

Den VerkäuferInnen bleiben EUR 1,50
Nr. 198

3,00
Euro

APROPOS

DIE SALZBURGER STRASSENZEITUNG



Ausweis
gesehen?



STILL

Titelinterview mit
Bestseller-Autorin
Sylvia Löhken

DIE KRAFT DER INTROVERTIERTEN
DIE TRAUER ZEIGEN
WENN ES STILL WIRD

FEBRUAR 2020



6

Die Stillen unter uns

Die Bestseller-Autorin Sylvia Löhken erzählt im Apropos-Interview, was es heißt, in einer Gesellschaft, die auf extrovertierte Menschen ausgerichtet ist, introvertiert zu sein.



10

Raum für Trauer

Wenn das eigene Kind stirbt, bleibt ein unermesslicher Schmerz zurück. Auf der Sonneninsel in Seekirchen gibt es eine Trauergruppe für betroffene Eltern.



12

Integration der Stille

Die neu gebaute Josef-Rehrl-Schule in Lehen ist einzigartig in Österreich. Hier besuchen gehörlose und hörende Kinder gemeinsam den Unterricht.



14

One Billion Rising

Diese Bewegung setzt sich gegen Gewalt an Frauen ein.

Thema: **STILL**

4 **Wenn es zu laut wird**
Cartoon

5 ...

Frage des Monats

6 **Leise Menschen und ihre Stärken**
Interview mit der Autorin Sylvia Löhken

10 **Wenn das eigene Kind verstirbt**
Schmerzhaftes Stille

12 **Mit den Augen hören**
Die Josef-Rehrl-Schule in Salzburg

14 **Miteinander**
Das Mann-Frau-Klischee aufbrechen

22

Schriftsteller trifft Verkäufer

Diesmal hat der Autor Manfred Goak mit dem Verkäufer Costel Barbu gesprochen.



27

Apropos-Rezept

Joy Omobude zeigt das Rezept für ihr Lieblingsgericht: Reis mit afrikanischer Spinatsoße.

**SCHREIBWERKSTATT**

Platz für Menschen und Themen, die sonst nur am Rande wahrgenommen werden.

15 **Hanna S.**

16 **Andrea Hoschek**

17 **Rudi Plastinin**

18 **Monika Fiedler**
Sonja Stockhammer

19 **Georg Aigner**
Evelyne Aigner

20 **Kurt Mayer**

21 **Chris Ritzer**

AKTUELL

22 **Schriftsteller trifft Verkäufer**
Schriftsteller Manfred Goak hat Costel Barbu getroffen.

24 **Kultur-Tipps**
Was ist los im Februar

25 **gehört & gelesen**
Buch- und CD-Tipps zum Nachhören und Nachlesen

26 **Kolumne: Robert Buggler**
Leserin des Monats

27 **Apropos-Rezept**
Diesmal von Joy Omobude

VERMISCHT

28 **Apropos-Kreuzworträtsel**

29 **Redaktion intern**
Impressum

30 **Kolumne: Mein erstes Mal**
Michael König

31 **Chefredaktion intern**
Vertrieb intern

Grundlegende Richtung

Apropos ist ein parteiunabhängiges, soziales Zeitungsprojekt und hilft seit 1997 Menschen in sozialen Schwierigkeiten, sich selbst zu helfen. Die Straßenzzeitung wird von professionellen JournalistInnen gemacht und von Männern und Frauen verkauft, die obdachlos, wohnungslos und/oder langzeitarbeitslos sind. In der Rubrik „Schreibwerkstatt“ haben sie die Möglichkeit, ihre Erfahrungen und Anliegen eigenständig zu artikulieren. Apropos erscheint monatlich. **Die VerkäuferInnen kaufen die Zeitung im Vorfeld um 1,50 Euro ein und verkaufen sie um 3 Euro.** Apropos ist dem „Internationalen Netz der Straßenzzeitungen“ (INSP) angeschlossen. Die Charta, die 1995 in London unterzeichnet wurde, legt fest, dass die Straßenzzeitungen alle Gewinne zur Unterstützung ihrer Verkäuferinnen und Verkäufer verwenden.

Preise & Auszeichnungen

Im März 2009 erhielt Apropos den René-Marcic-Preis für herausragende journalistische Leistungen, 2011 den Salzburger Volkskulturpreis & 2012 die Sozialmarie für das Buch „Denk ich an Heimat“ sowie 2013 den internationalen Straßenzzeitungs-Award in der Kategorie „Weltbester Verkäufer-Beitrag“ für das Buch „So viele Wege“. 2014 gewann Apropos den Radiopreis der Stadt Salzburg und die „Rose für Menschenrechte“. 2015 erreichte das Apropos-Kundalini-Yoga das Finale des internationalen Straßenzzeitungs-Awards in der Kategorie „Beste Straßenzzeitungsprojekte“. 2016 kam das Sondermagazin „Literatur & Ich“ unter die Top-5 des INSP-Awards in der Kategorie „Bester Durchbruch“. 2019 gewann Apropos-Chorleiterin Mirjam Bauer den Hubert-von-Goisern-Preis – u.a. für den Apropos-Chor.

**Editorial****STILL**

Liebe Leserinnen und Leser!

Ich liebe sie, die Stille. Und jeden Tag besuche ich sie, sobald ich aufgewacht bin. Schon seit vielen Jahren meditiere ich am Morgen. Anfangs ist es mir nicht leichtgefallen, denn zu viele Gedanken fetzten in meinem Kopf herum, aber ich blieb dran. Mittlerweile reicht schon das Einstimmen mit einem Mantra, damit sich mein Körper und mein Geist entspannen. Noch immer tummeln sich Gedanken, aber ich lasse mich nicht mehr so leicht von ihnen ablenken oder beherrschen.

Auch Bestseller-Autorin Sylvia Löhken nutzt die Kraft der Meditation, um ihre innere Mitte zu stärken. Vor allem introvertierten Menschen hilft sie enorm, die von außen einflutenden Sinnesreize besser zu verarbeiten. Löhkens Buch „Leise Menschen – große Wirkung“ wurde ein Weltenerfolg, weil sich viele Menschen darin erleichtert wiederfanden. Während in vielen Gesellschaften extrovertierte Menschen mit ihren Fähigkeiten der Kontaktfreudigkeit, des Selbstmarketings und selbstbewussten Sich-Durchsetzens als erfolgreich gelten, werden introvertierte Stärken wie in die Ruhe zu gehen, sich zu konzentrieren und Klarheit inmitten komplexer Situationen zu finden immer wieder verkannt. Löhken ist es daher ein großes

Anliegen, zu vermitteln, wie sich diese Stärken erkennen und leben lassen, damit sie zur Kraftquelle im eigenen Leben werden (S. 6–9).

Letztlich geht es immer um die Integration von Gegensätzen. Die Josef-Rehrl-Schule in Lehen versammelt als einzige Schule Österreichs gehörlose und hörende Schüler*innen unter einem Dach und baut somit eine Brücke zwischen der Welt der Stille und der Geräusche (S. 12/13).

Aus der Stille heraus Gehör zu finden ist heilsam. Das dürfen Eltern, die ihre Kinder verloren haben, in der Sonneninsel Seekirchen erfahren. Nach dem Tod ihrer Kinder umgibt sie vielfach eine schmerzende Stille, weil die Ohnmacht vieles unsagbar macht. Trauergruppen helfen ihnen dabei, einen Ort für ihren Schmerz zu finden (S. 10).

Vor allem die Stille der Natur ist ein guter Ort, um sich wieder aufzuladen, ist unsere Schreibwerkstatt überzeugt. Vor allem dann, wenn der Frühling naht.

Herzlichst, Ihre


Michaela Gründler
Chefredakteurin
michaelagrueundler@apropos.or.at



Das Bedürfnis nach Stille

WENN ES ZU LAUT WIRD

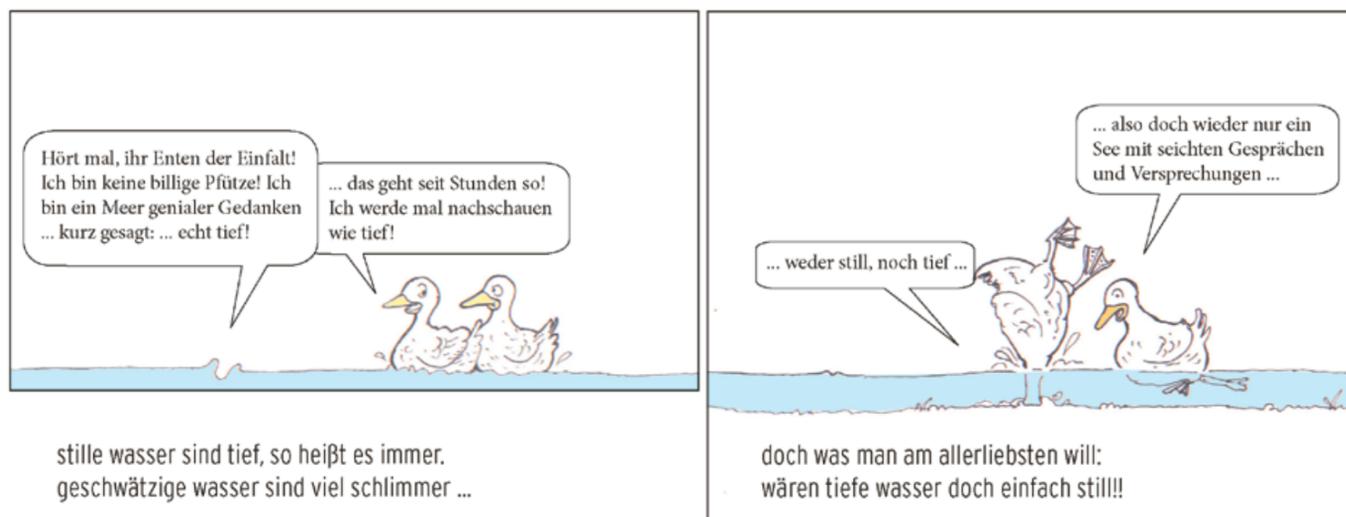
von Christine Gnahn

Der Presslufthammer hämmert, Autos hupen, das Flugzeug dröhnt. Neben Begriffen der Umweltverschmutzung und der Lichtverschmutzung gibt es einen weiteren berechtigten: Lärmverschmutzung. „Kurzfristiger Lärm führt zu einer kurzfristigen Minderung des Gehörs“, erklärt Hanns Moshammer, Leiter des Bereichs Umweltmedizin und Umwelthygiene an der Medizinischen Universität Wien, „auf Dauer führt Lärm dazu, dass Sinneszellen absterben,

die nicht nachgebildet werden.“ Nicht nur die Lautstärke spielt eine gesundheitliche Rolle. „Wer einmal mit einer Gelse im Zimmer die Nacht verbracht hat, weiß, dass selbst ein leises Geräusch um den Schlaf bringen kann.“ Gerade wer sich in der Nacht nicht erholen könne, sei in seinem Gehör und auch seiner allgemeinen Gesundheit besonders gefährdet. Sowohl ein Geräusch, das bei Tag stört, als auch eines, das in der Nacht nicht schlafen lässt, lässt Stress im Körper entstehen. Moshammer

appelliert an die Politik und Bauverantwortliche, Gebäude so zu errichten, dass (Nacht-)Ruhe gewährleistet werden kann – auch weil das für das soziale Zusammenleben unabdingbar sei. „Wenn es laut ist, werden Menschen aggressiver.“ Den Menschen selbst empfiehlt er, sich Möglichkeiten zu suchen, mit Stressgefühlen umzugehen – mit Spaziergängen, Kirchenbesuchen, Yoga, oder was auch immer guttut. Und wieder für Stille im Kopf sorgt. <<

Der APROPOS-Cartoon von Arthur Zgubic®



von Hans Steininger

..., kein Flugzeugbrummen, kein quiekendes Kind, keine keifende Alte, kein renitenter Greis; kein kläffender Hund, kein Fußballfangejohle, keine Demoparolen, keine Protestsongs; kein Rasenmäher, kein Laubbläser, keine kreischende Motorsäge; kein blubbernder Achtzylinder, kein Reifenquietschen, keine Fahrradklingel, kein

Tatütata; kein Beethoven oder Mozart oder McCartney, kein Sopran, Alt, Tenor oder Bass, keine Orgel; kein Donner, kein rauschender Gebirgsbach, keine originellen Klingeltöne; kein Hummelbrummen, kein Gesang von Lerche oder Nachtigall. Nicht mal wachsendes Gras. Nichts. So wird's sein, wenn alles aus wird sein. <<



Wie kommen Sie zur Ruhe?

Titelinterview

DIE STILLEN UNTER UNS



Foto: Sylvia Löhken

„Es tut unserer heutigen Welt unheimlich gut, die Stille nicht nur auszuhalten, sondern auch zu kultivieren.“



STECKBRIEF

NAME Sylvia Löhken
IST Lernende
SUCHT Sicherheit, gute Schokolade
FINDET zu viele gute Bücher
FREUT SICH über Resonanz
ÄRGERT SICH möglichst wenig.
 Und wenn doch: Fragt sich, was anders sein sollte. Ändert es dann, wenn es geht.

Titelinterview mit Bestseller-Autorin Sylvia Löhken
 von Chefredakteurin Michaela Gründler

In einer lauten Welt verschaffen sich auch leisere Menschen gut Gehör – vorausgesetzt, sie wissen um ihre Stärken. Bestseller-Autorin Sylvia Löhken erzählt im Apropos-Interview, weshalb stille Menschen oft das geheime Zentrum einer Gruppe sind, wie sie sich im Unterschied zu Extrovertierten am besten regenerieren und weshalb die meisten Nobelpreisträger Introvertierte sind.

Was bedeutet für Sie Stille?

Sylvia Löhken: Stille ist für mich ein Kraftort, an dem ich meine Batterien wieder aufladen kann und in dem sich meine besten Ideen entwickeln.

Wie kommen Sie in die Stille?

Sylvia Löhken: Indem ich weggehe von allem Betriebsamen. Das funktioniert sehr gut in der Natur oder auch am Schreibtisch. Die Voraussetzung dafür ist, dass keine Menschen da sind. Das bedeutet nicht, dass ich keine Menschen mag. Es ist nur am besten möglich, die Kraft der Stille zu entdecken, wenn keine Impulse oder Stimulationen von außen kommen.

Sie sprechen gerne von leisen Menschen. Was ist ein leiser Mensch?

Sylvia Löhken: Ein leiser Mensch ist nach innen gewandt, seine Energie richtet sich nach innen. Er macht vielleicht viele Worte, aber er braucht immer wieder die Stille, um sich aufzuladen.

Sie haben den Bestseller „Leise Menschen – starke Wirkung“ geschrieben, der 500.000 Mal verkauft und in 30 Sprachen übersetzt wurde. Weshalb hat Ihr Buch derart eingeschlagen?

Sylvia Löhken: Wahrscheinlich, weil es in der Luft lag. Manchmal poppt eine Idee unabhängig voneinander zur gleichen Zeit an unterschiedlichen Orten auf. Als ich mein Buch 2012 veröffentlichte, erschien auch das Buch „Still. Die Kraft der Introvertierten“ der Amerikanerin Susan Cain. Ich denke, dass viele leise, introvertierte Menschen sehr erleichtert waren, dass mit ihnen alles in Ordnung ist, auch wenn sie dem gängigen Persönlichkeits-Ideal eines extrovertierten Erfolgsmenschen nicht entsprechen. Unsere Gesellschaft vermittelt uns oft, dass es extrovertierte Stärken sind, die ein erfolgreiches Leben ermöglichen. Nämlich, sich gut zu präsentieren und einen starken ersten Eindruck zu hinterlassen – etwas, das Extrovertierte mit Leichtigkeit beherrschen. Dabei haben leise Menschen enorme Stärken. Es geht darum, diese wie einen Schatz zu heben.

Wie schaut dieser Schatz aus?

Sylvia Löhken: Gehirne von introvertierten und extrovertierten Menschen haben eine andere Gehirnstruktur, das lässt sich mittels Scanner-Bildern gut ablesen. Leise Menschen sind vorsichtig, überlegend und prüfen, ob sie alles haben, um Dinge zu lösen. Sie können zuhören und haben die Stärke des beharrlichen Dranbleibens. Laute Menschen sind manchmal nicht so erfolgreich, weil sie schnell ungeduldig werden und die Flinte ins Korn werfen.

Viele der erfolgreichsten Menschen auf diesem Planeten sind introvertiert. Eine leise Stärke ist es, in die Ruhe zu gehen, sich zu konzentrieren und Klarheit inmitten komplexer Situationen zu finden. Es tut unserer heutigen Welt unheimlich gut, die Stille nicht nur auszuhalten, sondern auch zu kultivieren. Oft sind leise Menschen der Fels in der Brandung und das geheime Zentrum einer Gruppe. Unabhängigkeit ist eine weitere Stärke. Sie heulen nicht mit den Wölfen, sondern machen sich eigene Gedanken und kommen daher zu spannenden, tiefgründigen Ergebnissen. Und sie können sich schriftlich gut ausdrücken und schreiben gerne. Wenn ich die Wahl zwischen Mail oder Telefon habe in der Kommunikation, wähle ich immer die Mail. Hier kann ich strukturieren, was und wie ich ausdrücken möchte, und muss weder sofort antworten noch reagieren.

Inwiefern sind Introvertierte oft das geheime Zentrum einer Gruppe?

Sylvia Löhken: Introvertierte sprechen in Gruppensituationen eher selten. Sie hören jedoch sehr gut zu und dienen somit der Gruppe, indem sie die wesentlichen Zusammenhänge erfassen, strukturieren und gut auf den Punkt bringen. Auch ihr Einfühlungsvermögen ist sehr gut ausgeprägt. Sie können sich gut in ihr Gegenüber hineinversetzen und überlegen, was die andere Person braucht, damit es ihr gut geht. Sie spüren sehr viel Atmosphärisches, das zwischen Menschen abläuft, und versuchen allfällige Spannungsverhältnisse aufzulösen.

Was macht einen introvertierten Menschen aus?

Sylvia Löhken: Sie fühlen sich zur inneren Welt des Denkens und Fühlens hingezogen. Sie benötigen mehr Rückzug und Ruhe, um äußere Eindrücke zu verarbeiten und sich zu erholen. Das limbische System reagiert in Intro-Gehirnen im Vergleich zu Extro-Gehirnen empfindlicher auf Umweltreize. Deshalb geraten Intros durch Neues und Unerwartetes leichter in Stress und empfinden Risiken intensiver. Sie haben daher ein erhöhtes Sicherheitsbedürfnis, wollen gerne alles richtig machen und achten daher schon von klein auf, was den anderen wichtig ist, wie sie ticken und welche Bedürfnisse sie haben. Sie sind sensibel gegen allzu grelles Licht, Lautstärke und große Menschenmengen. Dafür mögen sie es, wenn sie in Ruhe nachdenken können, und sind dabei sehr analytisch. Ihre größten kreativen Leistungen erbringen sie in der Stille. Sie können sich sehr gut konzentrieren, lassen sich nicht so leicht ablenken und sind beharrlich. Nicht umsonst sind so viele Nobelpreisträger Introvertierte. Introvertierte sind dabei nicht unbedingt schüch-



LEISE MENSCHEN - STARKE WIRKUNG
Wie Sie Präsenz zeigen und Gehör finden.
Sylvia Löhken
Gabal Verlag
25,60 Euro

8 [STILL]



LEISE MENSCHEN - GUTES LEBEN
Das Entwicklungsbuch für introvertierte Persönlichkeiten
Sylvia Löhken
Gabal Verlag
25,60 Euro

tern. Es bedeutet einfach, dass ihre Aufmerksamkeit nach innen gerichtet ist.

Und wie ticken Extrovertierte?

Sylvia Löhken: Extrovertierte Menschen brauchen viele Reize und Stimuli von außen. Sie probieren gerne Dinge aus und reden über das, was sie noch nicht wissen. Sie regenerieren sich am besten in Gesellschaft von anderen, sind unterhaltsam und risikobereit. Sie lassen sich von Belohnungen leichter locken und wagen auch Ungewöhnliches, um diese zu bekommen. Während die Intros ihre Kraft im Innen tanken, sammeln die Extros wie ein Windrad die Energie von außen.

Sie schreiben, dass unsere Gesellschaft auf die Extros ausgerichtet ist. Inwiefern?

Sylvia Löhken: Das hat historische Gründe. Früher haben die Menschen in einem Dorf gelebt und normalerweise immer dieselben Menschen getroffen. Als sich Menschen dann in Städten zusammenschlossen, kannten sie sich untereinander kaum mehr. Wer neue Leute traf, war viel stärker darauf angewiesen, einen guten ersten Eindruck zu machen und sich selbstsicher zu präsentieren, damit die anderen einen akzeptieren und gut finden. Auf einmal waren extrovertierte Menschen im Vorteil, weil sie leichter und gerne auf andere Menschen zugehen können. Sie charismieren, beeindrucken, versprechen ... etwas, das Introvertierte nicht so gerne machen. Es hat sich also kulturell dahingehend entwickelt, dass es den Anschein hat, als ob die Extros klüger und erfolgreicher wären. Ich weiß allerdings gar nicht, ob das noch immer der Fall ist. Denn viele der erfolgreichsten Menschen sind Introvertierte: Bill Gates, Mark Zuckerberg oder Steve Wozniak, der den Apple-Computer entwickelt hat.

Was hilft einem introvertierten Menschen, seinen Platz in einer Gesellschaft zu finden, die extrovertierte Stärken erfordert, ohne sich verbiegen zu müssen?

Sylvia Löhken: Es geht vor allem darum zu erkennen, dass ich als introvertierter Mensch meine Stärken habe und so wie ich bin, in Ordnung bin – statt sich zu denken: „Ich bin nicht gut genug, sollte mehr sprechen, interessanter erzählen, mehr Kontakt aufnehmen ...“ Viele Introvertierte sind sehr unabhängig und benötigen weniger Disziplin als Extrovertierte, weil sie sich von äußeren Verlockungen weniger reizen lassen und konzentriert bei einer Sache dranbleiben. Sie brauchen auch weniger Feedback von

außen, um ihren Aufgaben nachzugehen. Es geht also darum, mit seinem zurückhaltendem Selbst Frieden zu schließen und dennoch zu lernen, mutig für sich einzutreten und sich auszudrücken.

Mit welchen Themen kommen introvertierte Menschen zu Ihnen ins Coaching? Gibt es einen gemeinsamen Nenner?

Sylvia Löhken: Viele Menschen kommen zu mir, weil sie sich in Gruppensituationen nicht wahrgenommen fühlen: „Ich komme nicht vor“ oder „Es hört mir niemand zu“, beklagen viele. Ich helfe ihnen dann, Strategien zu entwickeln, dass sie ihre reiche Innenwelt zeigen können und bei Themen, die wichtig sind, sichtbar werden. Zudem haben viele den Eindruck, dass sie nicht gut vernetzt sind, wobei das oftmals nicht stimmt. Wenn ich als Introvertierter auf eine Veranstaltung komme, wo ich kaum jemanden kenne, denke ich mir: „Mist, ich müsste eigentlich Menschen ansprechen“, und baue mir innerlich enorme Hürden auf. Extrovertierte haben damit kein Problem, sie quatschen einfach Menschen an und fühlen sich auch wohl dabei. Es gibt schöne Methoden, wie ich als Introvertierter mit Unbekannten netzwerken kann. Wenn ich jemanden kennenlernen möchte, kann ich einen Blick auf die Einladungsliste werfen und vorab eine Nachricht schicken, um mich für die Veranstaltung zu verabreden. Ich kann jemanden bitten, mich anderen Menschen vorzustellen. Introvertierten fällt es einfach leichter, mit einem einzelnen Menschen ein gutes Gespräch zu führen als mit vielen ein oberflächliches. Sie reden nicht gerne über das Wetter oder über Smalltalk. Sie gehen lieber mit einem Gesprächspartner in die Tiefe.

Wie bringt man Introvertierte zum Reden? Oder wie bringen sich diese selbst zum Reden?

Sylvia Löhken: Es ist dabei weniger wichtig, zu denken: „Wie komme ich zu Wort“, sondern sich die Frage zu stellen: „Wie bringe ich jetzt gut das Thema vorwärts?“ Wenn es nicht um sie als Person, sondern um ein ihnen wichtiges Thema geht, können sie ihr Anliegen besser vertreten, weil es den Druck aus ihrem System nimmt, sich „verkaufen“ zu müssen.

Wichtig ist also die Erkenntnis, wie man als Introvertierter tickt – und auch ausreichend Ruhephasen einbaut, um die zahlreichen Reize verarbeiten zu können? Wie regenerieren Intros am besten?

Sylvia Löhken: In der Stille. Ruhe kann innerlich und äußerlich sein. Äußere Ruhe ist vor allem die Abwesenheit von Hetze und Überstimulation. Wenn man das weiß, kann man im Alltag immer wieder Regenerationsnischen für sich einbauen. Denn erst, wer in die innere Ruhe kommt, hat die Eintrittskarte in ein gutes



STILL. DIE KRAFT DER INTROVERTIERTEN
Susan Cain
Goldmann Verlag
10,30 Euro

[STILL] 9



STILLE. 9 PORTRÄTS
Micky Kaltenstein
Verlag Anton Pustet
19,95 Euro
(Rezension auf Seite 25)

Leben. Ich nenne das Mußezeit. Das kann ein gutes Buch sein, ein Spaziergang in der Natur, Tagträumen, ein Mittagsschlaf oder meditieren. Oft helfen auch Rituale, denn wenn sie etwas regelmäßig tun, ist es nicht anstrengend. Und ganz wichtig: in sich hineinhorchen und sich selbst gegenüber empathisch sein.

In vielen Bereichen sind Großraumbüros auf dem Vormarsch. Was bedeutet das für einen leisen Menschen?

Sylvia Löhken: Großraumbüros wurden erfunden, weil sie billiger sind. Man braucht für viele Menschen weniger Platz. Damit kommen Extrovertierte sehr gut zurecht, für sie ist es eine stimulierende Arbeitsumgebung. Für leise Menschen ist dies hingegen eine schwierige Arbeitssituation. Sie werden ständig überstimuliert, weil jemand anderer telefoniert oder spricht. Sie können in einem solchen Umfeld keine gute Leistung erbringen oder gar einen klaren Gedanken fassen. Daher brauche ich als Introvertierter Phantasie, um ausreichend für mich zu sorgen, damit ich gut arbeiten und zu guten Ergebnissen kommen kann. Für komplizierte Dinge kann ich Homeoffice beantragen, ich kann mich in einen leeren Konferenzraum setzen und sagen, dass ich in drei Stunden wieder im Großraumbüro bin.

Teamarbeit wird im Schulbereich und im Arbeitsleben großgeschrieben, während Introvertierte besser und lieber alleine arbeiten wollen. Was ist ein gangbarer Mittelweg?

Sylvia Löhken: Teamarbeit und gemeinsames Brainstorming sind vor allem für extrovertierte Menschen geeignet, die meistens Stimulation, Bewegung und Gruppenarbeit mögen. Während Extros während des Redens auf ihre Ideen stoßen, wollen Introvertierte erst nachdenken, bevor sie etwas aussprechen. Für sie bedeutet ein Format wie Brainstorming künstlich erzeugten Stress. Sie ziehen Frontalunterricht und Einzelarbeit vor. Da gilt es eine gerechte Mischung zu finden.

Durch das Internet haben nun auch stille Menschen eine Bühne, sich ihrem Wesen gemäß präsentieren zu können – durch die Möglichkeit, mit dem geschriebenen Wort eine größere Anzahl von Menschen zu erreichen.

Sylvia Löhken: Mark Zuckerberg hat als Introvertierter Facebook erfunden, weil er Frauen kennenlernen wollte. Die virtuelle Welt bietet leisen Menschen die Möglichkeit, sich zu präsentieren und in Kontakt zu bleiben ohne großen Energieaufwand und zu ihren Bedingungen. Darin liegt allerdings auch eine gewisse Gefahr: denn das Internet sollte nie persönliche Kontakte ersetzen.

Was können Extrovertierte von Introvertierten lernen und umgekehrt?

Sylvia Löhken: Zu erkennen, was der jeweils andere gut kann, und diese Qualitäten gemeinsam nutzen. Ich habe einmal für eine Unternehmensberatung gearbeitet. Bei einem Kunden hatten wir das Thema, dass sie hervorragende Programmierer hatten, die exzellente technische Lösungen für ihre Kunden entwickelten, aber beim Pitchen – der Präsentation eines Konzepts beim Kunden – nicht so gut ankamen. Auf der anderen Seite hatten sie Vertriebsmitarbeiter, die exzellent im Pitchen waren, aber beim Kunden oft abschmierten, wenn technische Details gefragt waren. Mittlerweile gehen sie immer zu zweit zu Terminen. Der extrovertierte Vertriebler flasht die Kunden mit einer tollen Präsentation, während der IT-Experte mit technischen Detailfragen brilliert.

Manche Extros sind eigentlich Intros ... Weshalb?

Sylvia Löhken: Sie haben sich angepasst, um auch dazuzugehören. Ihr aktives Sprachzentrum vermittelt den Anschein, dass sie zu den extrovertierten Menschen gehören. Sie verhalten sich in bestimmten Situationen wie Extrovertierte, die Anstrengung kostet sie aber Energie. Wer weiß, dass er im Grunde genommen ein Intro ist, kann auf dessen Kraftquelle zurückgreifen: Rückzug, Ruhe, Stille. Die Hälfte der Menschheit sind Introvertierte,

das fällt nur weniger auf. Es ist gut zu wissen, zu welchem Typ man gehört, weil man dann leichter seine Energiereserven auftanken kann.

Wie finden Sie am besten in die Stille?

Sylvia Löhken: Ich meditiere täglich und achte auf meine Alleinzeiten. Wenn ich auswärts ein Seminar gebe, achte ich darauf, dass ich am Vorabend nicht mit Kunden ausgehe, sondern Sorge dafür, dass ich Ruhephasen im Hotel habe. Das tut mir unheimlich gut und ist der Garant dafür, dass ich gut für die Teilnehmer da sein kann.

Was raten Sie sowohl leisen wie auch lauten Menschen?

Sylvia Löhken: Mein Lieblingsmotto stammt von einer Extrovertierten: Finde raus, wer du bist, und dann tue es mit Absicht. <<



NAME Magdalena Lublasser-Fazal
LEBT inmitten wunderbarer Individuen
MAG Menschen
WÜNSCHT allen Lesern ausreichend Zeit zum Lesen

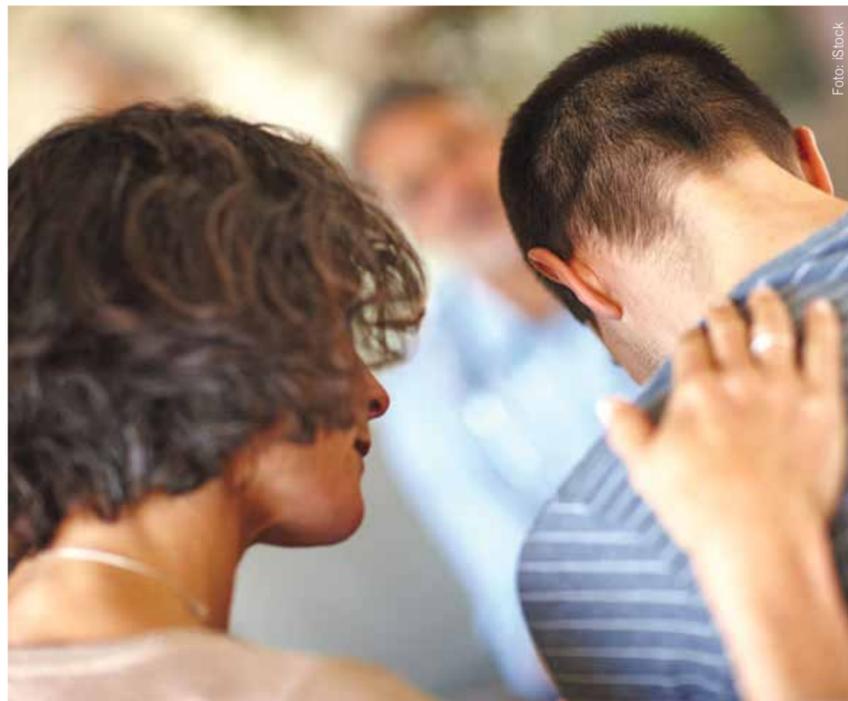


Foto: iStock

Es braucht Zeit und Raum für den Schmerz und die Trauer von Eltern, die ein Kind verloren haben.

Schmerzhaftes Stille

WENN DAS EIGENE KIND VERSTIRBT

Auf der Sonneninsel Seekirchen gibt es eine Trauergruppe für Eltern, deren Kind verstorben ist. Dort finden sie Raum für ihre Trauer.

von Magdalena Lublasser-Fazal

Echte Stille kann etwas wunderbar Befreiendes mit sich bringen. Sie kann uns den Raum geben, den wir brauchen, um wieder zu uns zu finden. Gerade in hektischen Zeiten sehnen wir uns nach Stille, unsere Sinne sind schlichtweg überfordert von der permanenten Reizüberflutung. Doch es gibt da auch diese schmerzende Stille. Etwa, wenn ein geliebter Mensch nicht mehr da ist und seine Worte, sein Dasein, seine Geräusche einfach fehlen. Wir alle wissen: Abschiede gehören zum Leben dazu und so unvorhersehbar das Leben auch sein mag, der Tod begrenzt unser aller Sein. Wir können mit dieser schmerzlichen Tatsache hadern, können uns davor fürchten, sie verdrängen, daran verzweifeln. Doch wenn wir unser Leben weiter leben möchten, durchleben wir auf ganz persönliche Weise einen Trauerprozess, um danach langsam, Schritt für Schritt wieder zurückzukommen in die alte, neue Welt, in der ein wichtiger Teil fehlt. So schmerzhaft ein Verlust eines lieb gewonnenen Menschen ist, wir wissen: Der Tod gehört zum Leben dazu.

Wenn das eigene Kind verstirbt, bleibt Ohnmacht zurück. Der Schmerz, den dieser Verlust hinterlässt, ist unermesslich. „Stirbt ein Kind vor seinen Eltern, dann ist das gegen die natürliche Entwicklung“, erklärt Silvia Dovits. Die Klinische Psychologin

und Systemische Familientherapeutin ist seit mehr als zehn Jahren für die Salzburger Kinderkrebshilfe tätig. „Eltern haben oft das Gefühl, ihrer Aufgabe nicht gerecht geworden zu sein: Ihr Kind beim Aufwachsen zu begleiten und es zu beschützen.“

Nach dem Tod des eigenen Kindes durchlebt jedes Familienmitglied einen sehr individuellen Trauerprozess. „Wir sprechen heute von Traueraufgaben“, erklärt die Betroffenen-Expertin. „Der Trauerweg findet niemals linear statt, vielmehr werden manche Traueraufgaben mehrmals durchlebt.“ Zu diesen Aufgaben gehört es, den Verlust des geliebten Kindes zu begreifen, die heftigen Emotionen zu erleben und mit ihnen umgehen zu lernen und das Geschehene zu akzeptieren. Eine wichtige Traueraufgabe besteht darin, einen (inneren oder äußeren) Ort für die Trauer um ihr verstorbenes Kind zu finden. „Trauer hat in unserer Gesellschaft keinen Platz“, sagt ein betroffener Vater. Nach dem Tod des Kindes reagiert das Umfeld erst hochsensibel und zurückhaltend, bald wird jedoch kaum mehr darüber gesprochen. Familienmitglieder, Arbeitskollegen und Bekannte sind meist überfordert und wissen nicht, wie sie mit diesem schwierigen Thema umgehen sollen. Betroffene fühlen sich häufig alleine gelassen.

In der Trauergruppe, die Silvia Dovits auf der Sonneninsel Seekirchen leitet, finden Eltern und Geschwisterkinder Raum für ihre Trauer. „Die innere Beziehung bleibt auch über den Tod hinaus bestehen“, weiß die Therapeutin. In regelmäßigen Abständen treffen sich Familien aus ganz Österreich, um über ihr verstorbenes Kind zu sprechen. Hier finden Menschen zusammen, denen „das Leben die gleiche Aufgabe gestellt hat“. Innerhalb der Gruppe gibt es ein starkes Wir-Gefühl und viel Platz für alles, was kommt. Ein Schwerpunkt ist auch die Frage „Wie werden wir wieder eine Familie?“ Für die meisten Eltern ist dies der einzige Ort, an dem sie wirklich offen trauern können. Die Eltern sind als Betroffene selbst die Experten, Silvia Dovits bereitet ihnen einen sicheren Raum, um sie auf ihrem Trauerweg zu unterstützen und sie für den Alltag zu stärken. Still ist es selten bei diesen Treffen. Vielmehr ist die Freude über die gemeinsamen Erlebnisse und Erinnerungen allgegenwärtig. <<

INFO Sonneninsel

Sonneninsel 1
5201 Seekirchen
+43 6212 31 001

office@sonneninsel.at
www.sonneninsel.at



Das ist Miha.
Miha verkauft *Kralji Ulice* in Slowenien.

Ihr Verkäufer ist einer von mehr als 9.000 Verkäufern in 35 Ländern, die jeden Tag Straßenzeitungen verkaufen.

Sie gehören zu den mehr als 4 Millionen Lesern weltweit, die Straßenzeitungen unterstützen und so Leben verändern.

Danke.

#VendorWeek
3-9 Februar 2020

[insp] International Network of Street Papers

insp.ngo

Sie setzen sich gegen die Gewalt an Frauen ein: die Demonstrierenden des One Billion Rising. Im Endeffekt geht es um die Gleichberechtigung beider Geschlechter.

DAS MANN-FRAU-KLISCHEE AUFBRECHEN

von Christine Gnahn

Der 14. Februar ist vielen Menschen ein bekanntes Datum: An diesem Tag ist Valentinstag. Entsprechend dekoriert mit Herzen und Rosen finden sich diverse Geschäfte und Produkte. Tatsächlich kommt dem 14. Februar jedoch eine weitere Bedeutung zu: Es ist der Tag des „One Billion Rising“, an dem jedes Jahr Frauen auf der ganzen Welt auf die Straße gehen, um für ein gewaltfreies Leben für Frauen und Mädchen zu demonstrieren. Vergangenes Jahr waren es rund eine Milliarde Teilnehmerinnen. „Jede fünfte Frau in Österreich wird im Laufe ihres Lebens Opfer von Gewalt“, erklärt Alexandra Schmidt vom Frauenbüro Salzburg, „das zeigt, dass wir das Thema Gewalt ganz grundsätzlich thematisieren müssen – und die Tatsache, dass Gewalt keine Lösung ist.“

Zum Anlass des „One Billion Rising“ veranstaltet das Frauenbüro Salzburg heuer zwei Filmabende im Das Kino. So wird am 14. Februar „Die Dohnal“ präsentiert – ein Film über die erste Frauenministerin Österreichs, Johanna Dohnal. „Liebes:Leben“ heißt wiederum der zweite Film, der am 17. Februar gezeigt wird: Ein Film, der sich mit dem selbstbestimmten Leben von Frauen auseinandersetzt, nachdem sie Gewalt erlebt haben. „Wir haben die beiden Filme gewählt, weil sie für die Stärkung, das ‚Empowerment‘, von Frauen stehen und nicht etwa Frauen nur als Opfer darstellen.“ Es gehe darum, ein Leben frei von Gewalt auf eine positive Weise zu zeigen. An beiden Filmabenden wird es zu Gesprächen kommen – am 14. Februar mit Regisseurin Sabine Derflinger und am 17. Februar mit Regisseurin Carola Mair, Renee Mader vom Gewaltschutzzentrum Salzburg, Eva Goetz von KOKO Salzburg und Michael Eichinger von der Kriminalprävention des Bezirkspolizeikommandos Vöcklabruck. „Wir haben noch immer viel zu tun, um weltweit und auch in Österreich eine Gleichstellung von Frauen und Männern in der Gesellschaft zu erreichen“, sagt Schmidt. Denn das sei die Grundbedingung, um gegen sexualisierte

Gewalt anzukommen. So könne sich eine Frau, die finanziell unabhängig von einem Mann sei, im Falle einer Gewaltbeziehung leichter befreien.

Ein moderner Feminismus bezieht laut Schmidt jedoch nicht nur die Gleichberechtigung der Frau, sondern auch des Mannes ein. „Noch immer haben wir eine binäre Verteilung der Geschlechterrollen, nach dem Motto: rosa für Mädchen und blau für Jungs. Die Vielfalt der Möglichkeiten ist dabei derzeit für Mädchen eher höher als für Buben. Während zahlreiche Initiativen sich beispielsweise darum bemühen, einstige Männerberufe, wie im technischen Bereich, Mädchen näherzubringen, wird der Bub, der sich ein Glitzerkleid anziehen möchte und sich mehr für Puppen als für Autos interessiert, eher schief angesehen.“

Dies führe sich im Erwachsenenalter fort, insbesondere auch in Hinsicht auf die Elternrolle. Das Ziel könne nur lauten, es beiden geschlechterunabhängig zu ermöglichen, ihre Rolle als Vater und Mutter wahrzunehmen. Das wiederum würde auch bedeuten, dass Männer einen höheren Teil der unbezahlten Arbeit wahrnehmen. Eltern empfiehlt Schmidt, ihre Kinder ohne Geschlechterklischees zu erziehen. Dazu gehöre, sie zum Ausdruck ihrer Gefühle zu ermutigen, ihnen positive weibliche und männliche Rollenvorbilder zu zeigen, ihnen sehr unterschiedliche Aktivitäten und Hobbys nahezubringen und vieles mehr. Im Endeffekt sei Gewalt auch das Ergebnis der Erziehung in einer Gesellschaft. „Je mehr Männer und Menschen allgemein sich mit dem Thema auseinandersetzen und sich klar dazu bekennen, dass Gewalt nicht in Ordnung ist, desto näher kommen wir unserem Ziel einer gewaltfreien Welt. Für Männer und für Frauen.“ <<



Am 14. Februar gehen Frauen (und Männer) auf der ganzen Welt auf die Straße, um gegen Gewalt an Frauen und Mädchen zu protestieren.

Schreibwerkstatt-Autorin Hanna S.



HANNA S. mag das einfache Leben

Auszeit

Das Feuer prasselt im Ofen, sonst ist nichts zu hören. Ringsherum nur Stille – echt angenehm, nach dem Wirbel in der Stadt. Die hektische Weihnachtszeit, wo unzählige Menschen die Geschäfte stürmen, um noch Geschenke zu ergattern. Die Christkindlmärkte, wo sich die Menschenmassen durchdrängeln. Der Höhepunkt war natürlich der Jahreswechsel mit den lauten Knallern und Raketen. Und da sitze ich nun in einer Almhütte, umgeben von einer zauberhaften Berglandschaft. Natur, so weit das Auge reicht.

Werfe ich einen Blick aus dem kleinen Fenster, sehe ich eine verschneite Landschaft. Alles ist so ruhig da heroben. Die Zeit vertreibe ich mir mit Stricken und Schreiben. Auch sonst ist einiges zu tun: Das Feuer soll nicht ausgehen und zwischendurch bereite ich mir Mahlzeiten zu. Diese Einfachheit genieße ich sehr.

Nun wird es Zeit für eine kleine Wanderung. Vorher jedoch muss ich mir den Weg freimachen und diesen von der Schneelast befreien. Ich ziehe mich warm an und auf geht es in diese wunderbare Landschaft. Der Schnee knirscht unter meinen Füßen und Spuren zeigen, dass ich nicht ganz alleine hier oben bin. Spuren von Rehen und Hasen vermute ich. Weit und breit ist keine Menschenseele zu sehen und ich stapfe durch den Schnee.

Die Rubrik Schreibwerkstatt spiegelt die Erfahrungen, Gedanken und Anliegen unserer VerkäuferInnen und anderer Menschen in sozialen Grenzsituationen wider. Sie bietet Platz für Menschen und Themen, die sonst nur am Rande wahrgenommen werden.

Als ich mich mitten in einem Wald befinde, sehe ich Holz herumliegen. Meinen Rucksack habe ich mit und ich beginne damit, es einzusammeln. Ich bin so vertieft darin, dass ich gar nicht merke, wie die Zeit vergeht. Plötzlich bemerke ich, dass es bereits dunkel ist. Meine Taschenlampe habe ich in der Hütte. Der Weg durch den Schnee, den ich beim hergehen gemacht habe, hilft mir, den Weg zurück zu finden.

Als ich zurückkomme, merke ich, dass das Holz im Ofen bereits abgebrannt ist. Also werde ich gleich mal einheizen. Es wird sehr schnell kalt in der Hütte. Mein gesammeltes Holz staple ich in der Nähe des Ofens auf, damit es trocknen kann. Auch meine Kleidung wird aufgehängt. Danach fülle ich einen Topf mit eiskaltem Wasser und stelle es auf den Ofen, damit ich mich später, vor dem Schlafengehen, waschen kann. Warmwasser gibt es da heroben nicht. Auch keine Dusche. Aber genau das wollte ich ja. Ich hab mir aus diesem Grund eine Almhütte ohne Komfort ausgesucht.

Es wird alles so selbstverständlich und genau dem wollte ich mich entziehen, indem ich mir eine Woche Auszeit nehme. Mit dem notwendigsten eine Woche in Ruhe leben. Das ist wunderbar. Doch morgen ist es so weit. Ich muss wieder zurück in mein Leben, zurück in die laute Stadt. Ich werde die Stille da heroben vermissen. Vielleicht verbringe ich wieder mal einen Winter in den Bergen. Weit weg von Schiliften. Weit weg von Lärm und Hast ... <<



ANDREA HOSCHEK
ist für Wildwuchs

Verkäuferin und Schreibwerkstatt-Autorin Andrea Hoschek

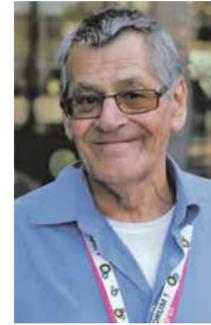
Stillsein in der Natur

Gerne säße ich einfach still da, um die Tatsache, dass ja doch nichts fehlt im Leben, das eben wichtig wäre, zu genießen. Was mich aber dann doch noch mehr freuen könnte, wäre, wenn die Menschen der natürlichen Entwicklung wieder mehr zugeneigt wären. Zum Beispiel, dass die Gänseblümchen dieselbe Lebensdauer haben dürften, wie ihnen die Gene das zugestehen, und nicht vorher abgeschnitten werden. Wir schwärmen neustens ja von den Bienen, aber auch die suchen ihre Nahrung auf Gänseblümchen. Des Menschen Taktik, alles Gewürm und alle Insekten irgendwie zu vergraulen, jahraus, jahrein, das ist nicht das richtige Frühlingserwachen. Jedes Jahr erschrecke ich an der Ödnis, die dieser Aufsichts-Rhythmus mit sich bringt. Wir sind ja eigentlich nicht mehr die Herren der uns umgebenden Natur, sondern nur noch von einem künstlichem Abklatsch aus grünen Flächen und planmäßig gesetzten Bäumen. Dieses Zerrbild reicht aber nicht aus, um all die Tiere und Pflanzen zu beheimaten, die wir eigentlich lieben.

„Ja wenn der Frühling kommt und von den Bergen schaut, wenn der Schnee im Tal und von den Wiesen taut, wenn die Vöglein singen und die Blumen blühen, dann beginnt des Frühlings schöne Zeit.“ Diese Zeilen lernten wir doch in der Schule und da war es noch wahr, dass man in den Wiesen neben den Wohnblöcken auch noch den seltenen und so herrlich inspirierenden Erdrauch fand oder auch die Kuhschelle, die einfach schön ist und heute auch als Friedhofsblume gern gepflanzt wird. Es braucht Respekt gegenüber der Natur und Stille. Denn das Stillesein in der Natur, der man so den freien Lauf lässt zu tausendfach vervielfältigendem Sein zu werden – ohne zum Gebrauchsartikel des Menschen zu verkommen –, das lässt uns voll werden mit Freude und Hoffnung.

Nachdem ich ernsthaft für Lösungen gegen die Verödung des menschlichen Seins suche, kam ich zur Erkenntnis, dass man die Beschneidung lassen muss. Wir haben ein Recht auf blühende Wiesen anstelle des Rasens. Genauso die Bienen und anderes Getier, ohne die es bald schon keine Fruchtbarkeit mehr geben wird. Darum schlage ich vor, einfach keinen Rasen mehr zu mähen, nie mehr und das verpflichtend. Am besten ist, man startet mit einem Viertel der Grünflächen, auf denen man einfach alles so wachsen lässt, wie es will. Eine Blumenwiese ansäen und fertig ist man. Das spart die Energie vom Rasenmäher, freut die Tiere und der Kinder Herz. Und mit der Zeit kann man da auch mal einen Strauch oder einen Kürbis oder gar einen Seitling gedeihen lassen: ohne Unterschriftensammlung und ohne Lärmbelästigung. Das ist die Lösung und gehört gesetzlich her. Wir haben nämlich nicht mehr so viel gesundes Naturland, dass man darauf verzichten könnte.

PS: Der Naturschutzbund meint, private Gärten sollten viel mehr Blumen und fruchtbare Sträucher anpflanzen und dadurch die Tiere wieder mehr wertschätzen. <<



RUDI PLASTININ hängt
gern seinen Gedanken
nach

Verkäufer und Schreibwerkstatt-Autor
Rudi Plastinin

In der Stille der Nacht

Wenn es Abend wird und die Stille der Nacht beginnt, erlebe ich die entspannendsten Stunden vom ganzen Tag. Den Fernseher schalte ich selten ein, drum brauche ich auch keine Fernbedienung. Und wenn es dann ganz still ist, dann spielt sich in meinem Kopf etwas ganz Unglaubliches ab. Ich schlafe nicht, ich sitze einfach im Dunkel und schließe meine Augen. Und in dem Moment beginnt das Schöne für mich. Meine Augen nehme ich dabei als Fernbedienung. Ich brauch nur mit ihnen zu zwinkern, dann sehe ich schon einen Film. Gefällt er mir nicht, zwinkere ich weiter. Und so habe ich in der Stille der Nacht viele schöne und seltene Filme wie kein anderer gesehen. Auch die Apropos-Texte fallen mir dann viel leichter ein als am Tag. Am Morgen, wenn ich aufwache, weiß ich oft nichts mehr von den vielen schönen Filmen und Gedanken. Es kommen bestimmt noch viele stille Nächte für meine unbekanntenen und interessanten Filme und Gedanken. <<

radiofabrik
107,5 & 97,3 mhz
im kabel 98,6 mhz
//radiofabrik.at//

Doom x 100



Seeds of Doom – The Misery Show

The 100th episode with Bernhard "Doomchild" Tischler

Etwas Schweres schwingt in der Luft. Zäh und träge, aber unaufhaltbar.

Doomchild, der Meister der Verdammnis, zelebriert die älteste Form des Metal: Doom.

Nunmehr hallen bereits 100 Ausgaben der Misery Show durch den Äther und decken uns mit dem Sound von Doom Metal, Proto Metal, NWoBHM und Epic Metal ein.

Zuvor hatte sich Bernhard mit 7 Jahren „Sun of the Sleepless“ schon on Air verewigt, und die Musik bleibt zeitlos hart wie eh und je.

Wie die meisten Songs dieses Genres ist auch die Sendung *Seeds of Doom* auf Englisch mit rauchig tiefer Stimme moderiert.

Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat ab 22:00 Uhr mit Slowness and Metal.

PROGRAMMTIPPS

unerhört! – Der Infonahversorger auf der Radiofabrik

Jeden DO ab 17:30 Uhr
Aktuelle Themen abseits des Mainstreams.

Wurscht! (mit Anspruch)

DO, 13.2. ab 21:00 Uhr
Es gibt viel nutzloses Wissen, Infos und Meinungen, die uns halt Wurscht sind... vermeintlich.

The IN-Crowd

SO, 2.2. ab 17:06 Uhr
Das monatliche Update für alle, die das Wort zum Sonntag nicht allzu ernst nehmen wollen.

Frühstücksradio

Jeden MO ab 6:06 Uhr
Aktuelle Themen aus Medien, Leben, Business, Hightech und Lokalsport, mit Markus Dorn.

Millennials

MI, 5.2. ab 20 Uhr
Wie ticken wir Millennials wirklich? Sophie führt euch von A wie Avocadotoast bis S wie Selfie.

Querbeet

SA, 8.2. ab 18:00 Uhr
Fesseln, verführen, er-und-anregen will Daniel Paula seine HörerInnen vor den Radiogeräten.

NoB

DO, 13.2. ab 18:00 Uhr
Die Sendung berichtet über das Leben von und mit Menschen mit Behinderung.

Sounds Over Salzburg

SA, 15.2. ab 23:00 Uhr:
Chillige Musik & Great Beats für alle mondsüchtigen Schlafwandler, aufgelockert mit sinnfreiem Talk.



MONIKA FIEDLER kennt schöne ruhige Orte

Verkäuferin und Schreibwerkstatt-Autorin Monika Fiedler

Wo ich mich erhole

Wer sucht nicht die Stille, einen einsamen Ort, wo man sich erholen kann vom Alltagsstress? Ich gehe dafür oft in das Altersheim Itzling. Es gibt dort eine gemütliche Couch in der großen Empfangshalle. Sieben Wellensittiche tschilpen in zwei großen Vogelkäfigen, die während der Nacht zugedeckt werden, damit die lieben Vögel ruhig schlafen können. Neben der roten Couch ist ein großes Bücherregal mit vielen Büchern zum Lesen oder Vorlesen und es gibt auch einen Kaffeeautomaten, der für jeden Geschmack guten Kaffee anbietet. Bei einem Verlängerten mit viel Milch und einem guten Buch erhole ich mich am späten Nachmittag mit meinem kleinen Hund, der mich beim Apropos-Verkauf immer begleitet. Wenn ein Pfleger oder Angehörige vorbeikommen, sind diese ganz entzückt von meinem Hündchen Trixi. Trixi lässt sich auch gerne streicheln.

Ich gehe auch oft in den botanischen Garten in Salzburg, weil die Beetstauden, Blumen, der Steingarten und der

Wassergarten beruhigend auf das Gemüt wirken und es blüht das ganze Jahr etwas. Trixi gefällt besonders der Wassergarten sehr gut.

Gerne spazieren wir auch gemeinsam den Bauernberg hinauf. Das ist ein Park in Linz. Da kommt zwar manchmal ein anderer Hund des Weges, der begrüßt wird, doch sonst erfreut sich der Park einer wirklichen Stille. Er ist eine grüne Insel in der Stadt. Meist besuchen wir dann oben angekommen ebenfalls den botanischen Garten, der mit dem Kulturpass weniger kostet. Und ein Kaffee im Café Orchidee dort ist auch noch leistbar.

Danach spazieren wir wieder nach Hause. Ich habe jetzt seit dreieinhalb Monaten eine ruhige Wohnung mit dem Luxus eines Tiefgaragenplatzes. Vielleicht brauche ich ihn später einmal, weil ich ja im Sommer den Führerschein mache. Um in Ruhe und mit Erfolg lernen zu können, nehme ich mir dafür im Mai und im Juni Urlaub. <<



SONJA STOCKHAMMER hat viel Energie

Verkäuferin und Schreibwerkstatt-Autorin Sonja Stockhammer

Wenn es still ist

Ich mag die Stille, wenn ich esse.
Ich mag die Stille, wenn ich spazieren gehe.
Ich mag die Stille bei einem guten Frühstück.
Ich mag die Stille, bei einem guten Film.

Ich komme zur Ruhe, wenn ich ruhig meine Arbeit mache.
Ich komme zur Ruhe, wenn ich mich gut erholen kann.
Ich komme zur Ruhe, wenn ich mit meinem Hund spazieren gehe.
Ich komme zur Ruhe bei meinen zwei Katzen.
Ich finde keine Ruhe, wenn mir die alte Ziege keinen Frieden lässt.



GEORG AIGNER freut sich im Februar auf die Faschingsfeste

Verkäufer und Schreibwerkstatt-Autor Georg Aigner

Innere Ruhe

Ich habe früher nie nachgedacht und nach dem Motto gelebt: „Komme es, wie es komme“. Als man mich 1999 für sieben Jahre einsperrte, habe ich am Abend über meinen Tag nachgedacht. Am Anfang war es sehr schwer für mich, aber nach zwei Monaten ging es wie am Schnürchen. Jetzt zwanzig Jahre später mache ich das immer noch so. Ich denke jetzt auch über

meine Frau nach. Ich brauche nicht wo hin zu fahren, um meine „innere Ruhe“ zu haben, das geht für mich überall. Im Sommer mache ich es am Balkon und im Winter beim Schreibtisch. Meine „innere Ruhe“ ist sehr wichtig für mich geworden. Sie hat mir auch geholfen, dass ich die Aggressivität wegbekommen habe und mich jetzt richtig wohl fühle. <<



EVELYNE AIGNER freut sich im Februar auf den Valentinstag

Verkäuferin und Schreibwerkstatt-Autorin Evelyne Aigner

Ein Ort der Stille

Im Oktober war ich auf Kur in Bad Gleichenberg in der Steiermark. Wir hatten schönes Wetter und ich genoss es, im Park herumzuspazieren. Ich entdeckte dabei einen Ort, wo ich eine richtige Stille spüren konnte. Es war auf einem kleinen Hügel. Dort stand eine kleine Kapelle und ringsum waren Bäume und Bänke. Die Kapelle heißt Rindkapelle. Ich schaute durch die Türe in die Kapelle hinein und drinnen waren viele Heiligenbilder und Kerzen und sie war schön

geschmückt. Ich konnte auch eine mystische Musik hören. An diesem Ort konnte man sicher richtig in sich gehen und gut abschalten dabei. Ich spazierte also in den drei Wochen, die ich auf Kur dort war, oft dorthin. Ich fühlte mich an diesem Ort der Stille richtig wohl. Ich denke noch oft an diesen Ort und dann gehe ich in Gedanken dort hin. Es macht mich stark und ich kann meine Gedanken sammeln dabei. <<

Benefizveranstaltung für die Salzburger Straßenzeitung

SCHWINDELFREI FÜR APROPOS

Stefanie Hiessmayr ist ein glühender Fan von Regisseur, Drehbuchautor und Schauspieler Uli Brée. Bereits im Jahr 2000 organisierte sie im Kleinen Theater einen Benefizabend seiner „Hermanns-Schlacht“ zugunsten der Salzburger Straßenzeitung. Nun, 20 Jahre später, liest der deutsch-österreichische Künstler aus seinem neuen Buch „Schwindelfrei“ – wieder auf Betreiben seines Salzburger Fans im Kleinen Theater und wieder zugunsten von Apropos.

„Vorstadtweiber“-Erfinder Uli Brée erzählt Geschichten über Frauen: ergreifende und erfrischend komische, aufrichtige und verlogene, poetisch verdichtete und wahrhaftig erinnerte. Nichts in diesem Buch ist wirklich so geschehen und doch ist es genau so passiert. Uli Brée beleuchtet Abgründe, huldigt verflossenen Liebschaften, entführt uns in die Welt von realen und virtuellen Sehnsüchten und erweist sich als einer, der nie aufgehört hat, staunend vor der fremd-vertrauten Welt der Frauen zu stehen. Vor allem aber erinnert er uns an unsere eigenen Liebeshöhenflüge – und die darauf folgenden Abstürze“, verspricht der Klappentext. Danke an Uli Brée und Stefanie Hiessmayr für den verheißungsvollen Abend und für die Großzügigkeit.

Lesung am 13. 3. 2020, 19.30 Uhr, Kleines Theater

Normalpreis: 22 Euro, ermäßigt: 12 Euro



Foto: Oskar Schmidt



KURT MAYER fühlt sich frei

Verkäufer und Schreibwerkstatt-Autor Kurt Mayer

Ruhe zulassen

Welcher Mensch sucht nicht die Ruhe und die Stille? Ja, es gibt Menschen, die ohne Stress nicht auskommen. Die haben so viel Adrenalin in sich, dass sie nur ein paar Stunden Schlaf brauchen, um wieder 100 Prozent fit für den nächsten Tag zu sein. Ich dagegen bin ein Mensch, der die Ruhe sucht und auch zulässt: mit Musik oder einem guten Buch. Dann steige ich ein in eine andere Welt, die es nur in meiner Fantasie gibt. Es ist eine schöne Welt, die mich erfasst, in der ich das sein kann, was mir nie möglich war. Da fühle ich mich wohl. Wer tut das nicht gerne? Zum Beispiel lese ich gerade ein Buch darüber, was alles geschah im Jahre 1793. Jedes Jahrhundert hat etwas Besonderes, auch wenn es nicht mehr vorstellbar ist, heute so zu leben. Obwohl, ich könnte mir manchmal schon gut vorstellen in dieser Zeit zu leben. Darum bin ich irgendwie frei von allen Zwängen. Es ist für mich wichtig, das Gefühl zu haben, frei zu sein. Stille und Ruhe zu finden ist nicht immer so einfach, aber wenn man sich die Zeit dazu nimmt, findet man sie auch. <<

WIR SINGEN VIELE LÄNDER, VIELE STIMMEN, EIN CHOR! SINGEN SIE MIT!

Mit Ihrem Zeitungskauf erheben Sie Ihre Stimme für ein soziales menschliches Miteinander. Jetzt laden unsere Sänger und Sängerinnen Sie ein, in den Chor einzustimmen!

Wann: jeden Donnerstag
von 15–16 Uhr
Wo: Haus Elisabeth
Plainstraße 42a
5020 Salzburg

Chorleiterin Mirjam und das Apropos-Team freuen sich auf Sie!



Hubert
von
Toussaint
Preis

APROPOS
STRASSENZEITUNG FÜR SALZBURG



CHRIS RITZER kennt sich in Salzburg aus

Schreibwerkstatt-Autor Chris Ritzer

In der Steingasse ...

Über den rauen Katsch nach St. Margarethen, dann weiter über den Oberhüttensattel, über Obertauern nach Radstadt und durchs Lammertal bis Hallein, dann weiter nach Salzburg-Aigen und in die Steingasse, da, wo vormalig das Brodhäusl stand, was eine Art Zollstelle war, rückten die Leute schon vor der Römerzeit aus dem Süden in die Mozartstadt vor, um Handel zu treiben und sonstige Aktivitäten zu verrichten ... beim Steintor war vorerst mal Halt, da durften dann zu späteren Zeiten, als der Erzbischof bereits das Zepter schwang, sowieso nur die feineren Leute hinein, der Rest konnte sich, soweit das Geld reichte, mit den Dirnen vergnügen. Just etwas davor, zur rechten Seite, befindet sich die Buchhandlung Paracelsus, betrieben von Sebastian Gutmann und seiner Frau Mama und dem blutrünstigsten Ungeheuer der ganzen Stadt, selbstredend dem blondgelockten Baldur, dem Taggespenst ... einem Golden Retriever, Setter? (Es ist ein Spaniel.)

Hier finden Sie Denkrichtungen aller Art ohne ideologische Einschränkungen und es ist auch ein nettes Plätzchen zum Verweilen, vorausgesetzt Baldur mag dich, ansonsten sofort die Flucht ergreifen und die Beine in die Hand nehmen.

In diesem Hause hab ich auch mein erstes Buch gekauft, als ich in die Stadt Salzburg gekommen bin – es handelte vom Massenwahn der NS-Zeit, und dies geschah im Jahre 1975.

Sebastian ist sehr gutmütig, die Mutter ist eine Frohnatur aus rheinischen Landen und die Auswahl an Literatur ist beträchtlich – leider greift die Amazonunsitte ja immer noch mehr um sich, was Jeff Bezos' neue Frau sehr freuen wird, die alte vermutlich auch, aber den Buchhändler wieder weniger – und den Autor noch weniger ... – warum, soll hier keine Rolle spielen – es ist jedenfalls ein ganz nettes Plätzchen und für schmökernde Leseratten und Freaks aller Art, solange sie nichts Böses im Sinne haben, eine Anlaufstelle.

Sie werden hier gut beraten und freundlich bedient – bei meiner Ehr! – am Weg dorthin, wenn Sie von der Linzer Gasse kommen, gibt es auch einen herrlichen Ausblick über die Altstadt und den Mönchsberg, wie es ja viele so versteckte Kleinode in dieser Stadt gibt, die

viel zu wenig beachtet und gewürdigt werden, aber genau deshalb sind sie es ja – nur dem Müßiggänger und dem wirklich aufmerksamen Besucher fallen sie ins Auge und dieses Klientel kann sich daran erfreuen, der Rest marschiert mit den Horden, wird ganz nett abgezockt und kauft sich dann irgendwelche Quietschenten für die Badewanne und hofft, dass sie Arien zu schmettern beginnen!

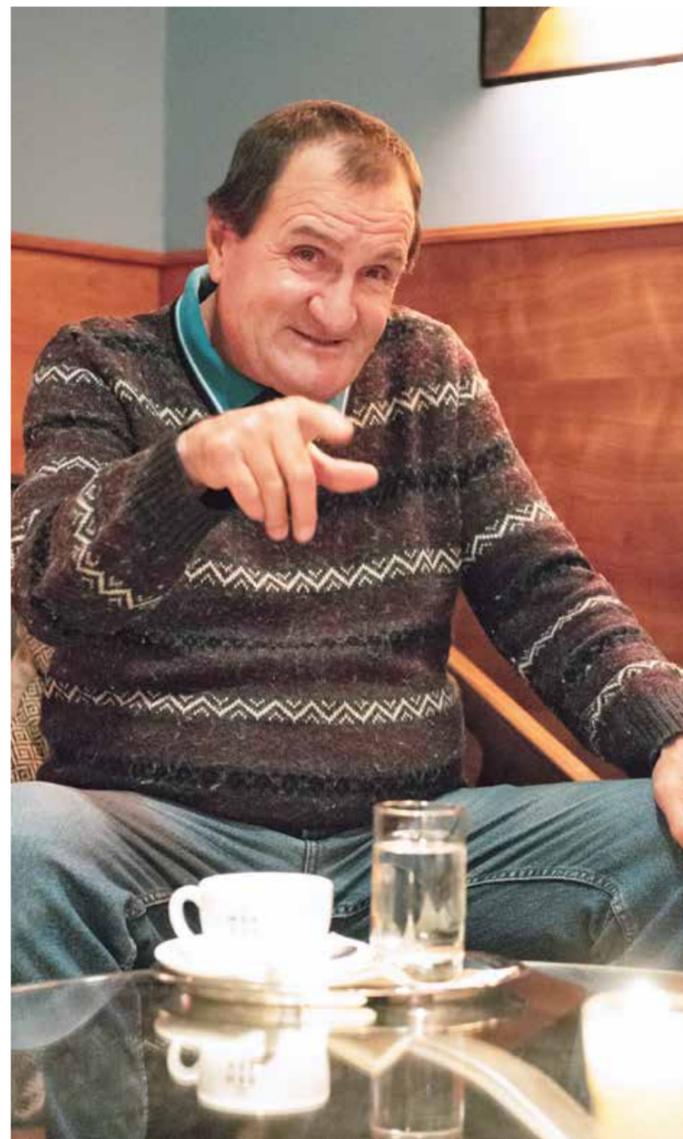
Die Paracelsus Buchhandlung hinunter kommt man zum Mozartsteg, am andren Ende gibt es ein Café, wenn die Ampel wieder mal zu lange auf rot steht, und schon sind Sie am Mozartplatz, dem kulturellkommerzorgiastischen Höhepunkt von Salzburg, weiter links geht's zum Papagenoplatz und einem Irishpub, wo Theophrastus Bombastus Paracelsus einst gewohnt haben soll, zum Zirkelwirt, einer ehemaligen Loge – war Amadeus auch dabei? Freimaurer war er jedenfalls, das steht fest.

Ein Wort noch zum Genius Loci, nicht dem vielstrapazierten, sondern dem fast so viel strapaziertem, der jetzt Krankenhäuser ziert, mit denen er wohl eher weniger am Hut hatte – und der bekanntlich von sich gab, dass gegen jede Krankheit ein Kräutlein gewachsen sei, außer gegen die Dummheit, aber das ist ja keine Krankheit, sondern eher eine Eigenschaft oder, wie soll ich sagen, eine Schutzmaßnahme, die immer nur den anderen wehtut, aber sehr selten dem Betroffenen, so ähnlich wie beim Tod auch. Paracelsus war Junggeselle, Querdenker, Revoluzzer, Arzt mit Verve und Leidenschaft, ein Glühender, dessen Herz für die Medizin brannte, und der Rest war ihm eher powidl.

Jetzt wollte ich schon fast zu Peter Pfenninger überschwappen, die Salzach rauf bis Lieferung, aber das führt zu weit – feel at home, lieber Gast, was immer du hier zu suchen hast, und finde auch, so wünsch ich Dir, ein bisschen mehr wie Wein und Bier!

**Die Schreibwerkstatt
bietet Platz für Menschen
und Themen, die sonst nur
am Rande wahrgenommen
werden.**

Costel Barbu erzählt dem Autor über sein verlorenes Leben, das neu Gefundene und seine Liebe zum Fußball.



von Manfred Goak

Hier sitze ich also und warte auf dich. Ich schaue auf die Uhr und bemerke ein leichtes Zittern meiner Hände. Sie sind feucht und ich wische sie schnell an meiner Hose ab. In meinen Romanen beschäftige ich mich mit Personen, die vor vielen hundert Jahren gelebt haben. Nur in meiner Fantasie unterhalte ich mich mit ihnen. In wenigen Augenblicken geschieht etwas ganz Neues. Ich werde einem realen Menschen gegenüber sitzen und mir seine Lebensgeschichte anhören. Ich atme tief durch. Obwohl ich dich seit Jahren kenne, bin ich nervös. Gespannt erwarte ich das, was über den gewohnten freundlichen Gruß hinausgeht.

Costel Barbu ist auf allen deinen Apropos-

gleich dem Italienischen. Das eine oder andere Wort verstehe ich, ansonsten wandert mein Blick zwischen dir und unserer Dolmetscherin Doris hin und her. Geschickt versteht sie es deine kurzen Erzählpausen zu nutzen, um mich an dem Gespräch teilhaben zu lassen. Dein Name Costel ist eine Abwandlung von Constantin und du kommst aus der Stadt Craiova im südlichen Rumänien. Mit 350.000 Einwohnern ist sie die viertgrößte Stadt deines Heimatlandes. „Wie Salzburg die viertgrößte Stadt Österreichs ist“, fügst du hinzu.

Vor der Wende war Craiova eine bedeutende und blühende Industriestadt. In einer großen Fabrik warst du dort seit deinem fünfzehnten Lebensjahr beschäftigt. 22.000 Arbeiter haben in dem

NAME Costel Barbu
IST seit fünfzehn Jahren
Apropos Verkäufer
ARBEITET zehn Stunden
am Tag
LEBT in Grödig
STEHT vor dem Spar in der
Itzlinger Hauptstraße 93



STECKBRIEFE

**Schriftsteller Manfred Goak
trifft Verkäufer Costel Barbu**

EIN LÄCHELN KANN EINE BRÜCKE SEIN

Zeitungen aufgedruckt. Deine ruhige und bescheidene Art ist mir vertraut. Und dein Lächeln, mit dem du mich beschenkst, auch wenn ich keine deiner Zeitungen kaufe. Ein Schluck von dem Tee in der gemütlichen Lounge beruhigt mich. Pünktlich um fünf kommst du zur Tür herein und nimmst neben mir Platz. Deine Augen leuchten lebhaft. Sofort beginnst du zu erzählen. Meine zurechtgelegten Fragen sind vergessen und ich höre dir nur zu. Die Melodie deiner Sprache ist weich und

Werk Dieselmotoren und Eisenbahnlokomotiven produziert. Bis nach der Wende die große Krise kam und die Fabrik stillgelegt wurde. Zwei Jahre konntest du noch in der Heimat bleiben, dann musstest du weg. Vor sechzehn Jahren hat dich dein älterer Bruder nach Salzburg mitgenommen und seit fünfzehn Jahren verkaufst du Apropos. Du nimmst einen Schluck von deinem Cappuccino und nickst. Mit Ernst und Nachdruck sprichst du von „deiner“ Zeitung. Voll Dankbarkeit jenen gegenüber, die dir die Möglichkeit bieten, zu arbeiten und deinen Lebensunterhalt zu verdienen. In der Fabrik warst du Teil der werkseigenen Fußballmannschaft. Einige Jahre hast du dort gespielt und bist viel in Rumänien herumgekommen. Fußball!

Deine Augen strahlen und du überschwemmst Doris und mich mit Jahreszahlen von Champions-League-Finali, Europapokalspielen und Weltmeisterschaften. Gerne verknüpfst du Ereignisse deines Lebens mit Pokalsiegen von Fußballmeisterschaften. Craiova hat eine berühmte Fußballmannschaft genauso wie Salzburg. Einmal bist du in der Red Bull Arena gewesen und konntest ein Spiel live miterleben. Aus deiner Erzählung ist die Freude zu spüren, die dir die Erinnerung daran bis heute bereitet. Fußball ist deine große Leidenschaft. Auch in Grödig bist du gerne am Fußballplatz. Dort am Fuße des Untersberg lebst du mit deiner Lebensgefährtin Isabell in einer kleinen Wohnung.

„Sie arbeitet als Raumpflegerin und kocht gut.“ Du lachst und fasst dir an deinen Bauch. „Es schadet nichts, mehrmals am Tag zu essen! Besser als mehrmals am Tag geschlagen zu werden!“, zitiert du mit einem Augenzwinkern ein rumänisches Sprichwort.

2018 hattest du mit über hundert Kilo dein



NAME Manfred Goak
IST viel unterwegs
ARBEITET wieder an einem Roman
LEBT in seinen Geschichten
STEHT trotzdem mit beiden Beinen
im Leben

Höchstgewicht. Nach der Operation im Landeskrankenhaus waren es nur noch 70 kg. Mit Hilfe der Kochkünste von Isabell hast du wieder einiges zugenommen.

Wieder möchtest du dich bedanken, dieses Mal dafür, dass du im Krankenhaus so gut behandelt wurdest. Alle im Krankenhaus waren zuvorkommend und liebenswürdig. So wie alle in Salzburg immer freundlich und nett zu dir waren. Du nickst, um deinen Worten Nachdruck zu verleihen.

In Salzburg fühlst du dich angekommen und angenommen, nicht mehr als Fremder. Vor deinen Kunden möchtest du den Hut ziehen.

Sie sind dir vertraut und du kennst jeden einzelnen. Manchmal machst du dir Sorgen, wenn einer von ihnen längere Zeit nicht kommt. Bis zu zehn Stunden pro Tag stehst du vor dem Sparmarkt in Itzling. Wenn du es dir gestattet, nimmst du dir ein bisschen frei und gehst in die Altstadt. Du bewunderst die Schönheit Salzburgs und fragst dich, wie es gut gehen soll, wenn jedes Jahr noch mehr Touristen kommen.

Heimweh nach Craiova hast du selten. Der Vater ist vor zehn Jahren gestorben, die Mutter hast du verloren, als du gerade dreizehn warst. Einzig deine ältere Schwester lebt noch dort und deine Exfrau und deine beiden Töchter. Du wirst mit einem Mal einsilbig und Doris hat Mühe dich zum Weitererzählen zu ermuntern.

Ihr habt jung geheiratet. Bald darauf bist du Vater geworden. Immerhin, die ersten fünfzehn Jahre waren gut. Dann habt ihr euch getrennt. Die beiden Töchter sind verheiratet und du hast zwei Enkelkinder. Du weißt, dass es ihnen gut geht, mehr brauchst du nicht zu wissen. Meiner Frage, ob die Trennung von deiner Frau auch ein Grund war, die Heimat zu verlassen, weichst du aus.

Stattdessen erzählst du mir von deinem älteren Bruder Ionel und seiner Familie. Du hast einen wichtigen Teil deiner Familie hier und hast daher selten Heimweh. Außerdem ist die lange Fahrt nach Craiova mühsam und teuer. Zu teuer für deinen Verdienst. Fünf Jahre möchtest du noch arbeiten und

deine Zeitung verkaufen. Dann bist du 63 und hoffst in Pension gehen zu können. Deine Beitragsjahre in Rumänien reichen für eine kleine Pension und du planst dich in Craiova niederzulassen. Du schmunzelst.

„Als ich mit vierzig nach Salzburg gekommen bin, war ich alt. Jetzt mit fast sechzig bin ich wieder ein junger Mann. Das Leben in Salzburg hat mich verjüngt! Der Vater ist 76 Jahre alt geworden, ich möchte mindestens achtzig werden!“

Du spürst meinen fragenden Blick und bemühst dich, das Gesagte näher zu erklären.

„Die gute Luft und die schöne Landschaft!“ Mit einem Mal wirst du nachdenklich. Dein Blick schweift in die Ferne.

„Das Leben in Rumänien ist hart. Die allgegenwärtige Korruption vergiftet das Zusammenleben der Menschen. Es gibt keine Perspektiven und das Land liegt darnieder. Die Jungen verlassen vor allem die ländlichen Gebiete und es gibt Gegenden, wo nur noch alte Frauen leben. Vor der Wende hat das Ceausescu-Regime den 23-millionsten Rumänen gefeiert. Seither ist die Bevölkerung geschrumpft. Etwa zwei Millionen leben im Ausland. Viele in Italien wegen der Ähnlichkeit der Sprachen.“

Du bemerkst die bedrückte Stimmung und schwenkst sofort auf dein Lieblingsthema um. Fußball und Sport. Klingende Namen kommen über deine Lippen: Helmuth Duckadam, ein ikonenhaft verehrter Tormann, oder Nadia Comaneci, eine Kunstturnerin, Weltsportlerin und Idol für Generationen von jungen Rumäninnen. Du kennst sie alle und stolz schwingt in deiner Stimme mit, wenn du über die Sportidole deiner Heimat erzählst. Im nächsten Atemzug bist du um einen Ausgleich bemüht und schwärmst von den österreichischen Fußballern Krankl, Prohaska und Janko. „Ich habe mich in Salzburg verliebt, in die

Schönheit der Stadt, die Musik und die Freundlichkeit seiner Bewohner.“

Ich schaue auf die Uhr. Mehr als zwei Stunden sind vergangen und ich habe das Gefühl, du würdest gerne weiter aus deinem Leben erzählen.

„In und um Craiova leben heißblütige Men-



Der Autor Manfred Goak traf den Verkäufer zu einem Gespräch und einer Tasse Tee im Hotel Auersperg.

schen. Sie sind kommunikativ und offenerherzig und sehen sich selbst als die Italiener Rumäniens!“

Du lächelst dein bescheidenes Lächeln, als wir uns verabschieden. Ich bleibe einige Augenblicke allein zurück. Ein Sprichwort kommt mir in den Sinn: „Ein Lächeln kann eine Brücke sein.“

Ein Lächeln und eine Zeitung!
Danke Apropos! <<

LITERATURHAUS SALZBURG
www.literaturhaus-salzburg.at

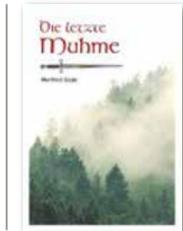
TICKER

Diese Serie entsteht in Kooperation mit dem Literaturhaus Salzburg.

FOTOS

Andreas Hauch arbeitet seit über 25 Jahren als Fotograf mit Kunden aus Wirtschaft, Politik, Theater und Kunst gemeinsam an guten Bildern. Im Mittelpunkt steht immer der Mensch.
Mail: fotohauch@gmx.at

BUCHTIPP



DIE LETZTE MUHME
Manfred Goak

BoD 2019

8,49 Euro



kleines theater
KABARETTFESTIVAL
 Von 20. bis 23. Februar 2020 findet wieder „Die Kabarett“ – das einzige rein weibliche Kabarettfestival im deutschsprachigen Raum – statt. Die acht Künstlerinnen kommen dabei aus Österreich, Deutschland und der Schweiz, um die besten Ausschnitte aus ihren aktuellen Programmen zu zeigen. Das kleine theater und das Frauen Büro Salzburg haben dieses Festival gemeinsam vor vier Jahren gegründet. Der Eintritt beträgt 12 Euro für einen Abend, an dem immer zwei Künstlerinnen zu sehen sind. Beginn ist jeweils um 19.30 Uhr.
 ▶ www.kleinstheater.at
 Karten: 0662 / 87 21 54

KULTURTIPPS

von Verena Siller-Ramsl



Hotline: 0699 / 17071914
 ▶ www.kunsthunger-sbg.at

Theater der Freien Elemente
GLÜCK



Das Stück „Glück“ der tschechisch-österreichischen Autorin Kateřina Černá ist eine Parabel auf die entmündigte Konsumgesellschaft unserer Zeit. Sechs Personen kurven in einer überfluteten Tiefgarage herum und versuchen mit allen Mitteln, ihre Fahrzeuge zu retten. Der Wasserspiegel steigt, doch anstatt sich selbst zu retten, verstricken sich

die Protagonisten immer mehr in sinnlose Streitereien. Premiere ist am 26. Februar 2020 um 19.30 Uhr in der ARGEkultur Salzburg. Weitere Termine: 27./28./29. Februar sowie 3. und 4. März.
 ▶ www.argekultur.at
 Karten: 0662 / 84 87 84



Stiftung Mozarteum
WINTER IN TON UND WORT
 Am 21. Februar 2020 nehmen der Bariton Benjamin Appl (rechts) und der Pianist James Baillieu gemeinsam mit Harald Krassnitzer (links) das Publikum mit auf eine gemeinsame „Winterreise“. Zweimal ist es eine Reise ins Ungewisse, in die Kälte und Einsamkeit: einmal mit Schuberts Liederzyklus „Winterreise“ und

einmal mit dem Eintauchen in die Geschichte der österreichisch-ungarischen Nordpolexpedition von 1872 bis 1874. Zusammen ergibt das eine eindringliche Erfahrung in Wort und Ton. Um 19.30 Uhr im Großen Saal der Stiftung Mozarteum.
 ▶ www.mozarteum.at
 Karten: 0662 / 87 31 54



OFF Theater Salzburg
POLITSATIRE OBERSALZBERG
 Ein Szenario wie aus einem Heimatfilm: Ein Berghof in den Berchtesgadener Alpen. Eine Sonnenterrasse mit Liegestühlen. Ein großes Panoramafenster, hinter dem ein kleiner Mann mit Oberlippenbart und Seitenscheitel seine Reden einstudiert. Willkommen auf dem Obersalzberg! In der Tradition von Chaplins „Der große Diktator“ und Lubitschs „Sein oder Nichtsein“ wagt das Ensemble des OFF Theaters den Spagat zwischen Komödie und trauriger Realität und blickt hinter die Fassade der Nazi-High-Society. Premiere ist am 7. Februar 2020.
 ▶ www.OFF.theater
 Karten: 0662 / 64 13 33

Grüntöne Ensemble
EINE WUNDERSAME ENTDECKUNG

So heißt das bereits dritte Musik- und Tanztheaterstück des Grüntöne Ensembles. Das inklusive und interkulturelle Ensemble hat eine besondere Arbeitsweise: Jede*r ist willkommen und innerhalb von drei Tagen entsteht ein Stück für alle Generationen. Die Musik dazu wird von Milan Stojkovic komponiert. Das Stück wird als Begegnungskonzert jeweils um 16.00 Uhr am 22. Februar 2020 in der ARGEkultur Salzburg und am 23. Februar in St. Virgil präsentiert. Ein einführender Workshop für Kinder findet um 15.30 Uhr statt. Der Eintritt ist frei.
 ▶ www.gruentoene.org



BÜCHER AUS DEM REGAL

von Christina Repolust



Ausgehend von einem aktuellen Roman suche ich im Bücherregal – meinem häuslichen und dem in öffentlichen Bibliotheken – nach Büchern, die einen thematischen Dialog mit ersterem haben. Ob dabei die Romane mich finden oder ich die Romane finde, sei einfach einmal dahingestellt.

MANCHER SCHULD KANN MAN NICHT ENTRINNEN

Der Salzburger Autor Robert Kleindienst (Jahrgang 1975) wuchs in Radstadt/Pongau auf, studierte an der Universität Salzburg Germanistik, Pädagogik und Politikwissenschaften. Die Liste seiner Auszeichnungen und Förderstipendien – u. a. 1997 Georg-Trakl-Förderpreis für Lyrik, 2007 Förderpreis des Rauriser Literaturpreises – ist beeindruckend dicht. Sein Roman „Zeit der Häutung“ gießt Historisches und Recherchematerial in Prosa und schildert präzise das Arbeiten und Leben am moralischen Abgrund. Die Protagonistin Ana Sadek arbeitet als Schwesternhelferin im Kinderlager der faschistischen Ustascha, sorgt sich aber um die Kinder, denen hier der Willen gebrochen werden soll: Das Lager Sisak – etwa 100 Kilometer südöstlich von Zagreb gelegen – war während des Zweiten Weltkrieges ein Konzentrationslager für Kinder der

geflüchteten bzw. getöteten Regimefeinde. Dieser Roman zeigt detailgenau die Zwiespältigkeit Ana Sadeks: Sie will ihre Pflicht erfüllen, gleichzeitig hat sie eine Bindung zu den Kindern aufgebaut. 1945 gelangt die Kroatian auf ihrer Flucht vor der jugoslawischen Armee in ein Jagdhaus in Altausee. Kleindienst schwafelt hier nie entschuldigend von „Einzelschicksalen“, Rührung ist hier fehl am Platz. Ana flüchtet über den Krimmler Tauern bis nach Genua, die „rat line“, auf der hochrangige Kleriker damals Kriegsverbrechern die Flucht nach Argentinien ermöglichten. Ana denkt auf der Flucht durchs Gebirge an ihre baldige Überfahrt nach Südamerika und erkennt, dass keine Reise ihre Erinnerungen zu löschen vermag. Bernhard Schlinks dreiteiliger Roman „Der Vorleser“ (1995) greift ebenfalls auf historische Hintergründe zurück: Hanna Schmitz ist mehr als eine Verführerin des damals 15-jährigen Michael Berg, an ihrer Person macht der Autor ethische Fragen fest. „Als ich fünfzehn war, hatte ich Gelbsucht“, mit diesem lapidaren Satz bewegt Bernhard Schlink Michael Berg auf Hanna Schmitz, 35 Jahre alt, Einzelgängerin, zu. Sie hilft ihm, der da auf der Straße erbricht, öffentlich und scheut doch die Außenwelt. Michael beginnt, Hanna vorzulesen, er findet in ihr eine aufmerksame Zuhörer: Sie verlieben sich, sie lieben sich und ringen um Vertrauen und Nähe. Eine Nachricht auf einem Zettel, den der junge Mann für seine Geliebte hinterlässt, führt zum Streit. Schließlich verschwindet Hanna, ohne eine Notiz zu hinterlassen. Während seines

Jurastudiums sieht Michael Berg seine frühere Geliebte bei Gericht wieder. Hanna war KZ-Aufseherin, sie hat dem Regime gedient: Bevor sie die jungen Mädchen in den Tod schickte, mussten sie ihr vorlesen. Hanna wird zu lebenslanger Haft verurteilt: Sie versucht noch immer, den Makel, Analphabetin zu sein, zu verheimlichen, der scheint für sie schwerer zu wiegen und stärker mit Scham besetzt zu sein als ihre Mitwirkung an der Tötung unzähliger Menschen. Wieder ist es Michael, der Hanna vorliest, diesmal auf Kassetten, die er ihr ins Gefängnis schicken darf. Hanna bedankt sich: Sie hat schließlich mithilfe der Kassetten das Lesen erlernt, hat Bücher über den Nationalsozialismus in ihrer Zelle stehen. Dort hat sie sich erhängt, als sie erfährt, dass sie nach 17 Jahren Haft bald entlassen werden könnte.

Der Vorleser. Bernhard Schlink. Diogenes 2010. 11,40 Euro
Zeit der Häutung. Robert Kleindienst. Edition laurin 2019. 20,90 Euro

Neuerscheinung Bücherregal



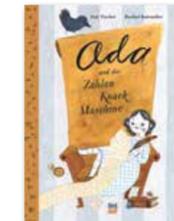
GEHÖRT & GELESEN



gelesen von Michaela Gründler

DER STILLE AUF DER SPUR

Oft sind es die leisen Menschen, die die spannendsten Geschichten erzählen – nur neigen sie manchmal dazu, diese gut unter Verschluss zu halten. Die Salzburger Journalistin und Autorin Micky Kaltenstein ist eine gute Türöffnerin. In ihrem Buch „Stille“ lädt sie neun Männer und Frauen ein, ihren „Wohlfühlraum“ der Stille zu zeigen, während sich leichtfüßig deren Leben entfaltet. So erzählen die Enkelin des Malers Marc Chagall, eine Oral-History-Expertin, ein Maßschneider, ein Kapuzinermönch, ein Geigenbauer, eine Drehbuchautorin, ein Rad-Künstler, eine Gemeinschaftsgärtnerin sowie ein schwerhöriger Betriebswirtschaftler nicht nur von wichtigen biographischen Stationen, sondern von ihrem persönlichen Lebensleitfaden, in dem Stille eine wichtige Rolle spielt. Micky Kaltenstein lässt ihre Protagonisten in Ich-Form erzählen, was einen eigenen, sanften Lesesog ergibt. Sie öffnen sich immer mehr im Laufe des Gesprächs – und als Leser*in fühlt man sich beschenkt.
Stille. 9 Porträts. Micky Kaltenstein. Anton Pustet Verlag 2019. 19,95 Euro



gelesen von Ulrike Matzner

DIE COMPUTERPIONIERIN

Im viktorianischen England, wo Ada aufwächst, ist Schulbesuch für Mädchen nicht vorgesehen. „Aber Ada hatte Glück“, wie dieses äußerst gelungene Kinderbuch schildert. Ihren Wissensdurst stillt Ada in der Bibliothek, die ihr Vater, der berüchtigte Lord Byron, hinterlässt. Ihre Mutter engagiert die klügsten Köpfe, um ihr Kind privat zu unterrichten. Schon früh begeistert Ada sich für Maschinen. Bald fordert sie einen ihrer Hauslehrer heraus, den Mathematiker Charles Babbage. Eben hat er eine Maschine zur Lösung komplexer Aufgaben konstruiert – und Ada findet einen Code, um diesen Großrechner zu programmieren. Obwohl damals noch Lochkarten zum Einsatz kamen, tat Ada Lovelace damit den entscheidenden Schritt zu Computeranwendungen im heutigen Sinn. Vor hundert Jahren sagte sie voraus, dass solche Maschinen einst auch Musik komponieren und Bilder erschaffen würden. Völlig zu Recht gilt sie als Pionierin in einer männerdominierten wissenschaftlichen Welt.
Ada und die Zahlen-Knack-Maschine. Das außergewöhnliche Leben der Ada Lovelace. Zoë Tucker & Rachel Katstaller, NordSüd Verlag 2019. 16,50 Euro

Gehört.Geschrieben!

WENIG WELT- BEWEGEND

Kommentar von Robert Buggler



Foto: Salzburger Armutskonferenz

Geschenke an die Reichen? Umverteilung von unten nach oben? Oder doch soziale Meilensteine, neue Gerechtigkeit und fortschrittlicher Kampf gegen Armut? Kaum eine Frage hat in den letzten Wochen mehr an Kontroverse hervorgebracht, als jene nach der richtigen Beurteilung des Regierungsprogramms zwischen Schwarz/Türkis und Grün. Wie auch immer man es dreht und wendet: Der aus der Message-Control-Abteilung der VP geschmiedete und eigentlich dämliche Spruch, es sei das „Beste aus beiden Welten“, ist bei genauerer Betrachtung dann gar nicht so abwegig. Die formulierte Absicht, Asylanträge mit Verweis auf den Außengrenzschutz künftig de facto zu verhindern, steht neben dem Ziel, die UN-Behindertenrechtskonvention umzusetzen. Die angekündigten Steuergeschenke an große Industrieunternehmen liest man gleich neben dem Bekenntnis, Armut halbieren zu wollen. Brennpunktschulen großzügig zu unterstützen findet sich neben der geplanten Sicherungshaft.

Mit Blick auf die Vorhaben den Sozialstaat und die Sozialpolitik betreffend ist es nicht anders. Die großen Visionen fehlen, gewiss. Reduzierung der Ungleichheit oder Verteilungsfragen? Kein Thema. Die künftige Finanzierung des Sozialstaates? Eine Null-Nummer. Sozialstaatliche Sicherungssysteme in Zeiten eines sich rapide wandelnden Arbeitsmarktes? Nur in homöopathischen Dosen angesprochen. Auswirkungen der von Algorithmen gesteuerten Datenkrake auf den Sozialstaat? Da will man zumindest Erfahrungen des AMS evaluieren. Aber sonst?

Dafür UN-Behindertenrechtskonvention, Neuorganisation der Pflege, Finanzierung inklusive, Kinderarmut bekämpfen. Mehr Frühförderung, mehr Sozialarbeit an Schulen, Unterhaltsrecht verbessern, Steuerentlastung für Geringverdiener. Viele Absichtserklärungen, viele vage Vorhaben, zahlreiche zu begrüßende Maßnahmen. Ob das viele Geld, das dafür notwendig ist, aufgetrieben werden kann, bleibt abzuwarten, weil man ja auch Entlastung für alle, ein Nulldefizit und eine geringere Abgabenquote will. Von den Vermögenden kommt es mal nicht, das lässt man lieber unangetastet. Da betrinkt sich der Teufel eher mit Weihwasser, als dass der Kanzler das V-Wort in den Mund nimmt. Wahrscheinlich brauchen die Überreichen das Geld für Parteispenden.

Also doch zwei Welten? Mitnichten. Es bleibt bei einer. In der die einen profitieren, die anderen durch die Finger schauen werden. In der das eine oder andere sozialpolitisch gelingen, aber die große Linie wohl von Türkis vorgegeben wird. In der die einen auf politische Emotionalisierung setzen, solange es Stimmung und Stimmen bringt, die anderen wohl weiter auf Vernunft, aufs Gut-Sein, auf die Verantwortung fürs Ganze.

Wird Österreich mit diesem Programm in fünf Jahren sozialer, gerechter sein als heute? Vielleicht wäre es schon ein Erfolg, wenn es nicht ungerechter zuginge. Ich weiß, kein Weltbewegendes Ziel. Aber es gibt eben nur diese eine. <<

LESERIN DES MONATS



Foto: Privat

NAME Elke Weese
LEBT in Seekirchen
ARBEITET in Salzburg
MAG Sonnenschein
WÜNSCHT SICH liebenswürdige Menschen

Ich lese Apropos, weil ich die Leute unterstützen will, die es verkaufen. Ich finde es gut, dass sie ein gutes Produkt verkaufen können, um sich über die Runden zu bringen. Jedem kann es passieren, dass er Hilfe braucht, weil er den Job verloren oder die Wohnung verloren hat. Dann sitzt man auf der Straße. Apropos ist ein fixer Bestandteil in meiner Praxis und jeden Monat kommt ein neues Heft dazu.



TIPP: TOMATEN

Tomaten sind das Lieblingsgemüse der Österreicher: Sie punkten mit ihrem Geschmack und sind dabei noch sehr gesund. Besonders hervorzuheben ist der Inhaltsstoff Lycopin – ein Carotinoid, das freie Radikale neutralisieren kann. Es schützt vor Zellveränderungen in der Haut durch UV-Strahlung und kann sogar einige Krebsarten hemmen. Zudem unterstützt Lycopin das Herz und beugt Herz-Kreislauf-Erkrankungen vor. Am besten kann der Körper das wertvolle Lycopin aufnehmen, wenn die Tomate warm serviert und idealerweise mit einem gesunden Öl, beispielsweise Olivenöl, kombiniert wird. Zusätzlich verfügt die Tomate über hohe Mengen an Vitamin C sowie über zahlreiche B-Vitamine. Während Vitamin C das Immunsystem stärkt, sind die B-Vitamine unter anderem für den Stoffwechsel entscheidend. Das ebenfalls enthaltene Eisen in der Tomate dient als Baustoff für rote Blutkörperchen, die Folsäure wiederum schützt vor arteriellen Verkalkungen.

Apropos-Rezept

Seine eigene Leibspeise zu kochen ist etwas Schönes – wenn es schon beim Zubereiten nach dem Lieblingsessen duftet und man es schließlich dampfend auf Tellern serviert, offenbart sich die reine Lebenslust. Großen Spaß am Kochen haben auch viele unserer Verkäuferinnen und Verkäufer. In dieser Serie verraten sie nicht nur ihr liebstes Gericht, sondern auch das Rezept dafür. Dabei erhalten wir die freundliche Unterstützung vom Schmankerl-Team.

REIS MIT AFRIKANISCHER SPINATSOSSE

zusammengestellt von Christine Gnahn

Diesmal verrät Ihnen Joy Omobude ihr Rezept für Reis mit afrikanischer Spinatsoße.

Zutaten für vier Personen:

500 g Rahmspinat
200 g Erdnussbutter
zwei kleine Dosen Tomatenmark
drei Paprika verschiedener Farbe
500 g Gulasch vom Rind
zwei große Zwiebeln
zwei Brühwürfel
Salz und Pfeffer
Paprikapulver

Zubereitung:

1. Reis aufsetzen
2. Gulasch anbraten
3. Zwiebeln kleinschneiden und zum Gulasch dazugeben
4. Das Ganze bei schwacher Hitze ca. zehn Minuten lang braten
5. Den Rahmspinat hinzufügen und weiterköcheln lassen, zwei Brühwürfel hinzufügen
6. Erdnussbutter und Tomatenmark hinzugeben und mit Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken
7. Weitere 20 Minuten köcheln lassen
8. Zum Reis servieren



Foto: Christine Gnahn

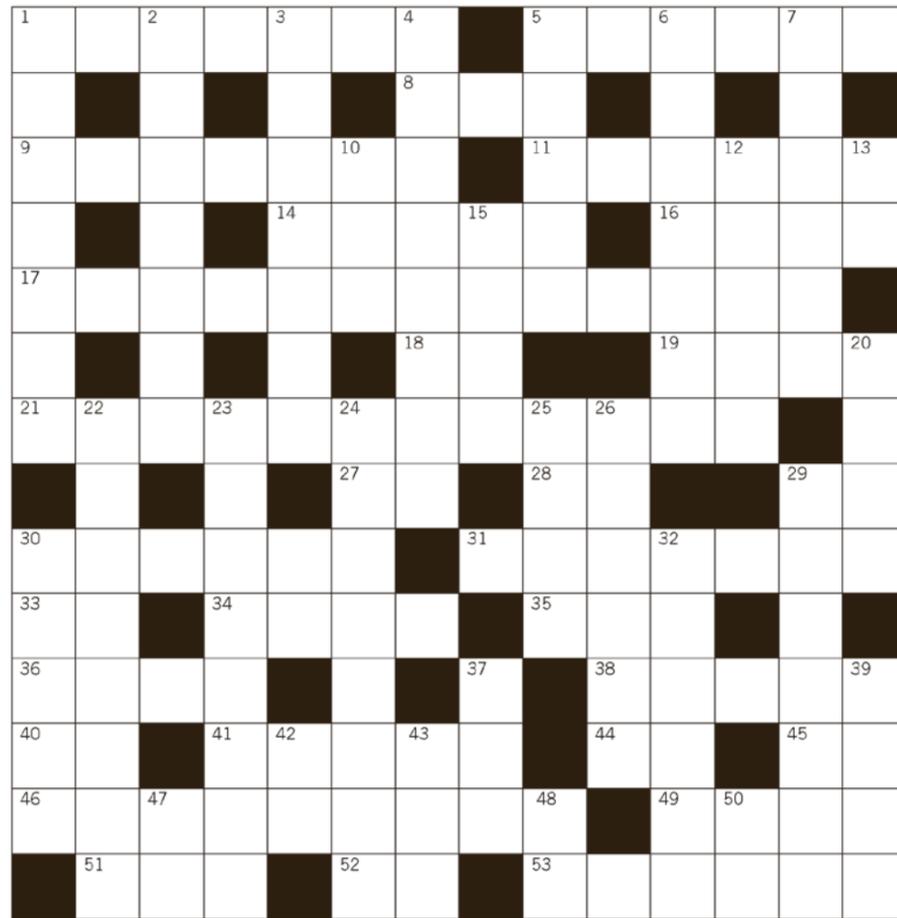
Joy Omobude

„Ich liebe Kochen sehr. Ich bin in Nigeria aufgewachsen und meine Mutter hat mir damals sehr viel beigebracht, was man über die Zubereitung von Mahlzeiten wissen muss. Ich habe sieben Geschwister und es war bei uns immer freiwillig, ob man beim Kochen mithelfen möchte. Ich bin seit einem Jahr in Österreich, davor war ich drei Jahre in Italien. Es bereitet mir auch hier große Freude zu kochen und noch mehr, gemeinsam zu essen. Die Gemeinschaft, die dabei entsteht, gibt einem ein wirklich schönes Gefühl. Ich bin sehr froh, hier sein zu dürfen, hier leben tolle und liebe Menschen.“

Foto: iStock



UM DIE ECKE GEDACHT



Waagrecht

- 1 Menschenmenge, die man kochen kann. Worauf wartet Sprinter?
- 5 Vorstufe in der Käseproduktion.
- 8 Sorgt in Kürze für regelmäßigen Lesestoff.
- 9 Was die Postleitzahl für 37 senkrecht, ist die für die Telefonnummer.
- 11 Woran darf sich der Angler von rechtens erfreuen?
- 14 Modifizierte Blume findet man sowohl in Frankreich als auch in Belgien.
- 16 Was Navidad für die Madrielen, ist das für die Pariser.
- 17 Gewickelter Rindernachwuchs? (Mz.)
- 18 Macht aus den Urnen einen Städtchen.
- 19 Dem fehlt noch das Din-Format für schweizerischen Kanton.
- 21 Verhindert mobilen Missbrauch, wenn ich meine
- 27 = 44 waagrecht
- 28 In der Zeitenunterteilung nur eine minimale Einheit.
- 29 = 47 senkrecht
- 30 Landschaftlich unzutreffende Beschreibung für die Niederlande!
- 31 Vermittelt Spion + Wildrind.
- 33 Umschließt die Schwüre zu Qualen.
- 34 Ist man glücklich in seiner 35 waagrecht, so findet man sie sicher so.
- 35 „Gemeinsame geistige Tätigkeit verbindet enger als das Band der ...“ (Marie von Ebner-Eschenbach)
- 36 Deutsch-Polnisches Bindewort.
- 38 „Wo die Sprache aufhört, fängt die ... an.“ (E.T.A. Hoffmann)
- 40 Auf die kommt es beim Tel. an.
- 41 Römischer Priester, mit dem man anfänglich sehen kann.
- 44 Aus altrömischen Alliterationen nicht wegzudenken.
- 45 So wird die Erbanlage vorsätzlich sonderbar.
- 46 Häufen sich zum Beispiel auf 1 senkrechts Schreibtisch.
- 49 Damit lässt sich das Smörebröd bezahlen.
- 51 Schauspieler und Onkel in Amerika.
- 52 Was Susan Sarandon und Steven Segal gemeinsam haben.
- 53 Wichtiges Utensil für den Drehmoment.

APROPOS · Nr. 198 · Februar 2020

Foto: Privat



STECKBRIEF

NAME Klaudia Gründl de Keijzer
FINDET ein soziales Netzwerk wichtig
ÄRGERT SICH über einen schlampigen Umgang mit der Sprache
BESUCHT GERNE Kulturveranstaltungen

© Klaudia Gründl de Keijzer

Jänner-Rätsel-Lösung

Waagrecht

1 Schadenfreuden 10 Che (Ernesto Che Guevara) 11 Erika (Pluhar) 12 Heringe 13 Rubens 14 Urs (in: Invent-URS-treit) 15 Kot 16 Litze 18 Entartet 19 Einen 21 Erlass 22 Belegte 23 Anet (Claude) (in: Rom-ANET-hik) 24 Wauwau 26 Geizige 28 Ergebnis 32 Anden(ken) 34 Loos (Adolf) 36 Io 37 Farbstich (aus: BRATFISCH) 38 Este 39 eblas / Salbe (aus: BLASE) 40 Gering (aus: RINGER)

Senkrecht

1 Schulterwuerfe 2 Cheri (aus: REICH) 3 Herstellung 4 Denkens 5 Ergo 6 Nieten 7 Raritäten (aus: EINE ART ART) 8 Ueberreizungen 9 Einseitigkeit 17 Zia 20 Esau 22 Beg (I beg your pardon) 25 Amboss (Am Boss) 27 Eisig 29 Raab 30 Elba (in: Ins-ELBA-Iladen) 31 Not 33 Noel 35 Uhr

Senkrecht

- 1 Klingt nach Eierlikör zur Rechtsberatung?
- 2 Bunter Anfang + Schicksal = gar nicht bunt!
- 3 Könnte entstehen, wenn Öl neben bestimmter Tankstelle ausrinnt.
- 4 So mag man wohl manche Äpfel anfehen, die gar zu hoch hängen, aber die Früchtchen kommen ganz von selbst. (1-2 Worte)
- 5 Begehrte Packung für Schwindler.
- 6 Ist für Hero, was Romeo für Julia.
- 7 Wenn alles ausgeht, muss man zugeben, dass Pass entsteht.
- 10 Macht die englische Zehn vorsätzlich zu Hütern und Sebri essbar.
- 12 Wenn ich die Haare mir töne, danach ich sie mir meist noch ...
- 13 Macht den Skatausdruck wirklich.
- 15 Oftmaliger Vatikanbewohner im Aufwärtstrend.
- 20 Zielt auf Herzen aller Art.
- 22 Verliert das Nachtmahl an B-edeutung, färbt sich der Himmel.
- 23 Fantastische Vorstellung – nur nicht nachts.
- 24 Diese Kleidungsstücke können was Durchschaubares haben.
- 25 Lässt sich angeblich in der Prärie nicht finden.
- 26 Mehr als ein Autor, den ich hier liebe.
- 29 Ärztlicher Imperativ, nicht nur an Zustellern.
- 30 Wer so ist, kann angeblich giftig und Witzlieferantin sein.
- 32 Bergdurchbrechend, Stadtteilverbindend. Gar nicht alt.
- 37 Hat sowohl Kern wie Netz.
- 39 Was sich beim Schiff früher holen ließ, führt zur deutschen Stadt.
- 42 Macht den Stand erst kompliziert.
- 43 Was ihr von euch selber sagt.
- 47 Damit ist der Kampf over.
- 48 In Kürze: Kein fremdes Geld.
- 50 Womit Eric Burdon immer beginnt.

Redaktion intern

ANERKENNEN, WAS IST

Früher hatte ich eine sehr genaue Vorstellung von der Welt. Ich wusste, was richtig und was falsch ist, alles war einfach und klar. Doch ab einem gewissen Zeitpunkt, ich glaube es war kurz nach dem Verlassen meiner kleinen, behüteten Welt, bin ich mit dem „so und so nicht“ nicht mehr weitergekommen. Zum Beispiel in Situationen, wo Welten (Sprache, Ansichten, Kultur etc.) zwischen mir und meinem Gegenüber lagen. Ich habe damals auch zum ersten Mal erfahren, dass ich mich nicht immer in den anderen hineindenken oder -fühlen kann, selbst wenn ich es wollte. Da blieben dann oft nur das Schweigen und das Zuhören übrig. Und auch bei unseren Verkäufer*innen, die ich jetzt schon längere Zeit kenne, gibt es immer wieder Situationen, in denen ein stilles Anerkennen der Begebenheit und der Menschen hilfreicher ist als jedes gutgemeinte Wort. <<

verena.siller-ramsl@apropos.or.at
 Tel.: 0662 / 870795-23



Foto: Bernhard Müller

Redaktion intern

NICHT AUFHÖREN, ZU KÄMPFEN

Es ist längst nicht mehr im Zentrum der medialen Aufmerksamkeit: Menschen, die hierher geflüchtet sind und nun abgeschoben werden. Abgesehen davon, dass es eine grundethische Frage ist, ob man überhaupt jemandem verbieten darf, sich an einem Ort der Erde (langfristig) aufzuhalten, ist es meiner Ansicht nach auf keinen Fall in Ordnung, Menschen in ein Land abzuschieben, in dem sie kein freies Leben führen können. Offensichtlich gibt es in Österreich genug Menschen, die das ebenfalls so sehen: Denn einem unserer Verkäufer durften wir nun gratulieren, weil er seine Aufenthaltsgenehmigung erhalten hat. Acht Jahre lang hat er dafür gekämpft. Wir freuen uns mit ihm und finden, dass er eines beweist: Man darf nicht aufhören, für das zu kämpfen, was einem wichtig ist. <<

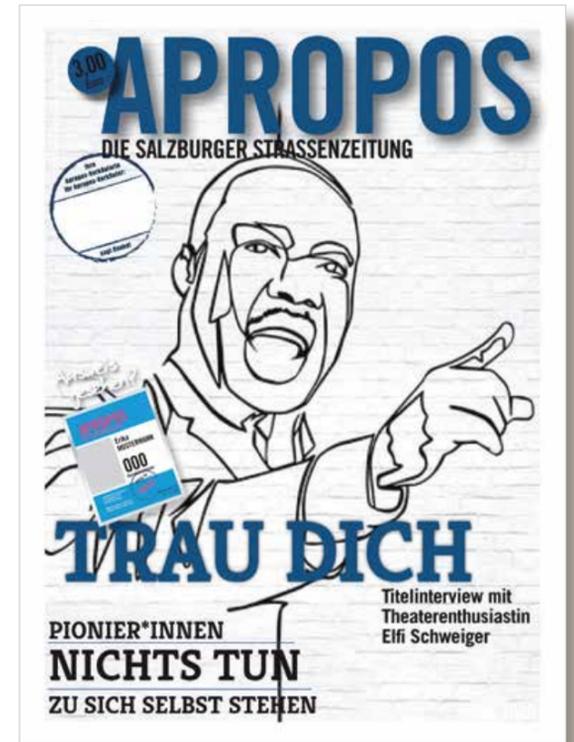
christine.gnahn@apropos.or.at
 Tel.: 0662 / 870795-23



Foto: Bernhard Müller

DIE NÄCHSTE AUSGABE
 ERSCHEINT AM 2. MÄRZ 2020

TRAU DICH



Impressum

Herausgeberin, Medieninhaberin und Verlegerin
 Soziale Arbeit gGmbH
 Geschäftsführer Alfred Altenhofer
 Breitenfelderstraße 49/3, 5020 Salzburg

Apropos-Redaktionsadresse
 Glockengasse 10, 5020 Salzburg
 Telefon 0662/870795 | Telefax 0662/870795-30
 E-Mail redaktion@apropos.or.at
 Internet www.apropos.or.at

Chefredakteurin & Apropos-Leitung
 Michaela Gründler
Vertrieb & Aboverwaltung Matthias Huber
Redaktion & Vertrieb Verena Siller-Ramsl
Redaktion & Social Media Christine Gnahn
Vertrieb Hans Steininger
Lektorat Gabor Karsay, www.textpruefer.at
Gestaltung Annette Rollny, www.fokus-design.com
Cover Istock **Foto Editorial** Verena Siller-Ramsl
Druck Landesverlag Druckservice GmbH

Mitarbeiter*innen dieser Ausgabe
 Arthur Zgubic, Magdalena Lublasser-Fazal, Georg Wimmer, Christof Reich, Hanna S., Andrea Hoschek, Rudi Plastinin, Monika Fiedler, Sonja Stockhammer, Georg Aigner, Evelyn Aigner, Kurt Mayer, Chris Ritz, Andreas Hauch, Manfred Goak, Ulrike Matzer, Christina Repolust, Robert Buggler, Elke Weese, Klaudia Gründl de Keijzer, Michael König

Bankverbindung Salzburger Sparkasse Bank AG
 IBAN: AT74 2040 4000 4149 8817, BIC: SBGSAT2SXXX

Nächster Erscheinungstermin 02.03.2020
Nächster Redaktionsschluss 10.02.2020

MEIN ERSTES MAL

In der Kolumne „Mein erstes Mal“ laden wir verschiedene Autorinnen und Autoren dazu ein, über ein besonderes erstes Mal in ihrem Leben zu erzählen.



Vier Quadratmeter Zuhause in einem Dorf in Rumänien. Gebaut aus Zweigen und getrockneter Erde, abgedeckt mit Planen.

von Michael König

Meine erste Reise nach Rumänien im Jahr 2014 hinterließ in meiner Reisebiografie eine besondere Spur. Mit ihrem faszinierenden architektonischen Flair und einer Altstadt, die zum Flanieren und kulinarischen Gustieren einlädt, zog mich Sibiu, die Hauptstadt Siebenbürgens, sofort in den Bann. Sorgsam restaurierte protestantische, katholische und orthodoxe Kirchen, eine Vielzahl von gut erhaltenen historischen Bauten oder das lehrreiche Brukenthal-Museum bezeugen die lange europäische Geschichte von Transsilvanien. Keine Spur von einem europäischen „Armenhaus“.

Nach zwei Tagen verließ ich die Stadt, um ein Dorf 30 Kilometer außerhalb von Sibiu zu besuchen. Ich interessierte mich für das dortige im Aufbau befindliche Roma-Hilfsprojekt. Die sogenannte „Bettlerdiskussion“ in Salzburg stand erst am Beginn und ich wollte wissen, wie die Lebenshintergründe jener Menschen aussehen, die in mittel- und westeuropäische Städte reisen, um dort zu betteln. Die wahre Dimension des südosteuropäischen Armutproblems hat sich auf dieser Reise offenbart.

Die malerische Kulisse des nahen, noch schneebedeckten Fagaras-Gebirges erfreute mich bei der Autofahrt durch die intensiv blühende Frühlingslandschaft von Siebenbürgen. Das Land sog mich förmlich auf. Die Asphaltstraße zum Dorf ging schließlich in eine Schotterstraße über, die in einen nicht mehr befahrbaren lehmigen Weg mündete. Die letzten Meter ging es nur mehr zu Fuß durch Lehm und Morast weiter. Unvermittelt fand ich mich in einer kleinen Wohnsiedlung wieder, die mir die Sprache verschlug. Das also war einer dieser Slums an den Rändern jener südosteuropäischen Dörfer und Städte, von denen ich bei Karl-Markus Gauß gelesen hatte.



Foto: Edwin Enzlmüller

STECKBRIEF

NAME Michael König
IST auf die Umsetzung des Regierungsprogrammes gespannt
SCHREIBT gerne
FINDET Südosteuropa bereisenswert
FREUT SICH auf das neue Programm von Hubert von Goisern
ÄRGERT SICH über die enthemmte Sprache auf Facebook & Co.

Ich war mit einer Krankenschwester aus Österreich verabredet, die in diesem Dorf für einige Monate einen Freiwilligeneinsatz machte. Wir gingen zu einer Lehmhütte am Eingang der Siedlung. Aus Zweigen und getrockneter Erde gebaut, mit Planen notdürftig abgedeckt, war diese vier Quadratmeter große Unterkunft das liebevoll gestaltete Zuhause eines jungen Paares mit ihrem Neugeborenen. Im Inneren ein Bett, ein kleiner Ofen und sonst nichts. Nicht auszudenken, wie dieses Paar mit seinem Baby im Sommer die Hitze und im Winter die Kälte ertragen würde. Keine Lebensmittelregale, kein Strom, kein Wasser. Freudestrahlend empfing uns die Frau. „Je ärmer, desto gastfreundlicher.“ Den Wahrheitsgehalt dieses Satzes sollte ich in den Jahren danach bei meinen Reisen nach Rumänien noch oft erfahren. Wir waren willkommen und ich war verunsichert. Im Grunde war ich völlig überfordert, das mir sichtbar Gewordene zu verarbeiten. Zu nah, zu unvermittelt war ich in diesen verschwiegenen Teil einer europäischen Lebenswirklichkeit hineingeraten. So ist Europa auch.

Die Vielfalt an intensiven Eindrücken, das macht „mein erstes Mal“ in Rumänien unvergesslich. Die herausfordernden sozialen Themenstellungen, das große Engagement und die herzliche Gastfreundschaft so vieler beeindruckender Menschen, die ich auf meinen Reisen durch Rumänien kennenlernen durfte, der kulturelle und landschaftliche Reichtum, das alles macht jede Fahrt in dieses vielfältige Land für mich bis heute immer wieder zu einem „ersten Mal“.

Wer noch auf der Suche nach einer Urlaubsdestination für den heurigen Sommer ist: Siebenbürgen ist eine Reise wert! <<

Chefredaktion intern

ERFOLGSGESCHICHTE APROPOS-CHOR

Am 21. Februar vergangenen Jahres war es so weit. Nach einer sehr kurzen Vorbereitungszeit stellten wir unseren Verkäuferinnen und Verkäufern im gemeinnützigen Restaurant Schmankerl, das gleich einen Stock unter unserer Redaktion liegt, unser neuestes Projekt vor: den ApropoS-Chor. Von Anfang an stand die Idee eines weiteren kreativen Angebots (nach Schreibwerkstatt, Sprachkurs und Yoga) unter einem guten Stern. Denn kaum angedacht, fand mit Mirjam Bauer eine kongeniale Chorleiterin ihren Weg zu uns und wir hoben gemeinsam die Idee eines Mitmach-Chores aus der Wiege. Wir fanden sogleich im Forum1 einen wunderbaren Proberaum, der im Jänner 2020 nun von einer weiteren tollen Location abgelöst wurde, nämlich dem von der Caritas Salzburg im Herbst eröffneten Haus Elisabeth. Bereits im Mai 2019 erhielt Chorleiterin Mirjam den Hubert-von-Goisern-Preis für ihre musikalischen Projekte, von denen der Chor ein wichtiger Bestandteil ist. Bislang traten unsere Verkäufer*innen und Leser*innen bei Jazz & the City und bei verschiedenen Weihnachtsfeiern auf. Auch heuer warten tolle Auftritte auf sie. Am 8. Februar singt der Chor im ABZ Itzling im Rahmen des von der Stadt organisierten „Monats der Vielfalt“, am 1. April ist er ein Teil von 1.000 Sänger*innen beim Musical „Martin Luther King“ in der Salzburgarena, das von Theater-Enthusiastin Elfi Schweiger organisiert wird, und im Herbst ist er schon für das Bahnhofsfestival „Take the A-train“ angefragt. Wenn das keine Erfolgsgeschichte ist! <<



Foto: Verena Siller-Ramsil

michaela.gruendler@apropos.or.at
Tel.: 0662 / 870795-22

Vertrieb intern

EIN RAUM FÜR ALLE

Als ich als Praktikant bei den ersten Zeitungsanlieferungen unsere Verkäufer*innen geballt kennenlernte, waren sie für mich alle irgendwie gleich. Eine Hilfsfunktion meines Gehirns, das mit so viel neuer Information auf einmal nicht umgehen kann. Je länger ich aber bei ApropoS bin, umso mehr lerne ich auch die unterschiedlichen Persönlichkeiten in ihren vielen Facetten kennen. Manche machen es einem leichter, da sie sich schnell öffnen und gerne etwas von sich preisgeben. Andere bleiben eher für sich, reden leise und nicht viel, antworten kurz und ohne Gegenfrage. Für beide soll unser Büro eine sichere Insel sein. Es besteht der Raum zu reden, um Hilfe bzw. Unterstützung zu bitten, doch besteht in gleicher Weise der Raum zu schweigen, still den Zeitungserwerb und das Stempeln der gekauften Zeitungen zu erledigen. Für Menschen, die von Amt zu Amt verwiesen werden, hier ein Formular, da eine Befragung und dort eine Erklärung abgeben müssen, ist das meiner Meinung nach sehr wichtig, als Mensch für voll genommen zu werden und die Wahl zu haben, was, wie viel und wem man etwas über sich erzählt. <<



Foto: Andreas Hauch

matthias.huber@apropos.or.at
Tel.: 0662 / 870795-21



Begegnungen Jänner – Mitte Juni 2020

Seminare für Gesundheit und Lebens-Lust

SCHLOSS GOLDEGG

23.01.	Vortrag: Krebserkrankungen aus Sicht der TCM Florian Ploberger
14.02.	Baumwissen und Zukunftstechnik Erwin Thoma
28.02 – 01.03.	Tanz der Helden – Biodanza & Ecstatic Dance Maria Schwaighofer
06.03. – 08.03.	Familienschicksal und persönlicher Lebensweg Karl-Heinz Domig
09.03. – 11.03.	Familienschicksal und persönlicher Lebensweg II Karl Heinz Domig
13.03. – 15.03.	Shaolin Augen Qi Gong & Chan Meditation Shi Xinggui
13.03. – 15.03.	Der Weg des Schamanen Michael Hasslinger
20.03. – 22.03.	Yoga & Ritual – Frühlingsbeginn Daniela Duncan
20.03. – 22.03.	Viva o Samba – Brasilianische Tänze Claudia Lima
27.03. – 29.03.	Die Zauberkraft des Singens Catarina Lybeck
27.03. – 29.03.	Qigong – Seminar für Fortgeschrittene Gerhard Wenzel
17.04. – 19.04.	Lebendige Beziehung in Bewegung Annette Kiehas
17.04. – 19.04.	Ihr Geburtshoroskop – Astrologisches Seminar Albrecht Klaus & Manuela Reudink
20.04. – 21.04.	Holzbau: Grundlagen für Bauinteressierte Erwin Thoma & Florian Thoma
24.04. – 26.04.	Kriya – Weg des Lichts Elisabeth Maria Zgubic-Koiner
24.04. – 26.04.	Wasser des Lebens – Transformatives Theater Birgit Fritz
01.05. – 03.05.	Ritual Dance Roxana Jaffé
01.05. – 03.05.	Huna I – Grundlagen hawaiianischen Wissens Ingrid Stadler-Pree
08.05. – 10.05.	Holladareitullo – Jodeln für Begeisterte Heidi Clementi
15.05. – 17.05.	Die Augen im Blickpunkt Gertraud Brunner
29.05. – 31.05.	Die Kraft der Musik – altorientalische Musiktherapie Gernot Galib Stanfel
05.06. – 07.06.	Simple Wisdom – Yoga & Meditation Florian Palzinsky
19.06. – 21.06.	Die wilde Kraft Luisa Francia

Kultur- und Seminarzentrum
SCHLOSS GOLDEGG
5622 Goldegg, Hofmark 1
T 06415-8234-0
office@schlossgoldegg.at
www.schlossgoldegg.at



MEINE KLIMAZIELE AG

100 %
sauberer
Strom!

Konsequent zum guten Klima: Mit Energie, die auf erneuerbare Quellen wie Wasserkraft und Sonne setzt. Egal, ob zu Hause, am Arbeitsplatz oder in der Freizeit, in Stadt oder Land: Unser Strom stammt zu 100 % aus erneuerbaren Energiequellen und lässt die Zukunft leuchten. salzburg-ag.at

 **SALZBURG** AG
WO ZUKUNFT INS LEBEN KOMMT.

Genug gebrannt

Holen Sie sich mit der AK

Ihre zu viel bezahlten Steuern zurück. Wir helfen Ihnen bei der Arbeitnehmerveranlagung.

Jetzt beim Steuerlöscher
anmelden:

T: + 43 (0)662 86 87 86



www.ak-salzburg.at