

Den VerkäuferInnen bleibt EUR 1,25

Nr. 129

2,50
Euro

APPROPOS

DIE SALZBURGER STRASSENZEITUNG



DAS IST HEILSAM

LOB DER SELBSTTHEILUNGSKRÄFTE Titelinterview mit Kurt Langbein

VORSICHT, KRANK! Das Geschäft mit der Heilung

JUNI 2014

Lob der Selbstheilungskräfte

Kurt Langbein stellt in seinem „Weißbuch Heilung“ einen ganzheitlichen Heilungszugang vor.

6



12 Heilung, solange die Kasse klingelt

Unsere Gesundheit – ein lukratives Geschäft.



14 Heilung hinter Gittern

Wie „heilsam“ ist die Zeit im Gefängnis und gibt es sinnvolle Alternativen zur Freiheitsstrafe?



22 Interview

In unserer Serie „Schriftstellerin trifft Verkäufer“ schreibt Autorin Brita Steinwendtnr über Apropos-Verkäufer Ion Mateiu.

16 Warum gerade ich?

Vom Gesunden zum Kranken: Das Salzburger Landestheater versetzte Kafkas „Verwandlung“ von der Bühne in eine Station des Landeskrankenhauses.



Thema: DAS IST HEILSAM

- 4 Die richtige Dosis Humor
Soziale Zahlen
Cartoon
- 6 „Heilen kann sich nur der Mensch selbst“
Medizinjournalist Kurt Langbein im Apropos-Titelinterview
- 12 Heilung, solange die Kasse klingelt
Das Geschäft mit der Gesundheit
- 14 Heilung hinter Gittern
Warum Resozialisierung scheitert
- 16 Warum gerade ich?
Krankheit als Theaterstück
- 17 Sprachkurs
Wer hat hier zwei Vögel?

SCHREIBWERKSTATT

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

- 18 Luise Ogi
- 19 Narcista
- 20 Georg & Evelyne
- 21 Andrea

AKTUELL

- 22 Autoren über Verkäufer
Brita Steinwendtnr traf Verkäufer Ion Mateiu
- 24 Kultur-Tipps
Was ist los im Juni
- 25 Gehört & gelesen
Buch- und CD-Tipps zum Nachhören und Nachlesen
- 26 Kolumne: Robert Buggler
Leserbriefe

VERMISCHT

- 27 Straßenzeitungen weltweit
- 28 Apropos Kreuzworträtsel
- 29 Apropos intern
Impressum
- 30 Kolumne: Das erste Mal
Von Eva Helfrich
- 31 Neues vom Team
Vorgestellt



Straßenzeitungen weltweit

Aktuelles aus der Straßenzeitungswelt.

27

EDITORIAL

DAS IST HEILSAM

Liebe Leserinnen und Leser!

Einen Menschen, der von der Wiege bis zur Bahre durchgängig gesund bleibt, gibt es nicht. Wir alle werden im Laufe unseres Lebens krank. Als Kleinkinder durchlaufen wir gängige Kinderkrankheiten, die unser Immunsystem auf Dauer stärker machen, als Erwachsene suchen uns die unterschiedlichsten Diagnosen heim. Manchmal werden wir gesund, ohne etwas dafür getan zu haben, manchmal braucht es die gebündelten Kräfte von Selbstheilungskräften und fremder Hilfe, von Ärzten, Therapeuten, Medikamenten, um zu genesen.

Der Medizin-Journalist und „Bittere Pillen“-Bestseller-Autor Kurt Langbein lernte durch seine Krebserkrankung einen ganzheitlichen Heilungszugang kennen. Im Titelinterview erzählt er, was dazu beiträgt, die Selbstheilungskräfte zu aktivieren, warum es gut ist, seine Gefühle ernst zu nehmen, und was einen guten Heiler ausmacht (S. 6–10).

Viele Menschen sind auf der Suche nach Heilung. Daraus hat sich im wohlhabenden Europa ein regelrechter Wirtschaftszweig entwickelt. Apropos-Autor Wilhelm Ortmayr hat recherchiert, dass der Gesundheitssektor trotz stagnierender Einkommen stärker als viele andere Branchen wächst und kaum eine Region ohne Wellness- oder Kur-Angebote auskommt (S. 12–13).

Auch von Gefängnissen erwartet sich die Gesellschaft eine heilsame Einwirkung. Kriminelle Menschen können durchaus „geläutert“ werden, wenn es in der Haft Unterstützung gibt, sich mit sich und seinen bisherigen Verhaltensweisen auseinanderzusetzen, sagt Gefängnis-Psychotherapeutin Sabine Sandberger. Zudem brauche es eine Perspektive für danach und jemanden, der einen auffängt, fügt Ex-Häftling und Apropos-Verkäufer Georg Aigner hinzu (S. 14/15).

Somit bleibt Hoffnung ein zentrales Thema beim Heilungsprozess – genauso wie Nein sagen (S. 15), Lachen (S. 4) und Verzeihen (S. 5).

Herzlichst, Ihre

Michaela Gründler
Michaela Gründler
Chefredakteurin
michaela.gruendler@apropos.or.at



Grundlegende Richtung

Apropos ist ein parteiunabhängiges, soziales Zeitungsprojekt und hilft seit 1997 Menschen in sozialen Schwierigkeiten, sich selbst zu helfen. Die Straßenzeitung 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 1,25 Euro ein und verkaufen sie um 2,50 Euro. Apropos ist dem „Internationalen Netz der Straßenzeitungen“ (INSP) angeschlossen.

Die Charta, die 1995 in London unterzeichnet wurde, legt fest, dass die Straßenzeitungen alle Gewinne zur Unterstützung ihrer Verkäuferinnen und Verkäufer verwenden. 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 Straßenzeitungs-Award in der Kategorie „Weltbester Verkäufer-Beitrag“ für das Buch „So viele Wege“.

Herzliches Lachen tut dem Körper gut und kann sogar richtig „high“ machen.



Foto: Thinkstock

Soziale Zahlen im Juni

Bittere Pillen



15 Mrd. €
Ausgaben der sozialen Krankenversicherungsträger

Spitalsbehandl.	29%
Ärztliche Hilfe	24%
Arzneimittel	15,2 %
Vorsorge/Reha/Pflege/Soz. Dienste	7,3%
Verwaltung	6,9%
Zahnbehandlung	5,8%
Krankengeld	3,8%
Mutterschaft	3,7%
Rezeptgebühr	2,5%

Die soziale Zahl des Monats entsteht in Kooperation mit dem Institut für Grundlagenforschung

Wie lachen gesund macht

DIE RICHTIGE DOSIS HUMOR

von Katrin Schmoll

„Lachen ist gesund“, ist mehr als ein lapidar dahingestagerter Spruch. Forscher haben längst nachgewiesen, dass Lachen entzündungshemmende Hormone auslöst und so Krankheiten bekämpft. Lachen entspannt, lindert Schmerzen, senkt den Blutdruck, sorgt für eine ruhigere, tiefere Atmung, regt die Verdauung an, bringt den Kreislauf in Schwung und fördert den nächtlichen Schlaf. Selbst bei Krebs, Aids, Herzerkrankungen, Kopfschmerzen, ja sogar bei chronischer Angst und Depression, hat sich Humor als wirksames Rezept erwiesen.

Menschen, die gerne und viel lachen, haben von Haus aus ein stärkeres Immunsystem und fühlen sich vitaler als „Grantler“. Wie Wissenschaftler der Universität Stanford entdeckt haben, kann ein guter

Witz richtiggehend „high“ machen, denn Komik aktiviert das Belohnungszentrum im Gehirn. Leider setzen wir unsere Wunderwaffe viel zu selten ein: Erwachsene lachen durchschnittlich nur noch 15-mal am Tag – wenn überhaupt. Dabei könnte man gerade immer dann, wenn einem eigentlich überhaupt nicht zum Lachen zumute ist, eine Dosis Humor gut gebrauchen. Die Pensionistin Paula Berndorfer hat fünf Schlaganfälle erlitten und sitzt seit zwei Jahren im Rollstuhl. „Meinen Humor hab ich trotzdem nicht verloren“, erzählt sie, „er baut mich immer wieder auf.“ Die ehemalige Wirtin hat ihr Leben lang Witze erzählt und diese in zwei Witzbüchern niedergeschrieben. Wenn man Humor teilt, wirkt er nämlich gleich doppelt so gut. <<

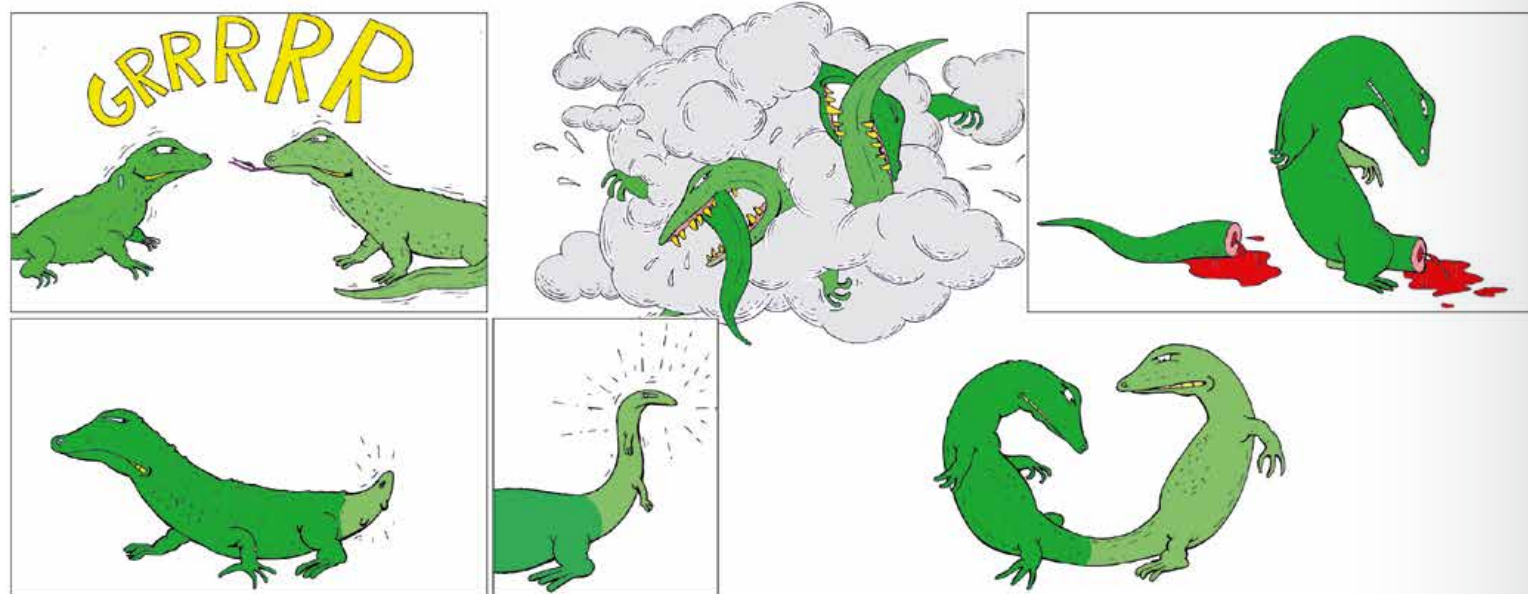
VOR DEM SONNENUNTERGANG ...

... sollst Du Vergebung üben, lautet eine alte hawaiianische Weisheit. Denn letztlich machen wir uns durch Ärger und Vorwürfe, die wir anderen oder uns selbst entgegenbringen, nur selbst das Leben schwer. Die Hawaiianer haben daher eine Methode entwickelt, wieder Ordnung in die eigene Seelen- und Gefühlswelt zu bringen, und diese „Ho'oponooono“ genannt – was so viel bedeutet wie „richtigstellen“. Sie gehen davon aus, dass alles auf der Welt miteinander verbunden ist. Hat ein Mensch ein Problem, haben es auch die anderen. Heilt er es in sich, kehrt auch Frieden in der äußeren Welt ein.

Dafür haben sie vier Sätze entwickelt, die es ermöglichen sollen, den inneren Ärger zu sehen, anzunehmen und sich und anderen zu verzeihen.

1. Es tut mir leid (dass ich es zuvor nicht gesehen habe).
2. Ich liebe mich/dich (trotzdem).
3. Danke (für die bevorstehende Umwandlung des Problems).
4. Ich verzeihe mir/dir.

Der APROPOS-Cartoon von Arthur Zgubic®



Titelinterview

„HEILEN KANN SICH NUR DER MENSCH SELBST“

Jahrzehntlang recherchierte er als Medizijnjournalist, landete mit dem Sachbuch „Bittere Pillen“ in den 1980er-Jahren einen Millionenerfolg und lernte durch seine Krebserkrankung einen ganzheitlichen Heilungszugang kennen, den er nun in seinem „Weißbuch Heilung“ vorstellt. Kurt Langbein erzählt im Apropos-Interview, wie wichtig Anerkennung für die eigene Gesundheit ist, welche Rolle mitfühlende Ärzte spielen und warum er regelmäßig meditiert.

Titelinterview mit Kurt Langbein

von Chefredakteurin Michaela Gründler

Was macht krank?

Kurt Langbein: Demütigung am Arbeitsplatz oder schlecht bewältigte Beziehungsprobleme machen häufig krank. Ein englischer Forscher hat in seiner „Effort-Reward-Balance“-Studie eindrucksvoll belegt, dass wir krank werden, wenn die Balance zwischen dem, was wir als Engagement im Privaten, Beruflichen und Gesellschaftlichen einbringen, und dem, was wir an positiver Rückmeldung, Bestätigung oder Anerkennung erhalten, nicht mehr stimmt. Für diese Studie hat er mehr als 20.000 Menschen über 35 Jahre begleitet und herausgefunden, dass dieses Ungleichgewicht zwei Drittel des Krankheitsrisikos ausmacht. Das restliche Drittel wird verursacht von unseren Lebensstil-Faktoren wie Übergewicht, wenig Bewegung, falscher Ernährung oder übertriebenem Alkoholgenuß, die wir oft zu wenig verändern.

Was heilt?

Kurt Langbein: Wenn es einem gelingt, etwa durch Mentaltechniken Voraussetzungen zu schaffen, mit ungünstigen Lebensumständen fertigzuwerden, dann hat man gute Voraussetzungen, dass Heilung gelingen kann. Denn: Heilen kann sich nur der Mensch selber. Die Medizin kann dabei helfen, Voraussetzungen für Heilung zu schaffen, indem sie einen Tumor verkleinert oder vernichtet oder indem sie Gefäße aufdehnt, die verstopft sind. Entscheidend für das Gelingen der Heilung ist jedoch der Organismus, das System Mensch.

Was kann man tun, um gesund zu bleiben?

Kurt Langbein: Es gibt sogenannte Resilienzfaktoren wie Selbstverantwortung, Optimismus oder Lösungsorientierung, die dazu beitragen, dass die Gefahr, krank zu werden, geringer bleibt. Die kann man im „Weißbuch Heilung“ auf Seite 173 nachlesen (Anm. der Red.: und in der Info auf Seite 8).

Wow, Sie haben ein fotografisches Gedächtnis!

Kurt Langbein: Nein, aber das hab ich schon so oft gesucht, weil so viele Leute gefragt haben. (lacht)

Versetzt der Glaube Berge?

Kurt Langbein: Die Placeboforschung gibt den eindrucksvollen Beweis, dass Überzeugung und Zuversicht das stärkste Heilmittel sind und dass Glaube und Zutrauen an die eigenen Möglichkeiten tatsächlich Berge versetzen können. Wir brauchen dazu aber einen Zweiten. Einen Menschen, der uns die Angst nimmt und uns das Vertrauen gibt, dass die Heilung gelingt. Das kann ein guter Arzt sein, das kann aber auch ein Mensch aus anderen Heilberufen sein.

Was macht einen guten Heiler aus?

Kurt Langbein: Eine hohe Fähigkeit, sich in den anderen hineinversetzen können und dessen Zustand und Problematik zu verstehen. Nicht mitzuleiden, aber Mitgefühl zu haben.

Sie sind im Laufe Ihrer Recherchen zu Ihrem neuen Buch „Weißbuch Heilung“ auf zahlreiche Heiler gestoßen, die mit Energie arbeiten und gute Erfolge erzielen – die aber wissenschaftlich betrachtet unerklärlich sind. Was sagt da der Medizijnjournalist in Ihnen? Was der heilungssuchende Krebserkrankte?

Kurt Langbein: Ich war zuerst sehr skeptisch, wenn nicht ablehnend. Ich habe dann von zahlreichen Menschen, die bereits von der Medizin aufgegeben waren mit den Worten „Sie haben nur mehr sechs Monate zu leben. Wir können leider nichts mehr machen“, gehört, welche Bedeutung die alternativen Heiler in ihrem wundersamen Genesungsweg eingenommen haben. Ich habe mich dann auf Heiler eingelassen, die mir zum Teil von Ärzten unter vorgehaltener Hand empfohlen wurden, weil die selbst ihre Patienten hinschicken, wenn sie selbst nicht mehr weitergewusst haben. Einiges, was ich dort erlebt habe, hat mich sehr beeindruckt, >>

„Für mich war es sehr wichtig, meine Angst vor dem Sterben zu überwinden.“



Bernhard Müller, Photograph.
FREUT SICH auf die Sommer-
szene 2014 mit spannenden
Aufführungen und auf eine
friedliche Fußball-WM in Brasilien.
www.fokus-design.com

FOTOS



Seit Jahrzehnten beschäftigt sich Kurt Langbein mit dem Thema Gesundheit – seit seiner Krebserkrankung vermehrt auch mit seiner eigenen.

ohne, dass ich verstehen würde, was dort passiert ist. Es gab Menschen, die mir ansatzlos Geschichten über meine frühkindliche Entwicklung erzählen konnten, von denen ich selbst kaum eine Ahnung hatte, oder die mich relativ schnell in einen trance-ähnlichen Zustand versetzen konnten. Aus meiner ablehnenden, skeptischen Grundhaltung ist ein interessiertes Staunen geworden. Ich bin relativ sicher, dass die moderne Forschung in zehn, zwanzig Jahren noch viel mehr erklären wird können, was da eigentlich abläuft.

Sie haben durch Ihre Arbeit und Ihren eigenen Heilungsverlauf fundierte Einblicke in schulmedizinische und alternative Heilmethoden gewonnen. Ihr Befund: Was hilft nun wirklich?

Kurt Langbein: Ich glaube, dass die Medizin der Zukunft die integrative Medizin ist. Diese verbindet die konventionelle Medizin mit komplementären sowie psychologischen Maßnahmen und Mentaltechniken, welche die Selbstheilungskräfte der Menschen in ein persönliches Therapiesetting setzen, sodass Gesundheit wieder hergestellt werden kann. Ich bin überzeugt, dass es nicht *den* Weg zur Heilung gibt, sondern dass es für jeden Menschen in seiner ganz konkreten Situation, seinen Bedürfnissen, seinen Ressourcen die Möglichkeiten eines persönlichen Therapie-Paketes gibt, das ihm zur Heilung verhelfen kann.

Ein kranker Mensch ist ein suchender Mensch. Was raten Sie jemandem, der auf Heilungssuche ist?

Kurt Langbein: Am besten wäre es natürlich, sich an eine solche Abteilung für integrative Medizin zu wenden, die über diese ganzheitlichen Kenntnisse verfügt. Das sind kompetente Mediziner und Psychologen, die auch Experten aus der Natur- und Komplementärmedizin kennen und sortiertes Wissen über die Möglichkeiten vermitteln können. Leider gibt es solche Abteilungen für integrative Medizin in Österreich nirgendwo, sondern nur an deutschen Universitätskliniken oder im anglosächsischen Raum. Bei uns kann man zunächst einmal Mediziner aufzusuchen, die über ganzheitsmedizinisches Wissen verfügen und mit denen ein Vertrauensverhältnis entsteht. Wo das nicht möglich ist, ist es sinnvoll, sich an komplementäre Therapeuten zu wenden. >>

RESILIENZFAKTOREN

Akzeptanz: Die Wirklichkeit und damit verbundene unangenehme Gefühle des Ärgers oder der Trauer werden nicht geleugnet.

Selbstverantwortung: Man sieht sich nicht als Opfer der Umstände, sondern übernimmt Verantwortung für sein Handeln und für sein Leben.

Selbstwirksamkeit: Man glaubt, dass man Einfluss auf sein Leben nehmen kann und durch sein Handeln etwas an der Situation ändern kann.

Optimismus: Man weiß, dass es schwere Zeiten im Leben gibt und dass sich die Dinge aber wieder zum Besseren wenden.

Lösungsorientierung: Man schaut in die Zukunft und passt sich den veränderten Bedingungen an. Man zieht die richtigen Schlüsse aus dem, was passiert ist, und lernt daraus. Wenn notwendig, sucht man nach neuen Optionen, um glücklich zu sein.

Netzwerkorientierung: Man ist bereit, Hilfe von außen anzunehmen, baut Freundschaften auf, die in schweren Zeiten Unterstützung bieten.



STECKBRIEF

NAME Kurt Langbein
LEBT in Wien
ARBEITET als Publizist und Filmproduzent
FÜHLT das Leben intensiver, seit er dessen Begrenztheit erfahren hat

FREUT SICH über schöne Momente, intensive Gespräche
ÄRGERT SICH über Engstirnigkeit und Ignoranz in der Schulmedizin

Das muss man sich aber finanziell auch leisten können ... Was machen Menschen, die sich einen solchen Zugang nicht leisten können, weil sie keine Privatversicherung haben?

Kurt Langbein: Das ist leider eine erhebliche Einschränkung in unserem Gesundheitssystem. Allerdings ist es unerlässlich, dass der Patient selbst sein Schicksal in die Hand nimmt und seine Krankheit als Gelegenheit sieht, an und mit seinem Leben Änderungen durchzuführen. Daher sollte es auch möglich sein, dafür bis zu einem gewissen Ausmaß auch Geld in die Hand zu nehmen. Für viele andere Sachen geben wir oft viel Geld aus, selbst, wenn wir nicht so viel davon haben.

Was hat Ihre Krebserkrankung Ihrem Leben genommen – und was hat sie Ihnen gegeben?

Kurt Langbein: Sie hat meinem Leben glücklicherweise nur einige Monate bei voller Gesundheit genommen und sie hat mir die Möglichkeit gegeben, meinen Umgang mit mir selbst, mit meiner Umwelt, meinen eigenen Gefühlen grundlegend zu überlegen und zu überarbeiten. Ich würde sagen, ich lebe seither glücklicher, zufriedener und interessanter als davor.

Das heißt, Sie haben letztendlich durch Ihre Krankheit eine Bereicherung erfahren?

Kurt Langbein: Ja. Auch viele meiner Mitpatienten, mit denen ich ausführliche Gespräche geführt habe, meinten: Wenn es einem gelingt, etwas an seinen Lebensumständen und an dem, was vermutlich dazu beigetragen hat, dass man krank geworden ist, zu ändern, werden Prozesse in Gang gesetzt, die Krankheit zur Chance machen können.

Durch Ihre Krankheit haben Sie letztendlich anders recherchiert als zuvor. Sie sind allerdings schon seit Jahrzehnten im Gesundheits- und Medizinjournalismus tätig. Warum sind Sie Medizinjournalist geworden?

Kurt Langbein: Ursprünglich habe ich mich hauptsächlich mit den Praktiken der Pharmaindustrie beschäftigt, die problematische Versuche mit neuen Arzneimitteln an Menschen gemacht haben, die zum Teil wehrlos waren. Da passierte meine Arbeit aus einem sozialen Engagement heraus, Ungerechtigkeiten aufzudecken. Daraus ist Schritt für Schritt eine Beschäftigung mit der konventionellen Medizin geworden, wo ich versucht habe, jene mitzustrücken, die evidenzbasierte Medizin – also wissenschaftlich halbwegs abgesicherte Medizin – bevorzugen. Nicht zuletzt durch mein Prostatakarzinom bin ich einen Schritt weiter gegangen und habe auch von den neuen Erkenntnissen vor allem der Psychoneuroimmunologie mehr und mehr mitbekommen und auch miterlebt, wie sehr das Gehirn, das Nervensystem, das Immunsystem und der

Körper in einem Wechselspiel miteinander arbeiten – und habe dadurch Krankheit zunehmend auch als Störung dieses Systems zu verstehen gelernt.

Was hat der Millionenbestseller „Bittere Pillen“, den sie in den 1980er-Jahren gemeinsam mit anderen Autoren geschrieben haben, verändert?

Kurt Langbein: Es war eine Zeit Anfang der 80er-Jahre, wo das kritische Konsumentenbewusstsein erstmals schrittweise in den Medizinbetrieb Eingang gefunden hat mit dem kritischen Hinterfragen von Therapien und der Handlungen der Götter in Weiß. Die „Bitteren Pillen“ haben genau zu diesem Zeitpunkt einen gewissen Stellenwert bekommen und als Symbol des Wandels auch eine sehr hohe Bedeutung und große Verbreitung bekommen. Ich habe mich zunächst etwas gewundert, dass das „Weißbuch Heilung“ nun einen so großen Erfolg hat. Das macht auch optimistisch, dass wir heute in einer ähnlichen Weichenstellung liegen, was das ganzheitliche Herangehen an gesundheitliche Fragen betrifft. Ich wäre sehr zufrieden, wenn das „Weißbuch Heilung“ einen kleinen Beitrag dazu leisten könnte, dass wir aufhören, Medizin als rein mechanische Problemlösung von Organfunktionen zu verstehen, und etwas ganzheitlicher denken können, damit der Medizinbetrieb sich dem anpasst.

Wann ist die Wahrheit über eine Diagnose heilsam, wann schädigend, wenn man sie hört?

Kurt Langbein: Die moderne Placeboforschung zeigt, dass negative Informationen tatsächlich dazu führen können, dass sich Gesundheitszustände verschlechtern. Ein Arzt, der einem Menschen sagt: „Sie haben nur mehr 60 Prozent Überlebenschancen“ nimmt sein eigenes, empirisches Wissen und überträgt es auf das Schicksal eines Einzelmenschen. Aber: Ich kann nicht zu 60 Prozent sterben und zu 40 Prozent leben. Für das Individuum gibt es nur 100 oder 0. Ein Mediziner, der ein guter Heiler ist, wird Wege finden, dem Menschen mit seinen Informationen nicht die Hoffnung zu nehmen, sondern ihm vor allem Hoffnung zu geben, indem er dessen Ängste bearbeitet, ohne die Unwahrheit zu sagen. Leider ist dieses umsichtige, vorsichtige, empathische Abwägen im Zeitalter der juristischen Absicherung zum Teil etwas verloren gegangen. Es ist aber wichtig, dass wir uns wieder daran erinnern. Mit statistischen Wahrscheinlichkeiten lassen sich bei einem Einzelmenschen keine zuverlässigen Prognosen erstellen. Vielmehr wirken diese Pseudowahrheiten für den Betroffenen wie ein Todesurteil. >>

Das heißt, der Arzt soll verschweigen, dass er etwas Schlimmes diagnostiziert hat?

Kurt Langbein: Nein. Was gute Ärzte sagen, ist: „Sie haben ein ernsthaftes Problem. Die Voraussetzungen dafür, dass Sie eine Chance haben, ist vielleicht nicht sehr groß, aber wir werden diese Chance suchen und wahrnehmen. Wir werden auf alle Fälle einen Weg finden, damit zurechtzukommen.“ Das ist eine Botschaft, mit der man positiv umgehen kann.

Was war für Sie das wichtigste Heilungserlebnis?

Kurt Langbein: Für mich war es sehr wichtig, meine Angst vor dem Sterben zu überwinden. Daher habe ich mir sehr konkret vorgestellt, wie das sein wird. Ich habe in mir zudem neue Umgangsformen mit meinen eigenen Gefühlen und damit auch zu einer neuen Lebensform gefunden, die mich näher an andere Menschen heranbringt.

Würden Sie eine dieser neuen Umgangsformen verraten?

Kurt Langbein: Ich meditiere beispielsweise regelmäßig. Meditation hilft mir, mich von dem ständigen Geplapper in meinem Kopf zu befreien. Außerdem habe ich – ein Spät-68er, der ein absoluter Tanzmuffel war – mit meiner Frau die Standardtänze entdeckt und bin nun ein begeisterter Tänzer. Das verschafft mir und uns gemeinsame, tiefe und neue Beziehungserlebnisse, von denen ich vorher nicht einmal eine Ahnung hatte.

Was braucht es, um gesund zu bleiben?

Kurt Langbein: Dafür gibt es weder eine Garantie noch ein Rezept, weil auch Schicksalsentscheidungen eine Rolle spielen, die man oft nicht beeinflussen kann. Allerdings kann jeder von uns dazu beitragen, gut auf sich zu schauen, und in einem täglichen Prozess daran arbeiten, immer mehr dieser Resilienzfaktoren, von denen wir vorhin gesprochen haben, in sein Leben einzubauen. Diese Faktoren tragen dazu bei, dass man mit schwierigen Situationen, welche die innere Balance und das Immunsystem gefährden, wieder besser fertig werden kann. Unser Gehirn ist auf der einen Seite ein wunderbarer Apotheker, der es schafft, alle Zeichen von Gesundheitsschädigungen wieder zurechtzubiegen – und auf der anderen Seite ist unser Gehirn in einer gewissen Form starr und greift immer wieder auf alte Muster zurück, die es mal praktiziert hat, unabhängig davon, ob diese immer erfolgreich waren. Auch ich falle immer wieder in alte Muster zurück. Daher ist es so wichtig, täglich auf sich zu achten. <<



Chefredakteurin Michaela Gründler traf den Buchautor vor seiner Lesung im Bildungszentrum St. Virgil.

BUCHTIPP



WEISSBUCH HEILUNG
Kurt Langbein

gelesen von Ulrike Matzer

Ecowin Verlag, Salzburg 2014
22,95 Euro

GUTEN MUTES SEIN!

Als renommierter Medizijnjournalist war Kurt Langbein nach der Diagnose Krebs selbst auf Suche nach Orientierung. Wie andere Betroffene sah er sich zwischen den gegensätzlichen Ansichten von Schul- und Komplementärmedizin, wobei die anfängliche Skepsis gegenüber alternativen Heilmethoden immer größerem Interesse wich. Die Denkmuster und Ausdrucksweisen von Heilern lassen sich schwer in jene unseres Weltbilds übersetzen, weshalb der Verdacht des Esoterischen sich leicht aufdrängt. Doch spricht die Wirkung jeweils

für sich. Am Individuum orientierte Therapien vermögen das Immunsystem gezielt zu mobilisieren. Faszinierend dabei ist die Umbaufähigkeit unseres Gehirns: Durch mehr Achtsamkeit gegenüber sich selbst, durch einfache Formen von Mentaltraining werden zusätzlich enorme Selbstheilungskräfte aktiviert. Ein Buch, das allen ans Herz gelegt sei – umso mehr, als auch ich nach einer Autoimmunerkrankung mit lebensbedrohlichem Verlauf eben jene Möglichkeiten von Heilung erlebt habe und erlebe.

dm Initiativen für das Gemeinwohl

Miteinander – füreinander

In Zeiten, wo überall das Motto „Mehr ist mehr“ zu gelten scheint, macht sich dm drogerie markt für eine gesunde Mitarbeiterkultur und für soziales Engagement stark. „Ein Unternehmen ist für die Menschen da, nicht umgekehrt“, lautet die Unternehmensphilosophie und nach dieser lebt und arbeitet dm seit Beginn an.

Aktiv für den guten Zweck

dm Mitarbeiter erhalten einen zusätzlichen Urlaubstag pro Jahr, an dem sie sich für eine gemeinnützige Aktivität engagieren können. Ob Besuche im Seniorenheim, Aushelfen im Tierheim oder Müllsammeln in der Natur – der Kreativität der dm Mitarbeiter sind keine Grenzen gesetzt. Über 2.100 „mehr vom leben tage“ haben seit Einführung der Initiative im Jahr 2011 stattgefunden.

Gesundheit für Körper und Seele

Wenn das Leben einmal nicht nach Wunsch verläuft, erhalten dm Mitarbeiter anonyme und kostenlose Hilfe. Im Zuge der Initiative „Unterstützung und Beratung in Lebensfragen“ stehen externe Spezialisten in schwierigen Lebensphasen zur Seite – bis zu fünf Termine pro Mitarbeiter und Jahr bezahlt dm. „Wir möchten damit einen Beitrag zur Lebensqualität und Gesundheit unserer Mitarbeiter leisten“, erklärt dm Geschäftsführerin Petra Mathi-Kogelnik.



► (dm/Sánchez): dm Mitarbeiter können bei beruflichen oder privaten Krisen kostenlose Beratung in Anspruch nehmen.

Ein Herz für Kinder

Zahlreiche Initiativen hat dm im Laufe der Firmengeschichte gegründet. Kinder und deren Gesundheit bilden dabei einen Schwerpunkt. Die „dm babybeihilfe“ spendet jährlich eine Million Windeln an sozial benachteiligte Familien. „dm gesunde zähnen“ fördert die Zahngesundheit bei Klein- und Schulkindern. Die Vorsorgeinitiative „dm Sonnenkinder“ verteilt an 100.000 Kindergartenkinder gratis Sonnenschutzprodukte. Beim Verein „Starke Freunde“, den dm sponsert, lernen übergewichtige Kinder einen gesunden Lebensstil kennen und werden selbstbewusster durch den Umgang mit Gleichgesinnten. ■

► (dm/Sánchez): Die „dm babybeihilfe“ spendet jährlich eine Million Windeln.



HIER BIN ICH MENSCH
HIER KAUF ICH EIN

Das Geschäft mit der Gesundheit

HEILUNG, SOLANGE DIE KASSE KLINGELT

Wir bleiben immer gesünder, werden immer älter, der medizinische Fortschritt galoppiert. Weil sich damit blendend Geld verdienen lässt. Fühlen wir uns deshalb immer kränker?

von Wilhelm Ortmayr

Hannes Androsch hats heraußen. Demnächst eröffnet der ehemalige Politiker und Unternehmer im Ausseerland sein zweites Nobel-Kurhaus. Jenes am Wörthersee boomt bereits, der Chef selbst kommt zweimal jährlich für zwei Wochen zur entschlackenden Mayr-Kur. Dafür zahlt der Gast runde 7.000 Euro – auch Milch und Semmeln werden nicht billiger.

Wer heutzutage gute Geschäfte machen will, sollte Autos, Immobilien, die Textil- und die Nahrungsmittelbranche sofort vergessen. Gesundheit ist angesagt. Allein die Österreicher geben dafür pro Jahr 35 Milliarden Euro aus – Tendenz deutlich steigend. Wobei die Steigerungen vor allem jenen Teil betreffen, der nicht in die Pflichtkrankenkassen fließt. Also private Zusatzvorsorge sowie Gesundheitsausgaben jedweder Art, vom Apothekeneinkauf bis zum Kuraufenthalt oder der nicht von der Kasse bezahlten Psychotherapie. Der Gesundheitssektor wächst trotz stagnierender Masseneinkommen stärker als viele andere Branchen – nicht nur in Österreich, sondern in allen Industrieländern.

Der Hauptgrund dafür: Es geht uns immer noch sehr gut. Nimmt man das gesamte Volksvermögen als Maßstab, waren die Österreicher bzw. die Europäer noch nie so reich wie heute. 70 Jahre ohne großen Krieg haben positive Spuren

hinterlassen. Der Wiederaufbau hat uns 20 Jahre lang gefordert, dann ging's an die Motorisierung und die Eigenheime. Nun ist genügend Geld da, um etwas für den eigenen Körper zu tun.

Gesundheit ist so zum Urlaubsthema geworden. Gesehen hat man ja schon alles auf der Welt, jetzt geht's um Inhalte – ums eigene Wohlbefinden. Jeder sechste kann sich vorstellen, demnächst mal Gesundheitsurlaub in Österreich zu machen, jeder siebte Gast des Salzburger Landes kommt bereits zu uns, weil er am Krimmler Wasserfall, im Gasteiner Heilstollen oder sonst wo seinem Körper Gutes tun will. 400 Millionen Euro Wertschöpfung pro Jahr – dieses Potenzial steckt allein für Salzburg im Thema Gesundheit, denn in Billighäusern oder zum Sonderpreis gibt's solche Urlaube nicht.

Hatten die Tourismusagenturen ratlosen Hoteliers früher empfohlen, ein „Sport-“ oder „Seminarhotel“ zu werden (woraufhin es alle wurden), so muss derzeit jedes Haus „Wellness“ bieten. Ein paar Massagen, ein bisschen Ayurveda, garniert mit einem Schuss Beauty und exotische Tees, dazu auf der Homepage einige Eso-angehauchte Leerfloskeln und im Keller warmes Wasser und heiße Luft – fertig ist der Wohlfühl-Tempel. Die Preise dafür können gar nicht hoch genug sein – und werden bezahlt.

Nicht zuletzt wird in Pharmaforschung und Medizin auch gerne investiert. Denn der Markt ist aufnahmewillig und -fähig, der Weg vom Erzeuger zum Endverbraucher relativ leicht zu bewältigen. Überdies warten in der Medizin noch spannende neue Erkenntnisse, ganz im Gegensatz zu anderen Sektoren: Unsere Autos fahren im Prinzip genauso wie vor 60 Jahren, die Eisenbahnen ebenso, die Flugzeuge fliegen wie damals. In der Mobilität trieben die zwei Weltkriege die technologische Entwicklung, danach ging's mehr um Tempo-, Sicherheits- und Komfortgewinn. Auch die kommunikationstechnologische Revolution der Achtziger und Neunziger scheint im Wesentlichen abgeschlossen oder zumindest vorgezeichnet zu sein. Die medizinische Forschung hingegen schreitet weiter zügig voran. Das tat sie immer, wenn es den Volkswirtschaften bzw. dem Mittelstand gut ging – etwa 1880 bis 1914.

Wo Neues erforscht wird, Besseres die Märkte erobert, wird es stets Konsumenten und Investoren geben. Diese einfache marktwirtschaftliche Regel gilt auch heute besonders für den Gesundheits- und Medizinsektor, weil er sich seit Jahrzehnten innovationsgetrieben präsentiert. Wobei die Frage nach Henne oder Ei eine schwierige ist. Treibt die Gesellschaft, treibt die Medizin oder treiben profitorientierte Pharmakonzerne die Forschung an? Erzeugen letztere erst die Nachfrage nach

immer neuen, teureren Medikamenten oder kommt dieser Ruf aus der Ärzteschaft?

Gesund sein darf nur, wer zahlt

Eines muss dabei aber generell klar sein: Eine globale Gesellschaft, die Gesundheitsforschung primär nach marktwirtschaftlichen Grundsätzen ablaufen lässt, wird auch Gesundheitsvorsorge und -versorgung nach diesen Kriterien ablaufen lassen. In Europa federn staatliche Pflichtversicherungen die Härten ab – weltweit aber offenbart sich die Brutalität dieser Wirklichkeit. Als in den Achtzigern die USA nahezu monatlich prominente Aids-Tote wie Freddie Mercury und Rock Hudson zu beklagen hatten, wurden in die Erforschung des menschlichen Immunsystems und damit verbundener Erkrankungen mit einem Schlag Hunderte Millionen Dollar gepumpt. Zehnmal mehr Geld als in die Bekämpfung der Malaria, obwohl sie weltweit zehnmal mehr Menschenleben forderte. Aber die starben in Afrika. Heute kommt der HIV-Forschungsboom nicht nur den Infizierten zugute, für die die Krankheit kein unmittelbares Todesurteil mehr ist, sondern beispielsweise auch vielen Krebs- oder MS-Patienten. Wem sie nicht zugutekommt: den Menschen in Afrika. Dort wird nun nicht nur an Malaria, sondern auch an Aids gestorben – noch häufiger als vor 20 Jahren. In einigen Regionen fehlt mittlerweile fast eine ganze Generation – weil kein Geld da ist für Kondome und für Aufklärung.

Gesund heißt nicht unbedingt zufrieden

Wo medizinische Forschung und Versorgung nach marktwirtschaftlichen Kriterien ablaufen, bleiben aber auch Fragen offen. Denn geblendet von den unbestreitbaren volksgesundheitlichen Erfolgen von hygienischen Standards, Gießkannenmedizin und Durchimpfung wurde das Individuum übersehen. Nun meldet sich der Mensch zurück – als mündiger und teils informierter Patient, der sich ohnmächtig wähnt in einer Maschinerie, die ihre Leistungen in Fallzahlen und Kostenquoten misst. Genau an diesem Punkt entsteht ein weiterer rasant wachsender Wirtschaftszweig. Jener der Alternativmediziner, die ganz bewusst andere oder ergänzende Wege suchen, weil sie die Defizite des schulmedizinischen Betriebes erkennen, aber auch jene der Heiler, der Spiritisten und anderer Scharlatane, die vor allem mit der Hoffnung und Verzweiflung der Menschen Geschäfte machen.

Und der Rubel rollt längst nicht nur in den Praxen. Seit Jahren registriert der Buchhandel die größten Steigerungsraten an Neuerscheinungen genau in diesem Bereich: bei den Gesundheits-, Krankheits- und Lebensratgebern. Darunter mehr Halbseidenes als tatsächlich Sinnvolles, jedenfalls aber wird stets von einem grassierenden Unwohlsein ausgegangen. Die Mehrheit der Individuen fühlt sich unwohl – obwohl es uns gesamtgesellschaftlich gesehen immer besser geht. Ein menschliches Paradoxon, nicht nur unserer Zeit, das knallhart zu Geld gemacht wird. <<

Foto: Privat



STECKBRIEF

NAME Wilhelm Ortmayr
ARBEITET als freier Journalist
ÄRGERT SICH über die heimische Gesundheitspolitik
FREUT SICH über die trotzdem motivierten SALK-Mitarbeiter

Foto: Thinkstock

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

Wir machen,
was wir hören
wollen!



RADIO STACHELSCHWEIN

„Sachertorte in Schokolade aufgelöst“ ist das Motto der Literaturgruppe Lachmeer der Lebenshilfe Salzburg, die in ihrer offenen Schreibwerkstatt Texte zu Themen, die sie bewegen, verfasst. In Brainstormings entstehen Texte zu Themen wie Diskriminierung, Barrieren, Umweltschutz, Freundschaft, Liebe und vielem mehr. Die Literaturgruppe präsentiert ihre Texte öffentlich, um sich der Gesellschaft mitzuteilen, wahr- und ernst genommen zu werden, unter anderem im Rahmen von Radio Stachelschwein.

Radio Stachelschwein geht jeden zweiten Donnerstag im Monat ab 18:00 Uhr on Air, das nächste Mal am 12. Juni, die Wiederholung gibt es am folgenden Freitag ab 9:00 Uhr zu hören.

Du hast auch eine spannende Sendungs-idee zu einem Thema, das dich interessiert? Ein gesellschaftliches Anliegen? Eine geniale Musiksammlung? Spass am Experimentieren? Oder einfach nur Interesse am Radiomachen? Dann schick uns einfach ein Mail an programm@radiofabrik.at oder schau gleich persönlich in der Radiofabrik vorbei, und werde Teil der Radiofabrik Community!



PROGRAMMTIPPS

MAGAZIN UM 5
DI - DO ab 17:06 h. gut zu hören!!
Aktuelle Informationen zu Themen der Zivilgesellschaft, Politik und Kultur aus der Radiofabrik-Redaktion.

LOVE IS ON THE AIR
MI 4.6. ab 22:00 h.
Salzburgs Kummernummer für gebrochene Herzen & Fragen zu Liebe und Partnerschaft: 0662-842961-55.

ACME.NIPP-ON-AIR
DO 5. & 19.6. ab 23:00 h. Japan: 12 Points!
Hier dreht es sich um Japan: Allereinfachste Unterwelt von quatschebuntem JPop und gangsterfreiem Hip Hop ...

LILLI ON AIR
FR 13.6. ab 16:00 h. Life is live!
Charfmusik, Newcomer und Musik, die nicht oft im Radio zu hören ist und vieles mehr bringt Lilli (14) on Air.

FREUNDSCHAFTSBAUM
DO 26.6. ab 19:06 h.
Über Alltägliches wie Feste und Esskultur in aller Welt diskutiert die Radiocrew vom Verein „synbiose“.

DENKBAR
DO 5. & 19.6. ab 19:06 h.
Eva-Marias Grundrezept für Cocktails der etwas anderen Art lautet: Absolut nichts darf unDenkBAR sein!

MITTERNACHTSREIGEN
MI ab 23:00 h.
DJane Chrissi & DJ B-Noise informieren die lokale Gothic-Szene über Neuerscheinungen und Events.

SISTERRESIST RADIO
MI 4.6. ab 18:00 h.
„Immer hier mit dem schönen Leben!“ fordern jeden 1. Mittwoch im Monat die ReSistas mit Kraft, Wut und Liebe!

METALLIC UNDERGROUND
MO 9. & 30.6. ab 22:00 h.
FR 13. & 27.6. ab 21:00 h.
Nicht nur für den qualitätsbewussten Metalller ein Grund zum Kopfschütteln.

NEUES AUS DER WELT DER MEDIZIN
SO 1.6. ab 13:30 h.
Medizinische News – allgemeinverständlich aufbereitet von Dara Koper.

Warum Resozialisierung im Gefängnis so oft scheitert

HEILUNG HINTER GITTERN

Früher wurden Verbrecher öffentlich gefoltert oder gar hingerichtet. Heute erfolgt die Bestrafung hinter verschlossenen Riegeln. Was dort genau abläuft, bleibt Außenstehenden verborgen. Kein Geheimnis ist hingegen, dass eine Vielzahl der Häftling kurz nach ihrer Entlassung wieder straffällig wird. Wie sinnvoll sind Gefängnisstrafen also wirklich?



Das Leben im Gefängnis: zwischen Isolation und Monotonie.

von Katrin Schmoll

„Man kennt alle Nachteile des Gefängnisses: Dass es gefährlich ist, dass es vielleicht sogar nutzlos ist und dennoch sieht man nicht, wodurch es ersetzt werden könnte. Es ist die verabscheuungsvolle Lösung, um die man nicht herunkommt“, schreibt Michel Foucault 1975 in seinem Werk „Überwachen und Strafen“. „Verabscheuungsvoll“ sind auch so einige Meldungen, mit denen Strafanstalten in den letzten Jahren in den Schlagzeilen waren. Vor kurzem erst sorgte der Fall eines psychisch kranken, 74-jährigen Häftlings in der Justizanstalt Stein in Krems für Aufsehen, der allem Anschein nach monatelang unbeachtet in seiner Zelle dahinvegetiert ist. Justizminister Wolfgang Brandstetter gibt zu, dass es im Strafvollzug „massive Schwächen“ gibt, die ihm „schwer im Magen liegen“. Eine echte Alternative zum „Wegsperrn“

gibt es jedoch bis heute nicht, auch wenn in Österreich seit 2010 vereinzelt Fußfesseln zum Einsatz kommen.

Mehr Freiheitsstrafen als jemals zuvor

Gefängnisstrafen werden aus zwei Gründen verhängt: Zum einen als Bestrafung für rechtswidriges Verhalten, zum anderen, weil die angeklagte Person als Gefahr für ihre Mitmenschen eingestuft wird. Doch ab wann ist jemand der Allgemeinheit nicht mehr zumutbar und welches Strafausmaß ist das richtige? Die Beantwortung dieser Fragen obliegt den zuständigen Strafrichtern, die in den letzten Jahren immer härter durchgreifen. In Österreich lautete im Jahr 2012 bei 64 Prozent der verhängten Strafen das Urteil auf „Freiheitsentzug“. Das sind so viele wie nie zuvor, die Rückfallquote bleibt trotzdem

konstant hoch. Mehr als die Hälfte aller Häftlinge, die 2008 entlassen wurden, wurde in den darauffolgenden drei Jahren wieder straffällig.

Warum sind so viele Ex-Häftlinge bei ihrer Entlassung mit einem Fuß schon wieder im Knast? Apropos-Verkäufer Georg Aigner hat eine Erklärung: „Die Leute werden aus ihrem Leben herausgerissen, verlieren ihre Wohnung, ihren Job und oft auch Partner, Freunde und Familie. Wenn sie rauskommen, haben sie keine Perspektive und niemanden, der sie auffängt.“ Georg selbst saß von 1999 bis 2006 wegen eines Raubüberfalles im Gefängnis. Davor war er schon mehrmals aufgrund kleinerer Vergehen eingesperrt worden. Kurz vor seiner letzten Inhaftierung lernte er seine heutige Frau Evelyne kennen. Sie besuchte ihn regelmäßig und schrieb ihm täglich Briefe. Das gab ihm die Kraft, die Zeit im Gefängnis durchzustehen. „Ich hab gewusst, draußen ist jemand, der auf mich wartet“, sagt der 46-Jährige. Er ist überzeugt: „Ohne Evelyne wäre ich schnell wieder im Häfn gelandet.“

So aber gehört Georg zu den 50 Prozent, die „es schaffen“. Aus seiner Zeit im Gefängnis habe er einiges mitgenommen, sagt er heute: „Ich habe eine Menge über mich selbst gelernt, und darüber, wie wichtig es ist, Nein zu sagen.“

Sabine Sandberger arbeitet als Psychotherapeutin an der Justizanstalt Garsten. Sie beobachtet ähnliche Lernprozesse bei ihren Klienten: „Ich habe immer wieder erlebt, dass Menschen das ‚Aus-der-aktuellen-Lebenssituation-herausgenommen-Werden‘ auch als befreiend und unterstützend erleben. Der Rückzug kann die Auseinandersetzung mit sich selbst fördern, wenn es dabei Anregungen und Unterstützung, etwa im Rahmen einer Psychotherapie gibt.“ Dauere die Haft allerdings zu lange, meint Sandberger, würde das oft mehr schaden als nützen.

„Wenn sie rauskommen, haben sie keine Perspektive und niemanden, der sie auffängt.“

Gerade bei jungen Straftätern sind Haftstrafen oft kontraproduktiv. „Die Jugendlichen verlieren dadurch nur den Respekt vor dem Gefängnis“, meint Georg Aigner, „da wäre es doch viel sinnvoller, sie zu einem Therapeuten zu schicken und zu schauen, was dahintersteckt.“ Auch Psychotherapeutin Sandberger betont, wie wichtig es ist, den Gefangenen in Gesprächen ein Gefühl von gegenseitigem Vertrauen zu vermitteln, damit sie sich offen mit ihrer eigenen dunklen Seite auseinandersetzen. Neben der psychologischen Betreuung organisiert Sandberger an der Justizanstalt Garsten Theaterprojekte, bei denen die Inhaftierten mitwirken. „In den Gruppen finden die Teilnehmer einen Rahmen, in dem sie sich kreativ einbringen können, sich geschätzt und angenommen fühlen. Das setzt oft einen Lern- und Heilprozess in Gang.“

Dass Lernen und Beschäftigung bei der Resozialisierung ganz wichtige Rollen spielen, zeigt eine Untersuchung von Modellprojekten in Nordrhein-Westfalen. Dort wurden laut Studien von Gefangenen, die während ihrer Haft keine Qualifikationen erlangten und nach ihrer Entlassung

arbeitslos blieben, sage und schreibe 90 Prozent wieder rückfällig. Häftlinge, die sich qualifizierten, aber anschließend keinen Job fanden, wurden zu 80 Prozent erneut straffällig. Bei ehemaligen Häftlingen, die sich qualifizierten und nach der Haft eine geregelte Arbeit fanden, sank die Rückfallquote jedoch auf 32,8 Prozent. „Es sollte viel mehr auf die Zeit nach der Entlassung hingearbeitet werden“, bestätigt Georg Aigner. Er arbeitete während seiner Haftzeit in Graz und in Suben in Oberösterreich als Metzger. Die regelmäßige Beschäftigung habe auch ihm gut getan und ihm dabei geholfen, sein Leben zu ändern, sagt er.

In einem Punkt sind sich sowohl Gefängnis-Therapeutin Sandberger als auch Ex-Häftling Georg einig: „Bevor es zu einer Freiheitsstrafe kommt, sollten alle anderen Mittel ausgeschöpft werden. Haft sollte immer die allerletzte Alternative sein.“ <<



Foto: Eva Maria Mrazek

STECKBRIEF

AUTORIN Katrin Schmoll
IST Apropos-Redakteurin
FÜHLT SICH besonders frei, wenn sie an einem sonnigen Tag an der Salzach entlang radelt
FREUT SICH, dass ihre beste Freundin endlich wieder von ihrer Weltreise zurückgekehrt ist

DIE ZELLE



Das Kunstprojekt „Die Zelle“ des bildenden Künstlers Bernhard Gwiggner ist einer der drei Sieger der Ausschreibung „Temporäre Intervention im urbanen Raum“ der Stadt Salzburg.

Gwiggner wird am Kajetanerplatz eine Gefängniszelle aus Hartschaumplatten nachbauen. „Als Künstler interessiert mich die künstlich konstruierte Welt in der Gefängniszelle. Ich wollte sie aus dem Verborgenen in die Öffentlichkeit versetzen und so einen Anstoß zur Diskussion liefern“, erklärt der gelernte Bildhauer seine Motivation hinter dem ungewöhnlichen Projekt.

Bei der Eröffnung am 24. Juni wird auch Georg Aigner als Ansprechpartner rund um das Thema Gefängnis vor Ort sein und gemeinsam mit seiner Frau Evelyne Apropos verkaufen. Am 16. und 25. Juni findet unter der Leitung von Autorin Petra Nagenkögel eine Schreibwerkstatt statt, in der Schüler des Christian-Doppler-Gymnasiums Reaktionen auf Texte von Inhaftierten der Justizanstalt Laufen verfassen. Am 26. Juni um 14 Uhr trifft sich im Gastgarten der Trattoria „La Campana da Enzo“ eine Expertenrunde, um zum Thema Strafvollzug zu diskutieren. Am 8. Juli um 17 Uhr wird es im Gastgarten des Gasthauses „Hinterbrühl“ ein weiteres Experten-Gespräch geben. Interessierte sind dazu herzlich eingeladen. Bernhard Gwigners Zelle bleibt bis September am Kajetanerplatz stehen.

► www.gwiggner.com

Foto: Privat



STECKBRIEF

NAME Waltraud Prothmann
SCHREIBT als freie Journalistin für verschiedene Magazine

SPIELT in der Bürgerbühne des Landestheaters mit
HEILSAM IST Anteil nehmen ... verzeihen ... Freude schenken

Vom Gesunden zum Kranken

WARUM GERADE ICH?

Unter dem Motto „Mut proben“ hat das Salzburger Landestheater zum Thema „Gesundheit!“ in dieser Saison Franz Kafkas Erzählung „Die Verwandlung“ aufgegriffen. Als eindringliche Metapher für ein plötzliches Erkranken wurde das Drama um den jungen Gregor Samsa an einem ungewöhnlichen Spielort aufgeführt: Auf einer Station des Landeskrankenhauses waren die Zuschauer hautnah mit der vielleicht größten Sünde unserer Leistungsgesellschaft konfrontiert.

von Waltraud Prothmann

„An Krankheit und die große Liebe glaubt man erst, wenn man davon befallen wird.“

Marie von Ebner-Eschenbach



Ein Ausschnitt aus dem Stationen-drama rund um Kafkas „Die Verwandlung“.

Krankheit erleben viele als Katastrophe, die nicht nur mit körperlichem Leiden, sondern auch mit dem Verlust der finanziellen Grundlage, sozialer Isolation und psychischem Druck verbunden ist – oder mit Schwäche und Hinfälligkeit stigmatisiert wird. Mitglieder der Bürgerbühne waren eingeladen, ihre Erfahrungen mit dem Gesundheitswesen aus dem eigenen Familien- und Bekanntenkreis aufzuschreiben. Daraus entwickelten sie unter professioneller Anleitung in mehrmonatiger Textarbeit vier Monologe, die – verbunden mit Kafkas Krankengeschichte – in die reale Spitalsatmosphäre verlegt werden konnten. Das professionelle Ensemble des Landestheaters, aber auch Laiendarsteller beeindruckten mit einer fast beklemmenden Spielnähe zum Publikum.

Im Flur der ehemaligen Gefäßchirurgie und in vier verschiedenen Krankenzimmern spielten sich in knappen Szenen kleinen Dramen ab: Da kämpft ein krebskranker junger Mann mit bewundernswerter Tapferkeit gegen seine Resignation und die unergründliche Frage „Warum gerade ich?“. Eine Videoinstallation zeigt, wie sehr sich eine Tochter medizinischen Rat und Zuspruch für die Rettung ihres Vaters aus der Welt des Internets erhofft. Dass auch der geduldigsten, ihrer Pflicht bewussten Krankenschwester der Stress einmal zu viel werden und wie leicht das zu einer verhängnisvollen Kurzschluss-Reaktion führen kann, zeigt die überfordernde Situation in der Notfallambulanz.

Eine andere Szene berührt durch die hilflose Not eines besorgten Onkels, der seine

schwängere und plötzlich blutende Nichte in rasender Geschwindigkeit ins Spital bringt, um an der Gelassenheit und gleichgültigen Arroganz eines selbstgefälligen Professors schier zu verzweifeln. Und in der „Zelle“ eines engen Krankenzimmers konnte man die bedauernden Werte Verlassenheit einer einsamen und vom Tod bedrohten Patientin spüren – aber auch ihre merkwürdige und ziemlich ärgerliche Ansprüchlichkeit.

Dass die szenische Konzeption „Gesundheit!“ mit all ihren problematischen Seiten in den Landeskliniken präsentiert werden konnte, zeigt eine erfreuliche Offenheit für kritische Momente. Ob Ärzte oder Krankenschwestern, das vielfältige therapeutische Personal, ob Patienten oder Besucher – sie alle folgten den Szenen gleichermaßen aufmerksam und interessiert, ganz offensichtlich ohne Vorbehalte. Man bemerkte keine Scheu, in diesem so realistischen Spiel auch selbst einmal unter die kritische Lupe zu geraten.

Dieses Stationendrama ist vor allem dem Respekt vor dem Kranksein gewidmet: Gregor Samsas Geschichte in Kafkas „Verwandlung“ diente dabei als roter Faden. Darüber hinaus ging es um den oft so bedrohlich empfundenen Spitalsaufenthalt der Patienten zwischen Hoffen und Bangen, aber auch um den meist sehr anstrengenden Alltag des Personals zwischen Idealismus und Überforderung.

Auf jeden Fall konnte man sich spielerisch zur Empathie inspirieren lassen: Sei es für das Schicksal der Patienten oder der manchmal auch hilflosen Helfer. <<

Foto: Privat



STECKBRIEF

AUTORIN Christina Repolust
BERUF Bibliothekarin, Journalistin, Sprachlehrerin, Fotografin & Autorin
WOHNORT Salzburg

LEITET seit November 2011 mit großem Erfolg und viel Spaß auf beiden Seiten den Apropos-Sprachkurs

Apropos-Sprachkurs

WER HAT HIER ZWEI VÖGEL?

von Christina Repolust

Wir üben den Plural. Wiederholen die Artikel. Gruppe 1 beherrscht das Perfekt, meistens. „Ist perfekt, weil perfekt wie super!“ Das bringt uns weiter. Was sind Gesten, was bedeutet „geben und nehmen“ – so das Thema der Mai-Ausgabe von Apropos. „Wenn man einen Vogel hat, hat man dann auch zwei Vögel“, das will Herr S. wissen. „Ja durchaus, man kann mehrere Vögel haben, auch Schwäne.“ Das versteht die Gruppe nicht, was haben Schweine mit Vögeln zu tun. Deutlich sprechen also und aufschreiben: der Schwan, die Schwäne; das Schwein, die Schweine. Augustina C. bringt ihr Grammatikbuch mit, ebenso Ogi, und Rumen will jetzt endlich auch ein Schreibheft wie die anderen. „Wer zu spät kommt, den bestraft – heißt das jetzt die oder das Leben?“ Raten Sie einmal, wer diesen Einwurf machte, Vorname beginnt mit O.! Gruppe 2 übt die Hinweise auf die Kollegen und Kolleginnen, die in der Ausgabe porträtiert bzw. interviewt wurden. „Ist mein Kollege, ist ein Freund, gleiche Dorf, mein Cousin, Mann von meiner Cousine!“ Immer wieder tauchen diese familiären Beziehungen im Kurs auf, wir lachen darüber, dass ich mir schwer merke, wessen Cousine Genesa ist und wessen Schwester und wessen Tante und so weiter. Man kann das einfach Familienverband nennen, Menschen aus zwei Orten in Rumänien, die hierher gekommen sind, die ein starkes Familienband verbindet. Das Band ist noch keine Bande. Wir üben die Aussprache, Phonetik: Apropos, man schreibt Apropos. „Christina, hier ist S, man muss sagen, was da steht!“ Alle nicken, zeigen auf das S, auch die, die nicht alphabetisiert sind, machen mit. S wie Apropos, S wie Straße, S wie zusammen. Das wäre z, aber egal: Aus euch mach ich auch noch Franzosen! <<



Gruppe 2 des Sprachkurses übt die richtige Aussprache von „Apropos“.

www.fs1.tv

SCHALT DICH EIN! MACH FS1.

SARA, RAINER, SUSI & MIKE
produzieren bei FS1:
KULT - DAS KULTURMAGAZIN

FS1
Dein Fernsehen.



Verkäuferin Luise

Achtsam sein

Der dauernde Lärm, Stress und die ganzen Umwelteinflüsse können einem schnell zu viel werden und Krankheiten auslösen. Daher sollte man immer achtsam mit sich und seinen Lebensgewohnheiten umgehen. Für die eigene Gesundheit muss man schließlich auch was tun. Darum ist es wichtig,

auf die Ernährung zu achten und regelmäßig Obst und Gemüse zu essen. Ebenso sollte man täglich mindestens zwei Liter Wasser trinken, keine süßen Limonaden. Mir persönlich ist unser gutes Wasser sowieso am liebsten. Gerne trinke ich auch Kräutertees, die es in den verschiedensten Sorten gibt. Heilsam kann es auch sein, sich Ruhe zu gönnen, viel Schlaf hilft einem, schnell wieder auf die Beine zu kommen, wenn man krank ist. Es tut wahnsinnig gut, einfach mal die Seele baumeln zu lassen. Wenn man dafür zu verkrampft ist, gibt es die verschiedensten Entspannungsübungen. Ein einfaches Mittel, um den Kreislauf in Schwung zu bringen, sind kalt-warme Wechsel-duschen. Je mehr Bewegung man dann in den Alltag einbaut, desto besser ist es. Abgesehen von den körperlichen Dingen sollte man auf die psychische Gesundheit nicht vergessen und sich von innen heraus stärken, indem man zum Beispiel Altlasten abbaut und seine Freizeit sinnvoll gestaltet. Ob ein Kino- oder Konzertbesuch oder ein Treffen mit Freunden – man sollte einfach Dinge machen, die einem Spaß machen und der Psyche guttun. Wer auf sich schaut, der bleibt auch viel leichter gesund. <<

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.



Verkäufer Ogi

Ziel

Es stimmt nicht, dass die schwere Türe des Wissens, die Kritik der Selbsterkenntnis, einfach offenherzig und gastfreundlich ihre Arme öffnet wie ein leichter Vorhang in unserem Marionettentheater, wenn man drangvoll auf dem Weg zum großen Glück sanft an ihr klopft.

Ich persönlich habe den Selbstbeweis in schweißtreibender Arbeit gesucht. Manchmal habe ich mit Wut gesagt, was ich schon lange denke,

aber meinen Atem bisher erstickt hat. Das hat widerspenstig und eigenen Gesetzen folgend meinen Weg nach vorne durchkreuzt, verengt und versperrt.

Wie lange werde ich lächerlich beten, mich schleppen, resignieren unter Qualen, welken und dahinsiechen in Vergessenheit? Obwohl wir in der Krise sind, werde ich nicht an diese fremde Türe schlagen! Ich bin kein kranker, verwirrter Bettler, der zur Ungnade verdammt ist.

Ich werde mich weiter bewegen, mit meinen Ellenbogen stoßen, nach oben steigen, klettern, meine Schuhe am Abhang auf spitzen Steinen und dornigen, unbekannten Pfaden reiben. Wenn es möglich ist, werde ich nach oben in die freie Weite fliegen und auf die Ebene der Sonne blicken.

Und wenn ich zum obersten Ziel komme, werde ich zu Gott, dem Schöpfer, rufen: „Hier bin ich und lebe noch immer. Danke, dass du mich beinahe in die Wolken gebracht hast. Du hast mich gerettet, du hast mir eine weitere schwer zugängliche Türe geöffnet – die der neuen Erkenntnisse. Jetzt, mein Lieber, gib auch anderen, welche ihre Ziele verloren haben, eine Möglichkeit. Führe sie, zeige ihnen, wer sie sind und wofür sie erschaffen wurden. Wir sind lebendig, glücklich, beten und arbeiten und leben so, wie du es uns befohlen hast, nicht wahr?“ <<



Narcista

Brunftgeflüster

Ich bin Hans, männlich, Anfang 30. Ich sehe hässlich aus und tauge zu nichts. Bei den Frauen komme ich nicht an, eben weil ich so hässlich bin. Tagsüber arbeite ich als Lagerarbeiter. Heute heißt das Logistiker oder Lagerist. Das klingt irgendwie akademisch, so als hätte man das Schachteln-Schleppen und das Kisten-Sortieren studiert. Dennoch artet es

ins Studieren aus. Schließlich muss ich wissen, in welchen Schachteln die Autokabel und welchen die Fahrradschläuche sich befinden. Vertausche ich sie, und das ist bereits einmal vorgekommen, dann ist der Fahrradreifen platt und das Auto steht. Dann bin ich schuld, wenn ihr zu Fuß gehen müsst. Mein Freund, der Peter, ist noch ein größerer Idiot als ich. Er ist zwar nicht so hässlich wie ich, doch sein gesamtes Idiotentum besteht darin, dass er eine nette Frau wegen einer nicht so netten verlassen hat. Also ich für meinen Teil wäre froh, wenn ich wenigstens irgendeine kriegen würde. Mein Sportkamerad Fritz hat sich eben auch gerade von seiner Frau getrennt. Es klappt nicht mehr mit den beiden. Sie haben sich auseinandergelebt nach zweieinhalb Jahren.

Also ich, Hans, Anfang 30, bin tagsüber Lagerist und nachts verplempere ich die Zeit mit Computersitzen. Die Gewaltspiele langweilen mich aber schon. Bereits seit drei Jahren spiele ich „Nintendo-Bum-Bum-Spiele“ – aber was soll ich sonst machen?

Hallo, ich bin der Rudolf und habe gerade ein Inserat geschaltet: „Naturverbundener 53-Jähriger sucht Partnerin“. Und für was? Ach ja: zum Radfahren, Wandern, Kegeln ... Na los, Frauen, der Typ ist heiß: Wanderlustiger, Rad-fahrender Rudolf will beim Kegeln erobert werden. Es mag wohl an der Emanzipation liegen, dass sich die Geschlechter nur noch so weit nähern, dass sie sich bei der nächsten Gelegenheit wieder trennen. „Da bleib ich gleich allein“, sagt Franz, „wenn die nach zwei Monaten (oder Jahren) wieder davonrennt.“ Und Silvia träumt vom Clooney. Es träumen alle von dem – ob es sich um eine afrikanische Kongofrau handelt, um eine deutsche Modepuppe oder eine australische Emanze. Sogar die schwedische Lesbe ist entzückt von dem. Dann träumt weiter, ihr Computerfuzzis, vielleicht begegnet ihr eurer virtuellen Traumfrau doch noch am Laptop. Welche Eigenschaften sie haben muss? Vollbusig, blauäugig und blöd? Oder Putzdrache und unterwürfige Befehlsempfängerin? Firmenchefin mit Gratisquartier für Lustboys?

Der naturverbundene, wanderlustige Rudolf geht zum Date und hat ganz bescheiden eine Rose zwischen seinen Fingern eingeklemmt. Die sympathische, etwas beleibte, lustige Ingrid erwartet ihn freudestrahlend. Kaum hat er sich gesetzt, beginnt er zu jammern: „Ja, das war so ... im Jahr 1985 hatte ich eine Operation ... 1993 die zweite,

dann war da noch ein Skiunfall und der Lendenwirbel und das Kreuz ... und die Füße ... der Zeh.“ Nachdem er nun alle seine lädierten Körperteile aufgezählt hat, schluckt die lustige Ingrid benommen ihren Salat. „Ist ja schlimm.“ „Nein, gar nicht, mein Kumpel, der Karl, der hatte ...“ Das ganze Prozedere geht nun von vorne los. „Der Halswirbel ... die Schmerzen da und hier und überall.“

Der Abend endet damit, dass man aneinander vorbeigere-det hat, mit dem seltsamen Gefühl, dass man sich eigentlich nichts zu sagen hat.

Ilse versucht es dagegen mit einem Frühlingsgedicht: „Die Knospen sprießen, das weiche Lüftchen in den Adern, ein Hauch von Sehnsucht ... und so weiter ...“ Während sie dichtet, tobt in Salzburg im Stadtteil Aigen ein Sturm. Das weiche Lüftchen ist ein Terrorakt an die Dachziegel aus den 1970er-Jahren und das Sturmtief hat die lüsternen Knöspchen längst weggeweht und über die Bahngleise nebenan verstreut. Doch die dichtende Ilse träumt drinnen im 70er-Jahre-Bau, in dem Haus, das ihr Mann einst errichten ließ, aber leider irgendwann verstarb, weiter.

„Der Frühling naht ... dann kommt der Herbst und der Winter ...“ Und Sommer gibt es keinen in den Gedichten? Oh doch. Da fährt die dichtende Ilse in die Karibik und träumt vom Luxusboy mit straffen Schultern. Leider aber träumen die Luxusboys nicht von ihr. 60 – und zwar weise, aber halt auch gereift wie ein Granatapfel. „Sommerboy, willst du kommen in meine Arme zum Sonnenbaden am kalten Pool? Nimmst du mich zart in deine Hände?“ Der Karibik-boy entfernt sich mit der schönen Schwarzhaarigen. „Arzt mit gutem Einkommen sucht adäquate Partnerin bis 50.“ Hochgebildet muss sie sein, keine einfältigen Verkäuferinnen mit Hauptschulabschluss. Viersprachig wäre ideal und mit den Umgangsformen im fernen Monaco vertraut, denn dort hat der holde Fleischdokter seine Ferienresidenz errichtet. Eine Business Woman findet Interesse am Fleischdokter. Und stolz präsentiert er der adäquaten 33-Jährigen bei dem nächsten Treffen seinen Nachwuchs. Tochter: 12, Sohn: Maturaklasse, älteste Tochter: Studium der Pharmamedizin. Die adäquate 33-Jährige träumt von der Romantik zu zweit, doch stattdessen muss der stolze Papa dem Filius Nachhilfe in der Kurvendiskussion geben. Wie sich halt die Kurve in der Mathematik verhält: schief, gebogen, ansteigend, eng und so weiter. Ja, und die holde Tochter redet dauernd von dem Pferd, das sie haben will, und die Besichtigungstouren von den teuren und adäquaten Appartements für die Pharma-Tochter benötigen auch einiges an Zeit. „Ich heirate eine Familie“, das passt der flotten Business Woman dann doch nicht so recht. Der Handwerker von nebenan tut's weiterhin auch zur Not. Wenigstens erübrigt sich hier die Kurvendiskussion von selbst. Der Mann ist durchtrainiert und Stiegensteigen gewöhnt. Er arbeitet als Kranführer. <<

Doris Welther sprach in der Radiosendung von Georg und Evelyne über ihre Rolle als Rumänisch-Dolmetscherin bei Apropos.



Verkäuferhepaar Georg und Evelyne
Wir machen Radio

Die Apropos-Dolmetscherin

In unserer letzten Sendung am 13. Mai ging es darum, dass es unter den Apropos-Straßenzeitungsverkäufern auch rumänische Kollegen gibt, die sich oft mit dem Verkauf schwertun, weil sie sich nicht richtig verständigen können. Aus diesen Gründen hat Apropos im November 2011 einen Deutschkurs ins Leben gerufen, der wöchentlich stattfindet und für unsere migrantischen Verkäufer gratis, jedoch auch verpflichtend ist. Geleitet wird dieser Kurs von Christina Repolust. Oft ist auch die Deutsch-Rumänisch-Dolmetscherin Doris Welther dabei, um Probleme jeglicher Art zu besprechen. Wir hatten sie zu diesem Thema live zu Gast im Studio. Was uns sehr interessiert hat, war, wie dieser Sprachkurs von unseren rumänischen Verkäuferinnen und Verkäufern angenommen wird. Darauf antwortete Frau Welther: „Anfangs zögerlich, weil viele von den rumänischen Verkäufern Analphabeten sind und sie schon früh die Schule geschmissen haben. Ein erwachsener Mensch tut sich dann schwer, das Lernen wieder anzufangen. Aber mittlerweile kommt mir vor, dass sie sehr gerne in den Deutschkurs kommen, weil sie merken, dass es ihnen beim Zeitungsverkauf hilft, wenn sie mit dem Kunden ein bisschen ins

Gespräch kommen können.

Der Wissensstand unserer rumänischen Verkäufer ist sehr unterschiedlich, daher ist der Apropos-Sprachkurs in Gruppen aufgeteilt. Da gibt es eine Fortgeschrittenen-Gruppe, da kann man schon ein bisschen mehr

fordern. Danach treffen sich die Frauen in einer Gruppe, die gehören wiederum zu den Fleißigeren im Lernen, und zum Schluss treffen sich dann die Männer in einer Extra-Gruppe.“ Was wir Radiomacher auch noch wissen wollten, war, wie wichtig es für unsere rumänischen Verkäufer ist, dass sie bei Apropos tätig sein können. Doris Welther erklärte: „Es ist für sie sehr wichtig, weil das ihre einzige Einnahmequelle ist, und sie erhalten oft mit dem, was sie verdienen, auch die Eltern in Rumänien. Ich glaube, wenn es ihnen nicht wichtig wäre, würden sie nicht all die Strapazen auf sich nehmen und bei Wind und Wetter die Zeitung verkaufen. Also, ich würde sagen, es ist für diese Menschen sehr, sehr wichtig.“ <<

In unserer nächsten Sendung am 10. Juni dürfen wir live zu Gast im Studio der Radiofabrik die Apropos-Deutschlehrerin Christina Repolust begrüßen. Es wird darum gehen, wie sie diesen Sprachkurs der besonderen Art leitet. Wir freuen uns!

Alle bereits gesendeten Sendungen gibt es zum Nachhören auf der Website der Radiofabrik unter www.radiofabrik.at unter Programm: Sendungen von A bis Z: Apropos.



VERKÄUFERIN EVELYNE
freut sich im Juni auf Pfingsten



VERKÄUFER GEORG
freut sich im Juni auf hoffentlich schönes Wetter

Verkäuferin Andrea



VERKÄUFERIN ANDREA
Freut sich jeden Morgen auf ein gutes Frühstück

Luna Yoga

„Heilsam ist, was ein Mensch mit Begeisterung tut.“ Adelheid Ohlig war Journalistin und entwickelte in den 1980er-Jahren „Luna Yoga“. Wer seine Kreativität beflügeln, sich mit Lust und Laune bewegen und etwas gegen Stimmungsschwankungen unternehmen will, sollte das unbedingt einmal ausprobieren. Alternative Heilweisen und Fruchtbarkeitsriten

interessieren Adelheid Ohlig besonders. Die Idee, alleine durch Atemführung und Bewegung Einfluss auf Fruchtbarkeit und Lebenslust nehmen zu können, half ihr, diese Therapieform zu entwickeln. „Luna Yoga“ harmonisiert und stärkt Leib und Seele und wirkt besonders positiv auf den Beckenraum und die Sexualorgane. Ohlig ist der Meinung, wir sollten uns ganz dem Spüren hingeben, um zu erfahren, was dem Körper im Augenblick guttut.

Gudrun Inreiter ist Luna-Yoga-Therapeutin und hat Sport und dann Philosophie studiert. Sie hat bei Adelheid Ohlig gelernt. Heute bietet sie Luna-Yoga-Kurse mehrmals in der Woche an. Ich habe sie getroffen und zu ihrem Beruf befragt:

Andrea: Warum bist du Yoga-Lehrerin geworden?

Gudrun Inreiter: Weil Luna Yoga mir guttut und ich viel Zeit mit etwas verbringe, das ich so sehr mag.

Andrea: Was bietest du in deinen Kursen an?

Gudrun Inreiter: Eine Möglichkeit, sich an Bewegung zu erfreuen. Damit meine ich nicht nur die körperliche Bewegung. Auch Emotionen und Gedanken sind unsere ständigen Begleiter.

Andrea: Du hast Philosophie studiert. Siehst du auch Gefahren in der heutigen Zeit für den Menschen?

Gudrun Inreiter: Gefahren gibt und gab es. Und es wird wohl nicht ohne gehen. Mitten in unserer Überheblichkeit, der Natur, den Tieren und Menschen gegenüber, bringen uns die Gefahren wenigstens in solchen Situationen dazu, zu lernen. Wir beuten die Erde aus und sind erstaunt, dass Naturkatastrophen die Folge sind. Wir stecken Geld in die Technik, umgeben uns permanent mit Strahlen über Handys und Computer und wundern uns, warum die Menschen in jungen Jahren schwer erkranken und zunehmend an Demenz und Depressionen leiden.

Gudrun hat mir auch zwei Übungen gezeigt (siehe Fotos), die ich dann gleich ausprobiert habe:

Die tanzende Katze: Man ist im Vierfüßlerstand ähnlich wie eine Katze, die tanzt, bewegt zuerst das Becken kreisförmig, dann die Schultern und den ganzen Rücken. Dabei lässt der gesamte Stress des Alltags von einem ab und man löst sogar alle Spannungen in den Muskeln. Jeder bewegt sich dazu frei, wie er oder sie will.

Das Krokodil: Man liegt auf dem Boden, die Beine sind angewinkelt und leicht gegrätscht, das Becken vom Boden heben und einatmen. Die Hände sind nach oben abgewinkelt. Dann lässt man die Beine nach links und nach rechts fallen, den Kopf bewegt man dabei in die entgegengesetzte Richtung. Die Übung lockert und entspannt gleichzeitig die Wirbelsäule.

www.gudruninreiter.com



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

Markus Knobloch studiert Sportjournalistik und arbeitet als selbstständiger Fotograf. Seine Leidenschaft ist die Sportfotografie mit starkem Bezug auf Sportarten, die er selbst ausübt, wie Downhill Longboard und Eishockey. www.mk-media.at

FOTOS

Schriftstellerin trifft Verkäufer

DAS KREUZ DES LEBENS

von Brita Steinwendtner

Er küsst meine Hand, verbeugt sich, schaut mich mit dunkelbraunen Augen an, dunkel auch die Haut des Gesichtes, in das schwarze, kurze Haar mischt sich Weiß. Offen der Blick, er komme aus einer Familie mit ganz ehrlichen Menschen, unkompliziert und direkt, er komme aus der Comuna Mihăiești in Rumänien, am südlichen Rand der Karpaten.



Wie soll man über einen Menschen schreiben, dessen Sprache man nicht spricht und er nicht meine? Doris Welther ist die liebenswerte Dolmetscherin. Ein, zwei Stunden, um ein wenig über das Leben eines Menschen zu erfahren, der 2011 nach Salzburg kam, um Arbeit zu suchen. Ion Mateiu ist sein Name. Er ist Straßenverkäufer für Apropos. Hat keinen festen Standplatz. Die Geschäftsführung des Marktes, vor dem er stand, hat mittlerweile den Verkauf vor dem Geschäft verboten. Das tue ihm leid, sagt Ion, er habe die Kundschaft zum Teil schon gekannt, es war ein kleines Stück Heimat.

Heimat, ja. Wo? Nicht dort, wo er aufgewachsen ist. 1978 war eine große Überschwemmung, sie verloren ihr Haus, zogen in die Stadt, nach Câmpulung Muscel. „Mama“ ist das Wort, das Ion immer wieder ausspricht. Und der Vater?

STECKBRIEF

AUTORIN Brita Steinwendtner
LEBT in Salzburg
SCHREIBT über Menschenschicksale und gegen Krieg

ÄRGERT SICH über eigene versäumte Möglichkeiten
FREUT SICH über Vogelsang in der Morgendämmerung

Ist fort. Ging nach Bukarest. Ist tot oder für ihn gestorben. Ion hat den Mädchennamen der Mutter angenommen, die beim Autohersteller ARO Arbeit fand. Zehn Jahre geht Ion zur Schule, hat eine gute Schulbildung. Die Mama sorgt dafür, dass ihm nichts abgeht. Er bekommt ein Fahrrad, wie die Freunde, spielt Tischtennis und Volleyball, eine große Freiheit. Dann Militärdienst, 16 Monate, geringer Sold, viele Arbeitseinsätze. Danach geht auch er ins ARO-Werk. Etwas mit Elektrik, auch Fräseerei.

Ceaușescu-Land. Schlechte Entlohnung, Korruption, Aussichtslosigkeit. Mit dem Werk geht es bergab. Mateiu wird arbeitslos. 1989 geht er wie Tausende andere auf die Straße. Demonstriert gegen den Diktator. Dürfte sich einer offiziellen Protestbewegung anschließen haben. Bukarest, Hermannstadt. Kämpfe, Schrecken und Angst. Tote, die bestohlen werden, eine goldene Uhr, Schuhe. „Ich hab es nicht gemacht“, sagt Ion.

„Ehrlich“ war sein erstes Wort in unserem Gespräch. Das zweite war „unkompliziert“. Davon ist nichts geblieben. Die Hoffnung auf Veränderung, auf freie Wirtschaft und Aufschwung hat sich nicht erfüllt. Auch nicht die erhoffte staatliche Vergütung für die Monate voll Gefahr und die Schaffung einer besseren Zukunft. Noch 1995 hat er genau dokumentiert, wo und wie er gekämpft hat – ein Schreiben als Anerkennung, war alles, was er bekam, das kann er sich an die Wand hängen, davon hat er nichts.

Ion ging zurück in die Fabrik. Sie war total veraltet, die Kommunisten hatten jahrzehntlang nichts investiert und auch im neuen Regime fanden sich keine Investoren, sie wurde geschlossen. Wieder arbeitslos. „Im Land hat sich nichts geändert“, sagt Mateiu, Korruption wie immer, die, die zuerst am Ruder waren, waren

„Ehrlich“ war sein erstes Wort in unserem Gespräch.“

es auch nachher. Sie haben sich bereichert, der kleine Mann hatte nichts. Ion spricht lebhaft, aufgeregt und ohne Pause, Frau Welther kommt mit dem Übersetzen nicht nach. Es war eine verlorene Zeit, verlorener Verdienst. Und dann: keinen Fuß mehr auf den Boden bekommen.

Was war in den zehn, fünfzehn Jahren, bis er wegging? Noch einmal sagt er: Es ging bergab. Was ist zu wissen, denke ich, von einem Leben, von dem wir keine Ahnung haben? Von dem wir vielleicht denken: Er hätte doch ..., er hätte doch können ...? „Jetzt hab ich 13.800 Euro Schulden“, sagt Ion.

Aber noch einmal zurück: 1991 heiratet Ion eine Jugendliebe aus der Schulzeit. In drei Jahren kommen drei Kinder zur Welt: zwei Mädchen, ein Bub. Die Älteste macht heuer Matura, die Zweitälteste ist ein Jahr davor. Die Schule ist frei, aber Bücher und mitunter Nachhilfe müssen bezahlt werden. Die Frau hat eine schwere Operation hinter sich, sie kann nicht arbeiten. Zehn Euro pro Kind und pro Monat Unterstützung – alles andere kommt von ihm. Dem Vater, der in Salzburg auf der Straße steht und Zeitung verkauft und sagt, wenn Michaela und Hans von Apropos nicht wären ...

Wieder eine Hoffnung. So klein, denke ich, so schwach. Arbeit in einer hiesigen Fabrik? „Das scheitert an der Sprache“, sagt Ion. Er ist gerne Straßenverkäufer, er mag Menschen. Wünscht sich jedoch einen fixen Platz. Fürchtet die Konkurrenz anderer Straßenzeitungen. Und wo und wie wohnt er? Die Österreicher, so lenkt er schnell ab, sind hilfreiche, liebevolle Menschen. Und im selben Satz: Aber es tut weh, dass manche auf ihn zeigen. Warum tun sie das? Ich bin ehrlich. Ich bin ohne schlechte Absichten gekommen. Es tut weh, in einen Topf geworfen zu werden mit jenen, die nicht arbeiten oder die kriminell werden. Am liebsten würde er die Grenze wieder sperren lassen, es sollten nicht alle kommen dürfen, es sind nicht alle Totschläger oder Organisierte, aber man kann das Rad nicht zurückdrehen, aber ...,

aber ... Und wieder ist Ion außer sich, er will sich und sein Land schützen vor pauschaler Verurteilung. Und das Wort „Roma“ fällt und aufgeregt zieht er seinen Ausweis aus der Brieftasche: Er ist rumänischer Staatsbürger. Er ist Rumäne!

Ich möchte alle Frauen zu Prinzessinnen machen, sagt er. Das ist manchen Kundinnen zu viel, aber ich kann nicht aus meiner Haut, aber ich respektiere alle. Aber ... Die vielen Aber eines Lebens. Und sein Verdienst? Wenn es nicht gut geht, sagt er, zu viel zum Sterben und zu wenig zum Leben. Und unvermittelt: wie zu Hause. Wir Rumänen sollten vor dem EU-Parlament stehen und deutlich sagen, wie es in unserem Land aussieht, die Menschen haben nichts zu essen und nichts anzuziehen, ich seh nur Leid und Elend und die Politiker arbeiten genauso in die eigene Tasche wie früher. Aber ihr habt sie gewählt, wenden wir ein, und gibt die EU nicht Hilfgelder? Sie kommen nicht beim Volk an, sagt Ion, und argumentiert aufgebracht und bitter wie vorhin.

Und da steht er auf der Straße, irgendwo in Salzburg. Und wohnt, schließlich sagt er es doch und verschämt, bei einem Freund im Auto. Oder in aufgelassenen Häusern. Ich möchte gerne das Recht haben, zu reisen, sagt er, etwas von der Welt zu sehen.

„Alle die tausend Tausendstelsekunden von Gefallen, Angst, Begierde, Abscheu, Ruhe, Erregung, die einer durchmacht, worauf sollen die schließen lassen? ... Auf eines doch nur: dass er von vielem gehabt und gelitten hat“, schreibt die österreichische Dichterin Ingeborg Bachmann. Ja, wie also schreiben über einen Menschen, von dessen Leben man nur Splitter erfragen kann? Und Ion schreibt in seiner schönen, geläufigen Schrift einen Suchbegriff für YouTube in mein Notizbuch. Auf den Videos kann man das Leben in den

BUCHTIPP



AN DIESEM EINEN PUNKT DER WELT
Brita Steinwendtner

Haymon Verlag 2014
22,90 Euro

Hochhäusern von Câmpulung Muscel sehen, wo seine Familie lebt: OMUL SUFERINTEI. Und zieht ein bronzenes Kreuz unter seinem T-Shirt hervor. „Ich bin der Weg“ steht darauf. Und dankt den Österreichern, die ihm mit Respekt begegnen. Und nimmt meine Hand in seine beiden Hände und neigt sich über sie und sagt zum Abschied: „Treffen wir uns in fünf Jahren wieder? Und sehen, was aus allem geworden ist?“ <<



Doris Welther dolmetschte beim Gespräch im Café Haidenthaler.

KULTURTIPPS

von Verena Ramsl



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

MARK.FREIZEIT.KULTUR DOPPEL NAHT

Das MARK macht Kleidung mit den unterschiedlichsten Mitteln zum Thema. Denn: Kleider machen Leute! Am 27. und 28. Juni 2014 geht es darum, was wir tragen und warum, aber

auch woher unsere Kleidung kommt. Mit einem Näh- und Siebdruckworkshop, einer Kleideraustauschbörse, Infoständen, Kurzfilmen und einer Bad-Taste-Party ist das Angebot groß. Und es regt an zu schauen, was wir so nach außen tragen. Gestartet wird an beiden

Tagen jeweils um 15 Uhr. Anmeldungen für die Workshops bitte unter: office@marksalzburg.at

► www.marksalzburg.at
Kontakt: 0650 / 7431799



Foto: Marc Prohaska

ARGEKULTUR UND TALK TOGETHER FEST ZUM FLÜCHTLINGSTAG

Zum Internationalen Flüchtlingstag findet auch heuer das traditionelle Flüchtlingstfest statt. Unter dem Motto „Die Flüchtlinge feiern – wir feiern mit“ gibt es Musik- und Tanzvorführungen sowie kulinarische Köstlichkeiten bei freiem Eintritt. Das Besondere an diesem Fest ist: Die Flüchtlinge sind die Gastgeber und zeigen in ihren Auftritten, welche Talente, Wünsche und Hoffnungen sie mit nach Österreich gebracht haben. Am 21. Juni 2014 wird um 18 Uhr das Buffet eröffnet, ab 20 Uhr startet das Programm.

► www.argekultur.at
Kontakt: 0664 / 1260889

Foto: Privat



STECKBRIEF

NAME Verena Ramsl
IST Trainerin bei imoment, freie Journalistin und Lektorin

FREUT sich auf die längsten Tage im Jahr und spannende Vorstellungen bei der Sommerszene. Es darf getanzt werden!

KULTURFORUM HALLEIN HALLEINER FESTWOCHE

Vom 12. bis 29. Juni 2014 ist Hallein wieder randvoll mit Kultur. Die Halleiner Festwochen präsentieren jedes Jahr aufs Neue das rege kulturelle Geschehen vor Ort. Das Programm bietet für jeden etwas, von Kabarett und Lesungen über Konzerte aus unterschiedlichen Genres, bis hin zu Performances, Ausstellungen und Kindertheater. Highlights sind sicher die Veranstaltungen „Jazz meets Classic“, die Vertonung von „Hans im Glück“ und „Vocal-Jazz“ im Ziegelstadl, sowie „Born to be Schorn“ im Musikhaus.

► www.forum-hallein.at
Kontakt: 06245 / 80882



Foto: Lukas Beck

SOMMERSZENE SALZBURG ALL YOU NEED

Vom 25. Juni bis 5. Juli 2014 findet heuer die Sommerszene in Salzburg statt. Neben Tanz und Theater, Performances und Installationen wird auch die Stadt selbst wieder zur Bühne. Dabei stellen die Rabtaldirdnln mehr oder weniger hilfreiche Diagnosen und es gibt lebende Bücher, Gruppenchoreographien mit Beteiligung und berührende Tanz-Monologe zu erleben. Eröffnet wird das Festival mit der Österreich-Premiere von „Vader“. Dabei nimmt sich die Gruppe Peeping Tom, furios und berauschend, des Themas Altern an.

► www.szene-salzburg.net
Kontakt: 0662 / 843448



Foto: Herman Sargalos

ABZ SALZBURG DIE VIELELT FEIERN

Die kulturelle Vielfalt erlebbar zu machen, ist das Hauptanliegen des ABZ – Haus der Möglichkeiten in Itzling. Am besten gelingt das beim gemeinsamen Feiern. Deshalb veranstaltet das ABZ schon seit Jahren ein Sommerfest, wo alle eingeladen sind, das Haus der Möglichkeiten zu besuchen oder kennenzulernen.



Heuer wird am 18. Juni 2014 von 17 bis 22 Uhr gefeiert und neben einem leckeren Buffet aus aller Welt mit Grillspezialitäten gibt es auch ein Kinderprogramm und Unterhaltung mit der Theatergruppe Cactus.

► www.abz-salzburg.at
Kontakt: 0662 / 451290

12 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 für die folgenden zwölf Apropo-Ausgaben einfach einmal dahingestellt.

Neuerscheinung



FUNDSTÜCK 10

Bücherregal



Kein urbanes Geklimper bietet Reinhard Kaiser-Mühlecker an, sondern Weggehen, Zaudern, Zurückkommen sowie Landschaft als Symbol der inneren Befindlichkeit. Zu „Schwarzer Flieder“ hole ich mir „Das Gemeindegeld“ von Marie von Ebner-Eschenbach aus dem Regal. Genauer gesagt, bekam ich die „Leseausgabe, herausgegeben von Evelyn Polt-Heinzl, Daniela Strigl und Ulrike Tanzer, profilierte Literaturwissenschaftlerin, gestern in die Hand. Also auch neu herausgegeben. „Schwarzer Flieder“ steht für Niedergang, Schmerz und Verzweiflung, davon gibt es in diesem Band genug. Ferdinand Goldberger, Protagonist und Spross der Goldberger-Sippe, findet seine große Liebe Susanne wieder. Als Ministerialbeamter hat sich sein Leben in Wien behaglich, wenn auch nicht glücklich, eingerichtet, so, wie man Hemden auf einen Bügel hängt, schön ordentlich. Erinnerungen an den Goldbergerhof in Rosental (OÖ) begleiten ihn: Der Suizid Susannes lässt ihn nach Südamerika flüchten, ein Totschlag am einst väterlichen Hof zurückkehren. Ein stiller Roman aus der Perspektive eines stillen, nachdenklichen Beobachters geschrieben, der auch im Lieben korrekt sein will. Er hat die Schuldzuschreibungen an Susannes Freitod nicht länger hören wollen, sieht den Hof seiner Vorfahren durch die Gier des Onkels

in Gefahr, kündigt seinen Pächtern, will kleiner werden, wieder mehr forschen und sich neu verlieben. Wie hier stellt auch „Das Gemeindegeld“ von Marie von Ebner-Eschenbach (1830-1916) die Frage nach Determiniertheit durch Abstammung. Die Geschichte geht auf eine wahre Begebenheit zurück: Martin und Barbara Holub werden wegen Raubmord an einem Pfarrer gefasst und verurteilt, er zum Tode, sie zu zehn Jahren Zuchthaus. Die Kinder Pavel und Milada werden der Gemeinde überantwortet: Pavel kommt zum berüchtigten Dorfhirten Virgil, Milada in eine Adelsfamilie, später zu Klosterfrauen. Es ist der Lehrer Habrecht, der sich Pavels annimmt, hier unterstützt ein Außenseiter einen anderen, erfolgreich. Pavel, das einstige Gemeindegeld, muss Extra-Leistung erbringen, muss zum Helden werden, um anerkannt bzw. nicht länger angefeindet zu sein. Die Bauern haben das Sagen, die Moral und die Macht: Das Landproletariat hat ein Gesicht, eine Geschichte bekommen. Beide Texte sind politisch, regen an, über soziale Durchlässigkeit auf hohem Niveau zu philosophieren. Kein Happy End, in beiden Fällen nicht, dafür gibt es ja bekanntlich Postkarten. **Schwarzer Flieder.** Reinhard Kaiser-Mühlecker, Hoffmann und Campe 2014, 19,99 Euro **Aus Franzensbad. Das Gemeindegeld.** Marie von Ebner-Eschenbach, Residenz Verlag 2014, 24,90 Euro

GEHÖRT & GELESEN

gelesen von Bernhard Rosenkranz

ZWISCHEN NORMALITÄT UND WAHNSINN



Einer der „merkwürdigsten“ neuen Erzähler Österreichs ist der Salzburger Liko, ehemaliger Ministrant und Lebenskünstler. Er versteht es, in seinem Buch verschiedenste Menschen miteinander in Beziehung zu bringen: Freunde, Bekanntschaften, seine Geliebte und seine Eltern. Als Ich-Erzähler zeigt er uns, wie man das „ganz normale“ Leben zu spannender Literatur verarbeitet. Schließlich bietet auch die Normalität jede Menge skurrile Dinge. Der Autor vermischt gekonnt Normales mit dem Wahnsinn, was der Lektüre eine unerwartete Facette beschert. In jedem Fall gilt: Wer originell, heiter und vital ist, kann sich solcher Techniken bedienen. Und literarisch gut ist das Buch von Liko allemal.

Bergers Kugel. Erzählungen. Liko. Mury Salzmann 2013, 19 Euro

gelesen von Ursula Schliesselberger

TABUTHEMA DEMENZ



Ob jung oder alt, das Thema „Pflege“ geht uns alle etwas an. Dieses Buch beantwortet Fragen zum Umgang mit Demenz, sowohl aus der Sicht der Betroffenen als auch aus der Angehörigenperspektive, detailliert und ganzheitlich: Erste Anzeichen von Verwirrung, Angst vor der Diagnose, mit der Verunsicherung leben, den Menschen hinter der Krankheit sehen, welche Hilfen gibt es für uns, was ist für uns das Beste, wann ist stationäre Betreuung eine gute Alternative und vieles mehr. In einfühlsamen Porträts kommen pflegebedürftige Menschen und jene, die sie im Familienverband betreuen, zu Wort. Von ihnen kann man viel lernen. Ein Serviceteil informiert über finanzielle und rechtliche Fragen und stellt die Angebote der professionellen Pflege vor. Hier finden Betroffene hilfreiche Kontaktadressen und Empfehlungen.

Ich bin, wer ich war. Mit Demenz leben. Erich Fenninger. Residenz Verlag, 2014, 21,90 Euro

Gehört.Geschrieben!

BROT UND SPIELE



Foto: Salzburger Armutskonferenz

KOLUMNIST Robert Buggler
FREUT SICH im Juni auf – Über-
raschung! – die Fußballweltmeis-
terschaft

Kommentar von Robert Buggler

„Vermischen wir doch nicht das sportliche Event mit den politischen Diskussionen und sozialen Fragen. Das haben sich die Fußballer, die sich jahrelang auf dieses Ereignis vorbereitet haben, auch nicht verdient“, lautete der Kommentar eines deutschen Wochenmagazins im Zusammenhang mit den sozialen Ausschreitungen und Protesten in Brasilien vor und auch wegen der demnächst beginnenden Fußball-Weltmeisterschaft. Erinnerungen an die Olympischen Winterspiele in Sotchi werden wach. Die österreichischen Athleten hatten ja, wie bekannt wurde, die Anweisung, keine „politischen Aussagen“ zu tätigen. Hier also Sport, dort Politik und Gesellschaft? Mitnichten!

Denn auch im Fußball hat die Ökonomisierung längst Einzug gehalten. Nicht, dass Fußball nicht auch in der Vergangenheit schon ein „Geschäft“ gewesen ist, wo Geld eine dominierende Rolle gespielt hat. Was aber neu ist, wie der amerikanische Philosoph Michael Sandel schreibt, ist eine Art der „Korrumpierung“ fast aller gesellschaftlichen Bereiche, auch des Sports. Wobei mit Korrumpierung nicht Korruption im engeren Sinne gemeint ist, die es natürlich auch gibt. Nicht um Zwang und Unfairness geht es ihm also, sondern um „eine Entwertung bestimmter Einstellungen, Handlungsweisen und Güter“:

Die Alleinerziehende, die sich gegen gutes Geld den Namen eines Casinos auf die Stirn tätowieren lässt, um die Ausbildung ihres Sohnes zu finanzieren. Die Schulen und Universitäten, die als Sponsoringmaßnahme Hörsäle nach großen Konzernen benennen lassen, entsprechende Lernmaterialien inklusive. Die Vorlesung zu Ökonomischen Theorien im Saal „Standard & Poor's“ ist sicherlich ein Hit. Und wer schon einmal einen Ausflug einer hiesigen Volksschule beobachtet hat, gewinnt den Eindruck, auch wenn es in den Tiergarten geht, es handelt sich um einen Betriebsausflug der örtlichen Raiffeisenkasse. Und natürlich, um zum Ausgangspunkt zurückzukehren, die Fußballstadien, die nun Allianz-, MasterCard- und Generali-Arena heißen. Und natürlich Red-Bull-Stadion. „Wenn Dinge mit Firmenlogos bedruckt werden, ändert das ihre Bedeutung. Märkte hinterlassen ihre Spuren auf den Dingen“, schreibt Sandel dazu. Man kann darüber streiten, ob diese Entwicklung nun eine gute oder schlechte ist, welche Vor- und Nachteile sie hat, welche Konsequenzen sie zeitigt, korrumpierend ist sie allemal. „Brot und Spiele“, das antike Prinzip, hochaktuell auch im Jahr 2014. Nach wie vor geht es um beides. In diesem Sinne: Lasst die Spiele beginnen. Und über das Brot diskutieren! <<

Leserbriefe

DANKE

Ein großes Dankeschön an das ganze Apropos-Team – wir brauchen Euch alle in dieser Stadt so dringend. Ich möchte mich auch bei jedem Menschen bedanken, der auf der Straße sitzt und seine Hand aufhält und möchte ihm oder ihr Folgendes mitteilen:

Du spiegelst mir in Deinem Gesicht die (Ab-)Gründe meiner Seele.
Du konfrontierst mich mit meinen tiefsten und stärksten Ängsten, die mich hindern, ein völlig erfülltes Leben zu führen.
Du konfrontierst mich mit meiner Mutlosigkeit, meinem Herzen wirklich zu folgen.
Du spiegelst mir meine Ohnmacht, mein Ausgeliefertsein an das Leben, meine Hilfslosigkeit, mein Scheitern und die Angst vor der Bedeutungslosigkeit meines kleinen Lebens.
Du spiegelst mir aber auch mein Mitgefühl, meinen drängenden Wunsch, allen Menschen helfen zu wollen, meine nie endende Suche nach Glück und Frieden.
Du rufst mich auf loszulassen, was ich sowieso verlieren werde.
Danke.

Karoline Berger

REAKTION VON NARCISTA

Mit meinem humoristischen Text „Oh, du heilige Harley“ hatte ich nicht die Intention, das gesamte Christentum zu beleidigen. Ich hatte mir einen Kalender gekauft und war so fasziniert von den Maschinen, so ist dieser kultige Text entstanden. Mein derzeitiger Glaube an „nichts“ hat den Artikel dann noch ironisch aufgebauscht, denn auch ich bin bestürzt über das Grauen und den Terror in der Welt. Alle Hoffnungsträger scheitern, geben auf oder werden gestürzt. Ich hoffe nur, dass „Papà Tango“, zu dessen Fans ich mich neuerlich – auch als Atheistin – ebenfalls zähle, nicht aufgibt. Gerade jene, die sich anfangs vehement für etwas eingesetzt haben, neigen dazu, in dem System, in dem sie gefangen sind, zu scheitern, sich zu fügen oder im schlimmsten Fall zu kippen. Die Welt ist arm geworden an Vorbildern. Es freut mich trotzdem, dass meine Artikel gelesen werden und auch auf Zustimmung treffen. Ach ja, meinen teils heftigsten schrägen Humor sollte man nicht immer allzu ernst nehmen.

Schreibwerkstatt-Autorin Narcista

MENSCHLICHKEITS-OLYMPIADE

Habe heute erst die Apropos von „unserer“ Mihaela Pacuraru gekauft. Gratuliere Ihnen zu Ihrer Reportage über Marko Feingold! Meine Frau und ich hatten die Ehre und das Glück, beim Ehepaar Feingold auf privat eingeladen zu sein. Nach diesem interessanten und amüsanten Nachmittag bei einem Hundertjährigen und seiner lebenswürdigen Frau wurde uns klar, dass Hass nur die Zukunft verbaut. Gäbe es eine Olympiade für Menschlichkeit und Toleranz, müsste Marko Feingold eine goldene Medaille erhalten.

Rudolf Ratzenberger

Wir freuen uns auf Post von Ihnen an:
redaktion@apropos.or.at oder
Glockengasse 10, 5020 Salzburg

STRASSENZEITUNGEN
WELTWEIT

von Katrin Schmoll



Foto: Paz Stemmler

Österreich
BRIEF VON CONCHITA WURST

Ein gutes Gespür bewies das Grazer „Megaphon“ in seiner Mai-Ausgabe. Die Straßenzeitung veröffentlichte einen Brief von Sängerin Conchita Wurst an ihr jüngeres Ich, den damals zehnjährigen Tom Neuwirth. „Deine Zeit kommt noch!“, schreibt sie in dem berührenden Text über Akzeptanz, Selbstreflexion und Erwachsenwerden. Damit sollte sie recht behalten:

15 Jahre später räumt die Musikerin beim Eurovision Song Contest den ersten Platz ab. Ganz Österreich freut sich über seinen zweiten Sieg beim größten Gesangswettbewerb Europas und das Megaphon ist stolz darauf, exklusiv den Brief der Songcontest-Gewinnerin abgedruckt zu haben. Conchitas „Brief an mich“ gibt es auf der Homepage des Megaphons zum Nachlesen: www.megaphon.at

Großbritannien
POPSTAR BLOGGT FÜR STRASSENZEITUNG

Der Engländer Mike Rosenburg, besser bekannt als „Passenger“, schaffte im vergangenen Jahr mit seinem Hit „Let her go“ den weltweiten Durchbruch. Er ist bekannt für seine raue Stimme und seine gefühlvollen Texte. Was wenige wissen: Der Musiker ist ein großer Fan der britischen Straßenzeitung „The Big Issue“. Exklusiv für die Leser der Zeitung schreibt er ein Blog über die Erlebnisse auf seiner Tour durch Großbritannien.

„The Big Issue“ ist eine wundervolle Sache – die Verkäufer damit zu unterstützen, ist das Mindeste, was ich tun kann“, erklärt Passenger, der sich früher als Straßenmusiker durchschlug und dabei vielen Obdachlosen und Straßenzeitungsverkäufern begegnet ist. Passengers Blog findet sich auf der Website von „Big Issue“: www.bigissue.com



Foto: Ameyanette Grahngren

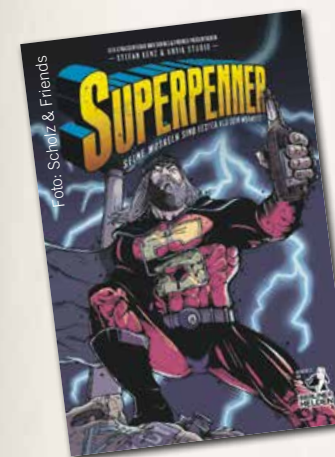


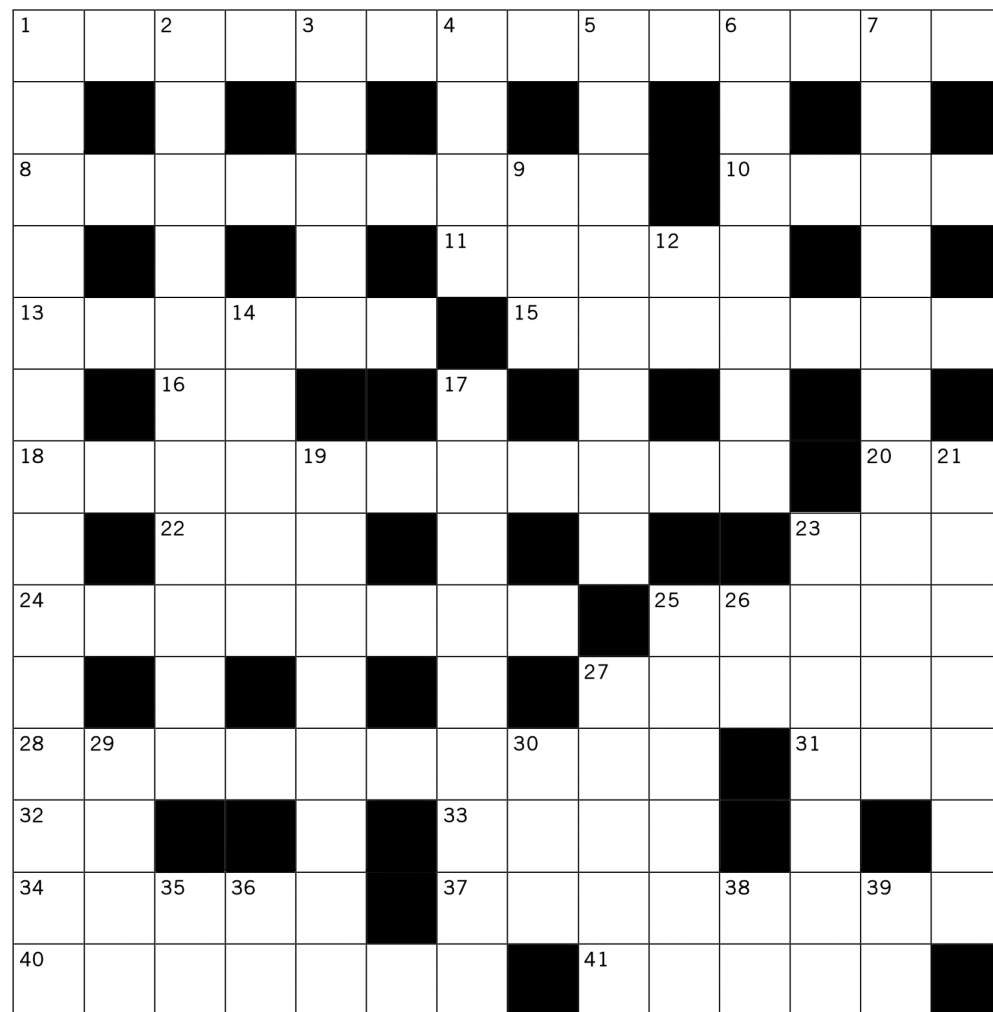
Foto: Scholz & Friends

Deutschland
OBDACHLOSER SUPERHELD

Superman war gestern, der neue Hero ist der „Superpenner“ – zumindest wenn es nach der Hamburger Werbeagentur Scholz & Friends geht. Sie hat einen Comic über einen Obdachlosen entworfen, der plötzlich zu Superkräften kommt. „Seine Muskeln sind fester als sein Wohnsitz“, heißt es im Untertitel und so macht sich „Herr Godzirski“ auf, um Berlin, und später vielleicht die ganze Welt, zu retten.

Der ungewöhnliche Superheld zierte im Jänner das Cover der Berliner Straßenzeitung „strassenfeger“ und sorgte für ein großes Medienecho und reißenden Absatz bei den Käufern. „Wir haben schon vorher diskutiert, ob wir damit nicht unsere Verkäufer bloßstellen“, sagt „strassenfeger“-Chefredakteur Andreas Düllick, „die Reaktionen waren bisher jedoch weitgehend positiv.“ Ob es eine Fortsetzung des „Superpenners“ geben wird und ob der Comic auch in anderen deutschsprachigen Straßenzeitungen erscheinen wird, ist derzeit noch offen.

UM DIE ECKE GEDACHT



Waagrecht

- 1 Worüber sich Kuriere unterhalten? Auf die mündliche musste man sich vor Schrifterfindung verlassen.
- 8 „Es ist leicht, ein Werk zu kritisieren, aber es ist schwer, es zu ...“ (Vauvenargues)
- 10 Muss oftmals für den Gedächtnisvergleich herhalten.
- 11 Unvollständige Fußballmannschaft auf Manchesters Rasen. Neuling auf Tanzparkett.
- 13 „Der Zecher denkt anders als der ...“ (Volksmund)
- 15 Die halbe Insel endet im französischen Nichts.
- 16 Initial für den Mitbegründer vom samtenen Untergrund.
- 18 Mögliche Kleidungswahl, wenn das Karnevalsmotto paradiesisch ist. (Mz.)
- 20 Macht aus dem Hatier den animalischen Mitbewohner.
- 22 Fraglich: Macht aus der Erschütterung die PR-Handlung.
- 23 In der sind die natürlichen Anlagen verschlüsselt.
- 24 „... heißt: Seine Rechte halbieren und seine Pflichten verdoppeln.“
- 25 So formiert sich der *Geier* beim Sport.
- 27 = 27 senkrecht (Mz.)
- 28 „... sein heißt, Kraft haben für andere.“ (Novalis) (Mz.)
- 31 Bei der Bauvereingemeinschaft ist mindestens einer dabei.
- 32 Ist anfänglich für seine kritische Theorie bekannt, ging sozusagen in Frankfurt zur Schule.
- 33 Solch Kleidung auf der Jagd, solche Farbe beim Heer, solch Kappe im Märchen.
- 34 Fürwort + mittelwarm = Fluss und Gemeinde.
- 37 Karriereweg für Nachwuchs?
- 40 Die früheren Neffen des Oheims, für manch Wirtschaft bekannt.
- 41 „Der ... Weinen ist nur unterdrücktes Lachen.“ (Publilius Syrus)

Senkrecht

- 1 „Was braucht man, um erfolgreich zu sein? ... und Selbstvertrauen.“ (Mark Twain) (Mz.)
- 2 Geht auf keinem Berg runter. Wälzt sich nur auf Straßen lang.
- 3 „Mäßig essen und wenig .. hat niemanden gereut.“ (Sprw.)
- 4 Die Frau ist in der Merowinger-Linie vertreten.
- 5 Französisches Ende und Nahrungsaufnahme = schlaue Kunstgriffe.
- 6 Eiserne Rettung in schlechten Zeiten.
- 7 Verwirrend tief? *Nein, Gründe* in die man *rein düngen* kann, wenn sich *Runde neigen*.
- 9 Der Mann im Herzen von Anneliese.
- 12 Liegt in Kürze zwischen NH und NY.
- 14 Ist der klassische Vorsprung im Bauwesen.
- 17 Unglaublich, dass die nicht glauben wollen.
- 19 Pendant zu Nasalleise? Mündliche Äußerung.
- 21 „Dum soll der ... mit dem König gehen, sie beide wohnen auf der Menschheit Höhen.“ (Schiller)
- 23 Gibt's in Beziehungen, mit Drogen oder Gewalt, in jedem Falle sträflich! (Mz.)
- 25 Wie man's auch betrachtet, ob von oben oder unten, in jedem Fall kein Ladenhüter.
- 26 Vorsatz für europäisches Land im Meer.
- 27 Kann Haushalt oder Hals schmücken.
- 29 So trauen sich Ann und Pat.
- 30 Halbe Kapitale von halber Insel im Pazifik.
- 35 In Kürze: 9Alter Tonträger, der trotz Unkenrufe sein Überleben behauptet hat.
- 36 Machen buchstäblich die Hauptsache aus!
- 38 Vervollständigt das leer zu den Körpern.
- 39 In Kürze: Er drückte sich expressionistisch aus, ob mit Mohnblumen oder über das Leben Christi.

Foto: Privat



STECKBRIEF

NAME Klaudia Gründl de Keijzer
IST freiberufliche Produktionsleiterin im Kultur- & Eventbereich
FREUT SICH im Juni auf die Produktion SCHAFFBERG 1911
WÜNSCHT SICH endlich einen schönen Sommer

Mai-Rätsel-Lösung

Waagrecht

1 Broetchengeber 11 Eib (L-eib / Eib-e) 12 Err (Z-err-en)
 13 IA 14 Rauspern 17 Wann (-e) 18 Caren (in: Super-CAREN-zyklopädie) 19 SC (Sofia Coppola) 20 Draehte
 22 Ulrich 24 Ute (in: Be-UTE-zug) 25 nineb / Benin 27 Anfang 28 Egotrip 31 SG (Serge Gainsbourg) 33 Wer (-k) 34 Knieschoner (aus: NEONKIRSCH) 40 BE (Bernie Ecclestone) 41 Team 42 Lotus 43 Ichnogramme 47 NS (Nicolas Sarkozy) 48 Tatar 49 Mogu (-l) 51 Ansichten 52 Porno 53 Rebe

Senkrecht

1 Beredsamkeit 2 Ria (in: Ad-RIA-n) 3 Oberaufsicht 4 Taschen 5 Hoeren 6 Nennungen 7 GR 8 Erwirbt 9 Einschiebung 10 Ranch 15 Pat 16 Re (-turn) 21 Etage 23 Leo 26 IE (Ge-IE-r) 29 RW 30 (Under) Pressure (Pres-sure) 32 Charlie 35 Storno 36 CEG (jd. 2. Buchstabe des Alphabets) 37 Oma (in: Ar-oma) 38 Elm (in: H-ELM-stadtumgebung) 39 Roemer 44 Cato 45 Naan 46 Mehl 50 One

© Klaudia Gründl de Keijzer



Foto: Eva Maria Mrazek

hans.steininger@apropos.or.at
 Tel.: 0662 / 870795-21

Vertrieb intern

UNSOLIDARISCH



Apropos-Verkäufer
 Bernd Strohbush

1. Wie kommt Apropos-Verkäufer Bernd Strohbush ans Meer? Mit den Spenden der Apropos-Leser wird das demnächst gelingen – zurzeit klimpern schon 320 Euro in der Reisekasse! Mit 500 + könnten wir ihn ganz schön weit weg schicken ... Wir werden ihn jetzt befragen zu seinen ershten Reisezielen.

2. Deutschsprechender Apropos-Verkäufer mag nicht nichtdeutschsprechenden Apropos-Verkäufer. Nichtdeutschsprechender Aproposverkäufer mag nicht „andersstämmigen“ nichtdeutschsprechenden Apropos-Verkäufer Deutschsprechender Apropos-Verkäufer und nichtdeutschsprechender Aproposverkäufer und nichtdeutschsprechender andersstämmiger Apropos-Verkäufer mögen gar nicht Bettler. Macht existenzielle Armut unsolidarisch? <<



Foto: Eva Maria Mrazek

Redaktion intern

INTERESSE

Dass Apropos viel mehr ist als „nur“ eine Straßenzeitung, merke ich immer dann besonders, wenn die Menschen, die dahinter stehen, und deren Geschichten, in den Mittelpunkt gerückt werden. Damit es dazu kommen kann, braucht es vor allem eines: Interesse. Und das gibt es zuhauf: Interesse von Studenten der Pädagogischen Hochschule, die gerne unsere Redaktion besuchen wollen und unsere Verkäufer Georg und Evelyne zu sich einladen. Interesse von Schülern des Herz-Jesu-Gymnasiums, die am Elternsprechtag Apropos-Bücher verkaufen, und von Schülern des BORG Bad Hofgastein, die unseren migrantischen Verkäufern Fragen stellten. Interesse von Regiestudent David Schnaegelberger, der diese gern bei seinem Theaterprojekt am Mozarteum dabeihaben wollte. Interesse zeugt von Wertschätzung. Für unsere Zeitung und für unsere Verkäufer. Daher freuen wir uns über jede Anfrage und auf viele neue Projektideen. <<

katrin.schmoll@apropos.or.at
 Tel.: 0662 / 870795-23

DIE NÄCHSTE AUSGABE
 ERSCHEINT AM 27. JUNI 2014

VERTRAUTE FREMDE



Impressum

Herausgeberin, Medieninhaberin und Verlegerin
 Soziale Arbeit GmbH
 Gesellschaft mit Gemeinnützigkeitsstatus
 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

Redakteurin
 Katrin Schmoll

Vertrieb & Abowaltung
 Hans Steininger

Lektorat Gabor Karsay, www.textpruefer.at

Art Direction Annette Rollny, www.fokus-design.com
 Foto Cover Bernhard Müller, Foto Editorial Joachim Bergauer

Web- & Newsletteraktualisierung Andrea Hailer,
 moe-DigitalMediaDesign

Druck Medien-Druck Salzburg GmbH
 Kooperation Verein Neustart, Saftladen

MitarbeiterInnen dieser Ausgabe

Julia Schnöll, Arthur Zgubic, Christina Repolust, Klaudia Gründl de Keijzer, Robert Buggler, Bernhard Müller, Markus Knoblechner, Brita Steinwendtner, Ulrike Matzer, Ursula Schliesselberger, Wilhelm Ortmayr, Eva Helfrich, Hans Steininger, Waltraud Prothmann Bernhard Rosenkranz, Verena Ramsil, Georg, Evelyne, Ogi, Luise, Andrea, Narcista.

Bankverbindung Bank Austria
 Bankleitzahl 12 000, Kontonummer 07 955 104 002
 IBAN: AT37 1100 0079 5510 4002, BIC: BKAUATWW

Auflage 10.500 Stück
 Nächster Erscheinungstermin 27. 06. 2014
 Nächster Redaktionsschluss 11. 06. 2014

DAS ERSTE MAL

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

30 [DAS ERSTE MAL]

Foto: Privat



STECKBRIEF

AUTORIN Eva Helfrich
IST freie Journalistin
FREUT SICH über ihren selbstgenähten Rucksack
ÄRGERT SICH viel zu oft beim Autofahren

von Eva Helfrich

Bisher war er für mich nicht mehr als ein graues Phantom. Etwas, von dem man weiß, dass es existiert und für viele das Ende bedeutet. Und ich empfand Mitleid für jene, die selbst mit ihm zu kämpfen hatten. Auch wenn man die Hände über dem Kopf zusammenschlägt, wenn man hört, dass es jemanden aus der Nachbarschaft oder einen Bekannten getroffen hat: Man rechnet nie damit, dass er in der eigenen Familie auftaucht. Und dann die Nachricht: Mein Opa hat ihn, den Krebs.

Hätte er seinem Hausarzt geglaubt, wäre er vermutlich daran gestorben. Der sah in dem beißenden Schmerz in Opas Leistengegend einen Haltungsfehler und nicht den kindskopfgroßen Tumor, der einen Lymphknoten befallen hatte und so schnell wuchs, dass er auf sämtliche Nerven drückte. Seitdem überlege ich mir oft, wie ich meine Wut und die Angst an diesen Arzt weitergeben soll. Ich habe mir vorgestellt, wie ich in seine Praxis stürme und ihn frage, ob er glaubt, dass alle alten Patienten nur Suderanten und Simulanten sind. Ob ich seine Methode, Patienten über der Kleidung zu untersuchen und aus dem Bauch heraus eine Diagnose zu stellen, der Ärztekammer melden soll. Oder ob ich ihm einen Brief schreibe.

Dr. XY, mit Ihrer fahrlässigen Umgangsweise mit Patienten wäre es Ihnen fast gelungen, mir meinen Fels in der Brandung zu nehmen. Den Menschen, der mich beim Wandern auf den Schultern getragen hat, als ich zu müde war, um weiterzugehen. Der gelacht hat, als ich ihm dabei im Schlaf auf die Glatze gespuckt habe. Der schon vor 20 Jahren ein Sparbuch eröffnet hat, damit ich einmal die Hochzeit meiner Träume feiern kann. Sie hätten dafür gesorgt, dass er mich nicht zum Altar führen kann.

Service auf www.apropos.or.at

Die Service-Seite mit Infos über Anlaufstellen, Beschäftigungsprojekte, Bildung, Frauen, Hilfs- & Pflegedienste, Selbsthilfe, Kinder, Jugend, Familie und Beratung findet sich ab sofort auf unserer Homepage unter:

► www.apropos.or.at/index.php?id=20

Nach sechs Einheiten Chemotherapie, Haarausfall, Übelkeit und Gewichtsverlust ist mir klar geworden, dass die Wut keinen Sinn hat. Dass nur wichtig ist, dass es Opa wieder gut geht und er den Krebs besiegt hat. Nicht zuletzt mit seiner positiven Einstellung. „Das schaffen wir schon“ war sogar in dieser Situation sein Motto. Der Gedanke, mein Opa könnte nicht mehr da sein, ist heute noch unerträglicher als früher. Und ich würde lügen, wenn ich behaupten würde, dass ich keine Albträume habe, in denen das Haus meiner Großeltern leer ist. Aber durch diese schlimme Phase habe ich gelernt, wieder genauer hinzusehen. Auf die Dinge, die wirklich wichtig sind. Und die, die es nicht sind.

Die Wut ist mittlerweile der Dankbarkeit gewichen. Dafür, dass der Mensch, der trotz seiner Schmerzen erst ins Krankenhaus gegangen ist, nachdem er bei meiner Sponsion dabei war. Weil er gehnt hat, dass er nach der Untersuchung dort so schnell nicht mehr nach Hause kommen würde. Was ich mir wünsche? Dass jener Arzt, der unserem Leben beinahe eine endgültige Wendung gegeben hätte, das nächste Mal sorgfältiger hinschaut. Vielleicht schicke ich ihm diesen Zeilen. <<

Chefredaktion intern BETTEL- ALTERNATIVE

Als Straßenzeitungs-Macherin bin ich seit Anbeginn mit dem Thema „Betteln“ beschäftigt, alleine schon dadurch, dass der Straßenzeitungsverkauf eine würdige Alternative zum Betteln bietet. Meinem Team

und mir ist es dabei sehr wichtig, dass unsere Verkäuferinnen und Verkäufer als Menschen auf Augenhöhe wahrgenommen werden, denn sie bieten für einen entsprechenden Gegenwert ein sorgfältig gemachtes (Zeitungs-) Produkt auf der Straße an. Wer Apropos verkauft, darf, will und muss also nicht betteln. Diese Abgrenzung ist uns wichtig, ohne dass wir dabei bettelnde Menschen geringschätzen. Aber es sind zwei Paar Schuhe.

In der aktuellen Debatte und Stimmung gerate ich jedoch immer mehr in die Rolle einer Art „Ombudsfrau“ für Bettler-Belange, weil eines doch gleich bleibt: Es handelt sich um Menschen, die von ihrer Armut auf Salzburgs Straßen getrieben worden und sichtbar sind. Sichtbare Armut verstört, da kann ich ein Lied von den Straßenzeitungs-Anfängen singen, wo unsere Verkäufer teilweise harsch mit „Geh doch arbeiten!“ angefahren wurden. Apropos hat als kleines Rädchen die Tagung „Betteln. Eine Herausforderung“ in St. Virgil mitveranstaltet, die eine riesige Bandbreite der Gesellschaft zusammengebracht hat und von einer durchgängig konstruktiven Stimmung der 370 Teilnehmenden geprägt war. Nun sitze ich mit am Runden Tisch der Stadtpolitik und versuche gemeinsam mit Politik, Polizei, Verwaltung, Wirtschaft und anderen NGOs einen für alle gangbaren Weg mit dem Phänomen „Hässliches Betteln im schönen Salzburg“ zu beschreiten. Wie damit umgegangen wird, ist eine Frage der inneren Haltung. Wie es scheint, ist dies eine menschliche. <<

Foto: Joachim Bergauer



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

Foto: Privat



VORGESTELLT

FOTOGRAF UND AUTOR
Christian Weingartner

Täglich stürzt eine Bilderflut aus den Medien von Werbeplakaten und Onlineportalen auf uns ein. Daraus resultiert, dass Menschen nicht mehr genau hinschauen, keine Details entdecken, eher vorbeischaun oder Botschaften

ignorieren. Als Fotograf mit Schwerpunkt People möchte ich wieder den Blick schärfen für das Wesentliche hinter einem Gesicht, hinter einer Persönlichkeit. Der Fokus liegt im Ausdruck eines Menschen. Wie bei der Straßenzeitung Apropos. Hier stehen die Menschen und ihre Geschichten im Mittelpunkt. Und ich freue mich immer wieder, für diese gut gemachte Zeitung als Fotograf arbeiten zu können.

Nach meinem abgeschlossenen Journalismus-Studium war ich über 25 Jahre in diesem Genre aktiv. Auch wenn das Schreiben im Mittelpunkt stand – als Journalist und auch als Autor von Lyrik- und Prosatexten – begleitete mich stets die Fotografie. Sie wurde immer wichtiger, bis ich im Vorjahr die Meisterprüfung ablegte. An der Weggabelung meines Lebens habe ich mich für eine neue Richtung entschieden. Neue Aufgaben warten, neue Herausforderungen, neue Hindernisse, die es zu überwinden gilt. Mit der Kamera in der Hand merke ich, wie sehr die Fotografie auch meine Berufung ist. Infos auf www.christianweingartner.com. <<

[VERMISCHT] 31



Foto: Helmut Böhm

Begegnungen 2014

Seminare für Gesundheit und Lebens-Lust
im stimmigen Ambiente von
SCHLOSS GOLDEGG

Termine Juli – Oktober

- 11.07.-13.07. **Kreatives Schreiben – WORTwerkstatt**
Ingrid Böhm, Amstetten
- 11.07.-13.07. **TANZEN ... mit Lust und Spaß ... AFRIKA!**
Markus Hochgerner, Wien
- 11.07.-13.07. **Aussöhnung mit dem ungeliebten Erbe des Vaters**
Marianne Prochazka, Freiburg
- 18.07.-20.07. **Nimm's bitte nicht persönlich!**
Dr. Bärbel Wardetzki, München
- 28.07.-29.07. **Symbiose und Autonomie ...**
Dr. Franz Ruppert, München
- 15.08.-17.08. **Begegnung mit Roma-Tänzen**
Piry Krakow, Wehr
- 24.08.-27.08. **Tibetische Heilarbeit**
DI Rosi Wagner, Wien
- 29.08.-31.08. **ATEM - der Spiegel unserer Befindlichkeit**
Dipl. Päd. Norbert Faller, Wien
- 29.08.-31.08. **Hul jo-irei du li o – Jodeln**
Christina Zurbrügg, Wien
- 29.08.-31.08. **Familienschicksal und persönlicher Lebensweg**
01.09.-03.09. **Seminar mit Familien-Aufstellungen**
Dr. Karl Heinz Domig, Rankweil
- 12.09.-14.09. **Die Schule der Liebe in der Familie**
Dr. Jirina Prekop, Lindau
- 12.09.-14.09. **Lernaufgaben des Lebens ...**
Michael Stinger, Gallneukirchen
- 19.09.-21.09. **Liebesintelligenz – die 33 Herzensqualitäten**
Dr. Christina Kessler, Berlin
- 19.09.-21.09. **Hormonyoga**
DI Rosi Wagner, Wien
- 26.09.-28.09. **Lustvolles Singen für Fortgeschrittene**
Mag. Catarina Lybeck, Salzburg
- 03.10.-05.10. **Ayurveda und unsere traditionelle Esskultur**
Karin Buchart, Gabriele Karpf und Veronika Uhl
- 06.10.-08.10. **Familienschicksal und persönlicher Lebensweg**
Seminar mit Familien-Aufstellungen
Dr. Karl Heinz Domig, Rankweil
- 10.10.-12.10. **BIODANZA – dance the rEVOLution**
Maria Schwaighofer, Salzburg
- 17.10.-19.10. **Der Heilungsweg des Schamanen II**
Dr. August Thalhamer, Linz

Detailprogramm, Information:

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



Foto: Elisabeth Kraus

**FÜR EINE ZUKUNFT
MIT WEITBLICK ...**

... und kleine Baumeister mit
großen Plänen.



 **Salzburg AG**

WEITBLICK. LEBEN

Die Salzburg AG unterstützt das SOS-Kinderdorf Seekirchen. Wir helfen gerne,
um gemeinsam an der Zukunft der Kinder zu bauen. www.salzburg-ag.at

Spendenkonto SOS-Kinderdorf, Private Förderer & Partner:

Bank Austria, Kto-Nr 04444507007, BLZ 12000, Verwendungszweck: SOS-Kinderdorf Seekirchen

**WIR SIND ÜBER 3 MILLIONEN STIMMEN
FÜR MEHR VERTEILUNGSGERECHTIGKEIT.
WIR WOLLEN:**

**WENIGER
STEUERN
AUF ARBEIT.**



GERECHTIGKEIT MUSS SEIN

Für mehr Verteilungsgerechtigkeit: www.ak-salzburg.at



Bis zum 7. Juli:
Reich DEIN
Kinderrechteprojekt
ein!



www.weltkindertag-salzburg.at

**25 Jahre UN-Kinderrechts-
konvention**