemisch, Zwiebeln und gehackte Petersilie vermischen und 1 Stunde rasten lassen. Aus der Masse Knödel formen und in Salzwasser ca. 25 Minuten gar ziehen lassen. Dann die Knödel aus dem Wasser nehmen und gut abtropfen lassen.

Frohe Weihnachten

Rotkraut

ZUTATEN

500 g Rotkraut
1 EL Kümmel
250 ml Orangensaft
150 ml Rotwein
1/2 Stk. Zitrone (Saft)
1 Stg. Zimt
1 TL Salz

Rotkraut putzen, waschen und fein schneiden. Mit Orangensaft, Rotwein, Zitronensaft, Salz und Kümmel vermengen und etwas ziehen lassen. Anschließend mit der Zimtrinde 30 Minuten in einem Topf weich kochen.

AUS DEN REGIONEN



AUSFLUG INS MURTAL Die OG Allerheiligen besuchte im Oktober das Murtal. Nach einer weltmeisterlichen Mehlspeise in der Lebkuchenmanufaktur Regner besuchten die Damen die Basilika in Seckau. Am Nachmittag ging es zur Obersteirischen Molkerei, in der ihnen von kompetenten Bäuerinnen die Milch-Erlebniswelt nähergebracht wurde. BZL Rosa Drexler bedankte sich für den gut organisierten Ausflug.



DIRNDL TRIFFT BERG Unter diesem Motto wanderten VP Frauen der Ortsgruppe Parschlug-Pogier-Göritz mit OL Michaela Schutting bei herrlichem Herbstwetter im Dirndl auf den Gipfel des Hochschwabs. Um den malerischen Sonnenauf- und Sonnenuntergang auf dem Berg zu erleben, wurde im Schiestlhaus übernachtet. Der Abstieg nach Seewiesen erfolgte über die Aflenzer Staritzen und den Seeburg.



SCHMANKERLESSEN Die Ortsgruppe Stanz lud zum traditionellen Schmankerlessen im Bauernhof Friesenbichler vulgo Rodler ein. Es wurde wieder vieles kredenzt - vor vor allem verschiedenste köstliche Mehlspeisen, die von den Mitgliedern gespendet wurden. Es gab auch ein Schätzspiel mit 1143 verschiedenen Nudeln in einem Glas, vorbereitet von Maria Ebner.



HUNDERT JAHRE FRAUENWAHLRECHT Zu einem Vortrag mit Univ.-Prof. Mag. Dr. Anita Ziegerhofer zum Thema „Hundert Jahre Frauenwahlrecht“ im Turmwirt in Mürzhofen luden die VP Frauen des Bezirkes Bruck-Mürzzuschlag ein. Etwa 50 Frauen folgten der Einladung und waren vom Näherbringen der Wahlrechtsentwicklung in Europa, vor allem in Österreich, durch Anita Ziegerhofer begeistert.



WANDERTAG OG STANZ Etliche Frauen und zwei Kinder aus der OG Stanz wanderten, geführt von Sportreferentin Hermi Stadlhofer, in der benachbarten Gasen. Vom Zentrum ging es zur Schreinerhofmühle, dem größten Mühlrad Österreichs, bei der Sterz und Kaffee gekocht wurde. Gestärkt ging es zu einer CD-Aufnahme und einer Führung im Stoaninum. Der Nachmittag klang bei gutem Essen auf dem Straßegg aus.



BEZIRKSWANDERUNG Bei strahlendem Herbstwetter wanderten die VP Frauen des Bezirkes Bruck-Mürzzuschlag entlang des Bründelweges. Nach einer Andacht mit einer Gedenkminute an unsere LGF a. D. Martha Franz ging es zur Jausenstation Hohegger, in der alle bestens bewirtet wurden. BZL Rosa Drexler bedankte sich bei OL Gusti Missbrenner und den Sportreferentinnen Hermi Stadlhofer und Traude Fink für die gute Organisation. Vielen Dank allen Verantwortlichen und für das vorbildliche Miteinander!



STRIEZELSCHNAPSEN Bereits zum 14. Mal lud die Ortsgruppe Frauental zum Striezelschnapsen im Frauentalerhof ein. Für jedes gewonnene Bummerl gab es einen Leitner-Striezelschnaps und Geschenkkörbe zu gewinnen. Darüber konnten sich Maria Dorner und Rudi Zenz freuen. Der Trostpreis ging an Robert Köppel. Die VP Frauen Frauental bedanken sich herzlich bei Christian Polz und Franz Deutschmann für die beiden Geschenkkörbe. Durch gute Vorbereitung und zahlreichen Besuch wurde diese Veranstaltung auch heuer ein großer Erfolg.



50 JAHRE STEIRISCHE FRAUENBEWEGUNG - ST. JOSEF

Mit einem Wortgottesdienst, zelebriert von Margarethe Fruhmann, in der Pfarrkirche St. Josef und einem Festakt auf dem Pfarrgelände, bei denen die VP Frauen Ehren-gäste, wie NAbg. Werner Amon, LL Manuela Khom, LGF Michaela Hartner, Bgm. Franz Lind-schinger, BZL Hermelinde Sauer, sowie weite-re Persönlichkeiten aus Wirtschaft und Politik

begrüßen durften, wurde dieses Jubiläum ge-bührend gefeiert. Im Zuge des Festaktes wur-den einige Frauen für ihre langjährige Mitglie-derschaft von LL Manuela Khom, BZL Hermelinde Sauer und OL Dorothea Sommer, der die Bron-zene Sonnenblume überreicht wurde, geehrt. Nach dem von den Oisnitzer Dirndl umrahmten Fest auf der Pfarrwiese mit Woazbrotn gab es noch einen gemütlichen Ausklang.



WANDERUNG HAUSMANNSTÄTTEN

VP Frauen aus Hausmannstätten wanderten den Peter-Ro-segger-Gedächtnisweg entlang nach Maria-grün. In der dortigen Kirche hatte im Jahr 1873 Peter Rosegger seine erste Frau Anna Pichler geheiratet. Die Ortsleiterin der VP Frauen Haus-mannstätten gab den Wandernden eine kleine Jause auf den Weg mit. Das gemeinsame Mit-tagessen fand im Gasthaus Stoffbauer statt.



FASHION-SHOW DEUTSCHLANDSBERG

In der Steinhalle in Lannach konnte man eine ganz besondere Modenschau erleben. Mehr als 60 Damen aller Ortsgruppen des Bezirks präsen-tierten mit der Unterstützung einiger Männer und vieler lieber Kinder Mode, die ausschließ-lich aus dem Bezirk kommt. Am Samstagabend und am Sonntagnachmittag konnten die Mo-deratorinnen Hermelinde Sauer und Manuela Loi mehr als 500 Besucher davon überzeugen, was die Frauen im Bezirk bewegen. Viele Ehren-gäste, darunter Hausherr Bürgermeister Josef Niggas und VP-Frauen-Landesgeschäftsfüh-lerin Michaela Hartner, durften begrüßt werden.



ALMWANDERUNG ZUR DREIECK-HÜTTE

Bei wunderbarem Wetter peil-ten die VP Frauen Unterfresen als Ziel ihrer Wanderung die Dreieck-Hütte an. Obfrau Vizebgm. Theresia Koch durfte auch Bgm. a. D. Karl Fürpass und Ehrenobfrau Brigitte Koch begrüßen. Bei der Dreieck-Hütte ange-kommen, wurde die Gruppe von Bewirtschafter Rudolf Ruhri und seiner Frau Josefine bestens bewirtet. Nach dem ausgiebigen Einkehrschwung ging es am späten Nachmittag talwärts. Zuletzt bedankte sich die Orts-leiterin bei allen für die Teilnahme an der Almwanderung.



TAGESFAHRT NACH KÄRNTEN

Der diesjährige Ausflug der VP Frauen Feldkirchen führte die Teilnehmerinnen nach Kärnten. Das erste Ziel war der mediterrane Zitrusgarten in Faak am See. Er ist eine Kombination aus botanischem Garten und Bio-Betrieb mit mehr als 280 Arten von Zitrusgewächsen aus aller Welt. Nach dem Mittagessen ging es nach Velden, wo die Frauen eine Schifffahrt über den Wörthersee nach Maria Wörth genossen. So ging ein schöner Ausflug mit tollen Eindrücken zu Ende.

AUS DEN REGIONEN



SOMMERFRISCHE-BARFUSSWEG Der Ortsteil Rein in Gratwein-Sträßengel hat einen Sommerfrische-Barfußweg! Auf Anregung der ÖVP und der VP Frauen entstand im „grünen Wohnzimmer Rein“ ein Barfußweg zum Wohlfühlen, Kneipen und Seele-baumeln-Lassen. Somit bietet sich eine gesunde Erweiterung für erholungssuchende Bürgerinnen und Bürger. Der Weg wurde am 16. Juli mit dem ORF bei „Steiermark Heute - Wetter“ eröffnet.



SPENDE FÜR DIE KREBSHILFE Zum 16. Mal haben die VP Frauen Raaba die Steirische Kinderkrebshilfe unterstützt und ihren Reingewinn, den sie beim heurigen Osterbazar eingenommen hatten, gespendet. Die VP Frauen konnten Univ.-Prof. Dr. Herwig Lackner auf der Kinderklinik-Onkologie im LKH Graz voller Freude und Stolz 2.500 Euro übergeben.



HERBSTAUSFLUG PEGGAU Auf Einladung der Firma Adler besuchten 40 Damen und ein paar unerschrockene Herren die Shoppingcity Seiersberg. Bei einer tollen Modenschau wurden die Trends der Saison präsentiert. Nach einem ausgiebigen Mittagessen ging es zum Alpakahof in Tobelbad. Dort konnte man sich vom warmen und weichen Fell der friedvollen Tiere überzeugen und so manches fellige Mitbringsel nach Hause mitnehmen.



THEATERBESUCH PEGGAU Schon zur Tradition geworden sind die Sommertheater-Besuche der VP Frauen Peggau. Diesmal wurde im Theater in der Schrems bei „Ärger mit dem Bürgermeister“ viel gelacht. Im Theater im Sennwerk gab es wieder Nestroy auf hohem Niveau und ausgezeichnete Brötchen in der Pause.



AUSFLUG NACH SCHLOSSHOF 80 Damen aus Vorau unternahmen einen Ausflug nach Schlosshof in der Genussregion Marchfeld. Bei der Sonderausstellung „Warum isst die Welt, wie sie isst?“ wurden interessante Einblicke zu Anbau, Ernte und industrieller Verarbeitung unserer Lebensmittel gewährt. Eine Attraktion für alle Gartenliebhaber ist der 7-terrassige Barockgarten, der europaweit einzigartig ist. Anschließend ging es zum Mittagessen ins Outletcenter Parndorf. Mit einem gemütlichen Heurigenbesuch endete ein schöner, lustiger und gemeinsamer Ausflugstag.



KINDERSPIELZEUGFLOHMARKT Die OG Raaba, unter der Leitung von Maria Ledinegg, organisiert jährlich einen Kinderspielzeugflohmarkt, bei dem Kinder und Eltern ihre Schätze anbieten können. Die Damen haben dabei einen Geschirrfundus-Stand, dessen Reinerlös von den VP Frauen gespendet wird.



BENEFIZ-FLOHMARKT Auf Initiative der VP Frauen Greinbach, unter OL GR Franziska Lopatka, fand in Staudach der zweite Benefiz-Flohmarkt statt. Zahlreiche Aussteller präsentierten den Besuchern ihre Schätze, die zum Teil reißenden Absatz fanden. Der Reinerlös des Flohmarktes wird dem Elternverein der Volksschule für ein Englisch-Projekt zur Verfügung gestellt. Unter den Schnäppchenjägern wurden LABg. Hubert Lang, Bgm. Siegbert Handler, Vizebgm. Josef Berghofer und Hauptsponsor Josef Fuchs gesichtet. Für die passende musikalische Umrahmung sorgte Afoch stoak.



TAUSCHMARKT Wenn es um eine gute Sache geht, sind die VP Frauen Übelbach zur Stelle. Seit mehr als 35 Jahren wird in Übelbach ein Tauschmarkt organisiert. Kleidung, Spielsachen, Ski oder Eislaufschuhe in gutem Zustand suchen sich neue Besitzer. Auch die Landesgeschäftsführerin und Bezirksleiterin Michaela Hartner (ganz rechts auf dem Bild) findet immer etwas Nettes für sich. Einen herzlichen Dank allen helfenden Damen.



AUSFLUG FRIEDBERG Die VP Frauen Friedberg fuhr nach Pöllau. Im Hofladen der Familie Muhr konnte ein Einblick in die Erzeugung von prämierten Säften und Schnäpsen gewonnen werden. Führungen durch die Pfarrkirche Pöllau - den „Steirischen Petersdom“ -, das Schloss und den barocken Ortskern folgten. Beeindruckend war der für einen Festakt geschmückte Freskensaal. Der gemütliche Ausklang fand in einer Buschenschank in Flattendorf statt.



RÄUCHERVORTRAG Gut besucht war ein Vortrag zum Thema „Räuchern“ in den Geschäftsräumen der Firma deko's Silvia in Friedberg. Anschaulich wurden die vielfältigen Anwendungsgebiete präsentiert. Die Darbietungen fanden großen Anklang. Bei einem Imbiss gab es viele interessante Gespräche. Ortsleiterin Berta Schneemann dankte für die zahlreiche Teilnahme und freute sich über die gelungene Veranstaltung.



AUSFLUG IN DIE WALDHEIMAT Anlässlich des 100. Todestages von Peter Rosegger machte die OG Voralpe einen Ausflug in die Waldheimat. 50 gut gelaunte Damen nahmen an der Fahrt über die wunderschöne Landschaft vom Alpl bis nach Krieglach teil, wo die Peter-Rosegger-Ausstellung besucht wurde. Anschließend hatte man in der Waldschule noch einmal die Schulbank gedrückt, bevor es zum gemütlichen Beisammensein in die Mostschank Pittermann-Glatz ging.



SELBSTVERTEIDIGUNGSKURS Beim Selbstverteidigungskurs der Ortsgruppe Empersdorf lernten Mädchen von Kursleiter Georg Silberschneider, wie sie sich im Notfall verteidigen können. Verhaltensmuster und Möglichkeiten, nicht in prekäre Situationen zu kommen bzw. entsprechend darauf zu reagieren, wurden aufgezeigt. Auch das laute Schreien als Abwehr gegen Angreifer wurde geübt. Es war erstaunlich zu hören, wie die Stimmen der Mädchen nach drei Stunden intensiven Trainings kraftvoller und lauter geworden waren.



JUBILÄUMSAUSFLUG GABERSDORF Heuer fand zum 30. Mal der 2-Tagesausflug der VP Frauen Gabersdorf statt. Er führte nach Budapest. Nach einer Stadtbesichtigung hatte man am Abend Zeit, durch die gemütlichen Gassen zu flanieren. Der nächste Tag hatte gleich zwei Höhepunkte. Vormittags ging es zum ehemaligen Sissi-Schloss nach Gödöllő. Bei der Führung durch das Gebäude gab es viel Interessantes über die Vergangenheit zu erfahren. Anschließend ging es zu einem Reitstall in die kleine Puszt. Die Besitzer - Weltmeister im Kutschenfahren - zeigten eine grandiose Reitvorführung.



LEONHARDIMARKT Ohne VP Frauen undenkbar - seit über 30 Jahren. Ihr Almkaffee lockt viele Besucher an ihren Stand. Sie treffen, diskutieren, politisieren, eine Runde „Murer Engel“ gemeinsam genießen - das ist Sinn und Zweck. Alle Ortsgruppen sind dabei und sorgen für die ersten köstlichen selbstgemachten Kekse. Ein schönes Miteinander.



DIRNDLWANDERTAG IN FRIEDBERG Die VP Frauen Friedberg konnten mehr als 40 Frauen in Trachtenkleidung bei einer Wanderung rund um Friedberg mit einem Abschluss beim Oktoberfest begrüßen. Die gemütliche Labstation bei Leo und Maria Schneemann in Ehrensachsen lud zum Verweilen ein. Darüber hinaus sorgten das traumhafte Herbstwetter und die musikalische Begleitung durch Martina Stögerer mit ihrer Steirischen Harmonika für beste Stimmung.



TAGESAUSFLUG Bei strahlendem Wetter verbrachten die VP Frauen Gamlitz einen abwechslungsreichen Tag im Burgenland. Sie besuchten das Schloss Esterházy, eines der schönsten Barockschlösser Österreichs. Vor Ort gab es eine interessante Führung. Danach ging es nach Mörbisch zur Schifffahrt. Auf dem Heimweg wurde ein Zwischenstopp in Rust gemacht. Der Abschluss fand in der Buschenschank Steiner in Gamlitz statt, in der die Eindrücke der Reise nachbesprochen wurden.

AUS DEN REGIONEN



EMPERSDORF Bei der Einweihung der umgebauten Volksschule haben die VP Frauen der Ortsgruppe Empersdorf mit Grete Schmid die Gäste nicht nur mit sehr guten Mehlspeisen verwöhnt, sondern mit dem Gewinn auch die Schule unterstützt. Darüber haben sich Lehrkräfte und Eltern gefreut.



ZEGGERN Das alljährliche Zeggern im Schlosspark, ein Fixpunkt der VP Frauen Gleinstätten, war auch heuer wieder ein großer Erfolg. Wie jedes Jahr waren sie mit ihrem Kaffee- und Mehlspeisenstand vertreten. Durch die mit viel Liebe hergestellten hausgemachten Kuchen und Torten ist dieser Stand ein fixer Bestandteil beim Zeggern. Dank der Unterstützung von mehr als 30 Frauen am und um den Stand herum wurde zahlreichen Besuchern die Veranstaltung versüßt.



KUCHENSTAND KITZECK Der Bezirksvorstand besuchte die fleißigen Frauen bei ihrem Kuchenstand auf dem Hobbykünstlermarkt.



LEBRING Die VP Frauen der Ortsgruppe Lebring-St. Margarethen verwöhnten beim Gady-Markt die Besucher mit Mehlspeisen und Schwammerlsuppe. Vom Bezirksvorstand war Regina Arnus anwesend.



HERBSTAUSFLUG NACH SLOWENIEN Am Herbstbeginn besuchte die Ortsgruppe Heimschuh mit einigen Gästen einen der größten Orchideenzüchter Mitteleuropas in Dobrovnik. Nach der Besichtigung eines tropischen Gartens wurden wunderschöne Orchideen gekauft. Danach stand der Besuch der schönen Stadt Marburg auf dem Programm. Bei einer Stadtrundfahrt mit dem Bummelzug konnte viel Wissenswertes über die Stadt und ihre Geschichte in Erfahrung gebracht werden. Mit einem gemütlichen Beisammensein in der Buschenschank Grabin klang der Ausflug aus.



AUSFLUG NACH WIEN Die OG Altenmarkt bei Fürstenfeld war bei ihrem diesjährigen Ausflug in Wien. Nach einer Stadtführung per Bus und zu Fuß war das Musical „Bodyguard“ das Highlight. Die Weisheit des Tages: Jeder sollte einen Bodyguard haben.



AUSFLUG KÖFLACH Am Tag der offenen Tür besichtigten einige VP Frauen aus Köflach das Unternehmen Stölzle Oberglas. Nach einem informativen und interessanten Rundgang ließen sich die VP Damen im Zelt kulinarisch verwöhnen.



FUSION VON KAINDORF UND LEIBNITZ Die VP Frauen der Ortsgruppen Kaindorf und Leibnitz haben im Zuge der Jahreshauptversammlung fusioniert und einen Vorstand für die neue Ortsgruppe Kaindorf-Leibnitz gewählt. Herzliche Gratulation!



3-TAGE-FAHRT NACH OPATIJA Die VP Frauen der Ortsgruppe St. Johann im Saggautal machten eine 3-Tage-Fahrt nach Opatija. Die Programmpunkte: Besuch der ältesten Wallfahrtskirche Kroatiens (liegt auf Trsat), Stadtführung in Rijeka, Besuch des Bergdorfes Mošćenička Draga mit Führung vom Bürgermeister dieser Gemeinde sowie Aufenthalt und Nächtigungen in Opatija, dem beliebten Kurort der ehemaligen Donaumonarchie.



WANDERUNG Im Oktober veranstaltete die OG St. Johann im Saggautal bei herrlichem Wetter eine Wanderung über den Eichberg. Beim ersten Stopp überraschte Frau Jaunegg die Wanderer mit einer Kernöleierspeise. Das Ziel - die Buschenschank Glus-Körbler - wurde gegen Mittag erreicht. Nach einem ausgezeichneten Essen ging es dann über die Buschenschank Ranz zurück nach St. Johann. Alle Teilnehmer freuten sich über die gelungene Veranstaltung der Obfrau Isabella Urban-Pugl.



KRÄUTERBUSCHEN Traditionell zu Maria Himmelfahrt wurden in St. Johann im Saggautal wieder die Kräuterbuschen von den Frauen gebunden - ein Brauchtum am großen Frauentag. Mindestens sieben Kräuter werden im Sträußchen verarbeitet, das Glück in Haus und Stall bringen soll. Die Kräuterbuschen werden gesegnet und nach der Messe verteilt.



HANSFEST In St. Johann im Saggautal wurde am 24. Juni das Hansfest gefeiert. Am Stand der VP Frauen mit OL Isabella Urban-Pugl gab es Süßes (z. B. Strauben, Fruchtschnitten und Torten), aber auch Deftiges wie den Hansteller. Die Auswahl war riesengroß. So hatten die fleißigen Frauen der Ortsgruppe alle Hände voll zu tun, die vielen Gäste zu bedienen.



ST. NIKOLAI IM SAUSAL Die VP Frauen Sankt Nikolai im Sausal können überall kochen! Beim 2-tägigen Dorffest verwöhnten sie die Besucher mit Bluttommerln, Hendlhaxn und Strauben - frisch aus der Pfanne. Natürlich gab es auch gute und gesunde Getränke. Vom Bezirksvorstand waren BZL Helene Silberschneider und Regina Arnus anwesend.



SCHRATLN Die VP Frauen der Ortsgruppe Heimschuh haben mit OL Josefine Ornig den Anwesenden live gezeigt, wie sie ihre leckeren Strudel zubereiten. Da wurde natürlich gerne zugeschaut und gekostet. Weil sie so gut schmeckten, kauften die Anwesenden ganz schnell das neue Rezeptbuch der Ortsgruppe, in dem unter anderen Köstlichkeiten auch das Strudelrezept zu finden ist.



SOMMERDUFT IM KLEINFORMAT Die VP Frauen Kumberg, unter der Leitung von Dr. Elfriede Huber-Reismann, stellten in fleißiger Handarbeit hübsche aromatische Duftsäckchen für das Marktfest in Kumberg her. Der Biolavendel stammte aus den eigenen Gärten. Der Reingewinn dieser Aktion kam der Krebshilfe zugute. Einen herzlichen Dank allen, die bei diesem Projekt halfen.



FRÜHSTÜCK IN TILLMITSCH Die VP Frauen der Ortsgruppe Tillmitsch hatten mit Ortsleiterin Elfriede Kriegl auch heuer zum Frühstück eingeladen. Es kamen sehr viele Besucher, die sich das reichhaltige Angebot an Köstlichkeiten schmecken ließen. Vom Bezirksvorstand waren Bezirksleiterin Helene Silberschneider, Christine Koller, Elfriede Obendrauf und Regina Arnus anwesend.

AUS DEN REGIONEN



KUCHENFEST Die VP Frauen St. Nikolai ob Draßling verzauberten die Besucher beim Kuchenfest mit wunderschöner und sehr guter Mehlspeise. Der Bezirksvorstand war auch heuer zahlreich vertreten.



DIRNDLNÄHKURS Unter der Anleitung der Schneidermeisterin Michaela Egger entstand das Tillmitscher Dirndl der VP Frauen Tillmitsch. Die Farbwahl - Rot und Grün aus dem Tillmitscher Wappen - ist gemeinsam mit dem

Steirischen Heimatwerk erarbeitet worden und kann in mehreren Varianten kombiniert werden. Beim Bürgermeisterempfang konnten die großen und kleinen Dirndlträgerinnen stolz ihre Meisterwerke präsentieren.



BEZIRKSSITZUNG EISENERZ Nach der Bezirks-sitzung im Oktober machten die VP Frauen eine Nachtführung durch Eisenerz. Herr Niederhofer erklärte ihnen schon im Museum Interessantes.

Anschließend erklimmen sie die Stufen zur Kirche. Dort erfuhren sie viel Wissenswertes über das Eisenerzer Tal. Abschließend verkosteten die Frauen noch das Eisenerzer Bräu.



MARKTPLATZLFEST Auch heuer fand das traditionelle Markt- platzfest in St. Peter-Freienstein statt. Verschiedene hausgemachte Suppen, köstliche Mehlspeisen uvm. wurden von den fleißigen VP

Frauen St. Peter-Freienstein zubereitet und serviert. Bei wunderschönem Wetter, mit toller Musik und einem Schätzspiel ging es lustig bis in den frühen Abend hinein weiter.



ORTSFRAUENTAG Im Juli fand in Trofaiach im sogenannten „Wohnzimmer Olive“ der Ortsfrauentag mit Neuwahl statt. Die Ortsleiterin Dr. Astrid Zeiler wurde mit 100

Prozent der Stimmen gewählt, ebenso die anwesenden Vorstandsmitglieder. Bei einem gemütlichen Ausklang wurden neue Aktivitäten besprochen.



TROFAIACH Initiiert von Kassiererin Evelyne Temmel, besuchte die OG Trofaiach unter dem Motto „Was gibt es daheim“ Manfred Gangl. Der Künstler beschäftigt sich seit Jahren

mit der Kunst des Holzdrehselns. Seine Arbeiten mit verschiedenen Holzarten und ihren Eigenarten hat er den Frauen auf sehr humorvolle Art und Weise vorgestellt.



OBDACH Die VP Frauen Obdach wanderten auf die Peterer Alm. Leider konnten nicht alle auf den Gipfel mitkommen, aber es war trotzdem ein wunderschöner Ausflug.



AUSFLUG OBDACH Beim Ausflug nach Seckau besuchten die VP Frauen die Kunstschmiede Wechselberger. Im Hofwirt klang anschließend der Nachmittag gemütlich aus.



FROHMARKT Die VP Frauen Seckau konnten viele Aussteller und Besucher beim Alt- und Neuwarenmarkt begrüßen. Es war wieder eine gelungene Veranstaltung.



TREFFSICHER Beim Bezirk-Luftgewehrschießen der VP Frauen Liezen in der ASVÖ-Bezirksschützenhalle in Gröbming zeigten 19 Mannschaften ihr Können. Dorli Lemmerer, Anneliese Luidold und Gerlinde Ruhdorfer aus Irdning waren die glücklichen Gewinnerinnen. Platz zwei ging an die Mannschaft aus Aigen I, Platz drei erreichte Aich-Gössenberg II. Claudia Ertlschweiger aus Aigen wurde beste Einzelschützin.

ORTSFRAUENTAG Viele Frauen waren der Einladung von Ortsleiterin Gerlinde Ruhdorfer und ihrem Team zum Ortsfrauentag Irdning-Donnersbachtal mit Neuwahl in die Sportlerstube Mundart gefolgt. Gerlinde Ruhdorfer konnte in ihrem Tätigkeitsbericht über die vergangenen vier Jahre von vielen Aktivitäten berichten. Nach dem Bericht der Kassiererin und der Kassaprüferinnen sowie der Entlastung des Vorstandes übernahm BZL Christa Hafellner das Wort, um die Neuwahl

durchzuführen. Der vorgetragene Wahlvorschlag wurde einstimmig angenommen. BZL Christa Hafellner betonte, wie wichtig auch heute noch die Gemeinschaft der VP Frauen ist, und wünschte der neu gewählten Ortsleiterin, ihrem Team und der gesamten Ortsgruppe noch viele schöne gemeinsame Erlebnisse.



40 JAHRE OG OBDACH Die VP Frauen Obdach, unter der Leitung von Theresa Esser, luden am Martinitag zu ihrem 40-jährigen Bestandsjubiläum ein. Die Feierlichkeit wurden mit einer wundervoll gestalteten Festmesse eröffnet. Anschließend fand der Festakt im nahe liegenden GH Grillitsch statt. Frau Esser bedankte sich für die große Unterstützung ihrer

Mitglieder in dieser langen Zeit. LGF Michaela Hartner, BZL Kathrin Grillitsch, Bgm. Peter Bacher und LAbg. a. D. Peter Rieser überbrachten Grußworte und Glückwünsche. Mehr als 30 Frauen wurden für ihre langjährige Treue und Solidarität geehrt. Auch alle ehemaligen Ortsleiterinnen waren zu Gast. Mit froher Stimmung starteten die Damen in die kommenden 40 Jahre.



40 JAHRE OG SECKAU Die VP Frauen Seckau feierten im Gasthof zur Post ihr 40-jähriges Bestandsjubiläum. Nach der Eröffnung durch Obf. Margit Kargl richteten Bgm. Dr. Mag. Martin Rath und BZL Kathrin Grillitsch ihre Grußworte an die Gäste. Im Anschluss referierte 2. LTPräs. LL Manuela Khom. Die Gründungsmitglieder Hilde Reichmann, Maria

Scheurer, Eugenie Friedl, Karoline Feldbaumer, Maria Bischof, Josefa Schobegger, Dorothea Grasser und Theresia Brandl wurden geehrt und durften einen eigens für die VP Frauen kreierten Schal in Empfang nehmen. Kulinarisch verwöhnt wurden sie unter anderem mit Grillhendln vom „Gaalgockl“ sowie mit Kaffee und Kuchen von den Mitgliedern der VP Frauen.



ALMRAUSCHBLÜTENWANDERUNG Bei herrlichem Wanderwetter und blühendem Almrusch spazierten die VP Frauen St. Johann am Tauern um den wunderschönen Scheibelsee herum. Anschließend genossen die Damen in geselliger Runde eine gute Jause auf der Edelrauttehütte.



WANDERUNGEN Im Sommer unternehmen die VP Frauen Seckau monatliche Wanderungen, bei denen es immer lustig zugeht.



FRÜHSTÜCK Nachdem eine Mannschaft beim Gemeinde-Eisstockturnier im Jänner gewonnen hatte, lösten die Damen ihren Gewinn - ein Frühstück im Hofwirt - in geselliger Runde ein.



WEIBERSTAMMTISCH Die VP Frauen Seckau veranstalten einen monatlichen Weiberstammtisch, bei dem auch runde Geburtstage gefeiert werden.



KIDS-HAVE-FUN-DAY Die VP Frauen Seckau veranstalteten einen KIDS-HAVE-FUN-DAY im Alpinpark Steinmühle bei Seckau. Als richtig mutig entpuppten sich dabei die Kinder.

AUS DEN REGIONEN



BEZIRKSWANDERTAG LIEZEN Trotz Regenwetters machten sich viele Frauen und Männer auf den Weg zur Zeiringeralm in Johnsbach. Nach köstlichem Brat'l mit Kraut und Knödeln spendete die OG Region Gemüse, Kaffee und Kuchen. BZL Christa Hafellner dankte den wetterfesten Wanderern für das Mitgehen, Josefine Pranzl und ihrem Team für die tolle Organisation. Es war ein gemütlicher und geselliger Hüttennachmittag.



AUSFLUG ST. LORENZEN Im Sommer besuchten die VP Frauen St. Lorenzen bei Knittelfeld das Kräuterkompetenzzentrum „Kräutermensch“ in Großlobming und konnten bei einer sehr interessanten Führung von Eva Tragner ihr Kräuterwissen auffrischen.



ORTSGRUPPENTAG MURECK Die VP Frauen Mureck hielten ihren Ortsgruppentag mit Neuwahl im Beisein von 2. LTPräs. LL Manuela Khom und BZL Petra Rauch ab. Maria Kirchengast legte nach mehr als 35-jähriger Tätigkeit als Ortsleiterin ihre Funktion zurück. BZL Petra Rauch bedankte sich bei OL Maria Kirchengast und ihrem Team für den großen Einsatz und das besondere Engagement in diesen vielen Jahren. Als Zeichen des

Dankes und der Wertschätzung für die großartige Arbeit wurde ihr von der Landesleiterin das Silberne Ehrenzeichen überreicht. Martha Weiss wurde einstimmig zur neuen Ortsleiterin gewählt. Unterstützt wird sie im Vorstand von Schriftführerin Eleonore Rudolf und Finanzreferentin Margit Rudolf. Manuela Khom wünschte den Frauen für ihre neue Aufgabe viel Freude, Schaffenskraft und ein weiteres erfolgreiches Wirken.



ALMKRÄUTERWANDERUNG AM SALZSTIEGL Die VP Frauen Edelschrott verabredeten sich zur Almkrauterwanderung mit Regina Kaltenegger am Salzstiegl. Nach einem herrlichen Frühstückskaffee ging es vom Moasterhaus los in Richtung Speikkogel. Kräuterfachfrau Regina Kaltenegger erklärte den interessierten Frauen sämtliche Almkrauter sowie deren Verarbeitung zu Ölen und Tinkturen. Bei den Windrädern am

Fuß des Speikkogels wurden die Damen von ihr mit Schnäpschen und Süßem verwöhnt. Nach einer kurzen Pause ging es abwärts in Richtung Moasterhaus. Die mitwandernden Kinder durften vom Salzstieglhaus mit den Riesenrollern hinuntersausen. Unten angekommen, genossen die Frauen ihr wohlverdientes Mittagessen im Moasterhaus und besprachen noch die verschiedensten Kräuter.



GASSELN IN MURAU Bereits zur Tradition geworden ist die Teilnahme am Murauer Gasseln. Luise Gerold versorgt dabei die Damen jedes Jahr mit selbst kreiertem Murauer Bierlikör, in den die beliebten Gasselnudeln getaucht und so zum Geschmackserlebnis werden. Auch der Geruch der frisch gebackenen Gasselmäuse - süß oder pikant - lockte viele an den Verkaufsstand der VP Frauen.



GESUNDHEITSVORTRAG Der Steirische ÖAAB mit seinem LGf. KR Günther Ruprecht und seinem Bez.-Obm. Johann Hartinger sowie die VP Frauen Eichköggl mit BZL Petra Rauch und Obf. Elisabeth Nigitz luden zum Gesundheitsvortrag von Univ.-Prof. Dr. Manfred Walzl, Vorstand des Instituts für Schlafmedizin am Privatklinikum Hansa Graz, mit dem Thema „Schlafstörungen - die unterschätzte Gefahr“ in das Fidelium ein.



HERBSTFEST METTERSODORF Die VP Frauen Mettersdorf, unter OL Aloisia Treichler, veranstalteten das traditionelle Herbst- und Erntedankfest im Kulturzentrum. Das Fest wurde vom Kindergarten und von der Volksschule Mettersdorf mit Liedern und Gedichten umrahmt. Im Anschluss an die Heilige Messe in der Pfarrkirche wurde im Kultur- und Sportzentrum mit der Musikkapelle Saßtal-Siebing gefeiert.



ÖBLARNER FESTSPIELE Kürzlich unternahmen die VP Frauen Weißkirchen mit ihrer Ortsleiterin Christine Grangl eine Fahrt zu den Öblarner Festspielen. 50 Damen und Herren schauten sich bei optimalen Wetterverhältnissen das Stück „Die Hochzeit“ von Paula Grogger an und erlebten eine traumhafte Aufführung.



AUSFLUG Der diesjährige Ausflug führte die VP Frauen Edelschrott in die wunderschöne Südoststeiermark. Das erste Ziel war die Riegersburg. Dort genossen die Frauen eine interessante Burgführung. Nach dem leckeren Mittagessen im Seehaus besuchten sie die Teppichausstellung im Schloss Kornberg. Am

späteren Nachmittag ging es dann zur Schokoladenmanufaktur Zotter, in der ordentlich genascht werden durfte. Den Abschluss des tollen Ausfluges bildete ein Buschenschankbesuch in Kirchberg, um den wunderschönen Tag mit tollen Eindrücken gemütlich ausklingen zu lassen.



KEGELN EDELSCHROTT Eine tolle Überraschung erlebte OL Martina Holzmann im August beim Kegeln. Die Damen der Kegelrunde hatten sich etwas Besonderes einfallen lassen und ihre Ortsleiterin mit einem Blumenstock sowie einem riesigen Geschenkkorb zum Geburtstag überrascht.



WALLFAHRT Auch in diesem Jahr fanden sich zahlreiche Edelschrotter VP Frauen zur Wallfahrt nach Maria Lankowitz zusammen. Zu Fuß ging es von der Edelschrotter Kirche los. Die Frauen wanderten ca. 1,5 Stunden lang talwärts. Die schöne alte Tradition dieser Wallfahrt wurde nach dem Krieg von den Heimkehrern zum Dank für die Rückkehr ins Leben gerufen.



AUSFLUG SCHEIFLING Zur lieb gewordenen Tradition der Essenzusteller zählt der jährliche Ausflug, der heuer in die Oststeiermark führte. Im Obstbaubetrieb Wilhelm in Puch bei Weiz wurden die VP Frauen und die mitreisenden Männer freundlich von der Chefin empfangen und tauchten bei einer Führung durch die Anlage in die Welt des Schnapsbrennens und des Obstbaus ein. Danach ging es zum Mittagessen nach Stubenberg am See. Zum Abschluss besichtigten die Ausflugsteilnehmer den Tierpark und das Schloss Herberstein.



MARKTFEST EDELSCHROTT Großen Anklang fanden selbst gebackene Mehlspeisen, Kaffee und Erdbeerbowlle am Stand der VP Frauen. Beim Schätzspiel gab es tolle Preise zu gewinnen. Vielen Dank den Spendern: Rudolf Nestler, Elektro Scherz, Kaufhaus Deutsch, Bäckerei Jechart, Erdbau Raimund Dirnberger, Sonnenapotheke, Apotheke zum heiligen Schutzengel, Corsa Eis, Stadtcafe La Piazza, Baumarkt Vogl, Knusperstube Köflach, Therme Nova, Injoy Köflach und Blumen Zwanzger. Ein großer Dank geht auch an die fleißigen Frauen, die gebacken und geholfen haben!

BILDSTOCKEINWEIHUNG Zur Bildstockeinweihung hatte Karoline Münzer eingeladen. Zahlreiche Frauen kamen und nahmen an bei der Segnung teil. Karoline und Carina Münzer verwöhnten die Gäste mit Speis und Trank. Die Damen der VP Frauen Edelschrott freuten sich sehr über die Einladung.



AUS DEN REGIONEN



ERTEKRONE GEISTTHAL Im Oktober banden die VP Frauen Geistthtal wieder die Erntekrone. Heuer hatten sie die tatkräftige Unterstützung der Landjugend anlässlich des Bezirkserntedankfestes in Geistthtal.



DORFFEST GEISTTHAL Am Stand der VP Frauen Geistthtal konnte man leckere Kuchen und Bowle genießen. Auch das Team von „BushidoX“ (Selbstverteidigung) ist der Einladung der VP Frauen gefolgt.



KASTANIENBRATEN Bei Sturm und Kastanien unter dem lauschigen Plätzchen eines Nussbaumes lässt es sich bei warmen Sonnenstrahlen gut aushalten. Die riesigen Kastanien aus dem Vulkanland - von Familie Erlacher aus Markt Hartmannsdorf - verlangten dem Kastanienbräter einiges an Können ab. Auf der Anhöhe des Weinhofs Ladenhauf genoss man den goldenen Herbst in gemütlicher Gesellschaft bis in die Abendstunden hinein. Bei mäßigen Temperaturen und einem gemütlichen Feuer klang der Samstag mit unterhaltsamen Gesprächen aus.



KEGELABEND Die Ortsgruppe St. Peter im Sulmtal traf sich zum gemütlichen Kegelabend beim GH Rachholz in Korbin. Leider konnte OL Bgm. Maria Skazel nicht dabei sein.



WANDERUNG Die Voitsberger VP Frauen und Stadtparteiobmann Walter Gaich wanderten zur Grobebenhütte und ließen sich dort die frischen Strauben schmecken.



SONNENWENDFEIER Es gab eine legendäre Veranstaltung auf der Galler Wiesen, die wesentlich von der Familie Galler und den VP Frauen mitorganisiert worden war. Neben Sonnwendfeuer und volkstümlichen Darbietungen bildete das Mehlspeisenbuffet das Highlight des Abends. Der Erfolg zeigte sich, indem viele Gäste noch lange anwesend waren.

HOFSTÄTTEN Einen wunderschönen Herbstausflug organisierten die VP Frauen Hofstätten. Der Bus war bis auf den letzten Platz gefüllt. Mit bester Laune ging die Reise in Richtung Deutschlandsberg. Die Ausflügler wanderten gemütlich durch die Klause zum Mittagessen in Toni's Fischerhütte. Am Nachmittag stand die Fahrt zur Eismanufaktur Valentino mit Führung



AUSFLUG BIRKFELD Der diesjährige Ausflug führte die Frauen der Ortsgruppe Birkfeld in Richtung Chiemsee und München. Am ersten Tag besuchten sie den Chiemsee, die Fraueninsel und die Herreninsel mit dem Schloß von König Ludwig II. Am Sonntag ging es nach München, wo sie eine interessante Stadtführung hatten, die am Olympiaturm endete. Danach machten sie sich bei viel Verkehr auf den Heimweg.



BEZIRKSKEGELN WEIZ Mit Eifer und Kampfgeist wurde das Bezirkskegeln in Weiz ausgetragen. Erstplatzierte wurde die Ortsgruppe Birkfeld mit der Tagessiegerin Hilde Perhofer. Die VP Frauen gratulieren recht herzlich und wünschen „Gut Holz“ für das Landeskegeln. Der Abend klang in heiterer, gemütlicher Runde bei einer köstlichen Stärkung aus.

und Verkostung auf dem Programm. Abschließend ließ man den wunderschönen Tag gemütlich im Landhof Steinbäck ausklingen.





SEKTRÜHSTÜCK Die Sektmanufaktur Vulkanlandsekt Familie Meister bot den VP Frauen ein ausgedehntes Frühstück mit regionalen Produkten. Das Highlight des Sommermorgens war die Sektbegleitung. Die Verkostung in den alten Kellergewölben brachte eine angenehme Abkühlung.



THEATERFAHRT In unregelmäßigen Abständen wird das Theaterstück „Die Hochzeit“ von Paula Grogger in Öblarn aufgeführt. Heuer war es wieder so weit. Die VP Frauen Ligist-Krottendorf-Gaisfeld nutzten diese Gelegenheit. Um mehr über die Schriftstellerin Paula Grogger zu erfahren, nahmen die VP Frauen an einer Führung durch ihr ehemaliges Wohnhaus, das heute als Museum dient, teil.

JAHRESVERSAMMLUNG LEBRING/ST. MARGARETHEN

OL GR Gabriele Muster konnte u.a. Bgm. Ing. Franz Labugger, Vizebgm. OSR Johann Kiessner-Haiden, BZL GR Mag. Dr. Helene Silberschneider und ihre Stellvertreterin GK Monika Karbasch begrüßen. Bei der Neuwahl wurde OL Gabriele Muster und der gesamte Vorstand einstimmig bestätigt. Helene Silberschneider dankte für den Einsatz der Ortsgruppe und wünschte weiterhin viel Erfolg.



LIPIZZANER-DORF Lipizzaner-Almabtrieb und Lipizzaner-Dorf haben einiges gemeinsam - die edlen Pferde, das Volkstanzen und das Kulinarische. Das erste Mal boten die VP Frauen der Ortsgruppe Köflach an ihrem Stand steirische Schmankerl feil. Die Zuschauer bekamen davon nicht genug. So wurde bis zum Schluss der großartigen Veranstaltung gebrutzelt.



FROHE WEIHNACHTEN!

**WÜNSCHEN DIE VP FRAUEN
UND LANDESHAUPTMANN
HERMANN SCHÜTZENHÖFER**

Landesleiterin Manuela Khom
Landesgeschäftsführerin Michaela Hartner, MA
Martina Holzmann und Manuela Hödl



THEATERAKTION

DER STEIRISCHEN VP FRAUEN: Dezember 2018 - Juni 2019

OPERNHAUS

Fr	11. Jänner 2019	19.30 Uhr	Kiss me, Kate
Fr	15. März 2019	19.30 Uhr	Martha
Fr	22. März 2019	19.30 Uhr	Kiss me, Kate
Sa	11. Mai 2019	19.30 Uhr	Kiss me, Kate
So	19. Mai 2019	18.00 Uhr	Oberon
So	26. Mai 2019	18.00 Uhr	Tosca
Fr	6. Juni 2019	19.30 Uhr	Cavalleria rusticana, Der Bajazzo
Fr	14. Juni 2019	19.30 Uhr	Lucia di Lammermoor

SCHAUSPIELHAUS

Sa	29. Dezember 2018	19.30 Uhr	Maria Stuart
So	10. Februar 2019	15.00 Uhr	Einen Jux will er sich machen
Fr	1. März 2019	19.30 Uhr	Der Kirschgarten
Sa	1. Juni 2019	19.30 Uhr	Vor Sonnenaufgang

Karten: Oper: 3. Kategorie, € 36 (€ 45, - 20%)
Musical: 3. Kategorie, € 40 (€ 50, - 20%)
Advent in der Oper: € 20,60 (€ 26, - 20%)
Schauspielhaus: 3. Kategorie, € 24,40 (€ 30,50 - 20%)

**Bestellung bei Landeskulturreferentin
GR StL Sissi Potzinger
Festnetz/FAX: 0316/42 65 09
Mobil: 0664/39 42 364
E-Mail: potzinger.family@aon.at**



Foto Fischer

