



Ausgabe 65, Juni 2026

Herzwerk



Vereinsmagazin AWO Ortsverein Trostberg



Was die AWO Trostberg so alles macht, lässt sich mit diesem Bild einfangen.

Jeder dieser Äpfel steht für die Aktivitäten, die Begegnungsmöglichkeiten, die Projekte, für große und kleine Taten der AWO Trostberg, die das Miteinander in Trostberg stärken. Und wie bei einem echten Baum wachsen diese Früchte nicht von allein. Sie gedeihen, weil viele Menschen sich kümmern – unsere Ehrenamtlichen, unsere Mitglieder, alle, die Zeit, Herz und Engagement einbringen.

So entwickelt sich das, wofür wir stehen: AWO, da wo Gemeinschaft wächst.



Liebe Vereinsmitglieder,
 liebe ehrenamtliche Helferinnen und Helfer,
 liebe Freundinnen und Freunde des AWO-Ortsvereins Trostberg,

in der letzten Ausgabe hatten wir euch noch um Namensvorschläge für unser Vereinsmagazin gebeten – und ganze 18 kreative Ideen sind eingetroffen. Eine Nachricht, die uns übrigens am 11. Februar erreicht hat, ist uns dabei besonders ans Herz gegangen:

„Mein Vorschlag wäre Herzwert. Für mich passt der Name richtig guad zur AWO. Herzwert steht für Menschlichkeit, für Miteinander und für die vielen Menschen, die sich mit Herzwert engagieren. Gleichzeitig zeigt Herzwert auch, dass bei euch ned nur geredet wird, sondern dass wirklich angepackt und geholfen wird.“ Schöner kann man's kaum sagen und der Vorschlag kam von Dominic Geiger, zu der Zeit noch Bürgermeisterkandidat.

Die Vorstandschaft hat anschließend demokratisch abgestimmt – und „Herzwert“ wurde zum neuen Namen unseres Magazins gewählt. Und um es gleich klarzustellen: Die Entscheidung hatte rein gar nichts damit zu tun, dass Dominic Geiger inzwischen unser Bürgermeister ist. Der Name hat überzeugt, nicht das Amt.

Als Dankeschön erhielt er einen Reisegutschein für eine AWO-Tagesfahrt. Wir freuen uns schon darauf, wenn er bald mal mit an Bord ist, wenn wir wieder gemeinsam „ausfliegen“.

Und jetzt wünsche ich euch viel Freude beim Lesen unseres AWO-Magazins, das ab sofort „Herzwert“ heißt.

Herzlich, eure

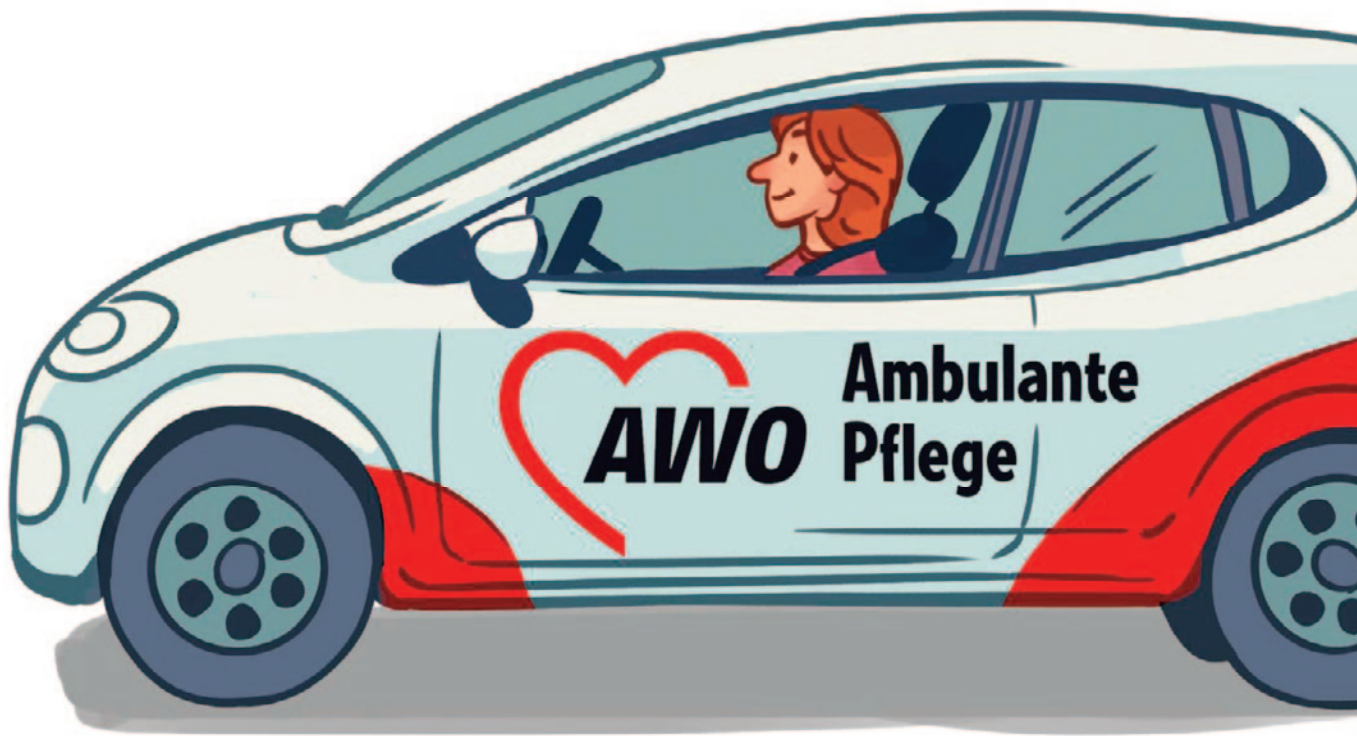


Gaby Griesbeck
 Vorsitzende



VOM SENIORENZENTRUM TRAUNREUT DIREKT ZU IHNEN NACH TROSTBERG

AWO-Ambulanter Dienst und Essen auf Rädern



QR-Code scannen für weitere Infos
www.sz-traunreut.awo-obb.de



08669 85 88 29

Bunte Masken und beste Stimmung



Rund 90 Gäste feierten im Postsaal, wo die Garden aus Heiligkreuz und die Trostberger Elfer mit ihren Programmen „Im Bann der vier Elemente“ und „Back to the moments“ das Publikum begeisterten. Mit viel Applaus und „Zugabe“-Rufen wurden die Tänzerinnen und Tänzer für ihre akrobatischen Auftritte belohnt.

Zwischendurch gehörte das Parkett den Gästen selbst: Das W&R-Duo sorgte wie gewohnt für volle Tanzfläche, auf der Kapitäne, Marienkäfer, elegante Damen und andere bunte Maskeraden fröhlich übers Parkett schwoften. Sogar Sherlock Holmes mischte sich unter die Feiernden.

Auch viele Besucher aus den umliegenden Gemeinden waren dabei. Die Tombola mit 250 gestifteten Preisen fand großen Anklang – der Erlös kommt der AWO zugute. Heidi sorgt jedes Jahr dafür, dass unsere Tombola reich bestückt ist – mit Herz, Organisationstalent und einem Blick dafür, was Freude macht.

Gaby Griesbeck zeigte sich sehr zufrieden mit dem gelungenen Nachmittag. Und obwohl um 18 Uhr offiziell Schluss war, gab's mit der Ziach noch einen kleinen musikalischen Kehraus.



Apropos Heidi



Heidi Urban gehört seit 2023 unserer Vorstandschaft an. Mit viel Herz hat sie das Zusammenstellen und Vorbereiten unserer Tombola-Schätze übernommen – eine Aufgabe, die zuvor viele Jahre lang ihre Mutter, Ida Nachtigall, mit großer Sorgfalt ausgefüllt hat. Dass Heidi nun in ihre Fußstapfen tritt, ist mehr als nur ein Wechsel im Amt: Es ist ein liebevolles Weitertragen einer kleinen AWO-Tradition und ein schönes Zeichen dafür, wie tief das Engagement in dieser Familie verwurzelt ist.

Wellness, Wein und „Klein-Venedig“



Badereise nach Abano Terme

Italienisches Flair und pure Entspannung – unter diesem **Motto** stand die diesjährige Reise der AWO Trostberg nach Abano Terme. Die Gruppe genoss die Vorzüge der berühmten Thermalquellen Venetiens im Hotel Ariston Molino Buja, das mit einer erstklassigen Spa-Landschaft und herrlichen Thermalbecken aufwartete.

Ein Highlight des Rahmenprogramms war der Besuch von Chioggia. Abseits der großen Touristenströme erlebten die Reisenden in „Klein-Venedig“ das echte Italien. Zwischen historischen Fassaden und Fischerbooten bot sich ein wunderbarer Blick auf die Küste, den die Gruppe bei einer Schifffahrt um die Landzunge aus nächster Nähe genießen konnte.

Was wäre eine Italienreise ohne Kulinarik? In den Euganeischen Hügeln kehrten die Teilnehmer in eine gemütliche Weinkellerei ein, um bei Wein und regionalen Schmankerln die Gemeinschaft zu pflegen. Eine rundum gelungene Reise, die Erholung und Erlebnis ideal miteinander verband.



Von Freskenluft und Hopfenduft



Unser erster Tagesausflug in diesem Jahr führte uns nach Aldersbach – ein Ort, an dem Barockglanz und Braukultur Tür an Tür wohnen.



In der Asamkirche tauchten wir ein in Freskenhimmel und Stuckzauber (1718–1720 von den Asam-Brüdern geschaffen) – ein spätbarockes Gesamtkunstwerk. Danach ging's weiter zur Brauerei, deren Wurzeln bis 1268 zurückreichen. Vom klösterlichen Eigenbedarf der damaligen Zisterzienser-Brüder bis hin zum heutigen regionalen Wirtschaftsfaktor spannt sich die lange Geschichte der Aldersbacher Braukunst.



Natürlich durfte die „rein wissenschaftliche“ Verkostung im Bräustüberl nicht fehlen. Craft-Bier-Experte Peter Heigermoser brachte es auf den Punkt: „Nur wer probiert, kann mitreden“.



Und zum Abschluss: **Elvis hat Gesellschaft bekommen** – Peter, Rudi und Wolfgang wagten sich im Skulpturenpark an die legendäre Hüftschwung-Pose. Ergebnis: 10 Wertungspunkte für den Körpereinsatz, leider nur eine 2 für die Anmut und wiederum eine glatte 10 für die Unterhaltung.

Unterwegs am Wilden Kaiser

Tagesausflug zur Griesner Alm



Das erste Ziel der AWO Trostberg war die Griesner Alm. Sie liegt auf einer Höhe von 1.024 Metern inmitten des malerischen Kaiserbachtals am Fuße des Wilden Kaisers. Erreichbar ist die Alm über eine gut ausgebauten, fünf Kilometer lange Mautstraße ab Griesenau, die den Blick auf eine atemberaubende Bergwelt freigibt.



Auf der Weiterfahrt nutzten die Teilnehmer die Gelegenheit, bei einer Sennerei regionalen Almkäse sowie in einer Schnapsbrennerei Spezialitäten zu verkosten und als Souvenir zu erwerben.



Anschließend führte der Ausflug zum Wildpark Aurach, der durch seine einzigartige Lage mit einem Panoramablick auf die Kitzbüheler Alpen begeistert. Ein besonderes Highlight für die Besucher war die Wildtierfütterung: Sobald die Tiere den herannahenden Traktor mit dem Futter hörten, kamen Rotwild, Damwild, Muffelwild, Esel und viele weitere Bewohner aus allen Richtungen des Freigeheges herangetrabt – ein faszinierendes Schauspiel, das die Zuschauer begeistert beobachteten.

Bei Kaffee und Kuchen fand der gelungene Tag schließlich seinen Ausklang.



Mit der AWO an die Adria

Badereise nach Igea Marina



Eine kleine Gruppe von Freunden der AWO machte sich auf den Weg nach Italien, um gemeinsam erlebnisreiche Tage in Igea Marina – Bellaria zu verbringen. Die Reise bot eine gelungene Mischung aus Erholung, Kultur und geselligem Beisammensein.

Im Mittelpunkt stand natürlich das Badevergnügen in der warmen Adria. Ob beim Schwimmen im Meer, beim entspannten Sonnenbaden oder bei einer Tasse Kaffee – die Zeit verflog im Nu.



Neben der Erholung am Strand gab es auch spannende Entdeckungstouren. Ein echtes Highlight war der Besuch des bekannten Freizeit- und Miniaturparks „Italia in Miniatura“ in Viserba bei Rimini. Die detailgetreuen Nachbauten italienischer Sehenswürdigkeiten hinterließen bei allen einen bleibenden Eindruck.



Für Begeisterung sorgten auch die Fahrten mit dem „Dotto“, einer kleinen, charmanten Touristenbahn, die die Gruppe ins benachbarte Bellaria brachte. Wer es höher hinaus mochte, genoss vom Riesenrad in Igea Marina den weiten Blick über die Küstenlandschaft.

Ein Abend-Ausflug führte die AWO-Freunde nach Roncofreddo in das gastliche Haus Travisani, wo sie mit regionalen Köstlichkeiten verwöhnt wurden. Anschließend sorgte ein DJ mit flotter Musik dafür, dass die Gruppe schnell die Tanzfläche eroberte.



Bei bester Stimmung, viel Lachen und netten Gesprächen ließen die Urlauber die Reise ausklingen. Alle waren sich einig: Diese gemeinsamen Tage an der italienischen Riviera werden noch lange in schöner Erinnerung bleiben.

Nachhaltig kreativ mit großem Spaßfaktor

Offener Kreativtreff für Eltern mit Kindern



Im Herbst 2025 startete der Offene Kreativtreff für Eltern mit Kindern im SozialRaum Trostberg als eine Elterninitiative unter der Schirmherrschaft von Marianne Penn und organisiert von Veronika Aqra.

Das Angebot wurde von Anfang an sehr gut angenommen und es finden sich jedes Mal um die 15 Teilnehmer*innen in der Kreativwerkstatt des SozialRaums zum gemeinsamen Basteln und kreativen Arbeiten ein. Glücklicherweise erklärte sich der AWO Familienstützpunkt Anfang des Jahres bereit, das Projekt unter seine Fittiche zu nehmen, so dass einer Weiterführung des Kreativtreffs nichts mehr im Wege steht.



benötigten Materialien. Immer wieder werden auch Upcycling-Ideen angeboten, um die Wichtigkeit von Nachhaltigkeit für uns alle zu betonen.

Im April wurden für das bevorstehende Osterfest beispielsweise Osterhasen aus Socken sowie Ostereierhalter und kleine Töpfe zum Kresseanpflanzen aus Eierkartons gebastelt. Beim letzten Kreativtreff im Mai wurden alte Dosen und Milchkartons upgecycelt. Daraus entstanden Insektenhotels und kleine Blumentöpfe, die anschließend mit Erde befüllt wurden. Die Gefäße dienten wiederum zum Anpflanzen von Kresse – ein Highlight für die Kinder, die große Freude daran hatten, die Samen auszusäen und das Wachstum zuhause zu beobachten. Weitere bereits entstandene Kunstwerke sind Schmetterlinge aus Papptellern, Schnecken aus Modelliermasse und schneckenförmigen Nudeln, bunte Zauberstöcke, Tic Tac Toe-Spiele aus Holz, Steinen und Jutesäckchen und vieles mehr. Eine super Gelegenheit, um unserer Kreativität freien Lauf zu lassen und gemeinsam mit unseren Kindern beim Kreativsein Spaß zu haben.

Die nächsten Termine sind am Montag, 22. Juni und 27. Juli und alle Termine werden auf unserer Internet- und Instagram-Seite bekanntgegeben.

Bei Interesse kontaktieren Sie bitte Veronika Aqra per E-Mail an weindlv@yahoo.com oder per WhatsApp an 0176 72547239.



Wo Karten landen und Kuchen verschwindet

Gertrud Aschaber leitet seit elf Jahren den Spielenachmittag



Der Sommer hat uns momentan fest im Griff – und trotzdem möchten wir schon jetzt auf die warmherzigen Spielenachmittage hinweisen, die ab Oktober wieder beginnen. Denn wenn's draußen kühler wird, wird's im AWO-Stüberl umso wärmer. Jeden zweiten Dienstag im Monat wird dort gewürfelt, gekartelt und viel gelacht – allerdings nur in den Monaten, in denen man sich gern drinnen zusammenkuschelt: von Oktober bis Mai. Ab 14 Uhr öffnet Gertrud Aschaber die Tür, wie sie es seit elf Jahren tut. Mit ihrer ruhigen, herzlichen Art begrüßt sie ihre Gäste – und natürlich mit einem selbst gebackenen Kuchen, der jedes Mal schneller verschwindet, als man „SkipBo“ sagen kann.



Und dann trudeln sie ein, die vertrauten Gesichter. Emmi, die nach dem Verlust ihres Mannes bewusst die Gemeinschaft sucht und sich sofort an den Kartentisch zu Margret und Irene setzt, die Karten schon in der Hand. Irmi, die ein bisschen später kommt, aber von ihrer Runde schon sehnsüchtig erwartet wird. Karl, der vor vielen Jahren zur AWO fand, weil er als aus Burghausen Zugezogener schnell Anschluss suchte – und geblieben ist, weil er hier Freunde wie Kasper, Gerhard und Markus fürs regelmäßige Schafkopfen gefunden hat und noch viele mehr.

Gertrud ist eine dieser Personen, die man sich in jedem Verein nur wünschen kann: engagiert, zuverlässig, immer da, wenn man jemanden braucht. Ob im Stüberl oder in der KLAWOtte – sie packt an, hört zu, schafft Atmosphäre. Ihre ruhige, freundliche Art tut gut. Und genau deshalb fühlt sich dieser Spielenachmittag jedes Mal ein bisschen wie Heimkommen an. Im Moment ist die Spielegruppe in der Sommerpause, aber von Oktober bis Mai wird wieder monatlich gewürfelt, gekartelt und Gertruds Kuchen genossen.

Geburtstagsjubilare Januar bis Juni 2026

Rund, na und – schließlich geht's bei uns um die runden und halbrunden Geburtstage unserer Mitglieder. Alle zwei Monate lädt der AWO-Ortsverein Trostberg die Jubilare zu einer kleinen, feinen Feierstunde ins AWO-Stüberl ein.

Wolfgang Trzeciak organisiert diese Nachmittage inzwischen zum 15. Mal, und man merkt sofort, wie viel Freude ihm das macht. Mit seinen netten Gschichtln rund um die Geburtsjahre der Gäste sorgt er zuverlässig für Staunen, Schmunzeln und so manchen „Weißt-du-noch“-Moment. Und natürlich geht niemand nach Hause, ohne das frisch gedruckte Erinnerungsfoto in der Hand – ein kleines Souvenir an einen gemütlichen Nachmittag voller Begegnungen und guter Laune.

Januar 2026:

Ludmilla Fischer	70 Jahre	Sylvia Berg	70 Jahre	Karin Kaufmann	80 Jahre
Lotte Litzinger	70 Jahre	Monika Graßl	75 Jahre	Berta -Weiße	85 Jahre
Barbara Herrler	70 Jahre	Gregorij Dymic-Uth	75 Jahre	Christl Brabänder	85 Jahre
Franz Absmaier	90 Jahre	Helga Kruck	90 Jahre	Erika Leitmeier	95 Jahre

Februar 2026:

Elisabeth Schöttner	70 Jahre	Josef Seehuber	80 Jahre	Ewald Gebhard	85 Jahre
Walter Fuchs	75 Jahre	Brigitte Wolfram	80 Jahre	Manfred Mania	85 Jahre
Dr. Bernd Zimmermann	75 Jahre	Anni Resch	85 Jahre	Kaspar Aschaber	85 Jahre
Rudolf Löx	90 Jahre				

März 2026:

Marianne Haberl	75 Jahre	Günter Erhardt	80 Jahre	Regina Rudholzner	85 Jahre
Margot Prieler	75 Jahre	Rosa Kraus	80 Jahre	Josef Achatz	90 Jahre
Dr. Karl Schernhammer	75 Jahre	Barbara Mang	80 Jahre		

April 2026:

Erika Böck	75 Jahre	Hans-Joachim Ronkel	80 Jahre	Helma Asböck	85 Jahre
Wolfgang Losert	75 Jahre	Mathilde Maier	80 Jahre	Heide Kramheller	85 Jahre
Edeltraud Sojer	75 Jahre	Rainer Kron	85 Jahre		

Mai 2026:

Jakob Fischer	70 Jahre	Lieselotte Hallberg	80 Jahre	Sibylle Spitzera	85 Jahre
Christa Üblacker	70 Jahre	Christine Freutsmiedl	80 Jahre	Marianne Mühlbacher	85 Jahre
Ursula Grafetstetter	70 Jahre	Greti Schmid	80 Jahre	Helmut Hohenberger	85 Jahre
Karl-Heinz Boxhammer	75 Jahre	Hermann Brunnlechner	80 Jahre	Ingeborg Deubzer	85 Jahre
Josef Ketzner	75 Jahre	Johann Schinko	80 Jahre	Inge Sigmund	90 Jahre
Maria Bankl	75 Jahre	Rosa Schmerbeck	80 Jahre	Helmut Über	90 Jahre
Rita König	75 Jahre	Bernhard Zinner (Jim)	85 Jahre		

Juni 2026:

Wilhelm Linner	75 Jahre	Reinhard Höra	80 Jahre	Gerhart Zimmermann	85 Jahre
Alfred Seilinger	75 Jahre	Marlene Höra	80 Jahre	Rita Pregler	85 Jahre
Josef Huber	75 Jahre	Wolfgang Huber	80 Jahre	Willi Laufenböck	90 Jahre
Werner Nissl	75 Jahre	Hartmut Schreiber	85 Jahre	Johann Maier	90 Jahre
				Rudolf Englmann	90 Jahre



Herzlichen Glückwunsch allen Jubilaren!

Übrigens, unser ältestes Mitglied ist 103 Jahre alt, das jüngste 10 Jahre.

Hier sind unsere Jubilare der letzten Geburtstagsfeiern, die unserer Einladung ins Stüberl gefolgt sind.



Die Jubilare von Januar und Februar
(von vorne):

Marianne Prokschy,
Maria Vogelsberger, Lotte Litzinger,
Barbara Herrler,
Elisabeth Schöttner,
Manfred Mania.

Mitte: Franz Absmaier,
Hilde Fischbacher,
Brigitte Wolfram, Gerti Hartmann,
Karin Kaufmann.

Hinten: Wolfgang Trzecziak,
Josef Seehuber,
Gregorij Dymic-Uth,
Kaspar Aschaber, Rudolf Löx.



Wolfgang Trzecziak (links hinten) mit
den Geburtstagsgästen der Monate
März und April vor schöner Kulisse:

Birgit Seehuber, Karl Schernhammer,
Regina Rudholzner (vorne),
Helma Asböck und Barbara Mang.



Apropos Barbara

Barbara macht's vor. Eben noch in der Geburtstagsfeier für ihren 80. Geburtstag geehrt worden, daheim Instagram geöffnet, auf Folgen gedrückt und jetzt Teil unserer Instagram-Familie. So viel digitale Fitness verdient ein dreifaches Respekt, Respekt, Respekt. Wir freuen uns, dass du mit dabei bist – analog und digital.

In liebevoller Erinnerung an unsere verstorbenen Mitglieder

Georg Aßfalg	92 Jahre	Hermann Mauerberger	94 Jahre
Erna Eder	98 Jahre	Olga Nissl	75 Jahre
Ludwig Gscheidmeyer	91 Jahre	Mathias Obinger	90 Jahre
Andreas Hackl	90 Jahre	Hella Preißer	95 Jahre
Frieda Huber	92 Jahre	Margot Schreck	81 Jahre
Hildegard Huber	92 Jahre	Hermine Schwarzer	88 Jahre
Karl Katzböck	89 Jahre	Michael Schwendl	67 Jahre
Franz Kleinschwärzer	90 Jahre	Herbert Szperlinski	98 Jahre
Theresia Kliemt	97 Jahre	Maria Zeitlmayr	85 Jahre
Helga Kojer	87 Jahre	Engelbert Gasteiger	77 Jahre
Konrad Koyer	91 Jahre	Josef Parzinger	87 Jahre
Erika Künzner	85 Jahre	Theresia Spiegl	91 Jahre
Ingrid Linner	85 Jahre		

In Gedenken an unseren langjährigen Revisor Engelbert Gasteiger:

Mit großer Dankbarkeit und stillem Respekt nehmen wir Abschied von **Engelbert Gasteiger**, der über vier Jahrzehnte lang Mitglied in unserem Verein war. Seit Juli 2019 hat er das Amt des Revisors übernommen – eine Aufgabe, die er mit großer Sorgfalt, fachlicher Kompetenz und beeindruckender Verlässlichkeit erfüllte. Kaum eine Vorstandssitzung fand ohne seine ruhige, besonnene Präsenz statt.

Engelbert war ein Mensch, der nie laut sein musste, um gehört zu werden. Seine angenehme Art, sein klares Denken und sein feiner Humor machten ihn zu einem geschätzten Begleiter unseres Vereinslebens. Auch als er im Herbst vergangenen Jahres aus gesundheitlichen Gründen pausieren musste, blieb sein Interesse ungebrochen. Es war ihm wichtig, weiterhin am Geschehen teilzuhaben und verbunden zu bleiben.



Wir verlieren mit ihm nicht nur einen engagierten Mitstreiter, sondern vor allem einen Menschen, der uns durch seine Haltung und sein Wesen bereichert hat.



Spenden willkommen – Eure Unterstützung zählt!

Viele Jahre lang haben unsere Frühjahrs- und Herbstsammlungen dazu beigetragen, dass wir unsere sozialen Projekte zuverlässig umsetzen konnten. Dafür sagen wir ein großes Dankeschön.

Da es heute immer schwieriger wird, genügend Ehrenamtliche für die Haussammlungen zu finden, freuen wir uns auch über Unterstützung auf einem anderen Weg:

**Spenden für unseren AWO-Ortsverein Trostberg können jederzeit direkt überwiesen werden:
Kreissparkasse IBAN: DE95 7105 2050 0000 1033 41**

Danke an alle, die uns begleiten und unsere Arbeit möglich machen.

Digitale Teilhabe kennt kein Alter

Die Welt wird immer digitaler: Fahrkarten, Arzttermine, Nachrichten oder Kontakt zu Familie – vieles läuft heute online. Damit alle daran teilhaben können, ist ein sicherer Zugang zur digitalen Welt wichtig, gerade auch für ältere Menschen.

Digitale Teilhabe bedeutet, informiert, unabhängig und verbunden zu bleiben. Moderne Technik bietet viele Chancen: Videoanrufe, Fotos verschicken, Online-Banking oder regionale Nachrichten – vieles wird einfacher. Gleichzeitig kann die digitale Welt verunsichern. Neue Begriffe, ständig wechselnde Anwendungen oder Fragen zum Datenschutz überfordern schnell. Deshalb braucht es Orte, an denen man in Ruhe fragen, üben und lernen kann. Auch Künstliche Intelligenz verändert unseren Alltag: Sprachassistenten, Übersetzungen oder Programme, die Texte schreiben, erleichtern vieles. Wer sich damit beschäftigt, bleibt selbstbestimmt und aktiv.

Die AWO Trostberg unterstützt dabei: In den Handy-Kursen für Anfänger wird der Umgang mit Smartphone und digitalen Anwendungen Schritt für Schritt erklärt – verständlich, praktisch und in angenehmer Atmosphäre. Zusätzlich gibt es den monatlichen „Handy-Stammtisch“ mit Susanne Gmeindl und Peter Berg (Foto) im AWO-Stüberl: ein offenes Treffen zum Austauschen, Fragenstellen und voneinander Lernen – für alle, egal ob Anfänger oder Fortgeschrittene. Denn Lernen kennt kein Alter – und die digitale Welt bietet Chancen für alle Generationen.





HÖVELS

FÜR ALLE

Unser vielseitiges
REISEPROGRAMM
Jetzt stöbern und sofort
online reservieren!

www.hoevelsbus.de

FÜR ALLE ZIELE EIN PARTNER

**REISEBUSSE, VEREINSFAHRTEN,
SHUTTLEBUSKONZEPTE
LINIEN-, STADT- UND SCHULBUSSE**

HÖVELS GmbH & Co. KG
Omnibusbetrieb

Schalchener Straße 120 | D-83342 Tacherting
Telefon: 08621-80 65 95 0 | Fax: 08621-80 65 95 20
E-Mail: info@hoevelsbus.de

Die ePA – elektronische Patientenakte



Was ist die ePA?

Die **elektronische Patientenakte** – kurz **ePA** – ist wie ein **digitaler Ordner** für deine Gesundheitsunterlagen. Dort können gespeichert werden:

- Arztbriefe
- Befunde
- Röntgenbilder
- Impfungen
- Medikamente
- Krankenhausberichte

Nur du entscheidest, wer etwas sehen darf.

Muss ich die ePA nutzen? Nein. Die Nutzung ist **freiwillig**. Niemand darf dich dazu drängen.

Du entscheidest:

- ob du eine ePA möchtest
- welche Dokumente gespeichert werden
- welche Ärztinnen und Ärzte Zugriff bekommen
- ob du etwas löschen lässt
- ob du die ePA komplett löschen lässt

Was brauche ich dafür?

- **Elektronische Gesundheitskarte** (die normale Krankenkassenkarte)
- **Eine gesetzliche Krankenkasse**, denn alle gesetzlichen Kassen bieten die ePA an
- **Ein Smartphone oder Tablet** – aber nur, wenn du die ePA selbst verwalten möchtest
 - Ohne Smartphone kannst du die ePA trotzdem nutzen: Deine Ärztinnen und Ärzte können Dokumente einstellen, wenn du zustimmst.

Welche Kassen machen mit?

- **Alle gesetzlichen Krankenkassen** (AOK, Barmer, TK, DAK, IKK, BKK usw.)
- **Private Krankenversicherungen**: Manche bieten eigene Lösungen an, andere noch nicht. Es gibt **keine Pflicht** für private Versicherungen.

Wenn du privat versichert bist, frag am besten direkt bei deiner Versicherung nach.

Was passiert mit meinen Daten? Kann ich Daten löschen lassen?

Ja. Du kannst jederzeit:

- einzelne Dokumente löschen
- die gesamte ePA löschen lassen

Werden Daten automatisch gelöscht?

Ja – aber erst **nach deinem Tod**. Die ePA muss spätestens drei Jahre nach dem Tod gelöscht werden

Warum kann die ePA hilfreich sein?

- Du musst nicht mehr so viele Papierunterlagen sammeln
- Ärztinnen und Ärzte sehen schneller, was wichtig ist
- Doppeluntersuchungen können vermieden werden
- Medikamente werden besser abgestimmt
- Du behältst die Kontrolle über deine Daten



Hier ein paar Alltagsbeispiele

1. Beispiel: Du gehst zu einer neuen Ärztin

Du wechselst die Hausärztin oder ziehst um. Früher musstest du viele Unterlagen mitbringen: Medikamentenliste, alte Befunde, Impfpass.

Mit der ePA:

- Die neue Ärztin kann – wenn du zustimmst – deine wichtigen Unterlagen sofort sehen.
- Du musst nichts suchen oder mitbringen.
- Fehler oder Doppeluntersuchungen werden vermieden.

Das spart Zeit und Nerven.

2. Beispiel: Du bekommst neue Medikamente

Du nimmst schon mehrere Tabletten am Tag. Ein Facharzt verschreibt dir ein neues Medikament.

Mit der ePA:

- Die Ärztin sieht, welche Medikamente du bereits nimmst.
- Sie erkennt sofort, ob etwas nicht zusammenpasst.
- Das Risiko von Nebenwirkungen sinkt.

Die ePA hilft, deine Gesundheit sicherer zu machen.



3. Beispiel: Krankenhausaufenthalt

Du kommst ins Krankenhaus – vielleicht wegen eines Sturzes oder einer Operation.

Mit der ePA:

- Die Ärztinnen dort sehen wichtige Informationen: Allergien, Vorerkrankungen, Medikamente.
- Nach der Entlassung kann dein Hausarzt den Bericht sofort einsehen.

Niemand muss Unterlagen faxen oder kopieren.



Wenn Handel und Ehrenamt sich treffen

Manchmal beginnt eine gute Geschichte mit einer einfachen Frage. Bei uns war es die Aktion „10 € für deine Hose, wenn du dir eine neue kaufst“ von Mode Heppel. Sie machte uns neugierig: Könnten diese „alten“ Hosen vielleicht ein zweites Leben in unserer KIAWOtte bekommen?

Also nahmen wir Kontakt zu Sebastian Heppel auf. Wir rechneten mit einem kurzen Austausch – und bekamen stattdessen eine große Portion Unterstützung. Er war sofort begeistert, fand die Idee klasse und legte sogar noch etwas obendrauf.

Kurz darauf standen wir vor über 20 Kartons voller Hosen. „Alt“ sollten sie sein – doch als unsere Damen in der KIAWOtte mit dem Sortieren begannen, staunten wir nicht schlecht. Zwischen den Stapeln lagen viele gut erhaltene Stücke, manche sogar nagelneu.

Jede einzelne Hose wanderte durch liebevolle Hände, wurde geprüft, gefaltet, einsortiert – und ist nun Teil unseres sozialen und nachhaltigen Kreislaufs. Die Jeans, Chinos, Cargos und auch elegante Stoffhosen warten darauf, neue Besitzer zu finden, die ihnen ein zweites Leben schenken. Die Stücke, die nicht mehr verkaufsfähig waren, haben wir als Kleiderspende an das Rote Kreuz weitergegeben.



Michael Kolb (links) vom Modehaus Heppel und Wolfgang Trzeciak von der AWO mit zwei von über 20 Kartons voller Hosen.



Inge Werder, Trixi Freutsmiedl und Maria Geier, drei von über 30 Ehrenamtlichen.

Für uns ist diese Aktion weit mehr als eine Kleiderspende. Sie zeigt, wie viel möglich wird, wenn lokale Partner zusammenhalten und dieselbe Idee von Nachhaltigkeit und sozialem Miteinander teilen, obwohl sie aus ganz verschiedenen Ecken kommen.

Schön, wenn aus einer einfachen Frage etwas entsteht, das weit über den Moment hinausreicht – ein richtig guter Beitrag für unsere Gemeinschaft, der zeigt, wie viel möglich wird, wenn Menschen miteinander ins Gespräch kommen und eine Idee gemeinsam weitertragen.



Unsere KIAWotte ist mehr als ein Second-Hand-Laden: Hier bekommen gut erhaltene Kleidungsstücke und Alltagsgegenstände ein zweites Leben. Unsere Ehrenamtlichen prüfen jede Spende sorgfältig und geben sie zu fairen Preisen weiter. Immer mehr Menschen kaufen bewusst bei uns ein – nachhaltig, ressourcenschonend und als Zeichen gegen Fast Fashion aus Fernost.

Für Familien gibt es eine liebevoll eingerichtete Kinder-Ecke mit Kleidung, Spielsachen und Büchern. Aktuell ist wieder neue saisonale Ware bei uns eingetroffen – und wir freuen uns sehr darauf, euch die neuen Lieblingsstücke zu zeigen. Wir nehmen auch gerne gut erhaltene Kleiderspenden entgegen. Schaut gerne vorbei, Monika Buchner und ihr Team ziehen euch an.

Für Menschen mit kleinem Einkommen gibt es – mit amtlichem Nachweis – 50 % Ermäßigung auf alle Kleidungsstücke. Ein herzliches Angebot für alle, bei denen es gerade etwas eng ist.

Der Erlös bleibt in der Region: Er unterstützt Menschen und Vereine, die Hilfe brauchen. Ein sozialer und ökologischer Kreislauf, der Gutes bewirkt und die Gemeinschaft stärkt.

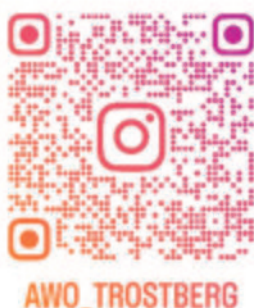


KIAWotte
...mehr als eine Kleidenkammer

Mo: 9 - 13 Uhr
Di/Do: 14 - 18 Uhr
1. Sa im Monat: 9 - 13 Uhr
Verkaufsoffene So: 13 - 17 Uhr

Tel. 08621 6476620 **www.awo-trostberg.de**
Schützenstraße 8, 83308 Trostberg (neben dem Stadtkino)

AWO
da wo Mode im Kreis läuft



Übrigens: Unsere KIAWotte-Homepage ist jetzt direkt in die AWO-Seite eingezogen – ihr findet alles unter www.awo-trostberg.de. Dort gibt's frische Infos zu Aktionen, Sonderöffnungszeiten und sogar einen kleinen virtuellen Streifzug durch die KIAWotte. Ja, inklusive Mini-Modenschau.

Und klar: Auf Instagram sind wir natürlich auch am Start – folgt uns gern, dann verpasst ihr nichts aus unserem bunten KIAWotte-Alltag.

Was gibt's heid Guads bei Seehubers?

Lachsquiche

Heute verrät uns Traudi Seehuber, eine der guten AWO-Seelen, ein Rezept, das sie gerne für ihre Familie zubereitet. Und wie man Traudi kennt, steckt da bestimmt viel Liebe, Erfahrung und eine nette Gschicht dazu drin.



Teig

- 200 g Mehl
- Ei
- 2 EL Milch
- 100 g Butter
- etwas Salz



Füllung

- 300 g Lachs geräuchert in dünnen Scheiben
- 600-650 g Lauch
- 1 Becher Creme Fraiche
- 200 g Fetakäse
- 3 Eier
- Zitronensaft
- Muskat, Salz, Pfeffer

Für den Teig alle Zutaten zu einem glatten Teig kneten. Teig ca. 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. Ausrollen und in eine eingefettete Quicheform geben. Mit einer Gabel Löcher in den Teig stechen.

Lauch putzen und in dünne Ringe schneiden. In einer Pfanne mit etwas Öl leicht anbraten. In einer Schüssel Saft einer halben Zitrone, Creme Fraiche, Eier und Gewürze verquirlen und mit dem abgekühlten Lauch mischen. Feta klein würfeln, Lachs in Streifen schneiden und beides unter die Masse heben. Füllung in Quicheform geben und gleichmäßig verteilen.

Backzeit: ca. 30 Minuten bei 180 Grad Umluft



Guten Appetit!

Ausflüge und Reisen

Die Reisettermine für die zweite Jahreshälfte stehen fest, Anmeldung gerne im AWO-Büro.



- 20.08.2026:** Fahrt ins **Salzkammergut** zur **Blaa-Alm**, anschl. Schifffahrt im **Altaussee** zur **Seewiese** mit **Einkehr**, Preis: 48 Euro
- 17.09.2026:** **Panoramafahrt** hinauf auf den **Großglockner**, Preis: 50 Euro
- Oktober:** Mehrtagestour, Details folgen
- 10.12.2026:** Besuch **Weihnachtsmarkt** Regensburg

Veranstaltungen

- 30.06.2026:** **Information über die elektronische Patientenakte** (Hr. Bernd, Viaktiv) ab 14 Uhr im AWO-Stüberl
- 01.08.2026:** **Sommerfest** ab 11 Uhr in der Waldschenke Trostberg
- 19.09.2026:** **Jahreshauptversammlung** um 14 Uhr im Postsaal Trostberg
- 06.11.2026:** **Schafkopfturnier** ab 19 Uhr im AWO-Stüberl Trostberg
- 05.12.2026:** **Weihnachtsfeier** um 14 Uhr im Postsaal Trostberg



♥ Unser Rätsel hat ein Gewinnerinnen-Trio hervorgebracht

Das Lösungswort unseres letzten AWO-Rätsels lautetet „Klawotte“ – und ganze zwölf richtige Einsendungen haben uns erreicht. Weil so viele mitgeraten haben, durfte diesmal das Los entscheiden, wer gewinnt.

Über einen Gutschein freuten sich: Irene Eisenreich, Sieglinde Zettl und Elisabeth Högen. AWO-Urgestein Wolfgang Trzecziak hat den drei Damen persönlich gratuliert und die Preise überreicht.

Besonders groß war die Freude bei Irene, die sonst nie bei Rätseln mitmacht – und prompt gewonnen hat. Manchmal braucht's eben nur einen Versuch. Und ganz ehrlich: Bei der AWO ist die Gewinnchance auch 3,5 Millionen Mal höher als beim Lotto. Wir haben's nachgerechnet. Mitmachen lohnt sich also wirklich.

🍎 Unsere Homepage trägt jetzt richtig knackige Früchte...
www.awo-trostberg.de

und auf Insta tut sich auch sehr viel. Schauts vorbei!



Alles Wichtige auf einen Blick

AWO Ortsverein Trostberg

Vorstandsvorsitzende: Gaby Griesbeck

Tel. 0176 70032147, Sprechzeiten: Mittwoch ab 17 Uhr oder nach Vereinbarung

AWO-Büro, Hauptstraße 57, 83308 Trostberg, Tel. 08621 62823

E-Mail: AWO.OV-Trostberg@t-online.de, www.awo-trostberg.de

Montag von 8 – 16 Uhr und Donnerstag von 8 – 12 Uhr

AWO-Schulkinderbetreuung, Heinrich-Braun-Straße 6b, 83308 Trostberg

Tel. 08621 506443-0, E-Mail: schulkinderbetreuung@awo-trostberg.de

Mo – Fr: Offene Ganztagesbetreuung, 11.15 – 14.00 Uhr (OGTS-Gruppe kurz)

Mo – Do: Offene Ganztagesbetreuung, 11.15 – 15.30 Uhr (OGTS-Gruppe lang)

Ganztagesbetreuung, Hauptschüler bis 16.15 Uhr, Kinderhort bis 17 Uhr

Mittagsbetreuung Heiligkreuz: 11.15 – 14.00 Uhr, Tel. 08621 801931

Familienstützpunkt in der Schulkinderbetreuung

Mo- Do : 8.30 – 9.30 Uhr, Tel. 0176 20236344

Müttercafé: Jeden Donnerstag: 9.00 – 10.30 Uhr

im Sozialraum (Gewölbe) in Trostberg, Traunsteiner Straße 10 (nicht in den Schulferien)

KIAWOtte, das Sozialkaufhaus, Schützenstraße 6, Tel. 08621 6476620

Montag: 9 – 13 Uhr, Dienstag und Donnerstag: 14 – 18 Uhr und jeden ersten Samstag im Monat 9 – 13 Uhr

Seniorenkino: Jeden letzten Montag im Monat um 15 Uhr im Stadtkino Trostberg

Seniorenturnen: Donnerstag von 15 – 16 Uhr im Heimathaus, 1. Stock

Reparatur-Café: Jeden letzten Freitag im Monat von 15 – 17 Uhr im Pfarrsaal Trostberg

AWO-Stüberl, Hauptstraße 57, 83308 Trostberg

Treffpunkt für Jung und Alt, Mittwoch von 14.30 – 20 Uhr

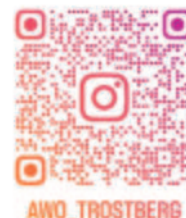
Spielenachmittag: Jeden 2. Dienstag im Monat um 14 Uhr (Oktober bis Mai)

Handy-Stammtisch: 16. Juli, 10. September, 22. Oktober, 12. November und 17. Dezember, von 18 – 19.30 Uhr im AWO-Stüberl

AWO Häusliche Krankenpflege Traunreut-Trostberg,

Pflegedienstleitung: 08669 858829

Aktuelle Termine: siehe Homepage und auf Instagram.



Rätselhaftes zum Schmunzeln

Zum Abschluss gibt's dieses Mal ein Bilderrätsel um eine echte bayerische Kultserie.



Im August kommt der neue Eberhofer-Krimi „Steckerlfisch Fiasko“ in die Kinos – selbstverständlich zeigen wir ihn auch wieder in unserem Seniorenkino. Weil wir uns die Wartezeit ein bisschen verkürzen wollten, haben wir das dazugehörige Filmplakat mit drei engagierten Mitgliedern in einer aufwändigen Styling-Aktion in einem Schrebergarten nachgestellt. Uih uih, und dabei ist uns – ganz im Sinne des Eberhofer-Humors – das eine oder andere Fiasko passiert.

Und jetzt seid ihr dran: Welche Fehler haben sich eingeschlichen? Mindestens **fünf** davon suchen wir. Schickt eure sachdienlichen Hinweise an die Polizeidienststelle in Niederkaltenkirchen, oder auch gerne per E-Mail an awo.ov-trostberg@t-online.de, per Post oder gebt einen Hinweiszettel mit eurer Adresse im AWO-Stüberl ab.

Wir verlosen unter allen richtigen Einsendungen einen AWO-Reisegutschein über 25 €, einen KIAWOtte-Gutschein über 20 € und einen Verzehrsgutschein für das AWO-Stüberl in Höhe von 10 €. **Einsendeschluss ist der 15. September 2026.**

Viel Spaß beim Rätseln.



Impressum

Herausgeber: AWO Ortsverein Trostberg e. V.

Hauptstraße 57, 83308 Trostberg; Telefon: 08621 62823, E-Mail: awo.ov-trostberg@t-online.de

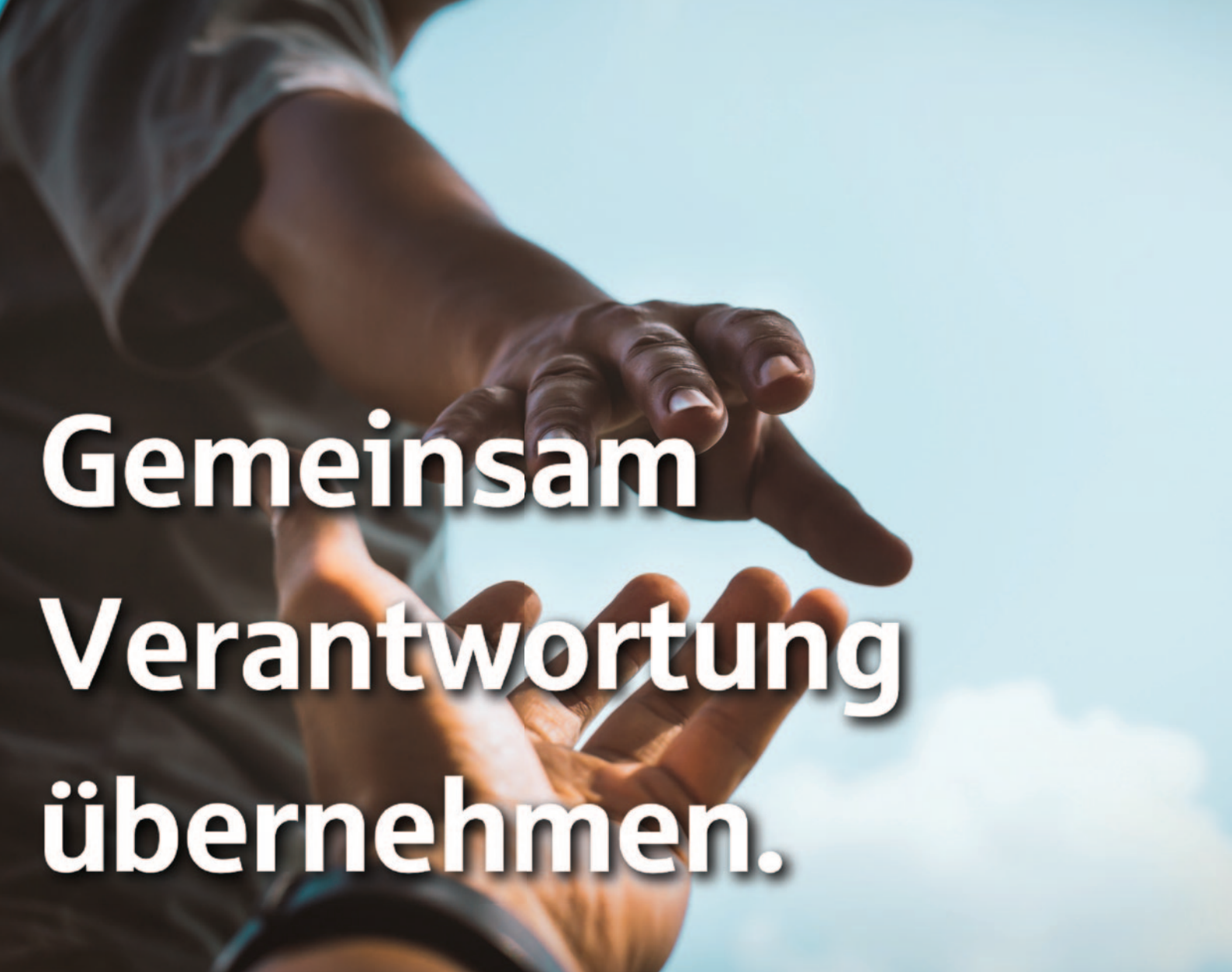
Verantwortlich im Sinne des Presserechts: Vorstand des Ortsvereins, Gaby Griesbeck

Redaktionsteam: Gisela Gehrmann, Wolfgang Trzecziak

Erscheinung: halbjährlich, **Fotos:** privat

Titelbild: stammt von Gerda Wolf und wurde in Abano Terme aufgenommen.

Druck: O & P Werbung, Oliver Amler, Hauptstraße 1, 83308 Trostberg



Gemeinsam Verantwortung übernehmen.

Zusammen für eine starke Gesellschaft.

Solidarität, Freiheit, Toleranz,
Gleichheit und Gerechtigkeit - für eine
Gesellschaft, die zusammenhält.

Die Sparkasse macht sich stark für
Organisationen, die Menschen helfen
und diese Werte fördern.

spk-ts.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Kreissparkasse
Traunstein-Trostberg