



ÖSTERREICHISCHE
GESELLSCHAFT VOM
GOLDENEN KREUZE



Programm
April – August 2022

VORWORT

Die warme Jahreszeit ermöglicht uns, endlich wieder Veranstaltungen in vollem Umfang zu genießen. Dementsprechend haben wir diesmal in der Programmgestaltung einen Schwerpunkt auf Kunst und Kultur gelegt, viele musikalische Highlights geplant und drei Ausstellungsbesuche aus der Reihe **VERSTECKTES WIEN** aufgenommen.

Das Thema Gesundheit darf aber natürlich nicht fehlen. Themen von weitreichender Bedeutung wie Rheuma oder Cholesterin werden ebenso beleuchtet wie Gedächtnistraining, Darmgesundheit oder Long COVID.

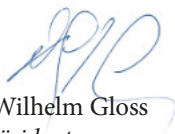
Weiters sind Vorträge von MeinMed in unserem Folder vertreten, die nicht im Rahmen unserer Kooperation stattfinden. Wir stellen aber unsere Räumlichkeiten in der Kärntner Straße zur Verfügung und wollen deshalb darauf aufmerksam machen.

Ausdrücklich hinweisen wollen wir Sie außerdem auf unseren Podcast **HÖRENSWERT**. Gleich drei neue Episoden erscheinen in den nächsten Monaten. Abonnieren Sie am besten den Podcasts oder folgen Sie unseren Ankündigungen per Newsletter! So können Sie spannende Diskussionen jederzeit genießen. Vielleicht sogar bei einer Bewegungseinheit, zu der wir Sie mit unseren Angeboten ebenfalls animieren.

Wir hoffen, Sie bei einer unserer Veranstaltungen persönlich wiederzusehen! Eine schöne Zeit im Frühjahr und Sommer wünschen Ihnen



Mag. Erika Sander
Generalsekretärin



Dr. Wilhelm Gloss
Präsident



GESUNDHEIT

Podcast: Cholesterin	15
Long COVID	17
Podcast: Fitness fürs Gehirn	21
Darm auf Reisen	22
Podcast: Long COVID	23
Volkskrankheit Rheuma	26
Duftsafari im Burgenland	28
MeinMed Vorträge	31

KUNST UND KULTUR

Verstecktes Wien: Pop Art Palace	9
Musik für die Demenz-Initiative	11
Musik macht munter	12
Verstecktes Wien: Dalí – Freud im Belvedere	13
Vernissage von art23	14
Verstecktes Wien: Einblick in die Secession	18
Allegro Vivo Auftakt	20
Musikfest 2022: Musik und Natur	24
Glasscherben Open Air	27
Swing Time in Grafenegg	29
Allegro Vivo Kulturfahrt	30

BEWEGUNG

Fit in den Frühling	10
Herzlauf – Laufend Gutes tun	16
Wandern in Wien	19
Gehirnspaziergang	25

ANMELDE- UND ZAHLUNGSMODALITÄTEN

Beachten Sie bitte, dass bei kostenpflichtigen Veranstaltungen Ihre Anmeldung verbindlich ist. Sollten Sie verhindert sein, kann Ihre Anmeldung bis spätestens 24 Stunden vorher an eine andere Person übertragen werden.

Im Sinne der Gemeinnützigkeit werden alle kostenpflichtigen Veranstaltungen von der ÖGGK finanziell gestützt, um sie einem möglichst breiten Publikum zugänglich zu machen.

ANMELDUNG FÜR SÄMTLICHE VERANSTALTUNGEN

(außer es ist im Programm anders angegeben):

ÖGGK Generalsekretariat

T 01 996 80 92, gesellschaft@oeggk.at

oder direkt über unsere Website www.oeggk.at

KOSTENPFLICHTIGE VERANSTALTUNGEN

Der jeweilige Kostenbeitrag muss im Voraus auf unser Konto eingezahlt werden:

Österreichische Gesellschaft vom Goldenen Kreuze

IBAN AT76 3400 0000 0724 5673

Bitte geben Sie als Verwendungszweck den Titel der Veranstaltung an. Eine Barzahlung ist nicht möglich.

Mit der Anmeldung zu einer Veranstaltung nehmen Sie zur Kenntnis, dass durch die Teilnahme eine Ansteckung mit dem COVID-19-Virus möglich sein kann. Sie verzichten auf Ersatzansprüche und bestätigen gleichzeitig, dass Sie nicht wissentlich infiziert sind oder mit infizierten Personen in Kontakt waren.

Mit der Anmeldung akzeptieren Sie weiters, dass während der Veranstaltung Foto- oder Filmaufnahmen gemacht werden und diese Aufnahmen analog und digital im Zusammenhang mit der Veranstaltung für die Öffentlichkeitsarbeit und die Dokumentation verwendet werden.

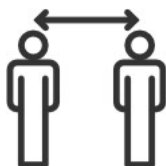
Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

CORONAMASSNAHMEN ZU IHREM SCHUTZ



Aus Rücksicht auf die aktuellen Rahmenbedingungen, die uns die COVID-19-Pandemie auferlegt, setzen wir die jeweils geltenden Corona-Regeln für Wien um und weisen ausdrücklich darauf hin, dass wir den nötigen Nachweis beim Eintritt oder zu Beginn der Veranstaltung kontrollieren werden. Die gültigen Regeln finden Sie auf der Website der Stadt Wien unter **coronavirus.wien.gv.at**

Mit Ihrer Teilnahme erklären Sie sich damit einverstanden, dass im Fall einer SARS-CoV-2-Infektion im Rahmen der Veranstaltung Ihre Kontaktdaten von der Österreichischen Gesellschaft vom Goldenen Kreuze an die zuständige Gesundheitsbehörde übermittelt werden dürfen.



DEMENZ UND ICH



© Andrea Piacquadio/Pexels



Demenz ist ein immer stärker prä-sentes Thema in der Öffentlichkeit. Nicht ohne Grund: Aktuell leiden 130.000 Menschen in Österreich an Demenz. Bis zum Jahr 2030 prognostizieren ExpertInnen eine Verdoppelung. Und schon 2050 könnte jede/r 12. ÖsterreicherIn über 60 betroffen sein.

Acht von zehn Menschen mit Demenz werden dabei zu Hause von Angehörigen gepflegt. Um diese sehr herausfordernde Aufgabe ohne gesundheitliche Folgen ausüben zu können, brauchen pflegende und betreuende Angehörige Unterstützung und Verständnis.

Deshalb hat **MEINMED** gemeinsam mit der MAS Alzheimerhilfe das Projekt **DEMENZ UND ICH** ins Leben gerufen. Als Kooperationspartner dieser Initiative bietet die Österreichische Gesellschaft vom Goldenen Kreuze im Sinne der Prävention und sozialen Verantwortung ein Rahmenprogramm mit speziellen Veranstaltungen an. Die Programmpunkte der nächsten Monate sind in diesem Folder enthalten und mit dem **DEMENZ UND ICH**-Logo markiert.

Nähere Informationen: www.meinmed.at/demenzundich



© MeinMed



Einzelne Veranstaltungen der Österreichischen Gesellschaft vom Goldenen Kreuze finden außerdem im MeinMed-Format statt. Das bedeutet, sie werden gemeinsam mit MeinMed organisiert, um die Themen einem noch breiteren

Publikum zugänglich zu machen. Diese Programmpunkte sind mit dem MeinMed-Logo gekennzeichnet.

MEINMED (ehemals MINI MED Studium) wurde im Jahr 2000 gegründet und ist heute Österreichs erfolgreichste Gesundheitsveranstaltungsreihe – mit über 500.000 BesucherInnen an 27 Standorten in allen Bundesländern. Hochkarätige Vortragende referieren in leicht verständlicher Sprache zu aktuellen Gesundheitsthemen und beantworten Fragen von betroffenen und interessierten BesucherInnen. So kann im Rahmen der Veranstaltungen eine Interaktion mit ÄrztInnen, Vortragenden aus anderen Bereichen des Gesundheitswesens und Gleichgesinnten passieren.

Nähere Informationen: www.meinmed.at

STADTSPAZIERGÄNGE

VERSTECKTES WIEN

Unter dem Titel „Verstecktes Wien“ organisieren wir seit vielen Jahren besondere Führungen rund um die Geschichte, Kunst und Kultur Wiens.

Die Preise unserer Führungen sind einheitlich und etwaige Eintritte bereits inkludiert. Eventuelle Mehrkosten übernimmt unser Verein im Sinne der Kulturförderung. Unseren Mitgliedern bieten wir außerdem eine Ermäßigung an.

Gerne können Sie wie bisher individuell an nur einem Spaziergang teilnehmen. Darüber hinaus haben Sie aber auch die Möglichkeit, günstige Blöcke zu erwerben.

BLÖCKE FÜR... (VOUCHER)

NORMALPREIS

PREIS FÜR MITGLIEDER

1-mal	€ 12,00	€ 10,00
2-mal	€ 21,60	€ 18,00
4-mal	€ 38,40	€ 32,00
7-mal	€ 63,00	€ 52,50

Jeder Block ist 12 Monate gültig, auf Anfrage ist eine einmalige Verlängerung vorbehaltlich möglich. Die Blöcke sind übertragbar und nicht personenbezogen. Gerne können auch mehrere Gutscheine auf einmal eingelöst werden.

WIR BITTEN BEI ALLEN TERMINEN UM IHRE ANMELDUNG ÜBER UNSER GENERALSEKRETARIAT:

Andrea Feichtinger, T 01 996 80 92, gesellschaft@oeggk.at

Der Kostenbeitrag muss bei allen Führungen vorab auf unser Konto eingezahlt werden. Österreichische Gesellschaft vom Goldenen Kreuze, IBAN AT76 3400 0000 0724 5673.

Bitte geben Sie als Verwendungszweck den Titel der jeweiligen Führung bzw. „Block Verstecktes Wien“ an.

Bitte beachten Sie: Die Teilnehmeranzahl ist begrenzt.

Bei Verhinderung ist rechtzeitig (24 Stunden vorher) abzusagen, ansonsten wird der Führungsbeitrag verrechnet.

MI, 6. APRIL 2022, 10.30 UHR

POP ART PALACE

© Bernhard Miks



Fast unbemerkt hat sich das Palais Rasumofsky im 3. Bezirk unter der Ägide der neuen Besitzer Adrian Riklin und Antonis Stachel in einen Pop Art Palace verwandelt. Nach einem aufwändigen Umbau beherbergt das 7.000 Quadratmeter große, klassizistische Palais eine der größten Privatsammlungen Europas von zeitgenössischer Kunst und Design. Über 2.400 Exponate finden hier Platz, und nach Voranmeldung können BesucherInnen die Räume und Kunstwerke besichtigen. Während der Erbauer Fürst Rasumofski vor 200 Jahren als Mäzen bedeutender Komponisten wie Mozart, Haydn und Beethoven bekannt war, setzen die heutigen Besitzer auf Pop Art und haben ihre Lieblingswerke – von Andy Warhol bis Erwin Wurm, von Alfred Hrdlicka bis Keith Haring, von Gunter Rambow bis Mel Ramos – in ihrer „Sammlung Sanziany“ vereint.

Die Führung der Österreichischen Gesellschaft vom Goldenen Kreuze findet in der Reihe **VERSTECKTES WIEN** statt und musste aufgrund der eingeschränkten Öffnungszeiten des Palais Rasumofsky ausnahmsweise auf einen Vormittag gelegt werden.

KOSTEN UND ANMELDEMODALITÄTEN SIEHE SEITE 8

PALAIS RASUMOFKY, Rasumofskygasse 25, 1030 Wien

MI, 13. APRIL 2022, 18.00 UHR

FIT IN DEN FRÜHLING



© Katharina Schiffli

Wenn uns im April Frühlingstemperaturen wieder nach draußen locken, startet unser 60-minütiges Fitnesstraining im Wiener Stadtpark mit dem bewährten Trainerteam rund um die Sportprofis **BEATE TAYLOR** (ehemals Schrott) und **BENJAMIN MAREICH**. In den jeweiligen Trainingseinheiten liegt der Fokus auf einer Kombination aus Kräftigungs- und Ausdauerübungen, wobei die Möglichkeiten des Stadtparks bestmöglich genutzt werden. Kurze Laufeinheiten finden auf den ebenen Wegen statt, Übungen in den Wiesen unter den großen, Schatten spendenden Bäumen.

Alle Übungen können auf das individuelle Leistungsniveau der TeilnehmerInnen angepasst werden. Denn auch bei diesem Outdoor-Fitnesstraining wird vorwiegend mit dem eigenen Körpergewicht gearbeitet und die TeilnehmerInnen brauchen nichts mitzubringen außer Sportbekleidung, Laufschuhe und etwas zu trinken.

TERMINE: 13.04.2022 bis 29.06.2022 jeden Mittwoch, 18.00–19.00 Uhr.

KOSTEN FÜR 12 EINHEITEN: € 120,– | FÜR MITGLIEDER € 79,–

Bitte beachten Sie, dass Ihre Anmeldung verbindlich ist. Bei Verhinderung ist Ihr Platz an eine andere Person übertragbar, eine Kostenrückerstattung ist nicht möglich.

TREFFPUNKT: Stadtpark Wien, beim Strauß-Denkmal

DO, 21. APRIL 2022, 19.30 UHR

MUSIK FÜR DIE DEMENZ-INITIATIVE



© Camerata Medica

Die Camerata Medica Wien will auf die Situation von Demenzkranken aufmerksam machen und hat ihr Benefizkonzert zugunsten der Demenz-Initiative der Caritas pandemiebedingt auf April verschoben. Gemeinsam mit Pianistin Dorothy Khadem-Missagh und Tenor Peter Leussink präsentiert der Orchesterverein, dessen Mitglieder allesamt aus dem medizinischen oder pharmazeutischen Bereich stammen, ein reizvolles Programm:

Eduardo di Capua, O Sole Mio – **PETER LEUSSINK**
 Ferdinand Ries, Konzert Nr. 5 D-Dur „Pastoral“ –
DOROTHY KHADEM-MISSAGH

Ludwig van Beethoven, Sinfonie Nr. 5 C-Moll op. 67 –
CAMERATA MEDICA WIEN unter Dirigent **NICOLAS RADULESCU** und Konzertmeister **ROLF ZIESCHE**

Der Reinerlös des Konzerts geht an die Demenz-Initiative der Caritas der Erzdiözese Wien. Mehr über die Initiative „Demenz und ich“ unter www.oeggk.at/demenzundich

TICKETS sind erhältlich unter: www.konzerthaus.at

Mitglieder erhalten 15 % Ermäßigung mit dem Aktionscode „ÖGGK“, T 01 242 00-0, an der Konzerthaus-Kassa sowie unter konzerthaus.at/konzert/eventid/57782

WIENER KONZERTHAUS, Mozartsaal
Lothringer Straße 20, 1030 Wien

FR, 22. APRIL 2022, 15.00 UHR

MUSIK MACHT MUNTER



Das Glasscherben-Quartett pflegt die konzertante Wiener Volksmusik in spezieller Spielweise. Das Repertoire ist vielseitig und reicht von alten Schrammel-Tänzen über schwungvolle Walzer von Strauß und Lanner bis hin zu reschen Märschen und Polkas von Fahrbach und Ziehrer. Mit feinem Wienerlied-Gesang lockern die „Glasscherben“ ihr konzertantes Programm auf, wobei die stimmige Symbiose mit der Quartett-Begleitung weit über Heurigenunterhaltung hinausgeht. Denn Musik kann speziell auf Menschen mit Vergesslichkeit und Demenz eine erstaunliche Wirkung haben, wie auch wissenschaftliche Untersuchungen belegen. Insgesamt also eine gelungene Kombination von Musikgenuss, Unterhaltung und Gesundheitsförderung.

Der **GLASSCHERBEN MUSIKVEREIN** in Originalbesetzung:

Gesang – **SANDRA BERN**

1. Geige – **MARIA PATERA-MILLER**

2. Geige – **ROBERT POKORNY**

Altwiener Knopfharmonika – **JOHANNES MÜNZNER**

Kontragitarre und heitere Moderation – **HEINZ GRÖBL**

DIE TEILNAHME IST FREI, WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG

HAUS MARIAHILF, Loquaipplatz 5/6, 1060 Wien

MO, 25. APRIL 2022, 16.00 UHR

DALÍ – FREUD IM BELVEDERE

© Salvador Dalí, Fundació Gala-Salvador Dalí



Salvador Dalí und Sigmund Freud sind auf einzigartige Weise verbunden. Nachweislich war Dalí von Freuds Lehren fasziniert, ja regelrecht besessen. Über Jahre hinweg verfolgte ihn die fixe Idee, sein großes Idol zu treffen. Mehrfach scheiterte dies. Im April 1937 versuchte der Künstler erfolglos sein Glück in Wien. Endlich kam das Treffen durch Vermittlung von Stefan Zweig und Edward James im Juli 1938 in London zustande. Wie sich diese Faszination im Werk des Surrealisten niederschlägt, zeigt die Ausstellung „Dalí – Freud eine Obsession“ im Unteren Belvedere. Die Schau verfolgt dabei chronologisch die Zeit von Dalís Entdeckung der Schriften Freuds bis zum persönlichen Kennenlernen der beiden. Anhand von Gemälden, Zeichnungen, surrealistischen Objekten, Fotografien, Filmen, Büchern, Zeitschriften, Briefen und anderen Dokumenten wird die Anziehungskraft sowie die Inspiration spürbar.

Durch die Ausstellung führt – im Rahmen der Reihe **VERSTECKTES WIEN – BRIGITTE LINDINGER**.

KOSTEN UND ANMELDEMODALITÄTEN SIEHE SEITE 8

TREFFPUNKT: Unteres Belvedere,
Rennweg 6A, 1030 Wien (bei den Kassen)

FR, 29. APRIL 2022, 18.30 UHR

VERNISSAGE VON ART23



© Art23

F23 ist eine sich entwickelnde Kulturinitiative im südlichsten Wiener Bezirk. Am Liesinger Platz 2 wurden von F23 Räumlichkeiten für kulturelle Zwecke adaptiert. In diesen wird der seit 2004 bestehende Verein **ART23 GRUPPE FREISCHAFFENDER KÜNSTLER** die erste Gruppenausstellung nach über einem Jahr zeigen. art23 hat sich zum Ziel gesetzt, das Interesse an Kunst und Kultur in der Bevölkerung zu wecken, bezieht keinerlei Förderung und finanziert sich selbst.

Bei sechs bis acht Ausstellungen jährlich werden zeitgenössische und innovative Kunstpositionen von noch jungen und auch bereits etablierten KünstlerInnen präsentiert. Das Spektrum der Mitglieder umfasst vorwiegend Malerei, Fotografie und Keramik.

Acht KünstlerInnen stellen Werke in den verschiedensten Stilrichtungen und unterschiedlichsten Materialien aus und bieten interessante Kunst für jeden Geschmack: Nina Chalupsky, Irene Dlabala, Sandra Nour Filali, Eveline Karolyi, Walter Markl, Andreas Neugebauer, Sylvia Pseiner und Wolfi Sobinia. Mehr Informationen unter www.art23.at

DIE TEILNAHME IST FREI, WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG

KULTURINITIATIVE F23, Liesinger Platz 2, 1230 Wien



FR, 29. APRIL 2022

PODCAST: CHOLESTERIN

© Katharina Schiff



Cholesterin ist nicht per se schlecht. Ein Zuviel fördert jedoch die Entstehung von Herz-Kreislauf- Erkrankungen – immerhin die häufigste Todesursache in Europa. Ein zu hoher Cholesterinspiegel ist dementsprechend ein wichtiger Indikator für die Entwicklung einer Gefäßverkalkung, welche weitere Folgekrankheiten (wie z.B. Herzinfarkt, Schlaganfall) verursachen kann. Aber was ist Cholesterin eigentlich? Welche Funktionen erfüllt es im Körper? Was steckt hinter dem „guten“ HDL und dem „bösen“ LDL? Wie kann man es messen? Und was verraten die Cholesterinwerte über Ihre Gesundheit?

Diese Fragen diskutiert Moderatorin **DENISE SEIFERT** in der vierzehnten Folge von **HÖRENSWERT** mit Apotheker **ANDREAS BERGER**. Er führt seit Jahren die Ameisapothke, hat als Präsidiumsmitglied der ÖGGK das **GESUNDHEITSNETZ GOLDENES KREUZ** mit initiiert und startet im Mai in diesem Rahmen eine Cholesterin-Aktion – gemeinsam mit den Partner-Apotheken des Gesundheitsnetzes und unterstützt von Sandoz.

www.gesundheitsnetz-goldeneskreuz.at

Ab 29. April 2022 kostenfrei zu hören und zu abonnieren.
Auf der Website unter www.oeggk.at/podcast
und über alle gängigen Podcast-Plattformen.

DO, 5. MAI 2022, 18.00 UHR

LAUFEND GUTES TUN



© Herzkinder Österreich/G. Timar/C. Moser

Rund 700 Kinder kommen jedes Jahr mit einer Herzfehlbildung in Österreich zur Welt. Zwei Drittel der herzkranken Kinder haben ohne die notwendige Operation keine Chance auf eine glückliche Kindheit. Was bleibt sind viele überforderte Eltern, die Hilfe brauchen. Der Herzlauf ist ein Charity-Event, der einerseits bei allen TeilnehmerInnen als Prävention gegen Herz-Kreislauf-Erkrankungen wirkt und andererseits mit den Erlösen die Organisation Herzkinder Österreich unterstützt. Die ÖGGK lädt alle LäuferInnen und Nordic WalkerInnen ein mitzumachen und übernimmt dafür die Teilnahmegebühr. Jeder ist willkommen – ob LaufanfängerInnen, Fortgeschrittene oder ProfiläuferInnen. Durch die unterschiedliche Streckenlänge (3 km, 6 km und 9 km, 3km Nordic Walking) ist es allen Sportbegeisterten möglich, gemeinsam für die gute Sache zu laufen oder zu walken und so Familien mit herzkranken Kindern beizustehen.

DIE TEILNAHME IST FREI

WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG BIS 20. APRIL 2022

Die Teilnehmeranzahl ist begrenzt, ein Teil der Plätze ist für Mitglieder der ÖGGK reserviert.

TREFFPUNKT: Donaupark

Eingang Arbeiterstrandbadstraße 122, 1220 Wien

DO, 12. MAI 2022, 18.30 UHR

LONG COVID

© Privatklinik Confraternität



MeinMed



Eine akute COVID-19 Infektion dauert in der Regel bis zu vier Wochen. Bei rund 10 % der Personen entstehen jedoch in weiterer Folge Symptome und mögliche Spätfolgen, die deutlich über diesen Zeitraum bestehen bleiben. Häufig genannt und unter dem Begriff Long COVID zusammengefasst werden beispielsweise Erschöpfung (das sogenannte Fatigue-Syndrom), reduzierte körperliche Belastbarkeit in Kombination mit weiterbestehender Kurzatmigkeit, Herzrasen, Schwindel, Geruchs- und/oder Geschmacksverlust, Antriebslosigkeit oder anhaltender Durchfall.

Long COVID kann jeden treffen – nach milder COVID-19-Erkrankung ebenso wie nach schwerem Krankheitsverlauf. Die Risikofaktoren sind nicht vollständig geklärt. Wie die Diagnose gestellt wird, welche Symptome typisch sind, was man dagegen tun kann und wohin man sich sinnvollerweise wenden sollte, erläutert Johannes Drach in seinem Vortrag.

UNIV.-PROF. DR. JOHANNES DRACH ist Ärztlicher Leiter der Privatklinik Confraternität.

DIE TEILNAHME IST FREI, WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG**KÄRNTNER STRASSE 26 (MARCO-D'AVIANO-GASSE 1) 1010 WIEN**

DI, 17. MAI 2022, 16.00 UHR

EINBLICK IN DIE SECESSION



© Jorit Aust

Die Secession ist mir ihrer prägnanten Blattwerk-Kuppel – in Wien auch das "goldene Krauthappel" genannt – weithin sichtbar und fast jedem bekannt. Doch von innen kennen selbst viele WienerInnen das Gebäude nicht. Der Spaziergang im Rahmen der Reihe **VERSTECKTES WIEN** führt von der Albertina Modern (ehemals Künstlerhaus) zur Secession und vermittelt Wissenswertes über den Bau und die Verwirklichung des Beethovenfries von Gustav Klimt.

Das Ausstellungshaus der Wiener Secession wurde von Joseph Maria Olbrich als "Tempel der Kunst" 1897 geplant und ist ein Schlüsselwerk des Wiener Jugendstils. Seine architektonische Form war ein Protest gegen die historistische Architektur im Wien des auslaufenden Jahrhunderts. Seine Synthese von Archaik und Moderne, der Kontrast von Kuppel und nüchterner Funktionalität schockierte die Zeitgenossen und machte den Bau damals zum Stadtgespräch. Mäzene wie Karl Wittgenstein halfen den Bau zu finanzieren. Die Gemeinde Wien stellte das Grundstück zur Verfügung.

Die Führung gestaltet **BRIGITTE LINDINGER**.

KOSTEN UND ANMELDEMODALITÄTEN SIEHE SEITE 8

TREFFPUNKT: Vor der Albertina Modern, Karlsplatz 5, 1010 Wien

MI, 18. MAI 2022, 14.30 UHR

WANDERN IN WIEN

© Peter Gugereil



Die Frühjahrswanderung widmet sich dem Pötzleinsdorfer Schlosspark und dem umgebenden Wienerwald. Vom Haupteingang geht es durch den lieblichen Park Richtung Sequoien Wiese und vorbei an der blühenden Azaleen Wiese, leicht bergauf zum Tempel. Von dort führt der Weg hinauf durch den Wald und durch ein kleines Seitentor hinaus – bis zur Oberen Kreuzwiese mit Aussicht über Wien. Anschließend geht es durch den Wald etwas steil bergab und mündet beim Wirtshaus Steirer Stöckl. Von dort ist es nicht mehr weit. Vorbei an zwei Teichen und einem Bachlauf gelangt man wieder zum Haupteingang des Parks. Beim Spazieren erfährt man auch einiges über die Entstehungsgeschichte dieser im Stil eines englischen Landschaftsgartens gehaltenen, rund 35 Hektar großen Anlage, die sich bis 1935 in Privatbesitz befand.

MAG. IRINA HABITZL ist Delegierte der ÖGGK und passionierte Spaziergängerin sowie Wien-Entdeckerin. Sie rät unbedingt festes Schuhwerk zu tragen und etwas zu trinken mitzunehmen.

DIE TEILNAHME IST FREI, WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG

TREFFPUNKT: Haupteingang zum Schlosspark Pötzleinsdorf,
Pötzleinsdorfer Straße 65, 1180 Wien

FR, 20. MAI 2022, 18.00 UHR

ALLEGRO VIVO AUFTAKT



© Julia Wesely

Nach der Programmpräsentation und einem kleinen Empfang eröffnet die Academia ihren Konzertzyklus im neu renovierten Ehrbarsaal mit Tristan Schulzes Violinkonzert. Schauspieler **CORNELIUS OBONYA** liest Texte zum diesjährigen Leitthema von Allegro Vivo „Momentum“. Als lebensbejahendes Werk erklingt Tschaikowskis Streicherserenade in strahlendem C-Dur. Im zweiten Satz steht mit dem berühmten Walzer ein Tanz im Mittelpunkt, der an den Blumenwalzer aus dem Nussknacker-Ballett erinnert.

PROGRAMM

18.00 Uhr Festivalpräsentation

18.45 Uhr Sektempfang

19.30 Uhr Konzert der **ADACEMIA ALLEGRO VIVO** unter der Leitung von **VAHID KHADEM-MISSAGH**
Tristan Schulze: Konzert für Violine und Streichorchester op. 86
Peter Iljitsch Tschaikowski:
Serenade für Streicher C-Dur op. 48,

TICKETS: € 35,— | für ÖGGK-Mitglieder: € 28,—
Die Karten erhalten Sie bei der ÖGGK.

PALAIS EHRBAR, Mühlgasse 28, 1040 Wien

FR, 27. MAI 2022

PODCAST: FITNESS FÜRS GEHIRN

© Katharina Turecek/Miriam Ilie



Wer rastet, der rostet. Das gilt für unseren Körper, vor allem aber auch für unser Gehirn. Was jedoch braucht es, um die geistigen Ressourcen effektiv einzusetzen und die grauen Zellen in Topform zu bringen? Moderatorin **DENISE SEIFERT** diskutiert mit Medizinerin und Kognitionswissenschaftlerin Katharina Turecek darüber, wie man die gewaltige Kapazität des Gehirns optimal nutzen kann. Die Expertin stellt dabei die drei Säulen geistiger Fitness vor und spricht über Strategien, die gegen Wortfindungsstörungen helfen. Außerdem vermittelt sie, wie man sich mit antiken Mnemotechniken wichtige Informationen lückenlos merken kann.

Eines jedenfalls ist sicher: Dieses Gespräch werden alle Interessierten garantiert in Erinnerung behalten. Wer zusätzlich zum Podcast das Gehörte ausprobieren möchte, ist mit dem Gehirnspariergang von Katharina Turecek am 28. Juni 2022 (siehe Seite 25) gut beraten.

DR. KATHARINA TURECEK ist Medizinerin sowie Kognitionswissenschaftlerin und hat sich als Autorin, Vortragende und Gedächtnismeisterin einen Namen gemacht.

Ab 27. Mai 2022 kostenfrei zu hören und zu abonnieren.

Auf der Website unter www.oeggk.at/podcast
und über alle gängigen Podcast-Plattformen.

MI, 8. JUNI 2022, 18.30 UHR

DARM AUF REISEN



© Institut AllergoSan

Auf jeder Reise spielt der Darm eine zentrale Rolle. Denn am Urlaubsziel warten häufig nicht nur Sommer und Sonnenschein, sondern auch gefährliche Keime, die einem entspannten Aufenthalt einen gehörigen Strich durch die Rechnung machen können. Vor allem in tropischen oder subtropischen Ländern mit niedrigen Hygienestandards besteht „Durchfallgefahr“. Die Reise-Diarrhöe ist nicht lebensbedrohlich, aber durch ihre möglichen Folgen nicht zu unterschätzen. Sinnvoll ist es deshalb, auf die richtige Prophylaxe zu setzen. Wie Multispeziesprobiotika den Darm wappnen, verrät Veronika Macek-Strokosch in ihrem Vortrag.

Der Vortrag findet im Rahmen der „Akademie des Bauchgefühls“ in Kooperation mit dem **INSTITUT ALLERGO-SAN** statt und wird von **MAG. VERONIKA MACEK-STROKOSCH**, Ernährungswissenschaftlerin, Dipl. TCM-Ernährungsberaterin, Fachberaterin für Darmgesundheit und Gründerin von Eat2day Ernährungsconsulting, gehalten. Im Anschluss an den Vortrag steht die Referentin für eine kurze Impulsberatung zur Verfügung.

DIE TEILNAHME IST FREI, WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG

KÄRNTNER STRASSE 26 (MARCO-D'AVIANO-GASSE 1) 1010 WIEN

FR, 24. JUNI 2022

PODCAST: LONG COVID

© Freepik



Mit zunehmender Dauer der Pandemie zeichnet sich immer deutlicher ab, dass eine Corona-Erkrankung auch bei mildem Verlauf oder unbemerkter Infektion längerfristige gesundheitliche Folgen haben kann. Fast ein Drittel der Menschen klagt innerhalb von sechs bis zwölf Monaten nach der Infektion über geistige oder körperliche Erschöpfung, Schlafprobleme oder kognitive Beeinträchtigungen. Das geht aus einer aktuellen Umfrage unter 152.000 Menschen in Dänemark hervor.

Wie sehr einen diese Langzeitsymptome in Mitleidenenschaft ziehen, beleuchtet Moderatorin **DENISE SEIFERT** in der 16. Episode von **HÖRENSWERT** mit dem Long-COVID-Experten Johannes Drach. Sie erfragt, wie die Diagnose Long COVID gestellt wird, welche Symptome typisch sind, was man dagegen tun kann und wohin man sich sinnvollerweise wenden sollte. Wer noch vor dem Podcast Johannes Drach hören möchte, sollte sich den Vortrag am 12. Mai notieren (siehe Seite 17).

UNIV.-PROF. DR. JOHANNES DRACH ist Ärztlicher Leiter der Privatklinik Confraternität.

Ab 24. Juni 2022 kostenfrei zu hören und zu abonnieren.

Auf der Website unter www.oeggk.at/podcast und über alle gängigen Podcast-Plattformen.

SO, 26. JUNI 2022, 11.00 UHR

MUSIK UND NATUR



© Musikgymnasium Wien

Beim diesjährigen Musikfest des Musikgymnasiums Wien im Goldenen Saal des Musikvereins geben die jungen KünstlerInnen erneut Klassiker wieder – allen voran Beethovens 6. Symphonie. Die „Pastorale“ empfand der Komponist als musikalischen Dialog des Menschen mit der Natur. Im zweiten Teil wird Puccinis „Messa di Gloria“ in der natürlichen Frische der jugendlichen Chöre des Musikgymnasiums erklingen. Die Professionalität der jungen MusikerInnen ist ebenso überzeugend wie die Begeisterung darüber, in der Schulgemeinschaft und in einem der bedeutendsten Konzertsäle der Welt aufzutreten.

PROGRAMM:

Ludwig van Beethoven – Symphonie Nr. 6 F-Dur op. 68
Giacomo Puccini – Messa di Gloria

BESETZUNG:

Chor und Orchester des Wiener Musikgymnasiums;
JUNHO YOU, Tenor; **YASUSHI HIRANO**, Bariton;
ANDREAS PIXNER, Dirigent

KARTEN: € 35,- (beste Kategorie) | ÖGGK-Mitglieder -20 %
Tickets erhalten Sie bei der ÖGGK.

WIENER MUSIKVEREIN
Goldener Saal, Musikvereinsplatz 1, 1010 Wien

DI, 28. JUNI 2022, 9.30 UHR

GEHIRNSPAZIERGANG

© Katharina Turecek



In einer ganz speziellen Trainingseinheit verrät Medizinerin und Kognitionswissenschaftlerin **DR. KATHARINA TURECEK**, wie man sein Gedächtnis für den Alltag stärken und dem Vergessen dauerhaft davon spazieren kann. Gemeinsam mit den TeilnehmerInnen macht sie einen Gehirnsparziergang durch den imperialen Schönbrunner Schlosspark und lässt dabei Trainingsübungen einfließen. Diese Kombination aus Bewegung und Gehirntaining bewirkt eine Steigerung unserer geistigen Leistungsfähigkeit und ist eine empfehlenswerte Maßnahme zur Prävention von Altersvergesslichkeit und Demenz.

In diesem Workshop werden verschiedene Übungen vorgestellt, die sich für unterwegs eignen. Außerdem wird der theoretische Hintergrund erläutert – etwa dass das Gehen die Neurogenese, also die Bildung neuer Nervenzellen, fördert. Nähere Infos: katharinturecek.com

Bitte bringen Sie feste Schuhe und wetterfeste Kleidung für den Spaziergang mit.

KOSTEN: € 25,- | für Mitglieder € 20,-
Anmeldung erforderlich

TREFFPUNKT: Schönbrunn Hietzinger Tor,
Hietzinger Hauptstraße 1, 1130 Wien

DO, 30. JUNI 2022, 18.30 UHR

VOLKSKRANKHEIT RHEUMA



© Natascha Kanta

Laut Österreichischer Rheumaliga leiden rund zwei Millionen Menschen in Österreich zumindest einmal im Jahr unter Schmerzen am Bewegungsapparat, Menschen im höheren Alter sind zu 100 Prozent betroffen. Mit langfristigen Therapien und modernen Medikamenten kann die Lebensqualität von RheumapatientInnen jedoch deutlich verbessert werden. Prim. Dr. Harald Leiss erklärt in seinem Vortrag, wie diese chronische, in jedem Alter auftretende und nicht heilbare Erkrankung verzögert werden kann. Er geht außerdem auf die Unterschiede zwischen degenerativ-rheumatischen und entzündlich-rheumatischen Formen ein. Denn während degenerative Krankheitsbilder durch Abnutzung entstehen, ist die Ursache bei den entzündlichen Formen im Immunsystem zu suchen und daher anders zu behandeln. Und nicht zuletzt wird er auf die interdisziplinäre Abklärung hinweisen und mit Mythen über Wundermittel aufräumen. In Kooperation mit der PremiQaMed Gruppe und MeinMed.

PRIM. DR. HARALD LEISS ist Leiter der Abteilung Innere Medizin der Privatklinik Goldenes Kreuz.

DIE TEILNAHME IST FREI, WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG

KÄRNTNER STRASSE 26 (MARCO-D'AVIANO-GASSE 1) 1010 WIEN

FR, 8. JULI 2022, 16.00 UHR

GLASSCHERBEN OPEN AIR

© Glasscherben



Eine Premiere bietet der Termin des Glasscherben Musikvereins im Juli: Erstmals treten die Wienerlied InterpretInnen für die Österreichische Gesellschaft vom Goldenen Kreuze im Freien auf und geben ein Open-Air-Konzert. Das Programm ist in bewährter Weise „Echt wienerisch“ und umfasst gepflegte Wiener Musik, „Weana Tanz“ und heitere Lieder zum Mitsingen. Schließlich ergänzt eine liebenswert zurückhaltende Conference jede Darbietung mit humorvoller Würze. Damit motivieren die „Glasscherben“ die ZuhörerInnen, sich an Melodien von früher zu erinnern und so Fähigkeiten ins Bewusstsein zurückzurufen.

Die speziell moderierten Lieder der Glasscherben und der Gesang bewirken Freude, soziale Verbundenheit und Wohlbefinden bei den ZuhörerInnen.

Die Besetzung des **GLASSCHERBEN MUSIKVEREINS**:

Gesang – **SANDRA BERN**

1. Geige – **MARIA PATERA-MILLER**

2. Geige – **ROBERT POKORNY**

Altwiener Knopfharmonika – **JOHANNES MÜNZNER**

Kontragitarre und heitere Moderation – **HEINZ GRÖBL**

DIE TEILNAHME IST FREI, WIR BITTEN UM IHRE ANMELDUNG

HAUS ST. BARBARA, Erlaaer Platz 4, 1230 Wien

FR, 8. JULI 2022, 18.00 UHR

DUFTSAFARI IM BURGENLAND



© Nicole Helling Photography

Duftenden Lavendel verbindet man mit den wogenden Feldern in der Provence. Aber auch im heimischen Burgenland gibt es eine außergewöhnliche Welt der Duftpflanzen, wo naturreine Düfte gewonnen werden.

Ein Ausflug zum Duftbauern Stefan Zwickl eröffnet einem die atemberaubende Vielzahl von Duftpflanzen. Auf dem liebevoll gepflegten Duftfeld des Familienbetriebs im burgenländischen Frauenkirchen werden Heilpflanzen wie Lavendel, Salbei, Thymian oder Minze angebaut. Aber auch Exoten, die in Österreich noch nie so kultiviert wurden wie Zimtbasilikum, Eukalyptus, Rosenduftgeranien oder Mexikanische Tagetes können bewundert werden.

Die Führung über die Felder dauert rund 2,5 Stunden. Bei Schlechtwetter steht das DuftAtelier zur Verfügung: Die An- und Abreise kann individuell erfolgen. Interessierte können aber auch den bequemen Transfer mit einem Kleinbus ab der Oper in Wien nützen.

Nähere Informationen: www.steppenduft.at

KOSTEN mit Transfer: € 35,- | für Mitglieder € 28,-
KOSTEN ohne Transfer: € 22,- | für Mitglieder € 18,-

TREFFPUNKT für Transfer: Operngasse 4, 1010 Wien (Abfahrt 16.45 Uhr) | Maria Weitner-Platz 28, 7132 Frauenkirchen

SA, 30. JULI 2022, 16.00 UHR

SWING TIME IN GRAFENEGG

© Klaus Vyhnaček



Grafenegg ist für viele ein Fixpunkt im Sommer. Dieses Jahr ist Swing Time angesagt, wenn die Münchner Bigband **JAZZRAUSCH** mit Soul-Sängerin **SARA LUGO** im Wolkenturm auftritt. Dank ihrer Leidenschaft für tanzbare Rhythmen füllen die MusikerInnen Clubs und große Konzertsäle. Bei Schönwetter findet das Konzert Open Air statt. Bei Schlechtwetter wird es ins Auditorium verlegt. Für eine bequeme Anreise steht ein Shuttle-Bus zur Verfügung.

16.00 Uhr Abfahrt beim Musikverein Wien (alternativ:
zweiter Transfer um 18.00 Uhr)

18.00 Uhr Prélude im Innenhof Schloss Grafenegg
Zeit für einen Spaziergang, ein Glas Wein
oder ein Essen in einem der Restaurants

20.00 Uhr Konzertbeginn

Im Anschluss Rückfahrt nach Wien (Musikverein)

**KOSTEN mit Transfer: € 41,- | für ÖGGK-Mitglieder € 34,-
(Karten der Kategorie 4)**

Diese Preise werden durch die ÖGGK gestützt. Wir bitten um Anmeldung bei der ÖGGK und Überweisung des Betrags vorab. Bitte beachten Sie, dass Ihre Anmeldung verbindlich ist. Bei Verhinderung ist Ihr Platz an eine andere Person übertragbar, eine Kostenrückerstattung ist nicht möglich.

**TREFFPUNKT für Transfer: vor dem Musikverein,
Canovagasse 4, 1010 Wien**

DI, 16. AUGUST 2022, 15.00 UHR

ALLEGRO VIVO KULTURFAHRT



© Sandro Kumric

Die alljährliche ÖGGK-Kulturfahrt führt diesmal nach Langenlois und vereint einen Besuch im Loisium mit einer Hommage an Fritz Kreisler. Nach einer Kellertour mit Weinprobe und einem Einführungsgespräch huldigt Benjamid Schmid – einer der bedeutendsten Geiger unserer Zeit – einem der wichtigsten Violinisten vergangener Zeiten.

15.00 Uhr Abfahrt in der Operngasse 4

16.00 Uhr Weinwelt Loisium, Kellertour inkl. Weinprobe

18.00 Uhr Einführungsgespräch mit **NIKOLAUS STRAKA**

19.00 Uhr Loisium, „**HOMMAGE AN FRITZ KREISLER**“

Werke von Kreisler, Bach, Beethoven, Dvořák

BENJAMIN SCHMID, Violine

ARIANE HAERING, Klavier

21.00 Uhr Rückfahrt – Fahrzeit ca. eine Stunde

**KOSTEN mit Transfer: € 65,– | für Mitglieder € 55,–
mit Transfer und Kellertour: € 80,– | für Mitglieder € 70,–
(Karten der Kategorie 1)**

Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen. Wir bitten um Anmeldung bei der ÖGGK und Überweisung des Betrags vorab. Bitte beachten Sie, dass Ihre Anmeldung verbindlich ist. Bei Verhinderung ist Ihr Platz an eine andere Person übertragbar, eine Kostenrückerstattung ist nicht möglich.

TREFFPUNKT für Transfer: 14.45 Uhr

Operngasse 4, 1010 Wien – Abfahrt 15.00 Uhr

MEINMED

VORTRÄGE ZU GESUNDHEITSTHEMEN

© Fotocredit



MeinMed

 MeinMed.at

Mehrere **MEINMED**-Vorträge finden in den nächsten Monaten bei der Österreichischen Gesellschaft vom Goldenen Kreuze statt. Auftakt ist am

MI, 4. MAI 2022, 19.00 UHR

GELENKSCHMERZEN UND KNOCHENBRÜCHE IM FOKUS

mit **PRIM. PRIV.-DOZ. DR. JOCHEN ZWERINA**, Abteilungsvorstand der I. Medizinischen Abteilung, Hanusch-Krankenhaus Wien

Diese Veranstaltungen finden zwar nicht in Kooperation mit der Österreichischen Gesellschaft vom Goldenen Kreuze statt, aber in den Räumen der ÖGGK in der Kärntner Straße.

MEINMED organisiert all seine Vorträge regional und kooperiert dabei mit medizinischen Universitäten und führenden medizinischen Gesellschaften. Es ist dem großen Engagement der wissenschaftlichen LeiterInnen und ÄrztInnen zu verdanken, dass MeinMed von Anfang an mit hochkarätigen ReferentInnen und ebenso hochkarätigen Vortragsthemen aufwarten konnte.

DIE TEILNAHME IST FREI. ANMELDUNG BITTE ÜBER
www.meinmed.at/veranstaltungen/vor-ort-vortraege

KÄRNTNER STRASSE 26 (MARCO-D'AVIANO-GASSE 1) 1010 WIEN

WIR BEGLEITEN SIE DURCHS LEBEN

Sie sind noch nicht Mitglied der Österreichischen Gesellschaft vom Goldenen Kreuze?

Bereits für einen geringen Beitrag (Beitrittsgebühr einmalig € 25,— und Mitgliedsbeitrag pro Jahr € 45,—) genießen Mitglieder wertvolle Unterstützung und Vergünstigungen rund um die Belange ihrer Gesundheit – zum Beispiel:

- ▶ eine attraktive Gruppenversicherung mit allen Vorteilen einer privaten Zusatzversicherung
- ▶ eine vergünstigte Mitgliedschaft beim Gesundheitsclub Mediclass für Privatmedizin zu günstigeren Honoraren
- ▶ den kostenlosen Zugang zu „Arzt & Apotheke – die Telemedizin der ÖGGK“
- ▶ einen Geburtskostenzuschuss (einkommensabhängig)
- ▶ Vergünstigungen bis zu 20% auf Apothekerwaren des Zusatzsortiments
- ▶ Vergünstigungen in diversen Wellnesshotels
- ▶ Vergünstigungen bei Bandagisten und Optikern in Wien
- ▶ Ermäßigungen in kulturellen Einrichtungen
- ▶ und vieles mehr

WERDEN SIE JETZT MITGLIED!

Nähere Auskünfte erhalten Sie in unserem Generalsekretariat:



**ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT
VOM GOLDENEN KREUZE**

Kärntner Straße 26, 1010 Wien
(Eingang Marco-d'Aviano-Gasse 1)
T 01 996 80 92
F 01 996 80 92-99
gesellschaft@oeggk.at
www.oeggk.at