

# Wow

womanlife



**INFORMATIONEN ZU**  
Vorsorge // Gesundheit //  
Unabhängigkeit // Geldanlage //  
Freizeit // Tipps & Empfehlungen //

*Träume dir dein Leben schön und mach  
aus diesen Träumen eine Realität*

*~ Marie Curie ~*



# „WOMANLIFE“ – EIN NEUER BERATUNGSANSATZ DER RAIFFEISENBANK FRAUENKIRCHEN-MÖNCHHOF-PODERSDORF AM SEE **VON FRAUEN FÜR FRAUEN:**

## WARUM WIR „WOMANLIFE“ BERATEN?

- 71 % der Frauen geben fehlendes Wissen in der Veranlagung an
- 16 % der Frauen im Alter 65+ in Österreich sind armutsgefährdet
- 35 % der Frauen wissen nicht, welchen Betrag sie in der Pension erhalten

## WIE WIR „WOMANLIFE“ BERATEN?

- Gründliche Analyse der Ist-Situation
- Berücksichtigung der persönlichen Lebenssituation
- Planung eines individuellen, maßgeschneiderten Konzeptes
- Von Frau zu Frau reden wir über ein „gutes Leben“

## WAS WIR BERATEN?

Wir sprechen gesellschaftliche und soziale Herausforderungen für Frauen und auch zu erwartende Brüche in der Erwerbsbiografie an. Dazu haben wir 10 Themenfelder ausgemacht:

<b>Sicherheit</b> Was erwarten Sie von einem sicheren Leben?	<b>Gesundheit</b> Was bedeutet für Sie ein gesundes Leben?	<b>Vermögens- aufbau</b> Was wäre für Sie finanziell vermögend zu leben?	<b>Lebensfreude</b> Was würde Ihnen persönlich Lebensfreude bieten?	<b>Soziales Umfeld</b> Was wäre für Sie ein sozial erfülltes Leben?
<b>Wohnen und Zuhause</b> Was wären Ihre Lebenswünsche für Wohnen und ein gutes Zuhause?	<b>Familie</b> Was bedeutet für Sie ein gutes Familienleben?	<b>Umwelt und Nachhaltigkeit</b> Was ist für Sie ein umweltgerechtes und nachhaltiges Leben?	<b>Beruf</b> Was ist für Sie ein gutes Berufsleben?	<b>Mobilität</b> Was bedeutet für Sie ein mobiles Leben?

[www.raiffeisen.at/frauenkirchen-moenchhof-podersdorf](http://www.raiffeisen.at/frauenkirchen-moenchhof-podersdorf)

## Impressum

Herausgeber, Medieninhaber, Redaktion und Verlag: Raiffeisenbank Frauenkirchen-Mönchhof-Podersdorf am See eGen.  
Blattlinie: Informationsmedium für Kind\*innen. Erscheinungsort: Frauenkirchen, Mönchhof, Podersdorf am See.  
Für den Inhalt verantwortlich: Raiffeisenbank Frauenkirchen-Mönchhof-Podersdorf am See eGen.  
Grafik, Layout und Umsetzung samt Druckabwicklung: Franz Stadlmann, 7132 Frauenkirchen | [www.STADLMANN.com](http://www.STADLMANN.com)  
Bild Titelseite: © Ines Weisz, Bilder Seite 4 und 5: © La Pura; alle anderen Bilder aus freien Bilddatenbanken  
Hersteller: druck.at Herstellungsort: 2544 Leobersdorf. Druckauflage: 750 Stück. Druck- und Satzfehler vorbehalten

# WARUM WOMANLIFE ?

## **Liebe Leserinnen,**

wir Frauen sind etwas ganz Besonderes. Wir schmeißen nicht nur den Haushalt, zaubern täglich leckere Gerichte und haben dabei immer ein offenes Ohr für unsere Liebsten; wir leisten dazu auch noch Großartiges in der Arbeitswelt.

Wir sind Heldinnen des Alltags, ohne uns dabei zu beschweren oder zu klagen. Wir finden, das gehört geschätzt und deshalb wollen wir dich unterstützen, in all deinen Lebensbereichen.

## **Finanzielle Herausforderungen**

Leider ist es immer noch so, dass wir Frauen gerade im finanziellen Bereich oft benachteiligt sind und uns mit Problemen konfrontiert sehen müssen:

- Welche finanziellen Folgen hat eine Jungmama, die aufgrund ihres Babys für längere Zeit nicht arbeiten gehen kann, zu tragen, wenn sie 65 ist?

- Welche finanziellen Folgen kommen auf eine Hausfrau zu, wenn diese einen Unfall hat und medizinische Behandlungen benötigt?

In den meisten Fällen, ist es uns gar nicht bewusst, welche Herausforderungen auf uns und unsere Geldbörse zukommen können.

So unterschiedlich wir Frauen auch sind, so sind wir doch in vielen Dingen gleich:

Der regelmäßige Besuch beim Frisör ist unerlässlich, sodass dieser im Haushaltsbudget immer eingeplant werden muss.

Zu feierlichen Anlässen möchten wir nicht irgendein Kleid tragen, sondern eines, welches uns gefällt und in dem wir uns wohlfühlen, auch wenn es mehr kostet, als wir ursprünglich ausgeben wollten.

Es gibt viele Dinge, die uns wichtig sind. Die eigene finanzielle Vorsorge kommt dabei oft zu kurz.

Doch so, wie wir unser Geld für genau dieses Kleid, genau diese Schuhe, oder genau dieses Haarpflegemittel ausgeben, so haben wir es auch verdient, unser Geld in uns und unsere Zukunft zu investieren.

Genau dafür möchten wir ein Bewusstsein schaffen. Ein Bewusstsein dafür, wie notwendig es ist, für die Zukunft vorzusorgen. Ein Bewusstsein dafür, wie notwendig es ist, finanziell abgesichert zu sein.

## **Aufklärung über finanzielle Themen**

Wir als Mitarbeiterinnen deiner Hausbank wissen, dass es jede Frau verdient hat, ihr Geld für sich selbst und ihre eigene Absicherung auszugeben.

Wir sehen es als unsere Pflicht, dich über finanzielle Themen aufzuklären und dich in deinem Leben zu unterstützen.

Und wir sind der Meinung, dass du nie aus finanziellen Gründen auf irgendetwas verzichten solltest.

## **Schwerpunkt „womanlife“**

Deshalb haben wir, die Beraterinnen der Raiffeisenbank Frauenkirchen-Mönchhof-Podersdorf am See, genau auf dieses Thema ein spezielles Augenmerk gelegt. Mit unserem Schwerpunkt „womanlife“ und dieser Zeitung möchten wir dir wichtige und aktuelle Themen, egal ob aus der Finanz- oder „Frauenwelt“ näherbringen. Weil du uns als Frau wichtig bist, und wir dich verstehen können.

Vielleicht ist ja der eine oder andere Tipp zum Beherrigen mit dabei! Wir wünschen viel Spaß beim Lesen und Durchstöbern!

Deine Beraterinnen

Manuela, Denise, Petra, Nina, Sabrina



# la pura<sup>®</sup>

women's health resort  
kamtal



# LA PURA WOMEN'S HEALTH RESORT KAMPTAL

*Das Gesundheits- und Wohlfühlresort nur für Frauen.*

Es gibt ihn: den kleinen Unterschied in der Gesundheit von Mann und Frau. Diese Erkenntnis rückt immer mehr ins Blickfeld der Medizin. Denn nicht nur bei der Diagnose sollten geschlechtsspezifische Symptome berücksichtigt werden, auch in der Therapie sind individualisierte, geschlechtssensitive Konzepte gefragter denn je. „So wertvoll die Bemühungen um die Gleichstellung der Frau sind, so wichtig ist es, sie aus medizinischer Sicht als Frau wahrzunehmen“, weiß Univ.-Prof. Dr. med. Alexandra Kautzky-Willer, Professorin für Gender-Medizin an der MedUni Wien, die das la pura-Konzept ausgearbeitet hat. Die Hormone, das Bindegewebe, die psychische Doppelbelastung mit Beruf und Familie: Das und vieles mehr macht Frauen anders. Die körperliche und psychische Gesundheit von Frauen individuell zu erhalten – mit diesem Ziel eröffnete die VAMED 2011 als erstes Unternehmen weltweit ein Gesundheits- und Wohlfühlresort nur für die Frau.

In Gars am Kamp, unweit der Wachau und nahe bei Wien. Der international führende Gesundheitsdienstleister hat in mehr als 95 Ländern rund 1000 Projekte realisiert und baut auf ein medizinisches Know-how von mehr als 1.000 ÄrztInnen. Im la pura gibt es als Basis die la pura Kur, flankiert von Angeboten für Detox, Healthy Aging und Schmerzfrei werden mit TCM, zudem die erste F.X. Mayr Kur für die Frau. Das women's health resort versteht sich als einziges Resort, das frauenspezifische Medizin auf höchstem Niveau anbietet und Input für einen gesünderen Lifestyle gibt. Ganz bewusst im weiblich inspirierten Wohlfühl-Rahmen eines komfortablen Rückzugsorts nur für Frauen im österreichischen Waldviertel. Mit ärztlich individuell abgestimmten, exklusiven Beauty-, Spa- und Therapie-Angeboten.

*Wow*  
womanlife

## la pura women's health resort kamptal

Hauptplatz 58  
3571 Gars am Kamp  
Tel.: +43 2985/2666-742  
reservierung@lapura.at



la pura®  
women's health resort  
kamptal

Unser **Angebot** für Kundinnen der Raiffeisenbank Frauenkirchen-Mönchhof-Podersdorf am See, gültig bis 30.04.2023:

**- 15 % Rabatt auf alle Paket-Angebote** (z. B. 3 Nächte Detox um € 820,- - 15 % Rabatt).  
Es gelten die Preise auf der Homepage [www.lapura.at/angebote](http://www.lapura.at/angebote)

# GLEICH ODER DOCH NICHT GLEICH?

Das ist eine interessante Frage, die wir Frauen uns oft stellen müssen. Wir befinden uns mittlerweile im 21. Jahrhundert und die Geschichte der Frauen geht sehr weit zurück. Nach zahlreichen Protesten, Aufständen und Demonstrationen in der Vergangenheit kann eine absolute Gleichheit zwischen Männern und Frauen jedoch bis jetzt nicht 100 Prozent gewährleistet werden. Doch warum ist das so? Woran liegt es?

## **Chancengleichheit(?)**

Die Gründe der Benachteiligung von Frauen in diversen Bereichen sind vielfältig und finden sich sowohl im Bereich der Bildung als auch in der Arbeitswelt wieder. Am Arbeitsplatz werden die weiblichen Fähigkeiten leider viel zu oft unterschätzt und man geht davon aus, dass ein Mann, der bildungstechnisch auf dem gleichen oder sogar auf einem schlechteren Level ist wie eine Frau, eine gewisse Tätigkeit trotzdem besser ausführen kann. Weiters spielt auch der Familienstand oder das Vorhandensein von Kindern eine große Rolle. Nachgewiesen ist auch, dass es für Frauen ohne einen gewissen Bildungsgrad nahezu unmöglich ist, Chancengleichheit zu erreichen. Je besser daher die Ausbildung ist, umso einfacher ist es für die Frau einen entsprechend gut bezahlten Job zu finden. Laut einer Studie aus dem Jahr 2018 fühlen sich 46 % aller in der Studie erfassten Frauen in einem gewissen Lebensbereich nicht genug wertgeschätzt.

## **Gender-Pay-Gap als Pensionsfalle**

Ein schlagender Aspekt für Geschlechterungleichheit spiegelt sich im sogenannten Gender-Pay-Gap wider. Kurz erklärt, stellt dieser die Differenz zwischen dem durchschnittlichen Bruttostundenlohn beider Geschlechter dar und gibt daher über das geschlechterspezifische Lohngefälle Auskunft.

Es gibt einige Erklärungen für diese gravierenden Unterschiede. Ein Ansatzpunkt ist z.B. die Teilzeitarbeit, welche vermehrt von Frauen in Anspruch genommen wird (EU-weit nutzen etwa 30 % aller erwerbstätigen Frauen das Teilzeitangebot). Der Grund, warum eine Frau sehr oft auf die Teilzeit angewiesen ist, kann ganz einfach geschildert werden: die Reproduktionsarbeit. Unter Reproduktionsarbeit fallen alle unbezahlten Tätigkeiten, wie z.B. Haushalts-, Erziehungs- und Pflegearbeiten, welche hauptsächlich von Frauen ausgeführt werden. Obwohl die sogenannte Reproduktionsarbeit einen enorm wichtigen Beitrag zur Erhaltung der Gesellschaft und Arbeitskraft leistet, wird sie leider viel zu selten wertgeschätzt. Auch bei der Ermittlung für eine spätere Pensionsleistung gelangen diese Zeiten nur bedingt zur Anwendung.

## **In Zukunft ...**

Wie und wann sich diese Einkommensschere zu Gunsten der Frauen verkleinert und die Entlohnung an das Niveau der Männer angeglichen wird, lässt sich heute noch nicht definitiv absehen. Doch optimistisch, wie wir Frauen eben sind, geben wir nicht auf und sehen positiv in die Zukunft.



# UNSER TIPP FÜR GENIEßERINNEN

Erfrischender Sommercocktail mit  
Holunderblütensirup

- 4 cl Gin
- 2 cl Holunderblütensirup
- 2 cl Zitronensaft, Biozitrone frisch  
gepresst
- 1 Schuss Zuckersirup
- Soda
- Eiswürfel

Alle Zutaten, bis auf das Soda, in einem  
Cocktailshaker mit etwas Eis mixen.

In ein mit Eis gefülltes Glas geben und  
mit Soda auffüllen. Mit einer Zitronen-  
oder Limettenscheibe garnieren und  
genießen.



## DIE FRAU IN ZAHLEN



- Heute liegt die Lebenserwartung einer  
Frau bei 83,7 Jahren
- Im Jahre 1970 wurde eine Frau  
durchschnittlich nur 73,5 Jahre alt
- 1/5 aller 25 - 64-Jährigen haben einen  
Hochschul- oder Akademieabschluss
- 47,3 % aller erwerbstätigen Frauen  
arbeiten Teilzeit
- Fast 3/4 aller 25 - 49-Jährigen mit Kindern  
unter 15 Jahren sind teilzeitbeschäftigt

# VON FRAU ZU FRAU: **REDEN WIR ÜBER EIN GUTES LEBEN**

---

## **Was wir für „SIE“ tun: unser 2 in 1-Versprechen 2 Termine für 1 individuelle Beratung**

### **1. Termin**

Was ist dir wichtig? Wir reden darüber, was für dich in deinem Leben von Bedeutung ist & was du für ein zufriedenes und sorgenfreies Leben brauchst. Wir nehmen uns gerne Zeit & hören dir zu.

### **2. Termin**

Auf Basis unseres Erstgesprächs entwickeln wir für dich individuelle Lösungen. Wir gehen diese gemeinsam mit dir durch & klären dich über alle Themen auf, die für dich wesentlich sind.

**VEREINBARE EINFACH EINEN TERMIN FÜR DEINE**

**Wow**  
*womanlife* - Beratung mit deiner Beraterin.