

APRIL 2022

APROPOS

DIE SALZBURGER STRASSENZEITUNG

3,00 €

Nr. 203 | Den Verkäufer:innen bleiben EUR 1,50

DAS ZUSAMMEN VOM HALT



Ausweis gesehen?

... in Teams
... in sich
... zwischen den Generationen

Ihr/e Apropos-
Verkäufer:in
sagt Danke!

6

Was Gesellschaft vom Sport lernen kann

Mentalcoach und Sportpsychologe Patrick Bernatzky erzählt im Titelinterview, wie man im Sport zusammen mehr erreicht.



10

Die Krux mit der Einsamkeit

Als soziale Spezies brauchen wir eine Verbindung zu anderen, damit es uns gut geht.



13

Helfen mit Mehrwert

Gute Taten für die Nachbarschaft: Der Verein Zeitpolster schreibt sie fürs Alter gut.



22

Autor trifft Verkäuferin

Tessy Omoregbe erzählt Bernhard Flieher aus ihrem Leben.



Thema: DAS ZUSAMMEN VOM HALT

- 4 Vom Zusammen- und Alleinsein
Cartoon
- 5 Alle zusammen: Halt!
Frage des Monats
- 6 Als Team das Unmögliche schaffen
Titelinterview mit Patrick Bernatzky
- 10 Einsamkeit ist ein schwerer Gegner
Mehr als nur allein
- 12 Das Zusammen vom Halt
Jubiläums-Imagekampagne für Apropos
- 13 Miteinander
Zeitpolster: Nachbarschaftshilfe als Vorsorgemodell
- 14 Schöne Zuschrift
Helga Rabl-Stadler hat uns geschrieben

12

Das Zusammen vom Halt

Heuer werden wir 25 Jahre alt! Und das feiern wir vier Monate mit neuen Botschaften im öffentlichen Raum, in Kultur- und Sozialeinrichtungen sowie in unseren Partnerbetrieben.



27

Apropos-Rezept

Unser Verkäufer Ladislav Lakatos schwingt in dieser Ausgabe den Kochlöffel.

SCHREIBWERKSTATT

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

- 15 Ursula Schliesselberger
- 16 Hanna S.
- 17 Evelyne Aigner
Georg Aigner
- 18 Narcista Morelli
- 19 Edi Binder
Nicola Friedrich
- 20 Luise Slamanig
Laura Palzenberger
- 21 Andrea Hoschek

AKTUELL

- 22 Autor trifft Verkäuferin
Bernhard Flieher im Gespräch mit Tessy Omoregbe
- 24 Kultur-Tipps
Was ist los im April
- 25 gehört & gelesen
Buch- und CD-Tipps zum Nachhören und Nachlesen
- 26 Kolumne: Robert Buggler
Leser des Monats
- 27 Apropos-Rezept
von Ladislav Lakatos

VERMISCHT

- 28 Apropos-Kreuzworträtsel
- 29 Redaktion intern
- 30 Kolumne: Mein erstes Mal
von Christa Stierl
- 31 Chefredaktion intern
Vertrieb intern
Impressum

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 Journalist:innen 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 Verkäufer:innen kaufen die Zeitung im Vorfeld um 1,50 Euro ein und verkaufen sie um 3 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.



Preise & Auszeichnungen

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

Editorial

DAS ZUSAMMEN VOM HALT

Liebe Leserinnen und Leser!

Was macht ihn eigentlich aus, den Zusammenhalt?

Braucht es dafür eine bewusste Entscheidung?

Wann ist es gut und sinnvoll, zusammenzuhalten – und wann ist es gut und sinnvoll, es nicht zu tun?

Kaum ein Thema beschäftigt uns Menschen derart. Wir leben in einem permanenten Wechselspiel aus Wunsch nach (Ver-)Bindung und Wunsch nach Autonomie. Nicht immer gelingt diese Balance und es braucht ein genaues Hinschauen und Hinspüren, was gerade angebracht ist.

Einfacher, klarer und schneller lässt sich das Phänomen des Zusammenhalts im Sport erleben. Der Mentalcoach und Geschäftsführer des Österreichischen Bundesnetzwerks Sportpsychologie Patrick Bernatzky erzählt Monika Pink-Rank im Titelinterview, wie wichtig Visionen und Ziele sind, an denen sich alle gemeinsam ausrichten. Sie erst ermöglichen, dass sich Menschen mit unterschiedlichstem Hintergrund zusammenschließen, um gemeinsam etwas zu erreichen, was alleine nie möglich gewesen wäre (S. 6–9).



Auch Einsamkeit ist ein Gegner, den man alleine nicht besiegen kann, schreibt unsere freie Mitarbeiterin Eva Dospelgruber in ihrem Beitrag. Denn nicht immer ist diese sichtbar – sie kann auch inmitten eines Raumes mit vielen Menschen auftreten. Hier lohnt es sich besonders, die Fühler auszustrecken und die Hand zu reichen (S. 11).

Dabei können Nachbarschaftsprojekte wie „Zeitpolster“ helfen. 20 Menschen sind es bereits, die in Salzburg auf ungewöhnliche Weise fürs Alter vorsorgen, indem sie gute Taten sammeln, die ihnen auf einem Zeitkonto gutgeschrieben werden (S. 13).

Und natürlich möchten auch wir mit dem Plakat „Das Zusammen vom Halt“ im April in der gesamten Stadt darauf aufmerksam machen, wie wichtig ein Verbundenheitsgefühl ist. Nun startet der zweite Teil unserer Jubiläumskampagne: Vier Monate lang sind wir wieder mit wechselnden Sprüchen und Farben auf Plakaten, bei Bushaltstellen, in unseren firmeneigenen Secondhandläden und im Juni auch auf einem Bus vertreten.

Zu guter Letzt gratuliere ich unserem Verkäufer-Ehepaar Evelyne und Georg Aigner zur Kristallhochzeit!

Herzlich, Ihre

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

VOM ZUSAMMEN- UND VOM ALLEINSEIN

Nähe versus Freiheit:
Die richtige Balance
gilt es in Beziehungen
auszuverhandeln.



Foto: iStock

von Christine Gnahn

Wohl jeder Mensch sehnt sich nach Zugehörigkeit. Wir alle wünschen uns, von anderen Menschen gesehen, wertgeschätzt und geliebt zu werden. Also, so könnte man meinen, gestaltet man sein Leben genau richtig, setzt man die oberste Priorität auf die Beziehung zu und das Zusammensein mit Freunden, Familie und Partner:in. Doch nicht minder wichtig sind die Beziehung zu sich selbst und die Fähigkeit, selbstständig Entscheidungen zu treffen und auch gut

für sich alleine stehen zu können. Psycholog:innen beschreiben hier den Konflikt zwischen Autonomie und Bindung, den jeder Mensch bereits beim Heranwachsen kennenlernt. Mit der Trotzphase im Kleinkindalter und der häufig rebellischen Phase in der Jugend ist es häufig nicht getan. Denn gerade auch in Liebesbeziehungen, so erklärt es die Psychotherapeutin Stefanie Stahl in ihrem Buch „Jeder ist beziehungsfähig“, kommt es zu einer Auseinandersetzung zwischen Autonomie und Bindung. Stahl unterscheidet dabei grob zwei

Typen von Menschen: Der eine Typ braucht in einer Beziehung viel Nähe und Sicherheit und kann dazu neigen, zu klammern, um den anderen möglichst fest an sich zu binden. Der andere Typ braucht viel Freiraum und kann es als schwierig empfinden, sich auf jemanden voll und ganz einzulassen und dabei Kompromisse einzugehen. Wer es erfolgreich meistert, glücklich zusammen und glücklich alleine sein zu können, hat die goldene Mitte erreicht – ein lohnenswertes Ziel. 

Der APROPOS-Cartoon von Arthur Zgubic©



ALLE ZUSAMMEN: HALT!



Foto: iStock

von Hans Steininger

Schwierig. Es halten eh immer irgendwelche Gruppen zusammen, ganz fest sogar. Die einen für etwas, die andern genau dagegen. Jetzt käme die große Aufgabe, die wirkliche Schwierigkeit. Über diese Gesinnungs- und Befindlichkeitsgrenzen hinaus zusammenhalten, ein größeres Gemeinsames erkennen. Oder finden. Wollen. Wird Zeit. 



*Womit helfen Sie
anderen Menschen?*

„IM TEAM WIRD DAS SCHEINBAR UNMÖGLICHE MACHBAR“

Patrick Bernatzky ist Mentalcoach im Spitzensport und Geschäftsführer des Österreichischen Bundesnetzwerks Sportpsychologie. Im Apropos-Interview erzählt er, weshalb Zusammenhalt das Um und Auf ist – und was die Gesellschaft vom Sport lernen kann.

Titelinterview mit Patrick Bernatzky
von Monika Pink-Rank

Herr Bernatzky, was bedeutet Zusammenhalt für Sie in der Sportpsychologie?

Patrick Bernatzky: Für mich ist es immer ein Zusammenspiel von mehreren Personen, die unterschiedliche Stärken und klare Rollen haben, an denen man sich orientieren kann. Die einander vertrauen, gemeinsam durch dick und dünn gehen und lernen: Wie reagieren alle im System bei Niederlagen oder in einer Phase, wo es nicht so läuft? Bleibt da der Fokus erhalten auf unser Ziel, unsere Regeln, eine gute und förderliche Kommunikation, oder kippt etwas und müssen wir daran arbeiten? Für einen guten Zusammenhalt braucht es eine Ziel-, Werte- und Stärkenorientierung.

Warum ist Zusammenhalt gerade im Sport so wichtig?

Patrick Bernatzky: Es klingt zwar platt, aber es ist ein Fakt: Weil man zusammen mehr erreicht! Ich glaube, der Sport zeigt auf, dass man immer Teil von einem Team ist – egal, ob im Einzel- oder Teamsport. Wenn du im Einzelsport zum Beispiel in einer Trainingsgruppe dabei bist, wo man sich gegenseitig pusht, weil die anderen auch gut sind, ist das einerseits eine Konkurrenz, aber andererseits werden alle gemeinsam besser. Und in einem Sportteam hast du deine Teammitglieder, und wenn man einander unterstützt und füreinander statt gegeneinander spielt, dann hat das eine Wirkung auf die gesamte Gruppe. Mit Zusammenhalt, dem Glauben an das Ziel und dem Vertrauen „Das geht noch irgendwie!“ wird in einem Team das scheinbar Unmögliche machbarer.

Wie erreicht man diesen Zusammenhalt?

Patrick Bernatzky: Du brauchst eine Vision und

ein Ziel, an dem sich alle gemeinsam ausrichten. Das ist etwas, wo man viel Zeit investieren sollte. Im Sport ist es etwas einfacher, da setzt man sich Saisonziele zum Beispiel in Form einer Platzierung. Dazu gibt es Prozess- und Handlungsziele, die beschreiben: Auf welche Art und Weise wollen wir das machen? Welche Werte sind uns wichtig? Wie wollen wir zusammenarbeiten? Es ist essenziell, dass man das auch ausspricht und bespricht und dass diese Werte nicht nur am Papier stehen, sondern auch gelebt werden. Darauf basierend überlegt man, welche Qualitäten und Kompetenzen dafür nötig sind, und kann diese entwickeln.

„Wenn ich mich wertgeschätzt fühle, bin ich bereit, selbst zum Zusammenhalt beizutragen.“

Und wer ist dafür verantwortlich, ob der Zusammenhalt funktioniert?

Patrick Bernatzky: Jedes einzelne Teammitglied! Du brauchst schon jemanden, der die Aktivität immer wieder unterstützt. Das muss nicht immer die gleiche Person sein und darf eine Dynamik haben. Nehmen wir den Klassiker Fußball: Klar gibt es einen Kapitän, der immer wieder alle zusammenholt und Orientierung gibt. Trotzdem wird es in einem Spiel passieren, dass einmal der Spieler seinen Moment hat und dann der andere und alle anderen mitreißt. Oder

dass einer einen emotional positiven Schwung gibt, wenn der andere nicht so gut drauf ist. Das macht ja den Teamspirit auch aus. Voraussetzung ist, dass Gleichberechtigung da ist, man die Qualitäten der anderen schätzt und wertschätzend agiert.

Wie ist das mit der Gleichberechtigung gemeint?

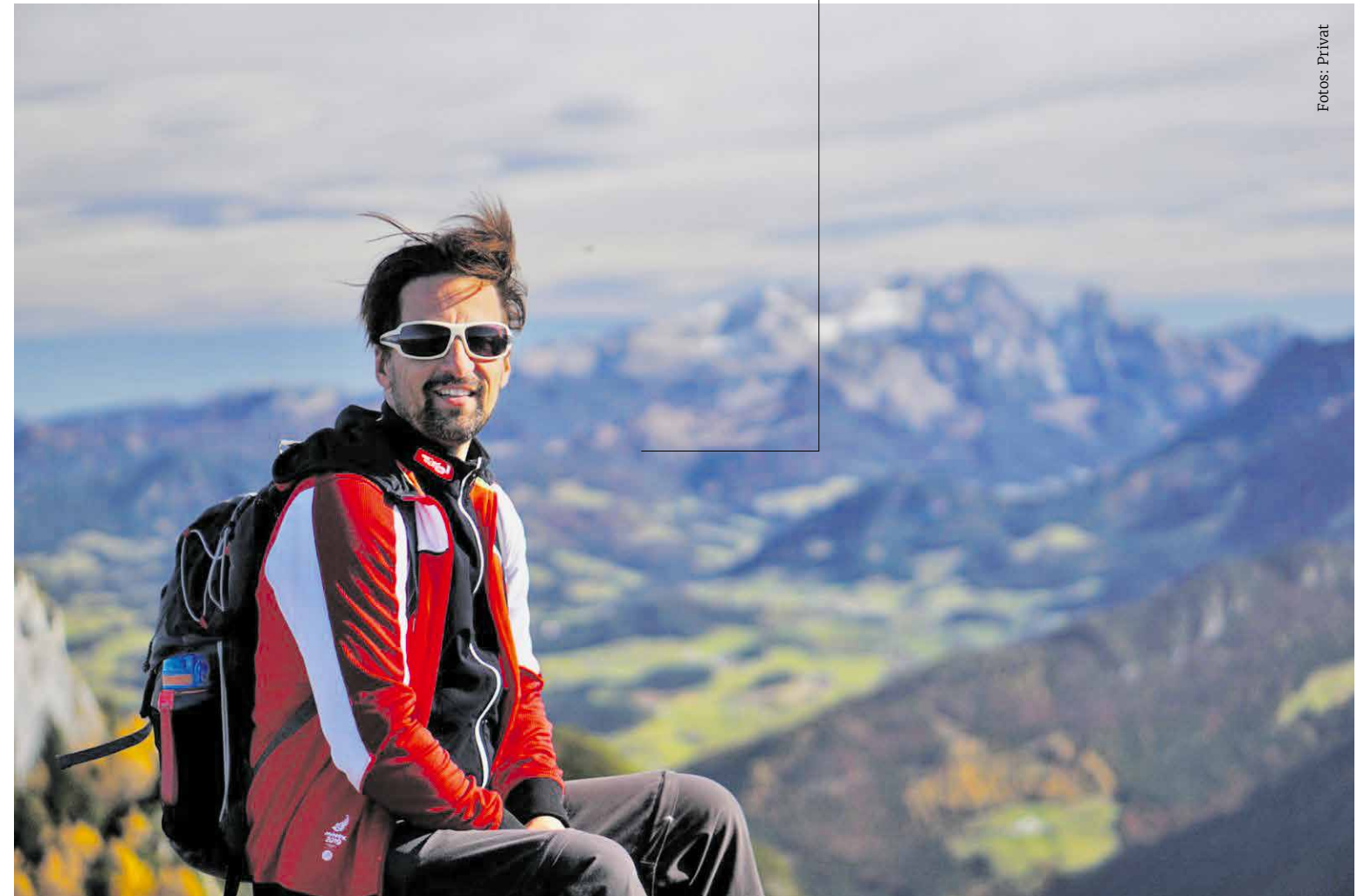
Patrick Bernatzky: Im Team hast du verschiedene Perspektiven, die zusammenkommen. Klassische Rollen wären zum Beispiel diejenigen, die Visionen haben und an etwas glauben. Dann diejenigen, die machen und sagen: „Los geht’s, tun wir!“ Diejenigen, die kritisieren, die Spaßvögel und so weiter. Sie alle sind in unterschiedlichen Ausführungen vorhanden und jeder hat seine Wichtigkeit, dass etwas funktioniert. Die Kunst ist es, die Perspektiven zuzulassen, sich in den anderen hineinzuversetzen und zu erkennen: Da ist schon etwas dran, das auch so zu sehen. Was heißt das jetzt für uns? Was bringt uns das? Wer kritisiert, zeigt oft einen Mangel und damit ein Potenzial zur Entwicklung für alle auf. Da geht es um ein gleichberechtigtes Zusammenspiel und Bündeln der verschiedenen Sichtweisen und nicht um ein Vertreten von Standpunkten.

Womit wir wieder bei der Wertschätzung und beim Zusammenhalt wären ...

Patrick Bernatzky: Genau! Wir brauchen Orientierung, eine gute Beziehungsqualität, Austausch, Freude und Lust an irgendetwas, und wir brauchen Unterstützung in der Selbstwertentwicklung. Wenn ich in einem Umfeld bin, wo ich mich wertgeschätzt fühle und der andere sagt „Super, dass du da bist!“ oder „Das hast du gut gemacht!“, geh ich dort gern wieder >>



NAME Patrick Bernatzky
IST leidenschaftlicher Coach
HÄLT mentale Stärke für eine Schlüsselqualität
SCHÄTZT Ehrlichkeit, Familie und ein gutes Buch
GIBT beim Rätsel lösen nie auf
HAT vor noch viele Bücher und Romane zu schreiben



Es braucht ein Ziel, sagt Patrick Bernatzky. Und dieses zu finden darf ruhig Zeit in Anspruch nehmen.

hin und bin auch bereit, selber etwas zum Zusammenhalt beizutragen. Leider ist uns das Loben nicht in die Wiege gelegt, man denke nur an den Spruch: „Nicht geschimpft ist gelobt genug!“ Dabei wäre es so wichtig, dass ich es auch sage, wenn ich etwas Gutes erkenne, und damit dem Gegenüber meine Wertschätzung ausdrücke. Denn dann würde LOB auch „Lange Oben Bleiben“ bedeuten!

Womit kann man den Zusammenhalt von Sportteams noch unterstützen?

Patrick Bernatzky: Gemeinsame Erlebnisse abseits des Sports sind unheimlich wichtig. Teamevents schweißen zusammen und prägen, weil man sich auf eine andere Art und Weise kennenlernt und das Schubladendenken über eine Person aufbricht. Plötzlich siehst du eine neue Quali-

tät, mit der du nicht gerechnet hast, und denkst dir: Warum setzen wir die nicht ein? Man muss aber nicht immer den leistungsorientierten Sinn darin suchen. Denn wenn du ständig beobachtet bist, kriegst du zwar Feedback, aber du bist nie ganz frei. Es kann auch viel entstehen, wenn man die Leute einfach nur tun und Spaß haben lässt. Gemeinsamkeiten zu entdecken ist immer etwas, das den Zusammenhalt fördert.

Wenn Sie Teams in einem Wettkampf beobachten – woran erkennen Sie, wie gut der Zusammenhalt ist?

Patrick Bernatzky: An der Kommunikation. Während der Pandemie fanden ja z. B. Fußballspiele ohne Publikum statt und da war die Kommunikation gut zu hören. Man konnte beobachten, ob sie läuft oder nicht und ob es für schwierige Situationen eine Strategie gab. >>



Fotos: Privat

Balance halten: Das gilt für den Sport genauso wie für den Alltag, ist Patrick Bernatzky überzeugt.

Es ist oft gar nicht so leicht, Wenn-dann-Szenarien im Vorhinein durchzudenken. Denn viele meinen: Mit dem beschäftige ich mich lieber nicht, weil dann tritt es vielleicht sogar ein. Meine Meinung ist aber: Überlege dir für alle Szenarien etwas, wie du reagierst, damit du etwas in petto hast. Wenn ich mir für so etwas Zeit nehme, kann ich mit einem Repertoire in eine Situation hineingehen. Und dann ist in so einem Moment jemand da, der die Kommunikation untereinander hochhält. Denn wenn die verloren geht, ist es spürbar, dass der Fluss nicht mehr da ist.

Halten Teams nicht auch deswegen zusammen, weil sie einen gemeinsamen Gegner haben, den es zu besiegen gilt?

Patrick Bernatzky: Im Sport versuche ich nicht vom Feind oder Gegner zu sprechen, sondern zu sagen: Da ist jemand, der dich herausfordert. Sei dankbar, dass es ihn gibt, denn ohne ihn würdest du dich vielleicht nicht so intensiv vorbereiten. Gegner sind dazu da, um sich selber zu erkennen und weiter zu entwickeln. Ohne Feedback weiß ich ja nicht, woran ich bin. Der Benediktiner Mönch Bruder David Steindl-Rast bringt dies in einem Satz auf den Punkt: „Ich bin durch dich so ich“. Ein Teil meiner Persönlichkeit spiegelt sich immer im Gegenüber wider

– egal ob im Gegner oder im Team-Mitglied. Schau ich mir das an oder nicht? Habe ich erkannt, dass ich in Situationen anders reagieren könnte aber gelingt es mir noch nicht immer? Möchte ich etwas verändern? Ich kann aber auch im Gegenüber Halt finden, den ich dann in mir selber entdecke.

Fast alles, was Sie angesprochen haben, kann

„Regeneration und Selbstreflexion kommen durch die aktuelle Situation für uns alle zu kurz.“

man auf Bereiche außerhalb des Sports umlegen. Wo liegt die Besonderheit dieser Themen im sportlichen Kontext?

Patrick Bernatzky: In der Unmittelbarkeit. Im Sport musst du am Punkt abliefern und deine Fähigkeiten präsentieren. Wenn das in einer

Situation nicht funktioniert, muss ich sofort überlegen: Was war los? Und ich habe sofort ein Feedback und eine Reaktion, wie ich mich einstelle und verhalte, damit ich ein anderes Resultat bekomme. Das habe ich im normalen Alltag, denke ich, nicht so zeitnah oder es ist mir nicht so bewusst oder präsent, wenn ich nicht darauf achte. Ebenso beim Thema Regeneration und Selbstreflexion: Das kommt angesichts der aktuellen Belastungen für uns alle zu kurz. Doch wenn du im Sport die Balance verlierst, spiegelt sich das hautnah und direkt in einer verminderten Leistung wider.

Sie waren auch in der Jugendwohlfahrt tätig. Können Sie Parallelen zu Ihrer jetzigen Tätigkeit erkennen?

Patrick Bernatzky: Natürlich sind die Konstellationen anders, denn bei Personen im Spitzensport ist es klar, wo die Reise hingeht und welche Ziele sie haben. In der Jugendwohlfahrt hatte ich mit jungen Menschen zu tun, bei denen zunächst wieder Grundvertrauen aufgebaut und dann die Visionen und Ziele entwickelt werden mussten. Dort ging es aber genauso darum, die Ressourcen herauszukitzeln und die Stärken zu erkennen, zu unterstützen und zu fördern. Und hier überschneidet es sich wieder. Denn jeder hat Kompetenzen, die es zu entdecken und entwickeln gilt – vielleicht individuell unterschiedlich ausgeprägt. Deshalb ist das Wesentliche, dem Gegenüber so entgegenzukommen, dass der Fokus auf den Qualitäten der Person liegt.

Was kann die Gesellschaft oder Politik angesichts der aktuellen Herausforderungen noch vom Sport lernen?

Patrick Bernatzky: Zusammenhalt ist extrem wichtig, damit man Stärke spürt, aktiv wird und ins Tun kommt. Im Sport gibt es das Bewusstsein, dass man gemeinsam mehr schafft und weiter kommt und nicht das Erweitern der persönlichen Macht im Vordergrund steht. Außerdem weiß ich im Sport immer, wofür ich etwas tue: für die Medaille, für die Olympischen Spiele. Aber wofür soll ich mich in der Gesellschaft engagieren? Bin ich bereit einen Beitrag zu leisten? Im unbezahlten Ehrenamt finden die Menschen schon Sinnhaftigkeit und Werteorientierung und Wertschätzung. Aber das hat in

STECKBRIEF



Foto: Bernhard Müller

NAME Monika Pink-Rank
IST Die VielfaltsAgentin
HÄLT Augen und Ohren nach spannenden Themen offen
SCHÄTZT inspirierende Interviewpartner:innen
LÄUFT manchmal mit der Zeit um die Wette
HAT schon den ersten Sonnenbrand der Saison erwischt



Der Mentaltrainer empfiehlt, an Kompetenzen wie Konzentration und Selbstregulation zu arbeiten.

der Gesellschaft nicht die Anerkennung, die notwendig wäre. Führt man den Gedanken „Ich bin durch dich so ich“ weiter, müssten wir uns alle nach unserem Beitrag an der Gesellschaft fragen, denn im Grunde ist es ein Beitrag an uns selbst..

Entwickeln wir uns wirklich nur durch Gegner, Herausforderungen oder Fehler weiter?

Patrick Bernatzky: Ich würde es spannend finden, wenn man das drehen könnte. Denn das Ziel, das ich verfolge, ist sich im Guten entwi-

„Im Sport lernt man nicht nur aus Fehlern, sondern genauso aus dem, was gelingt.“

ckeln zu können – ohne, dass etwas Schlechtes oder Hemmendes oder Unvorhergesehenes passieren muss. Dazu muss man sich Zeit nehmen und reflektieren und hinterfragen, was man besser machen könnte. Aber wann macht man das schon? Dann, wenn die Wende notwendig wird und ein Anstoß von außen kommt. Auch hier können wir uns ein Beispiel am Sport nehmen: Im Sport lernt man nicht nur aus Fehlern, sondern genauso aus dem, was gelingt. Wir müssten den Fokus verändern in Richtung: Das war jetzt eine gute Aktion, da müssen wir dranbleiben, wir haben diese Qualitäten und da geht noch mehr. Dann könnte Entwicklung passieren, während es uns gut geht, und wir gehen wieder einen Schritt weiter als Gesellschaft, als Team. Aber vielleicht ist es einfach

die Dynamik, die man sehen muss; mal ist das eine mehr im Vordergrund, mal das andere – und man muss einen übergeordneten Blick einnehmen und sich so auf das Spiel (des Lebens) einlassen.

Welchen Tipp können Sie uns da als Mentaltrainer mitgeben?

Patrick Bernatzky: Es gibt mentale Kompetenzen, die ich entwickeln kann: Zielsetzung, Konzentration, Visualisierung und Selbstregulation im Sinne von Entspannungstraining. Außerdem wirken die Selbstgespräche im Inneren. Wenn es also Situationen gibt, in denen man präsent sein und Leistung bringen muss, dann sollte der Gedanke aus dem Kopf raus: „Ich darf keine Fehler machen.“ Der Fokus gehört auf: Was ist jetzt zu tun, was möchte ich abrufen, was sind meine Qualitäten, meine Stärken. Und es hilft auch, dass zu visualisieren – weil alles, was ich visualisiere, hat eine ganz andere Wirkung und Kraft.

Und für die Interaktion mit anderen?

Patrick Bernatzky: Im Endeffekt geht es um zwischenmenschliche Kommunikation und darum, zuzuhören, Kommunikationshürden zu erkennen und sich gegenseitig weiterzuentwickeln. Ich glaube, es wäre gar nicht so kompliziert, man muss einfach die positiven Dinge, die man wahrnimmt, aussprechen und nicht als selbstverständlich hinnehmen. Das tut jedem gut und hat auch eine Wirkung, an der man selber Freude hat. Ich glaube, dass das der Anspruch sein sollte, einen Beitrag zu leisten, in welcher Form auch immer. 🎯



Für chronisch einsame Menschen ist es nicht einfach, wieder einen Weg zu finden, der sie mit anderen Menschen verbunden fühlen lässt.



Mehr als nur allein

„EINSAMKEIT IST EIN SCHWERER GEGNER, ...

... den man allein nicht besiegen kann“, heißt es in einem Zitat. Fast jede:r von uns kennt sie, die Einsamkeit. Vier von fünf Teenagern und fast die Hälfte der Menschen über 65 Jahre bezeichnen sich zumindest manchmal als einsam. Als soziale Spezies geht es uns nicht gut damit – wir brauchen für unser Wohlbefinden Verbindungen zu anderen Menschen.

von Eva Daspelgruber

Sabine sitzt heute ganz allein auf ihrem Sofa. Außer ihr ist niemand sonst in der Wohnung. Es herrscht vollkommene Stille, die plötzlich durch den Klingelton ihres Smartphones unterbrochen wird. Ihre beste Freundin ist dran und möchte sie zum Kaffeetrinken überreden, weil sie doch heute sonst ganz allein wäre. Sabine lehnt dankend ab, legt auf und lauscht wieder in die Stille hinein, die sie umgibt. Als alleinerziehende Mutter ist sie das nicht gewohnt. Tatsächlich sind heute all ihre Kinder ausgeflogen und sie kann es kaum fassen, einmal vollkommen allein zu sein. Sie möchte das auch nicht ändern, sondern jede Minute genießen, in der sie sich nur um sich selbst kümmern muss. Natürlich liebt sie ihren Nachwuchs über alles, aber Zeit für sich findet sie im Moment auch ganz wunderbar.

Veronika ist heute zum Familienessen eingeladen. Ihre Mutter hat Geburtstag und so versammelt sich die ganze Familie. Ihre Geschwister und deren Partner sind da, es herrscht reges Treiben im Haus. Veronika unterhält sich oberflächlich mit ihrer Schwägerin, spricht über Urlaubspläne und

den bevorstehenden Schulwechsel ihrer Nichte. Die Menschen um sie herum scheinen alle gut gelaunt und zufrieden zu sein. Sie selbst möchte eigentlich so schnell wie möglich wieder nach Hause und ihre Serie weiterschauen. Denn obwohl diese Menschen hier ihre Familie sind, fühlt sie sich mit ihnen nicht verbunden.

Maria muss absagen. Schon wieder. Sie denkt, dass ihre ehemalige Kollegin sie heute wohl zum letzten Mal angerufen hat. Es ist schon das dritte Mal, dass sie angeblich andere Termine hat und nicht mit den Ex-Kolleginnen eine Bar besuchen kann. Dabei hätte sie die Frauen gerne getroffen. Seit ihrer Kündigung sind nun drei Monate vergangen und sie vermisst das Tratschen mit ihnen. Jedoch kann sie sich einen Barbesuch schlichtweg nicht leisten. Und das zu gestehen, schafft sie nicht. Darum die Ausflüchte, darum die angeblichen Termine. Sie möchte nicht, dass die anderen wissen, dass sie knapp bei Kasse ist. Womöglich reden sie dann hinter ihrem Rücken über sie oder laden sie aus Mitleid ein. Nein, das soll nicht passieren, da bleibt sie lieber allein daheim. >>

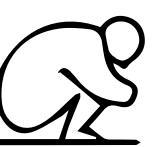


STECKBRIEF



Foto: Privat

NAME Eva Daspelgruber
KÜMMERT sich gern um andere
KENNT ihre Grenzen
SCHAUT gut auf sich selbst
UMGIBT sich gern mit ihren Liebsten
GENIESST aber auch das Alleinsein



„Einsamkeit ist ein ernstzunehmendes Problem, vergleichbar mit körperlichen Schmerzen, Hunger oder Durst.“

Die Geschichten der Frauen zeigen, dass es einen großen Unterschied macht, ob wir allein sind oder einsam. Und ob das gewollt oder ungewollt ist. Während Sabine ihre Zeit allein genießt, sitzt Veronika inmitten ihrer eigenen Familie und fühlt sich einsam. Das liegt daran, dass sie sich als isoliert von ihrem Umfeld wahrnimmt, keine Verbindung mit den Menschen hat, mit denen sie sogar verwandt ist. Maria wiederum hätte gerne Gesellschaft, aber nicht die finanziellen Ressourcen, um sich mit den anderen in einer Bar zu treffen. Sie ist am Weg in die Einsamkeit, wenn sie nichts dagegen unternimmt.

Einsamkeit ist ein ernstzunehmendes gesellschaftliches Problem. Sie kann mit körperlichen Schmerzen oder dem Gefühl von Hunger und Durst verglichen werden. Dabei wird dieser Zustand oft nicht auf den ersten Blick erkannt. Auch einsame Menschen können jede Menge soziale Kontakte haben. Was fehlt, ist aber die wahrgenommene Verbundenheit mit anderen, die unerlässlich für die Gesundheit ist. Man kann sich diese Verbundenheit als Gerüst für unser Selbst vorstellen, das zusammenbricht, wenn es beschädigt wird.

Liest man über die gesundheitlichen Auswirkungen von Einsamkeit, so kann diese zu erhöhtem Blutdruck führen, der wiederum das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen erhöht.

Einsame Menschen haben eher depressive Symptome und ein erhöhtes Risiko, an Alzheimer zu erkranken. Ihre Schlafqualität ist schlechter und sie bewegen sich weniger. Ihr Blick auf die Welt ist vorwiegend negativ und sie erwarten nichts Gutes im Umgang mit anderen Menschen, was sich als selbsterfüllende Prophezeiung dann auch bestätigt. Sie befinden sich in einer schier endlosen Schleife, sind gestresst, pessimistisch, ängstlich und haben einen eher niedrigen Selbstwert.

Ist die Einsamkeit nur kurzfristig, sind die negativen Effekte nicht weiter schlimm. So kann nach einer Trennung von der Partnerin oder vom Partner eine solche Phase folgen, ebenso nach einer Kündigung oder einem Umzug in eine andere Stadt, wo man noch niemanden kennt. Da wir Menschen Herdentiere sind, verfügen wir über einen inneren Antrieb nach Verbundenheit mit anderen und kümmern uns nach einer Weile wieder selbst darum, uns Mitmenschen zugehörig zu fühlen.

Problematischer ist es bei Menschen, die chronisch einsam sind. Das betrifft Schätzungen zufolge 15 bis 30 Prozent. Für diese Gruppe ist es nicht einfach, wieder einen Weg zu finden, der sie mit anderen Menschen verbunden fühlen lässt. Ein erster wichtiger Schritt wäre, die negativen Erwartungen an soziale Kontakte abzulegen und auch, sich vermehrt unter Menschen zu begeben. Das kann ein Sportverein ebenso sein wie eine ehrenamtliche Tätigkeit.

Und natürlich sollen auch wir Mitmenschen wachsam sein, wenn wir in unserer Umgebung eine vermutlich einsame Bekannte oder einen Verwandten haben, von dem wir schon länger nichts gehört haben. Vielleicht lässt sich die eine oder der andere zu einem gemeinsamen Spaziergang oder einem Getränk im Gastgarten überreden und öffnet sich uns über den üblichen Smalltalk hinaus? Einen Versuch wäre es wert. 🗨️

INFO



Telefonseelsorge,
142 (rund um die Uhr)
► <https://www.tsl142.at> (Mail und Chat)



Rat auf Draht
(für Kinder, Jugendliche und deren Bezugspersonen): 147 (rund um die Uhr)
► www.rataufdraht.at (Online und Chat)



BÖP- Berufsverband Österreichischer PsychologInnen,
Helpline 01 504 8000
(Mo.–Do. 9.00–13.00 Uhr)
► helpline@psychologiehilft.at



PASSIONSKONZERTE APROPOS-ZEITUNG GILT ALS EINTRITTSKARTE

Ja, richtig gelesen, Ihre ApropoS-Zeitung gilt im Rahmen der Passionskonzerte des Offenen Himmels als Eintrittskarte. Jeden Sonntag in der Fastenzeit um 15 Uhr werden Chöre und Ensembles rund um das Thema Tod, Trauer und Trost Werke von Barock bis zeitgenössischer Musik erklingen lassen. Weitere Informationen finden Sie unter

► www.infopoint-kirchen.at
(6.3. / 13.3 / 20.3 / 27.3 / 3.4 / 10.4)



OFFENER HIMMEL
infopoint-kirchen.at

DAS ZUSAMMEN VOM HALT

Da sind wir wieder! In den kommenden vier Monaten bespielen wir Salzburg wieder jeden Monat mit einer neuen Botschaft – nicht nur in der Zeitung, sondern auch auf Plakaten im öffentlichen Raum, in Kultur- und Sozialeinrichtungen sowie in den Secondhandläden unserer Trägerorganisation Soziale Arbeit gGmbH. Denn heuer werden wir 25 Jahre!



Kunterbunt ging's im Juli zu: im Blatt und auf der Straße.



Kaufen. Lesen. Gutes tun. Auch heuer wieder.



Das Gelbe vom Ei gab's im Mai, auch in den Tao-Läden.

Nominiert für den Salzburger Landespreis

SALZBURGER LANDESPREIS 2022

Das violette Sujet stand im Zeichen vom Aha-Erlebnis.



INFO

Infos zu den Standorten und Öffnungszeiten der Secondhandläden unserer Trägerorganisation Soziale Arbeit gGmbH finden Sie unter www.soziale-arbeit.at

Miteinander

Zeitpolster

NACHBARSCHAFTSHILFE MIT MEHRWERT

Mehr als 20 Menschen sind es, die in der Stadt Salzburg auf ungewöhnliche Weise fürs Alter vorsorgen: Sie sammeln gute Taten. Hinter dieser etwas anderen Art der Altersvorsorge steht der Verein Zeitpolster. Österreichweit sind 300 freiwillige Helfer:innen dabei. Nach dem Motto: „Heute helfe ich. Morgen wird mir geholfen.“



Christine Hofer (l.) und Susanne Liedauer vom Verein Zeitpolster sorgen in Salzburg dafür, dass Helfende und Betreute zusammenkommen. Mit Impulsboxen regen sie außerdem Gespräche rund ums Älterwerden, Betreuung oder Wohnen im Alter an.

von Sandra Bernhofer

Wir werden immer älter, pflegende Angehörige immer seltener.“ So erklärt die Salzburger Regionalkoordinatorin Susanne Liedauer den Gedanken hinter Zeitpolster. Wer sich bei dem Verein eine Stunde für andere engagiert, bekommt selbst eine Stunde gutgeschrieben. Mit dem Hund Gassi gehen, Unterstützung am Computer oder beim Einkaufen, Glühbirnen wechseln oder Betten beziehen: Das Angebot umfasst alle möglichen kleinen Dienste im Alltag. Für alte Menschen, Menschen mit Beeinträchtigungen, Familien. „Wir ersetzen nicht die mobile Pflege und auch nicht eine Putzfrau“, betont Liedauer. „Unser Angebot ist eine Ergänzung. Einfach Dinge, die früher Angehörige oder Nachbarn übernommen haben.“ Und das Zwischenmenschliche kommt beim Kaffee oder einem gemeinsamen Spaziergang auch nicht zu kurz.

Christine Hofer hat in den vergangenen zwei Jahren das Zeitpolster-Team in der Stadt Salzburg mitaufgebaut und ist für die Vermittlung zwischen Helfenden und Betreuten zuständig. „Viele unserer Helfenden fallen wegen ihres Alters in die Corona-Risikogruppe. Das hat anfangs alles ein wenig schwierig gemacht. Mit der Impfung läuft das Projekt jetzt aber an.“ Im ganzen Land Salzburg entstehen derzeit neue Teams: in Seekirchen, Thalgau. Interessenten gibt es auch in Bramberg am Wildkogel. Und noch etwas hat sich mit der Pandemie verändert: „Das Thema Einsamkeit hat sich auf jeden Fall verschärft“, weiß Hofer. „Wir bekommen immer wieder Rückmeldungen, dass der Bedarf für zusätzliche Unterstützung da ist.“ Etwa von der Haushaltshilfe, die, auch nachdem ihr Stundenkontingent ausgeschöpft ist, eingeladen wird, doch auf einen Kuchen dazubleiben.

Viele der Menschen, die sich bei Zeitpolster engagieren, bringen wertvolle Lebenserfahrung mit. Sie

haben einen Haushalt geführt, Kinder großgezogen, den Partner gepflegt. Hofer selbst kommt aus der Altenbetreuung. „Es ist ein großer Motivator, dass man etwas zurückbekommt – an Stunden, aber auch an Zwischenmenschlichem“, sagt sie. Immer wieder entwickeln sich rührende Beziehungen zwischen Helfenden und Betreuten: „Wir hatten eine ältere Dame, die früher Köchin war. Sie hat jemanden gesucht, der ihr beim Marmelade-Einkochen hilft. Da hat sich im Laufe der Zeit eine richtige Freundschaft entwickelt“, erzählt Susanne Liedauer. „Eines Tages hat die Helfende dann an der Wohnungstür geklingelt und der Sohn der Dame hat geöffnet. Die Frau war gestorben. Aber noch am Sterbebett hat sie gesagt, dass sie Brombeeren für Marmelade zuhause hat. Sie wollte unbedingt, dass die Helfende die noch bekommt.“

„Helfende und Betreute müssen eine Gesprächsbasis haben.“ Das betont auch Christine Hofer. Jede:n Helfende:n trifft sie vorab persönlich zum Erstgespräch. „Das ist mir ganz, ganz wichtig.“ Dann überlegt sie: Wer würde zusammenpassen? So hat sie etwa eine Lebens- und Sozialberaterin mit einer pensionierten Psychotherapeutin zusammengebracht, die diese nun beim Garteln unterstützt.

Für jede Stunde zahlt der Betreute 8 Euro, der Helfende bekommt eine Stunde auf sein eigenes Konto gutgeschrieben. Ein Teil der 8 Euro fließt in ein sogenanntes Notfallkonto. „Sollten später nicht genügend Freiwillige zur Verfügung stehen, die die gewünschte Dienstleistung erbringen, können mit diesen Mitteln Leistungen zugekauft werden“, erklärt Regionalkoordinatorin Liedauer. Außerdem gern gesehen: Firmen, die Zeitpolster-Gutscheine für ihre Mitarbeiter:innen besorgen, um sie bei der Familienbetreuung zu unterstützen, oder Gemeinden, die sozial etwas bewirken wollen.

INFOS & KONTAKT

Wenn Sie in der Stadt Salzburg helfen möchten oder Unterstützung im Alltag brauchen:

Christine Hofer (eh. Fachsozialbetreuerin Altenarbeit),
Vermittlung im Team Salzburg I
Tel.: +43 664 / 8872 0761
team.salzburg1@zeitpolster.com
www.zeitpolster.com

Wenn Sie mehr über die Gemeindeentwicklung im Land Salzburg oder das Zeitpolster-Betriebsmodell wissen wollen:

Susanne Liedauer, M. Ed. univ., Regionalkoordination Salzburg
Tel.: +43 664 / 8872 0773
salzburg@zeitpolster.com
www.zeitpolster.com

Schöne Zuschrift

Unlängst erreichten uns folgende Zeilen der ehemaligen Festspielpräsidentin:

Gewöhnlich spende ich 5 Euro, ohne die Zeitung mitzunehmen, weil sich ohnehin so viel Interessantes ungelesen auf meinem Tisch stapelt. Ionela Floarea hat mir warmherzig alles Gute gewünscht und ich nahm diesmal die Zeitung mit. Und weil ich (versehentlich) im Regionalzug nach München fuhr, um den 45. Geburtstag meines Sohnes zu feiern, nahm ich mir die Zeit, Apropos von Ihrem guten Editorial bis zum Nachruf für Gheorghe zu lesen. Ich wünsche Ihnen, dass Sie viele gute Ideen Ihres Visionboards 2022 verwirklichen können.

Herzlich
Helga Rabl-Stadler

Foto: Bernhard Mueller



HELGA RABL-STADLER
ehemalige Festspiel-
präsidentin



NAME Verena Siller-Ramsl
SCHREIBT ab Mitte des Jahres wieder ein Redaktion intern
LEBT sehr gerne
IST davon überzeugt, dass am Ende alles gut ist
FINDET VIEL Ruhe in der Meditation
BEDANKT SICH von Herzen bei all den wundervollen Menschen in ihrem Leben

Solidaritäts-Abo Die Themen der Straße

Apropos wird ausschließlich von unseren Straßenzeitungsverkäufer:innen verkauft – auf der Straße, vor den Einkaufszentren, überall, wo sie geduldet oder gern gesehen sind.

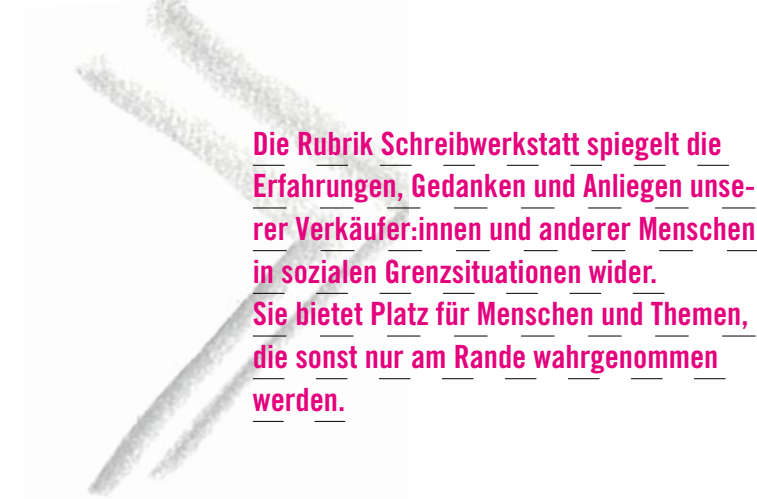
Sollten Sie keine Möglichkeit haben, direkt auf der Straße Ihr Apropos zu erwerben, bieten wir Ihnen drei Abo-Varianten zur Auswahl:

- » **Apropos-Freundeskreis:** 12 Mal im Jahr die Zeitung per Post ins Haus und ein Stadtspaziergang für vier Personen mit Georg Aigner zum Förderpreis von 120 Euro pro Jahr
- » **Förderabo:** 12 Mal im Jahr die Zeitung per Post ins Haus zum Förderpreis von 80 Euro pro Jahr
- » **Das E-Abo:** 12 Mal die PDF-Ausgabe per E-Mail zum Preis von 50 Euro pro Jahr

Alle Abos sind jederzeit kündbar.

Soziale Projekte brauchen das Engagement der Gesellschaft und sozial verantwortungsbewusster Privatpersonen.

Wir danken Ihnen für Ihre Unterstützung!



Sie können uns gerne anrufen oder ein Mail schicken:
0662/870795-21 oder matthias.huber@apropos.or.at
Auch per Post sind wir für Sie da:
Apropos, Glockengasse 10, 5020 Salzburg

Schreibwerkstatt-Autorin Ursula Schliesselberger



URSULA SCHLIESELBERGER
über einen Geldverteiler, der weich und hart zugleich sein muss

Der Fairteiler

Seit mittlerweile sieben Jahren sitzt Max Luger in seinem begrünten Container am Mirabellplatz unmittelbar vor der Galerie Thaddaeus Ropac und der Toilettenanlage und sammelt Geld von Menschen, die mehr haben, als sie brauchen, für Bedürftige in Not. „Fairteilen“ nennt er das. Dabei gibt er prinzipiell keine Almosen, sondern Zuwendungen von 100 Euro zumeist an Alleinerzieherinnen, Mindestpensionisten, Notstandshilfeempfänger und Menschen, die vor Kurzem ihre Arbeit verloren haben und eine Überbrückungshilfe brauchen, bis sie ihr erstes Arbeitslosengeld beziehen. Dabei verlangt er die Vorlage der bisherigen Unterstützung von AMS, BMS und Krankengeld. Luger muss als Geldverteiler weich und gleichzeitig hart sein, denn die Spenden kommen oft nicht so reichlich herein wie erhofft. Seit Eröffnung des Containers wurden an 463 bedürftige Personen 63.500 € verteilt, wobei das Geld von 403 Personen gespendet wurde. Luger spricht von einem Experiment,

in dem die Menschen dazu bereit sind, die Schwächeren in die Mitte zu nehmen. Für Luger ist das Geldumverteilen ein Beitrag zu einer humanitären Gesellschaftsbildung. Doch wer ist dieser Geldverteiler genau? Luger wird 1949 als zweiter von drei Söhnen auf einem Bauernhof in einer Randgemeinde von Linz in einfachen Verhältnissen geboren. Die Mutter war eine tatkräftige Frau, den Vater beschreibt Luger als menschenlieb. Ein Onkel von ihm stirbt als

Obdachloser am Bahnhof in Linz. Prägend sind Max Lugers berufliche Stationen: Mit 16 beginnt er mehr zufällig als Bankangestellter zu arbeiten. Von dieser Zeit stammt Lugers korrekter Umgang mit Geld. Er macht die Abendmatura in Linz, vier Jahre lang war er Mönch in einem Benediktinerkloster. Nebenbei studiert er Fachtheologie und selbständige Religionspädagogik. Ab 1985 arbeitet er als Pastoralassistent in den Pfarren St. Elisabeth und in Mülln, 2004 gründet er im Rahmen seiner Arbeit als Pastoralassistent den Umverteilungstag und das Armutskonto „ArMUT teilen“ in Mülln, 2010 erfolgt die Pensionierung, 2013 gründet er „FAIRSHARE“. Luger hat aus einer 11-jährigen Ehe einen Sohn und lebt seit 1998 in einer Lebensgemeinschaft. Luger wird von dem Soziologen Stefan Selke, der ein Buch über Max Luger „Der Geldverteiler vom Mirabellplatz“ geschrieben hat, als ein Mensch mit unerschütterlichem Optimismus und großen Geduldsreserven beschrieben. Denn die braucht er auch, um alle Hindernisse und Hürden, die es rund um das Aufstellen des Containers gibt, zu meistern. Luger denkt nicht ans Aufgeben, zu sehr rühren ihn die Menschen in Not an, die nun sogar von anderen Einrichtungen zu ihm geschickt werden. So kommt es, dass Luger in besonders prekären Situationen Geld aus seiner eigenen Schatulle hergibt. Armut macht krank, damit wird Luger bei seiner Arbeit im Container tagtäglich konfrontiert. Mit dem Container soll auch ein Abgleiten in die Armutskriminalität verhindert werden bzw. psychische Erkrankungen wie Depressionen vorgebeugt werden. 2017 erhält Luger den Rupert-und-Virgil-Orden von Erzbischof Franz Lackner und 2019 erhält er den Kiwanis Ehrenpreis in der Höhe von 5000 Euro. Bis 2024 möchte Luger noch Geld verteilen, dann möchte sich der fast 72-jährige Pensionist zur Ruhe setzen. Eine Nachfolgerin hat Luger schon im Auge. <<



Info

Der Container ist von Montag bis Donnerstag von 9.00 bis 12.00 Uhr geöffnet. Zu dieser Zeit kann man Spenden abgeben.
Wer lieber aufs Konto spendet: Spendenkonto „Fairteilen“:
IBAN AT 72 2040 4000 4120 5816, BIC SBG SAT2SXXX.



HANNA S. fühlt mit den Menschen in und aus der Ukraine

Schreibwerkstatt-Autorin Hanna S.

Menschen sind für die Geflüchteten da

„Stellt euch vor, es ist Krieg und keiner geht hin.“ Das ist ein bekanntes Zitat; ich habe keine Ahnung, vom wem es stammt. Krieg, Zerstörung, Elend, Leid: Darüber mache ich mir derzeit, wie viele andere auch, Gedanken. Da glaubt ein Mensch, er könne seine Macht missbrauchen und seine großwahnstinnigen Ideen mittels Krieg und Zerstörung umsetzen. Es ist ihm egal, wie viele Menschen dabei sterben. Diesen Gedankengang kann ich, so oft ich es auch versuche, nicht nachvollziehen: Das ist krank, komplett krank.

Ich fühle mit den Menschen in der Ukraine und jenen, die seit Tagen aus ihrer Heimat flüchten: Sie verlieren alles, wofür sie ein Leben lang gearbeitet haben, woran ihr Herz hängt, was für sie Heimat bedeutet. Von einem Tag auf den anderen müssen sie ihre Heimat verlassen und geliebte Menschen im Ungewissen zurücklassen. Kinder verabschieden sich von ihren Freunden, Verwandten und auch von ihren geliebten Haustieren. Die Fotos, die Menschen zeigen, die neben ihrem Rucksack mit dem Allernötigsten auch noch eine Transportbox für Kleintiere schleppen und dabei noch ein Kind an der freien Hand führen, berühren mich am tiefsten. Diese Fotos erzählen die Geschichten von Abschied, aber auch von Treue und Zusammenhalt. Frauen nehmen ihre Kinder an der Hand und machen sich mit ihnen auf den nicht immer sicheren Fluchtweg: Was wird aus ihren Männern, ihren Vätern und Brüdern? Wird es ein Wiedersehen geben? Wenn ja, wann? Wenn ja, wie und wo?

Beim Grübeln wird mir aber auch klar, dass gerade in dieser Zeit viele positive Signale des Zusammenhalts gesetzt werden: Die Politiker und Politikerinnen der EU-Staaten treten endlich einmal vereint auf, wenn es beispielsweise um Sanktionen geht. In Österreich ist die Hilfsbereitschaft enorm: Private bieten Übernachtungs- und Wohnmöglichkeiten für die Geflüchteten an, NGOs sammeln Sachspenden, LKW-Konvois rollen mit den so dringend benötigten Medikamenten, Hygieneartikeln und sonstigen Hilfsgütern an die ukrainische Grenze. Freiwillige aus ganz Österreich holen die Geflüchteten an den Grenzübergängen ab, andere warten in Wien am Bahnhof, um sie in diesen schweren Stunden liebevoll willkommen zu heißen und zu versorgen. Da passiert doch so viel Gutes! Das alles symbolisiert für mich Zusammenhalt: Man unterstützt die Geflüchteten und fühlt mit ihnen.

Der Zusammenhalt zwischen den Menschen ist im Augenblick sehr stark und auch sehr stark sichtbar: Das berührt mich sehr. <<

Anmerkung:

Das eingangs erwähnte Zitat stammt aus dem Gedichtband „The People, Yes“ (1936) von Carl Sandburg (1878–1967). Im Original heißt es: „Sometime they’ll give war and nobody will come!“



EVELYNE AIGNER freut sich im April auf den Hochzeitstag



GEORG AIGNER freut sich im April auf das Osterfest

Verkäuferin und Schreibwerkstatt-Autorin Evelyne Aigner und Verkäufer und Schreibwerkstatt-Autor Georg Aigner

Kristallhochzeit am 21. April 2022

Heuer am 21. April ist es genau 15 Jahre her, dass Evelyne und ich geheiratet haben. Während dieser Zeit haben wir viel erlebt und auch mitgemacht.

Evelyne: „Wie viele wissen, habe ich früher an Automaten gespielt. Ich bin in dieser Zeit zu mehreren Psychologen gegangen, die mir sagten, dass ich von meiner Spielsucht nicht geheilt werden könne. Sie waren nämlich der Meinung, dass ich mein ganzes Leben lang spielen würde. Mit meinem Mann Georg habe ich sehr viel über dieses Problem geredet: Jeden Tag haben wir über meine Spielsucht gesprochen. Nach fünf Jahren habe ich es endlich geschafft, vom Spielen wegzukommen. Georg schenkte mir damals eine Honda als Belohnung dafür, dass ich nicht mehr spiele.“

Georg: „2018 hatte ich einen schweren Schlaganfall und war sieben Wochen im Spital. Meine Frau Evelyne hat sich in dieser Zeit über mögliche Hilfsangebote informiert und schließlich das Hilfswerk geholt, das uns einige Zeit begleitete. Meine Frau hat mir nach meiner Entlassung aus der Christian-Doppler-Klinik (CDK) beim Gehen geholfen, außerdem hat sie mit mir Sprechübungen gemacht. Nach der 10-tägigen Therapie in der CDK lernte ich das Sprechen und Gehen wieder neu zu Hause mit meiner Frau.“

Evelyne: „Seit circa zwei Jahren gehe ich bei Georgs Führungen mit, weil viele wissen wollen, wie es mir während der Zeit von Georgs Inhaftierung ging. In dieser Zeit verkaufte ich Apropos und war ständig im Saftladen, wo ich viele Sozialarbeiter zum Reden hatte.“

Georg war sieben Jahre im Gefängnis, in dieser Zeit haben wir einander über 2000 Briefe geschrieben. Viele wollen auch wissen, wie es mit dem Automatenspielen für mich war und wie ich davon loskam.“

Georg: „Unser Geld teilen wir Monat für Monat zu gleichen Teilen auf. Hier gibt es keinen Streit zwischen uns. Evelyne gibt mir auch einen Teil ihres Geldes zum Aufheben. Offene Gespräche und Zusammenhalt sind für mich das Wichtigste in unserer Ehe.“

Evelyne: „Georg erlaubt mir, dass ich hinfahren kann, wohin ich möchte. Aber allein will ich nicht wegfahren, denn zu zweit ist das Reisen viel schöner. Das gehört für mich zum Zusammenhalt(en) dazu. Außerdem lieben Georg und ich Salzburg über alles.“ <<



NARCISTA MORELLI
über Störungen, die
einem früheren Leben
entstammen

Schreibwerkstatt-Autorin **Narcista Morelli**

Burli und der Wahnsinn

Früher war er ein Stück Brot gewesen, das am Tisch herumlag und das niemand aß. Die Inhaber jenes Tisches, auf dem er damals lag, waren verreist: So vergammelte das Brot Tag für Tag mehr.

Später wurde das Brot als Mensch wiedergeboren. Es lebte in der Stadt und anfänglich war nichts auffallend an diesem reinkarnierten Brot. Doch dann geschah Folgendes: Es, also das Mensch gewordene Brot, verfiel in Wahn und Ekel. Maden, Läuse und Milben krochen aus seinem Körper und ließen ihn panisch „WÄÄÄÄJ“ schreien! Da lief seine Tante sogleich herbei und erkundigte sich besorgt: „Was ist denn los? Warum brüllst du so?“ Die Antwort kam umgehend: „Parasiten!“ Die Tante schaute irritiert und beruhigte den Schreienenden: „Aber Burli, das bildest du dir doch nur ein. Schau mal, dein Hemd ist so sauber!“ Burli kratzte sich weiter, würgte und spie: „O doch, o doch! Da sind viele Parasiten!“ Die Tante dachte nach und wusste Rat: „Vielleicht sollten wir jetzt den Freud aufsuchen?“

Diese Geschichte muss etwa um 1900 gespielt haben, denn Sigmund Freud therapierte damals bereits eine große Zahl hysterischer Frauen und Psychopathen. Warum sollte er dann nicht auch einen mit Würmern Befallenen therapieren können? Schließlich gab es nach den Forschungen des berühmten Psychiaters das „Ich“ und das „Über-Ich“. Gab es vielleicht noch ein weiteres „Ich“, sozusagen ein „Dazwischen-Ich“? Egal. Burli wurde zu Sigmund Freud geschickt. Der war gerade mit einem Spinnenallergiker beschäftigt, der lädiert aus der Tür der Praxis von Doktor Freud herauskroch. Freud rief ihm noch nach: „So warten Sie doch, die Spinne ist doch bloß eine Attrappe!“ Der Flüchtende antwortete in großer Verzweiflung: „Nein, das ist sie nicht. Sie ist echt, ich fürchte mich sehr: Die Spinne will mich auffressen!“ Freud entgegnete mit ruhiger Stimme: „Sehen Sie doch ein, dass diese Spinne gar nicht fähig ist, Sie aufzufressen. Ihr ganzer Körper hätte doch niemals in ihrem Magen Platz!“ Da stand der Spinnenallergiker langsam auf und begutachtete die Spinne: „Sie haben recht, Herr Doktor Freud!“ Dieser

nickte und meinte: „Gehen Sie heim und kommen Sie am Montag wieder!“ Dankbar ging der Mann nach Hause. Zu der neben Burli wartenden Hysterikerin sagte Freud überaus forsch: „Sie haben erst morgen Sitzung!“ Diese Mitteilung brachte die Angesprochene aus der Fassung: „Morgen erst? Warum so spät? Warum so spät?“ Sie stürzte davon, die Bergstraße hinunter, beinahe hätte sie sich ein Bein gebrochen!

Burli, also das reinkarnierte Brot, erhielt seine erste Sitzung bei Doktor Freud. Doch der konnte ihm nicht helfen und widmete sich lieber den Spinnenphobikern, den Hysterikerinnen, den Neurotikern und vielen anderen.

Burli fand schließlich einen Schamanen, der ihm zuhörte und ihn verstand. Der Schamane fand heraus, dass der Unglückliche in einem früheren Leben unter schmutzigen Umständen sein Dasein fristen musste. Augenblicklich kamen Erinnerungen zurück: „Ja, ich lag auf einem Tisch!“ Der Schamane fragte weiter: „Warst du ein Mann oder eine Frau?“ „Nein, das kann ich nicht beantworten! Aber da sind ein Haufen Würmer, Milben, da wimmelt es von Ungeziefer! Parasiten! Parasiten!“ Der Schamane rückte näher und wollte wissen: „Was genau machen die Parasiten jetzt?“ „Sie fressen mich, sie fressen mich auf!“ Plötzlich ging ein Zucken durch Burli, das reinkarnierte Brot, und er schrie: „Es ist weg. Das Brot ist weg. Die Parasiten haben es aufgefressen! Ich bin frei, frei von allen Parasiten!“ Da staunte auch der Schamane, einen solchen Patienten hatte er noch gehabt.

Man muss nicht unbedingt als Brot wiedergeboren werden oder als Mensch. Viele der angeborenen Störungen entstammen einem früheren Leben: Und wer das nicht glauben will, der glaubt es eben nicht! <<



EDI BINDER freut sich
über die vielfältigen
Bindungen im Alltag

Verkäufer und Schreibwerkstatt-Autor **Edi Binder**

Es braucht mindestens zwei

Egal ob Mensch oder Tier: Allein findet man keinen Zusammenhalt. Mit wem denn auch? Aber wenn zwei Menschen zusammenhalten, ist das wunderschön. Das können zwei Freundinnen oder Freunde sein. Das können natürlich auch Mann und Frau sein: Viele halten ihr ganzes Leben lang zusammen. Ich kenne auch einige Menschen, die sehr eng mit ihren Haustieren verbunden sind. Man hört und liest ja auch immer wieder von Hunden, die nicht vom Grab ihrer Lieblingsmenschen, jener Menschen, die immer gut zu ihnen waren, wegzulocken sind. Ich habe hier Nachbarn, die gut auf mich schauen. Auch ich achte darauf, ob es ihnen gut geht, ob sie etwas brauchen. So können auch zwei Nachbarn zusammenhalten: Einer kauft für den anderen ein, wenn dieser krank ist oder es ihm einfach nicht so gut geht. Aber es braucht fürs Zusammenhalten immer mindestens zwei; mehr können es natürlich sein, die zusammenhalten. Da gibt es wohl keine Grenze nach oben. <<

Verkäuferin und Schreibwerkstatt-Autorin **Nicola Friedrich**



NICOLA FRIEDRICH
über Freunde, die Herzenswünsche erfüllen

Freundschaft ist viel wichtiger als Geld

Ich habe vier gute Freund:innen: Natalie, Jessi, Laura und Franz. Sie wissen von meinem Wunsch, die Urne mit der Asche meiner verstorbenen Mutter in meiner Wohnung haben zu können. Da ich das aber finanziell nicht stemmen kann, haben Natalie und Franz beschlossen, mir meinen Herzenswunsch zu erfüllen. Als ich das erfuhr, schrieb ich die GSWB an mit der Bitte, mir die Genehmigung für mein Vorhaben zu erteilen. Nach langem Hin und Her und der Festsetzung einer hohen Kautions wurde mein Ansuchen schließlich bewilligt. Natalie und Franz zögerten nicht lange und zahlten den geforderten Betrag sofort ein. Und als ob das nicht schon Hin-

denisse genug gewesen wären, brauchten wir außerdem noch eine Bewilligung vom Ordnungsamt. Und, ja klar, auch diese Bewilligung kostete Geld. Als ich mit der Bestattung telefonierte, erfuhr ich, dass auch hier weitere Kosten für das Aushändigen der Urne entstehen werden. Franz und Natalie übernahmen auch diese Zahlung für mich. Die beiden waren sich einig: „Geld ist nicht so wichtig wie eine Freundschaft, in der man einander vertrauen kann!“ So haben mir die beiden meinen Herzenswunsch erfüllt: Das nenne ich Zusammenhalt. <<



LUISE SLAMANIG
gefällt es, dass Gruppen jedem einzelnen Mitglied Halt geben

Verkäuferin und Schreibwerkstatt-Autorin Luise Slamanig

Füreinander da sein

Zusammenhalt heißt, dass man füreinander da ist, und das in guten wie in schlechten Zeiten!
Zusammenhalten heißt, dass man Freude und Leid teilt. Zusammenhalt bedeutet auch: gemeinsam ins Kino und wandern zu gehen, gemeinsam zu lachen und zu tanzen. Das macht fröhlich und diese Fröhlichkeit ist Teil des Zusammenhaltens. Gemeinsam regelmäßig etwas zu unternehmen stärkt den Zusammenhalt. Außerdem sind Reisen, Ausflüge und andere Aktivitäten in einer

Gruppe immer lustiger, als wenn man sie allein macht bzw. machen muss. Es tut uns allen gut, wenn wir uns in Gesprächen austauschen können. Wenn wir miteinander lachen können, ist das wie Medizin. Wenn Gruppen zusammenhalten, geben sie auch jedem einzelnen Mitglied der Gruppe Halt. <<



LAURA PALZENBERGER
erzählt davon, wie Freundschaft soziale Gräben überwindet

Verkäuferin und Schreibwerkstatt-Autorin Laura Palzenberger

Eine ganz besondere Freundschaft

Anna und Julia waren Freundinnen, die unterschiedlicher nicht sein könnten. Anna kam aus armen Verhältnissen, Julia hingegen stammte aus einer reichen Familie: Trotz dieser Unterschiede hielten die beiden Mädchen immer zusammen. Als sie noch Kinder waren, teilte Julia ihre Jause immer mit Anna und lud sie oft zum Essen zu sich nach Hause ein. Anna war wild und beliebt, Julia hingegen ruhig und besonnen. Auch diese Unterschiede konnten ihrer Freundschaft und ihrem Zusammenhalt nichts anhaben. Anna begann eine Lehre, während Julia in eine teure Privatschule wechselte. Aber auch diese Trennung konnte ihre Freundschaft nicht zerstören, sie verloren sich

nämlich nie aus den Augen und halfen einander, wo und wann immer sie konnten. Julia und Anna trafen sich weiterhin regelmäßig und erzählten einander von ihrem Leben. Als Anna ihre Tochter Selina bekam, war die gleichaltrige Julia noch voll und ganz mit ihrem Studium beschäftigt. Julia wurde Selinas Patentante und die Freundschaft der beiden jungen Frauen blieb nicht nur bestehen, sondern wurde noch intensiver. Selina ist heute zehn Jahre alt geworden: Ihren Geburtstag hat sie natürlich mit ihrer Mama und ihrer Patentante gefeiert. <<



ANDREA HOSCHEK
will Naturflächen bewahren

Verkäuferin und Schreibwerkstatt-Autorin Andrea Hoschek

Zusammenhalt von Menschen und Natur

Von den vielen Büchern, die mir unterkommen, blättere ich manche durch und denke an früher, als ich viel gelesen habe. Meistens wurden damals die neu erschienen Bücher mit den Worten weiterempfohlen: „Das ist sehr gut, das musst du lesen!“ Ich bekomme oft Bücherpakete geschenkt. Wenn ich dann die Bücher aufschlage, bemerke ich schon auf den ersten Seiten, dass ich den Text bereits kenne und bei meiner ersten Lektüre begeistert davon war. Oft suche ich aber neue Bücher, weil ich auch einmal etwas anderes erfahren will. Dabei hilft mir auch die Rubrik im Apropos. Aber welchem Autor, welcher Autorin würden Sie, liebe Leserinnen und Leser, den folgenden Textausschnitt wohl zuordnen? "Der schwarze Vogel sang, und sein blankes schwarzes Auge sah uns an wie ein schwarzer Kristall. Schwer zu ertragen war sein Bick, schwer zu ertragen war sein Gang, und furchtbar war vor allem die Einsamkeit und Leere dieses Ortes, die schwindende Weite ..."
Das Buch ist ja schon ganz zerlegt, oje. Ja, es ist tatsächlich von Herman Hesse, sein Titel lautet schlicht „Märchen“. Es beschreibt die Umweltzerstörung, die Natur, die leidet und die uns doch so viel zu sagen hat. Die Leute stehen dieser Zerstörung ohnmächtig gegenüber. Tatsächlich haben Tiere und Erde kaum eine Chance, bestehen zu bleiben, wenn mit diesen anormalen Vergiftungsmechanismen weitergemacht wird. Das ist ein gemeinsames Seelenleid, das einen mehr oder weniger abstupfen lässt. Ich melde das ja immer wieder, dass unsere Hausbetreuer zu ungeschult sind und andere krank machen mit ihrer Taubenhetze und dem Auslegen der Köder. Ich freue mich natürlich immer über das Vogelgezwitscher und den schönen Flug der Taubenschwärme. Die Tauben sollen doch auch leben dürfen mit allem, was die Natur hergibt. Wir haben immer noch schöne Naturflächen, aber die dürfen auch nicht lieblos verschandelt werden, denn so kommt man nicht zur vielgepriesenen Vielfalt.

Mir scheint sogar, dass diese „Vielfalt“ zu einem Werbeslogan wird, während die alten Methoden wie Unkrautvergiftung, Schimmelbekämpfung und Mitleidlosigkeit gegenüber den sensiblen Nutztieren ebenso häufig wie früher praktiziert werden. Von Anfang an müsste das schon verhindert werden: Nur Menschen mit Herz sollen die Naturflächen rund um Siedlungen betreuen dürfen. Hermann Hesse zeigt den Kampf einer Welt, die früher verehrt wurde. So war der Rabe das Tier des Odin. Ein intensiver Zusammenhalt mit der Natur ist notwendig, da wir ohne die Mikroorganismen nicht überleben können, schließlich fixieren sie Gase wie zum Beispiel den Stickstoff für uns Menschen. Sie alle verdienen natürliche Umweltbedingungen. <<



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



STECKBRIEF

NAME Tessy Omoregbe
IST keine Freundin des Winters
ARBEITET hoffentlich bald wieder als Zimmermädchen
LEBT in Salzburg
STEHT beim Eurospar in Eugendorf

Autor Bernhard Flieher trifft Verkäuferin Tessy Omoregbe

WO WINTER EIN BÖSES WORT IST

von Bernhard Flieher

Oft ist es nur ein Wort, das einen von der Welt abschneidet, obwohl man doch mittendrin daheim ist in dieser Welt. Und dann beschreibt dieses eine Wort doch auch gleich eine ganze Welt, eine Gefühlslage, eine Zustandsbeschreibung, und es kann auch eine Zumutung sein. Und wenn jemand dann so ein Wort ausspricht, breitet sich gleichsam eine bekannte Welt – oder halt das Gegenteil davon – vor einem aus. „Winter“, sagt Tessy Omoregbe.

Wie Tessy Omoregbe „Winter“ sagt, klingt das wie ein Vorwurf, gegen den es keine Mittel gibt, wie ein Staunen, das niemals endet. Allein das Aussprechen des Wortes klingt, als fröstle und schüttle es Omoregbe. Sie spricht das Wort „Winter“ aus, wie man etwas sagt, das man als pure Zumutung empfindet, der man aber nicht ausweichen kann. Es ist ein regnerischer Jännertag, an dem Omoregbe das Wort sagt. Ein solch grauer, feuchter Tag, wie ihn schon jene nicht besonders mögen, die mit solchen Tagen aufgewachsen sind. Tessy Omoregbe wuchs weit von jedem Winter auf.

Benin City ist ihre Heimatstadt. Knapp hundert Kilometer sind es von dort bis zur Küste am Golf von Guinea. Und rund 200 Kilometer sind es bis Lagos, Hauptstadt von Nigeria, dem Moloch, der mit etwa 15 Millionen Einwohnern die drittgrößte Stadt Afrikas ist. Tropisch heiß ist es dort. Eine Sonne, unter der nichts kalt wird. „Jetzt bin ich schon lange da. Aber der Winter, daran kann ich mich nicht gewöhnen“, sagt sie. Während des Gesprächs in der schön gewärmten Apropo-Redaktion zieht sie ihren Daunenmantel nicht aus. Den dicken Schal schiebt sie nur selten aus dem Gesicht. Und sie zeigt die dicken Schuhe, die aber meistens auch nichts helfen. Sie redet leise. Sie denkt lange nach, bevor sie etwas sagt. Nicht nur, weil ihr manchmal die Worte fehlen. Sie wird nicht oft gefragt über ihr

Leben. „Schwer ist die Kälte“, sagt sie. Schwerer ist es nur, für viele Dinge, erst recht für Gefühle, die richtigen Worte zu finden. Sie ist gerne da, in Österreich, in Salzburg, in der kleinen Wohnung in der Vorstadt, sagt sie. Aber kalt ist es halt oft hier, und es ist auch ein Land mit einer schweren Sprache.

Denn oft fehlt ihr das richtige Wort. Und wenn es fehlt, ist es eben nicht nur ein Wort, es ist ihr auch unangenehm. Wenn es nicht da ist, das richtige Wort, wenn es einem nicht einfällt, wie man das

üblicherweise so sagt, dann wird es nämlich kompliziert. Oder es entsteht eine Leere, ein Tasten durch einen Raum, in dem dann eine Unsicherheit entsteht. Dabei „geht mein Leben gut“, sagt sie. Aber das mit der deutschen Sprache, das geht halt „immer noch nicht so gut“. „Deutsch ist kompliziert“, sagt sie. Sie habe sich sehr bemüht. Sie will die Sprache können, weil sie hier lebt. „Wichtig“, sagt sie, aber schwer.

„Ich war nicht so gut in der Schule daheim“, sagt Tessy Omoregbe. Und so war es dann auch in >>

„Deutsch ist kompliziert“, sagt Tessy. Da hilft es nichts aus einem Land mit 500 Sprachen zu kommen.



STECKBRIEF

NAME Bernhard Flieher
IST für Klarheit in der Sprache
ARBEITET an aussagekräftigen Sätzen
LEBT in und um Salzburg
STEHT nie im Stau, weil er Rad fährt

Im Apropo-Besprechungsraum erzählt Tessy Omoregbe Autor Bernhard Flieher von ihrem Leben.

trum, das Wichtigste und auch ihr Lehrer. „Weil er kann perfekt sprechen“, sagt sie. „Aber nicht von mir gelernt“, sagt sie schnell dazu. Und es sei schon gut, dass sie Zeitungen verkauft, weil sie da nicht reden muss.

In Eugendorf steht sie mit den Zeitungen und hofft auf den Frühling. Und noch mehr hofft sie auf den Sommer, auf die Sonne, auf die Wärme. Mit dem Bus fährt sie aus der Stadt hinaus nach Eugendorf. Mit dem Bus kam sie auch zum Gespräch. Es ist keine lange Busfahrt bis zum Treffpunkt für unser Gespräch. Nur ein paar Minuten. Aber der Bus fährt lange genug, dass ihr kalt wurde. Vor allem an den Füßen. „Das passiert immer so schnell“, sagt sie. Und sie sagt noch einmal, dass sie sich daran nie gewöhnen wird, auch wenn es ihr gefällt in Österreich. „Das Gewöhnen geht nicht einfach“, sagt sie. Allein das Denken an das kalte Draußen lässt sie frieren und „schon bei der Wohnungstür“ sei sie dann da, die Kälte. Und dann lächelt sie, während sie noch einmal ihre Arme fest um den Oberkörper schlingt. „Aber es geht uns gut“, sagt sie. Und sie sagt, dass es bald besser werden wird. Denn es wird der Frühling kommen. „Darauf freue ich mich“, sagt sie. Wegen der Füße. Und auch, weil es das Virus dann wieder schwer hat, und weil dann die Gäste wiederkommen werden. „Hoffentlich“, sagt sie. Und weil sie hofft, dann, wenn die Sonne sie wärmt, wieder Zimmermädchen sein zu können.

Österreich nicht leicht, „ein bisschen Deutsch zu lernen“. Dass sie eher schüchtern ist, dass sie nicht einfach so drauflosplaudert, machte das Reden lernen nicht leichter. Da hilft es auch nichts, aus einem Land zu kommen, in dem es etwa 500 Sprachen gibt, von denen acht offizielle Amtssprachen sind. Edo ist eine davon. Es ist die Sprache, in der sie aufgewachsen ist. Und in der gesungen wird, in der Musik, die sie immer noch gerne hört. Es gibt noch eine neunte Amtssprache in Nigeria. Englisch. Das sei ein Vorteil, wenn man weg ist, sagt sie. Und so löst sich die Leere, die das Deutsch manchmal anrichtet, wenn sie erzählt, mit dem Englischen. Und dann, über den Umweg des Englischen, fallen ihr Wörter ein, von denen sie gar nicht so genau weiß, „wie die zu mir kommen“.

Aus Nigeria, wo noch Geschwister und die Eltern leben, kam sie 2002 nach Österreich. Als sie aufbrach – über das Warum will sie lieber schweigen, „aber es war besser“ –, war sie 21. Sie kam nach Graz. Dann übersiedelte sie nach Innsbruck. Bekam endlich eine Arbeitsgenehmigung, durfte endlich bleiben. Seit elf Jahren lebt sie in Salzburg. Sie arbeitet als Zimmermädchen. In einem Hotel.

Normalerweise. Jetzt nicht. Das Virus hat sie arbeitslos gemacht, weil das Virus den Tourismus in der Stadt, in der so viele von Touristen leben, lahmgelegt hat. „Schwer“, sagt sie. Und sie sagt es nicht nur, weil sie ohne Arbeit ist, sondern, weil sie „die Arbeit mag“.

Weil es die Arbeit seit zwei Jahren nicht gibt, steht sie in Eugendorf beim Eurospar mit den Zeitun-

„In Eugendorf steht sie mit den Zeitungen und hofft auf den Frühling, die Sonne, Wärme.“

gen. Da sieht sie die Leute auch zum Einkaufen gehen, denen auch an den grauen, feuchten oder schneeigen Tage die Temperatur nichts ausmacht. Und dann wundert sie sich, nicht weil die Leute freundlich sind, sondern weil sie nicht versteht, wie den Leuten die Kälte so egal sein kann. Ihrem Sohn ist die Kälte auch egal. Er ist neun Jahre alt, ein „braver Schüler“, sagt sie, und „my baby“, wie sie sagt. Und wie sie es sagt, ist er das Zen-



Diese Serie entsteht in Kooperation mit dem Literaturhaus Salzburg.

„Fotografie ist Musik für die Augen.“
 Fotos von Willi Streib
 www.seenbystreib.at

FOTOS



Haus der Natur – Museum für Natur und Technik
Letzte Chance

Noch bis 18. April kann man im Haus der Natur seinen grauen Zellen bei der Arbeit zuschauen. In der Sonderausstellung „Das Gehirn: Intelligenz, Bewusstsein, Gefühl“ erfährt man, wie sich die Persönlichkeit formt, Gefühle entstehen oder Pläne geschmiedet werden.

Die Ausstellung ist auch das Zuhause des intelligenten Museumsroboters KIM: Mit 3D-Kamera im Kopf und ausgeklügelter Sensorik führt er durch die Schau und erzählt Wissenswertes zum geheimnisvollsten aller Organe.

► www.hausdernatur.at

KULTURTIPPS

Bitte informieren Sie sich auf den jeweiligen Websites der Veranstalter:innen über eventuelle Änderungen.



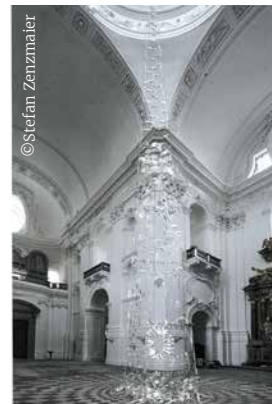
Hunger
auf
Kunst
&
Kultur

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

akte : mayröcker : 1-31

ein projekt von ohnetitel – netzwerk für theater&kunstprojekte
»akte : mayröcker : 1-31«

An jedem Tag im Mai entstehen an verschiedensten Orten der Stadt und bis hinaus aufs Land »Bühnen« für Friederike Mayröcker. Mit jeweils einem Akt würdigen zahlreiche Mitwirkende quer durch alle Sparten der Kunst die Grande Dame der österreichischen Literatur und wirken mit an einer Partitur der überraschenden Begegnungen und neuen Formate. Vorhang auf für „31x Akte Mayröcker“. Alle Infos zum Programm & Reservierungen bald unter ► www.ohnetitel.at



Kollegienkirche Installation in der Kollegienkirche

Der Salzburger Künstlerin Andrea Maria Reiser geht es in ihrem Werk um Tod und Auferstehung, weiters werden die Frauengestalten der Bibel ins Blickfeld gerückt. Figures, Symbole, Zitate aus der Bibel können auf dem 30 Meter langen Gewebe betrachtet, umrundet oder meditativ wahrgenommen werden. Die Themen sind heutzutage ebenso aktuell und die Betrachter werden eingeladen, in diesem Raum der Stille auf die eigene Wahrnehmung zu hören und in Resonanz zu gehen.

Dauer: 9. 4.–1. 5. 2022, 10.00–19.00 Uhr
► www.AMR-ART.com

DAS KINO / Filmfestival Lateinamerikafestival

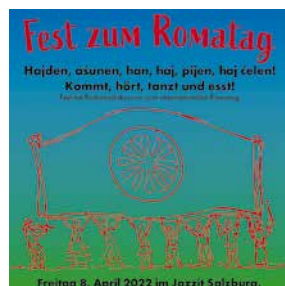
Berührende Geschichten, faszinierende Einblicke und beeindruckende Debütfilme – das 14. Lateinamerika-Filmfestival findet im DAS KINO von 29. März bis 11. April 2022 statt. Eröffnet wird das Programm mit der argentinischen Krimi-Komödie „Criminales como nosotros – Glorreiche Verlierer.“ In der Rolle des Underdogs mobilisiert Publikumsliebbling Ricardo Darín ein ganzes Dorf, um sich während der Wirtschaftskrise 2001 gegen das korrupte Bankensystem zur Wehr zu setzen. Weitere Filmhighlights kommen u. a. aus Costa Rica, der Dominikanischen Republik und Guatemala.



Jazzit Salzburg (Elisabethstraße) / Fest zum Internationalen Rom:njatag

Seit 1971 wird der 8. April als Internationaler Rom:njatag gefeiert. An diesem Tag soll auf die oft kaum gesehenen Volksgruppen aufmerksam gemacht werden. Vesna Kilom und Alina Kugler wollen mit ihrer Veranstaltung die in Salzburg lebenden Rom:nja, Sinti:zze und Jenische sowie deren Belange vor den Vorhang holen, mit Fokus auf die Situation der Frauen. Zuerst gibt es eine Podiumsdiskussion, im Anschluss ein Fest mit Musik der Waldhüttband.

► **Freitag, 8. April 2022, ab 18.00 Uhr**



Bücher aus dem Regal

von Christina Repolust

Foto: Bernhard Müller



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

Keine Gefangenschaft ist für immer

Die 1983 in Iwano-Frankiwsk/Ukraine geborene Journalistin und Autorin Tanja Maljartschuk studierte Philologie an der Universität der Vorkarpaten und arbeitete als Kultur- und Investigativjournalistin in Kiew, bevor sie 2011 nach Wien emigrierte. 2009 erschien mit dem Erzählband „Neunprozentiger Haushaltessig“ im Residenzverlag ihr erstes Buch auf Deutsch. 2018 erhielt sie den Bachmann-Preis für ihren Text „Frösche im Meer“, 2022 den Usedomer Literaturpreis für ihren Roman „Blauwal der Erinnerung“, stellvertretend für ihr Gesamtwerk. Diesen Roman lässt Maljartschuk mit der Selbstbefragung ihrer zerbrechlichen, immer wieder an sich selbst verzweifelnden und an Panikattacken leidenden Ich-Erzählerin beginnen: „Wieso gerade er?“ Die Rede ist vom vergessenen

ukrainischen Volkshelden Wjatscheslaw Lypynskij (1882–1931), mit dem die Ich-Erzählerin den 17. April als Geburtstag teilt, seiner lag genau 100 Jahre vor dem ihren. Als „Herz im Hals“ beschreibt sie ihre Panikattacken, fühlt sich verloren und sieht Menschenleben und die damit verbundenen Erinnerungen als Nahrung der gefräßigen Zeit, dem Plankton vergleichbar, von dem sich Blauwale ernähren. Es hilft ihr, in alten Zeitungen zu schmökern, und so entdeckt sie in einer der Ausgaben der „Swoboda“, der von der ukrainischen Diaspora in New York herausgegebenen Zeitung, die Nachricht „Wjatscheslaw Lypynskij ist tot“. Hier setzt ihre Reise in die Vergangenheit, setzen ihre Recherchen ein: Wer war dieser Volksheld, Geschichtsphilosoph und Politiker, der bereits als Kind einer polnischen Adelsfamilie, die in der Westukraine lebte, Aufsehen erregte mit dem Satz „Ich betrachte mich als Ukrainer.“ Er, der die polnische Form „Waclaw“ seines Namens bereits als Kind ablehnt, wird als „Wjatscheslaw“ sein gesamtes Leben lang für die Unabhängigkeit der Ukraine kämpfen. Hier präsentiert Tanja Maljartschuk eine penibel recherchierte, historische Figur als Anker ihrer Ich-Erzählerin, die eindrücklich und metaphorisch von Ängsten und von der Zeit verschlungenen Menschenleben erzählt. Serhij Zhadan, 1974 im Gebiet Luhansk/Ostukraine geboren, widersetzt sich mit seinem Roman „Internat“ dem Vergessen und Vergessenwerden, indem er die Qualität des Trotzens in aller Vielseitigkeit thematisiert. Zhadan erzählt vom

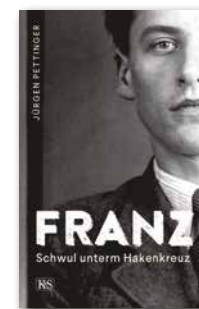
Krieg im Donbass, vom Verlust der Heimat und lässt den Sprachlehrer Pascha, die Hauptfigur des Romans, den Mut finden, den erkrankten Neffen aus dem Internat abzuholen und damit die Reise in die Kriegszone anzutreten: „Heute aber ist die Landstraße völlig leer. Offensichtlich geht dort in der Stadt wirklich etwas Schlimmes vor, etwas, das sogar die Minibusfahrer und Spekulanten abhält.“ (S. 17) Ein beeindruckender Bildungsroman der Gegenwart, der Krieg, Zerstörung und Mut komplex thematisiert. Der Sprachlehrer Pascha stellt sich der Realität, kehrt nicht um, gewinnt an Stärke und damit an Haltung. 📖

Blauwal der Erinnerung. Tanja Maljartschuk. Aus dem Ukrainischen von Maria Weissenböck. Kiepenheuer & Witsch, Köln 2019. 22,90 Euro

Internat. Serhij Zhadan. Roman. Aus dem Ukrainischen von Juri Durkot und Sabine Stöhr. Suhrkamp 2018. 22,90 Euro



GEHÖRT & GELESEN



gelesen von Ulrike Matzer

Sex als Straftat

Als feschem, lockerem Bursch ist Franz die Aufmerksamkeit schwuler Männer garantiert. Schon mit 14 hat er seine erste „Erfahrung“, er genießt das Spiel, und die meisten geben ihm auch Geld dafür – in der schwierigen Zwischenkriegszeit ein unschätzbarer Wert. Mit der nationalsozialistischen Machtübernahme wird allerdings die Verfolgung von Homosexualität intensiviert. Franz gerät in die Fänge eines „Schwulenjägers“, die Gestapo leitet ein Verfahren wegen seiner „Umtriebe“ ein. Erst 21-jährig wird er als „gefährlicher Gewohnheitsverbrecher“ hingerichtet – so wie unzählige andere schwule Männer jener Zeit. Der Autor des Buchs hat die erhaltenen Strafakte studiert, die freilich die Sprache der Verfolger sprechen. Um die Dokumente mit Leben zu erfüllen, musste er zwischen den Zeilen lesen und die Vernehmungsprotokolle mit anderen Quellen ergänzen. So schildert er an einem Wiener Fallbeispiel die beklemmende Geschichte der Kriminalisierung von Homosexualität. 📖 **Franz. Schwul unterm Hakenkreuz.** Jürgen Pettinger. Verlag Kremayr & Scheriau 2021, 22,00 Euro



gelesen von Monika Pink-Rank

Sachlich, einfühlsam & poetisch

Wie kann der Spagat gelingen, Vorurteile zu benennen, ohne sie einzuzementieren? Omar Khir Alanam schafft ihn. Ausgehend von persönlichen Erlebnissen greift er Themenbereiche mit Konfliktpotenzial auf und stellt sie differenziert dar, ohne in die Falle der Verallgemeinerung zu tappen. So erfahren wir Hintergründe über die Zerrissenheit zwischen Tradition und westlichem Lebensstil, lernen, dass Faulheit in der arabischen Welt genauso verpönt ist wie bei uns, erkennen, dass unsere Integrationspolitik einer zynischen Reality-show gleicht und vieles mehr. Zu jedem Thema hat er einen Appell an beide Seiten und gibt Vorschläge für Lösungen. Was jetzt vielleicht nach Sachbuch klingt, ist es keineswegs! Die persönlichen Geschichten machen die Erzählung lebendig, die Sprache ist einfühlsam und immer wieder auch poetisch. 📖 **Feig, faul und frauenfeindlich. Was an euren Vorurteilen stimmt und was nicht.** Omar Khir Alanam. edition a, 22,00 Euro

Gehört. Geschrieben!

RE(H)LA-TIVITÄTS-THEORIE

Kommentar von Robert Buggler



Foto: Salzburger Armutskonferenz

Zwei Berichte in Salzburg heute des ORF an einem Abend, beide betreffen das Thema Wohnen, unterschiedlicher wie sie nicht sein könnten. Da wird zuerst von einer Bürgerversammlung in Adnet berichtet. Die Firma Schlotterer, Herstellerin von Sonnenschutz, plant, ein weiteres Werk zu errichten. Und das auf einer grünen Wiese in der Adneter Idylle. Klar, da gehen die Wogen schon mal hoch. LKW würden dort dann fahren, auf einer steilen Straße, Gas geben und Lärm verursachen, meint eine aufgebrachte Dame, ob daran niemand von den „Herren“ denke? Eine andere moniert, ihr Haus und ihr Grund würden dann nicht mehr so viel wert sein, wenn in der Umgebung ein größerer Betrieb stehen würde. Ob die Kinder und Enkelkinder dann noch in dieser Gegend bleiben wollten, sei ungewiss. Und eine Dritte befürchtet, dass ihre Lebensqualität dramatisch sinken würde. Sie würde die Berge nicht mehr sehen, dort, wo man spazieren gehe und langlaufe, dort würde dann plötzlich eine Mauer stehen. Die Rehe würde man dann auch nicht mehr zu Gesicht bekommen. Man könnte ja fragen, ob das die lieben Tierchen wohl auch stören würde.

Der zweite Bericht kommt aus der Stadt Salzburg. Im Lehener Lichthaus hat ein Vermieter die Sockelzone umgebaut. Die dort errichteten sogenannten Wohnungen werden an jene vermietet, die sonst wohl keine andere Chance auf eine Bleibe haben. Winzige Löcher, verschimmelt und eng, kein Fenster zu öffnen, kaum Tageslicht. Wie kreativ muss man sein, um das als Wohnung zu bezeichnen? Wie geldgierig muss man sein, um dafür mehr als 500 Euro zu verlangen? Die LKW, die die Adneter Anrainerin befürchtet, fahren dort übrigens auch, und das Tag und Nacht, Lärm und Abgase ohne steile Straße. Aber das nur nebenbei.

Nicht alles, was hinkt, ist auch ein Vergleich, sagt man. Ist mir schon klar. Und alles ist relativ. Aber insgeheim dachte ich mir, liebe Adneter und Adneterinnen, bitte macht mal einen gemeinsamen Ausflug dorthin nach Lehen, dort, wo Menschen unter Bedingungen vegetieren, die ihr euch in euren kühnsten Träumen nicht vorstellen könnt. Nein, den Vorschlag, mal für ein paar Tage mit denen dort vor Ort zu tauschen, den mache ich nicht, zumindest nicht öffentlich, weil das wäre wohl zynisch und irgendwie auch platt. Aber eure Jammerei empfinde ich schon als auf sehr hohem Niveau. Aber vielleicht habt ihr ja auch dieselbe Nachrichtensendung gesehen und denkt euch: Na, so schlimm haben wir es ja doch nicht erwischt. Und die Rehe können wir uns im Tierpark ja auch anschauen. 🐾

Foto: Diakoniewerk Salzburg



LESER DES MONATS

NAME Michael König
IST in einem friedlichen Europa aufgewachsen
LEBT in einer politischen Umbruchszeit
FINDET, dass gute Bücher Heimat geben
FREUT SICH über die Botschaft des Frühlings

Apropos ist für mich: eine Zeitung voller Weisheit von unten. Als gelernter Psychologe interessiere ich mich immer dafür, wie es Menschen zustande bringen, aus den Abbrüchen des Lebens etwas Positives entstehen zu lassen. Wie es Menschen schaffen, von tief unten wieder einen festen Standplatz im hellen Leben zu finden. Was diesen Menschen Kraft gibt und worin sie Lebensfreude finden. Ich lese in Apropos viel von Lebenskunst, von Lebenskünstler:innen, von Überlebens-Künstler:innen. In jeder Ausgabe lese ich etwas auf, das meinen Denkhorizont erweitert, mich inspiriert, nachdenklich und neugierig macht. Besonders schätze ich die monatlichen Schwerpunktsetzungen. Sie leuchten oftmals ungewöhnliche Themen in einer Weise aus, dass man die Geschichte bis zum Schluss fertiglesen muss. Apropos: Ich finde, es wäre ein spannendes Projekt einer „weisheitlichen“ Goldwäsche, die vielen großen und kleinen Lebensweisheiten aus den bald 300 Apropos-Ausgaben herauszusieben. Sie würden wohl ein ganzes Buch füllen. Es könnte den Titel tragen „Die Weisheit von unten“. 🐾



TIPP: CHAMPIGNON

Er ist einer der ältesten Kulturpilze in Europa und als Zutat in Gerichten begehrt: der Champignon. Freilich kommt er heute nicht so edel wie sein Verwandter, der Trüffel, daher; doch im 20. Jahrhundert waren die Pilze – wortwörtlich so aus dem Französischen übersetzt – für viele Menschen unerschwinglich. Heutzutage ist das zum Glück nicht mehr der Fall. Champignons sind das ganze Jahr über zu moderaten Preisen erhältlich.

Apropos: Rezepte!

HUBOVÁ POLIEVKA

zusammengestellt von Alexandra Embacher

Zuckerkrank sein. Eine Diagnose, die in ihrer Kürze einen Menschen trifft, aber nicht ausknocken muss. Ein konsequenter Lebensstilwandel kann die Krankheit lindern, im Fall der Fälle müssen Medikamente oder das Hormon Insulin in das alltägliche Leben integriert werden. Aber auch die Ernährung ist eine zentrale Säule der Diabetestherapie, die ebenso Ladislav Lakatoš betrifft. Auch er als langjähriger Straßenzeitungsverkäufer war vor der Diagnose nicht gefeit, hat aber mit der Stoffwechselerkrankung umzugehen gelernt. Und zum Glück bietet die Küche seines Herkunftslands Slowakei ein buntes Potpourri an Gerichten, die passend adaptiert werden können – wie etwa die Pilzsuppe mit Sauerrahm.



Foto: Alexandra Embacher

Ladislav Lakatoš:

Suppen, Suppen, Suppen – so könnte man zumindest meinen, wenn Ladislav Lakatoš von seinem Speiseplan erzählt. Sie wärmen in kühlen Jahreszeiten, in Kombination mit Semmeln und Salami stillen sie seinen Hunger. „Wenn ich Apropos nicht verkaufen könnte, müsste ich betteln, um mir Essen leisten zu können“, sagt der 53-Jährige, der seit rund 20 Jahren in Österreich lebt. Froh ist er hierzulande auch über das medizinische Angebot, das ihm eine Diabetestherapie ermöglicht. „Ist der Blutzucker nicht gut, muss ich spritzen“, beschreibt Lakatoš, während er eine Insulinspritze auf seinen Bauch aufsetzt und den Injektionsknopf sanft hinunterdrückt. Sein Gegenüber betrachtend fügt er lächelnd hinzu: „Das muss man so machen.“

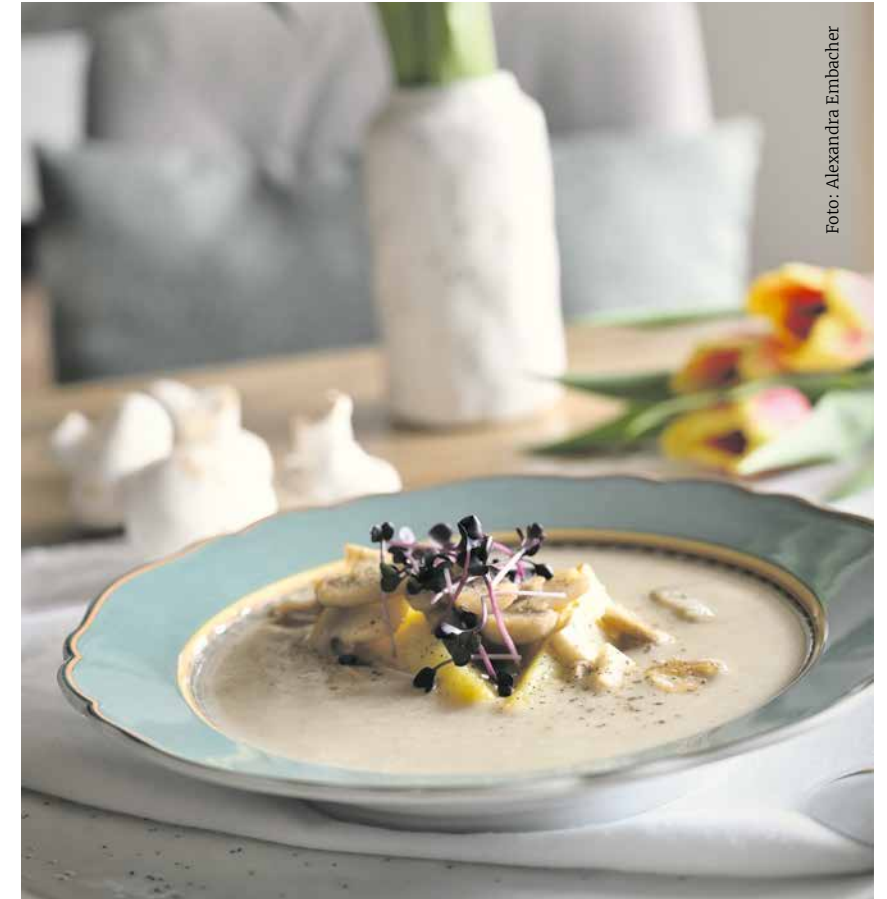


Foto: Alexandra Embacher

Zutaten für sechs Personen:

20 ml Rapsöl
 1 Zwiebel
 400 g Champignons
 2 Stück mehliges Erdäpfel
 2 EL Mehl
 1 Liter Wasser
 1 Suppenwürfel
 1 Blatt Lorbeer
 150 g Sauerrahm
 2 Blätter Salbei
 1 EL Apfelessig
 schwarzer Pfeffer, gemahlen
 Salz

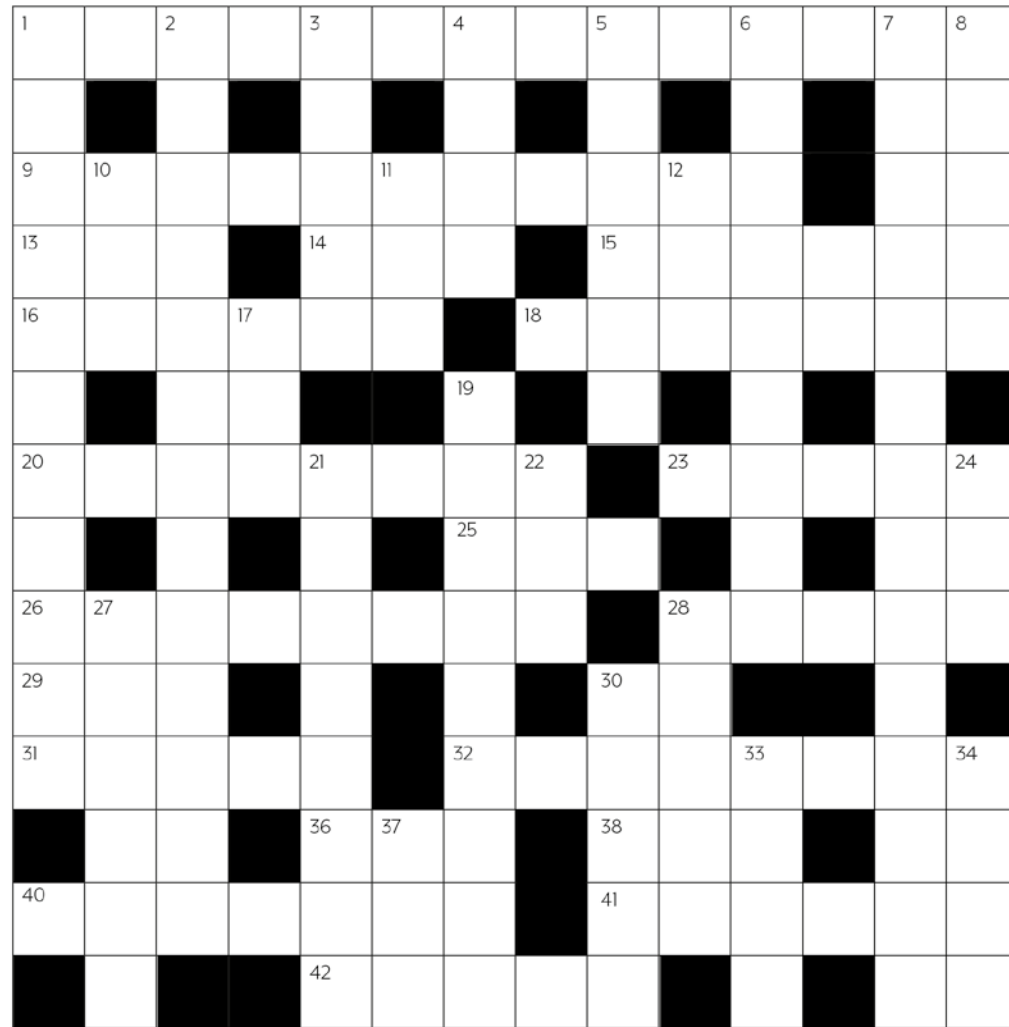
Zubereitung:

1. Öl in einem Topf erhitzen.
2. Die geschälte Zwiebel und die Erdäpfel klein und die Champignons grob blättrig schneiden, in den Topf geben und anbraten.
3. Haben die Zutaten einen schönen Röstgrad erreicht, dann wird das Mehl über sie gestreut und nochmals umgerührt.
4. Nun mit Wasser aufgießen, Lorbeerblatt sowie Suppenwürfel hinzugeben und rund 20 Minuten auf kleiner Flamme kochen.
5. Das Lorbeerblatt wieder entfernen und die Suppe pürieren.
6. Jetzt kommt das Typische: Das Gericht wird mit Sauerrahm verfeinert.
7. Salz, Pfeffer, Essig und feingeschnittene Salbeiblätter runden die Pilzsuppe ab.



Als Variation können die Pilze oder Erdäpfel auch als Suppeneinlage dienen. Sie kommen dann erst später, aber vor dem Rahm, in den Topf und werden nicht fein püriert. Oder man brät das Gemüse extra an.

UM DIE ECKE GEDACHT



Waagerecht

- 1 Fremdartige: Genüsse wollen wir auch himmlische schmecken!
- 9 Ihre Öffnung findet gleitend statt.
- 13 Die Abteilung ist in Miami und Las Vegas den Tätern auf der Spur.
- 14 Entspringt dem selten gesungenen Weihnachtslied.
- 15 Wenn mich die Piefkes necken, ... ich sie dafür.
- 16 Literarische Wohnstatt von Onkel Tom.
- 18 Ein typisches Pensionisten-Palindrom.
- 20 Die andere Seite + elektronisches Teilchen = Abneigung.
- 23 So eine Wirtschaft veranlasst den Bauern, das Feld zu bestellen.
- 25 Nur ein 34 senkrecht.
- 26 Magische Steigerung zu billigen Tricks.
- 28 „Glücklich allein ist die, die liebt.“ (Goethe)
- 29 Die erste Frau im amerikanischen Paradies.
- 30 Passend für Geldanleger: Eine österreichische Sitzgelegenheit in aller Kürze?
- 31 Zuerst Verwundung, dann Heilung, dann das.
- 32 Können sowohl Zahnarzt-Patienten als auch Krapfen bekommen.
- 36 Sprichwörtlich: „Zeit ist das, was wir haben, wenn wir unsere ... wegwerfen.“ (Ez.)
- 38 Verleiht unseren deutschen Nachbarn die Reife in Kürze.
- 40 Eine solche (!) Person ist beliebt. Vertonte Lyrik in 14 Teilen. (Mz.)
- 41 Essensträger.
- 42 Die kommt beim Rosaroten Panther in Blau daher.
- 43 Kurze Ablehnung.

Senkrecht

- 1 Woran riechen Hunde – wenn nicht am Hintern? Was tut Grantler am liebsten?
- 2 Mehrere 9 waagrecht.
- 3 Der soziale Friedrich präsierte als erster in Deutschland.
- 4 Sind z.B. Korsika, If und Levant. (Mz.)
- 5 Freuds Lieblingsbeschäftigung, den nächtlichen Zeitvertreib betreffend. Eine Form der nonverbalen Kommunikation.
- 6 Nur wer das *Eisgatter* verstellt, verfolgt die richtige.
- 7 Wer unter denen leidet, bekommt nie und nimmer einen Kälteschock.
- 8 Milchquelle für Kälber.
- 10 Ihr sitzt in Bayern der Söder vor.
- 11 Kommt kurz und heftig aus der Luft.
- 12 Ist vor allem in Schweizer Niederlassungen gangbar.
- 17 Da durch tritt der Narr ein.
- 19 So fühlen sich wohl Beflügelte?
- 21 28 waagrecht + Kriemhilds Mutter = die auf dem Wasser fahren
- 22 Macht die Vergung zur Ehrerbietung.
- 24 Schlängeln sich in Paris durchs Stadtbild. (Ez.)
- 27 Nutzte der verwundete König Artus als meist benebelten Aufenthaltsort.
- 28 Trägt man am besten auf die *Blase* auf.
- 30 Eine Glückliche im Sexshop.
- 33 War für Spielberg eine wichtige Farbe.
- 34 Mehrere altertümliche Waffen oder ein amerikanischer Schauspieler?
- 37 Dort erwartet man hauptsächlich technische Leistungen.

Foto: Privat



STECKBRIEF

NAME Claudia Gründl de Keijzer
ÄRGERT SICH über Autos, die auf Radwegen parken
FREUT SICH, dass HANNIBAL in Sölden heuer stattfindet
SCHÄTZT den Zusammenhalt im Team

© Claudia Gründl de Keijzer

Senkrecht

1 Gelassenheit 2 Schadenfreude 3 Charakter 4 Tote 5 SL 6 Zeilenhonorar 7 Einseitigkeit 8 Eingemachte 11 Egon (Schiele) 13 Memo 16 Lb 19 Air 23 Grasnarbe 28 Tau 31 Einer 36 Aida (Ai + Da) 38 Teen 40 Foul 41 Nage 46 Do (Tonleiter) 48 Ni (ckel) 46 On us (B-onus) 47 Fee 48 LSD (L-eider S-icher D-rogenabhängig)

Redaktion intern

WEIL IMMER NOCH BRÜCKEN GESCHLAGEN WERDEN

Gerade die Corona-Pandemie hat gezeigt: Österreich ist gespalten. Viele Menschen fühlen sich bevormundet, abgehängt, das Vertrauen in die Politik ist prekär. Auch ein Blick auf die Österreich-Karte nach den diversen Wahlen der jüngeren Vergangenheit zeigte ein massives Gefälle, vor allem zwischen Stadt und Land.



Foto: Privat

sandra.bernhofers@apropos.or.at
 Tel.: 0662 / 870795-23

Umso schöner ist es zu sehen, dass es sie noch gibt: die Menschen, die zusammenrücken, für andere eintreten, etwas auf die Beine stellen. Brücken schlagen, in einer Gesellschaft, die immer mehr auseinanderdriftet. Wie etwa das Team hinter Zeitpolster, das dafür sorgt, dass dem Nachbarn die Milch nicht ausgeht oder dass im Hochbeet der älteren Dame von nebenan das Gemüse gedeiht. Genauso für den Zusammenhalt in der Gesellschaft – den es eben auch gibt – steht die Ukraine-Hilfe, die innerhalb weniger Tage Hilfslieferungen, die an die Grenze geschickt wurden, zuwege brachte, und Menschen versammelte, die Zimmer in ihrer Wohnung zur Verfügung stellen für die Leidtragenden des Krieges. Hut ab! 🙏

Redaktion intern

HALLO APROPOS, HALLO SALZBURG

Seit Anfang März darf ich das Pflichtpraktikum im Rahmen meines Studiums bei ApropoS absolvieren. Der Schreibtisch meiner Kollegin Verena Siller-Ramsl, die momentan krankheitsbedingt ausfällt, ist für die nächsten Monate mein Arbeitsplatz. Was ich am Beruf einer Journalistin oder Redakteurin aber am meisten mag, ist, dass der Schreibtisch nicht der einzige Arbeitsplatz ist. Hinausgehen, draußen unterwegs sein und neue Geschichten suchen, Interviewpartner:innen an verschiedenen Orten treffen und Einblicke in ihre Welt und ihr Leben erlangen, das ist, was diesen Beruf zu einem der spannendsten macht. Ich hoffe, ich kann in meiner Zeit bei ApropoS viele Orte und Menschen kennenlernen und in der Zeitung darüber berichten. Ich war zuvor noch nie in Salzburg, entdeckte die Stadt ganz neu und bin neugierig auf die vielen Menschen und ihre Geschichten. Zum Schreiben dieser Geschichten benutze ich dann auch gerne den Schreibtisch im Büro. 🙏



Foto: Privat

Anna Maria Papst
 office@apropos.or.at

radiofabrik
 107,5 & 97,3 mhz
 //radiofabrik.at//

Hörst du noch oder machst du schon?



TodOnada FM

Alles oder nichts, todo o nada - Grammatik küsst Musik

Wir füllen die existenzielle Leere rastloser Menschen mit Musik aus einer Vielzahl von Genres. Denn wir sind entschlossene Verteidiger der Tatsache, dass die Musik die Monotonie des Alltagslebens überwindet und uns die Kraft zum Atmen, Bewundern und Schätzen der Reinheit einer besseren Welt liefert.

Grammatik ist im Trend, deshalb wollen wir sie feiern. Wir feiern sie innerhalb und außerhalb der Wellen und Netze, Hauptsache feiern.

Für diejenigen, die fühlen, schätzen, schmecken und sich von Wissen inspirieren lassen. Für diejenigen, denen Musik Sinn im Leben gibt. Für alle Menschen, die sich von guten Schwingungen leiten lassen. Hier, jetzt und immer. Weil wir eine neue Welt in unseren Herzen tragen.

Johann Anton gestaltet diese Sendung auf Spanisch für euch.

Sendzeiten: Fast jeden Samstag um 20 Uhr (nur nicht am 2. Samstag im Monat)

PROGRAMMTIPPS

unerhört! – Der Infonahversorger auf der Radiofabrik

Jeden DO ab 17:30 Uhr
 WH am FR 7:30 und 12:30
 Aktuelle Themen abseits des Mainstreams.

Bluestime

2. & 4. DO im Monat ab 20:00 Uhr
 Wurzeln, Kern und Zukunft zeitgenössischer populärer Musik.

اون سن ریم
 Hört rein!

PakIndia Express

1. & 3. DI im Monat ab 19:06 Uhr
 Nimras mehrsprachige Sendung für alle, die Bollywood Songs und die pakistanisch-indische Kultur lieben.

Radio Rockhouse

FR, 29.4. ab 18:00 Uhr
 Frische Musik, Interviews, House-Infos und aktuelle Konzerttermine serviert Robert Herbe.

Am Abgrund

1. & 3. SA im Monat ab 21:00 Uhr
 Eine Reise in die abgrundtiefe Welt des Schwachsinn, von und mit Tom Karrer und Heimo Plak.

Zeit zum Zuhören Ooohh!

SO 17.4. ab 20:00 Uhr
 Literatur & Musik zur Blauen Stunde – Lissi, Hans und Elmar bringen eigene und die Texte ihrer Gäste.

Querbeet

SA, 9.4. ab 18:00 Uhr
 Fesseln, verführen, er- und anregen will Daniel Paula seine Hörerinnen vor den Radiogeräten.

Stimmlagen

Jeden DO ab 17:00 Uhr
 Das österreichweite Infomagazin der Freien Radios.

Alle Sendung sind zeitlich unbegrenzt online nachhörbar unter radiofabrik.at/Programm/Sendungen/Sendungsname

MEIN ERSTES MAL

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

30 [VERMISCHT]

Foto: Privat



STECKBRIEF

NAME Christa Stierl
IST Lehrerin und Autorin
LEBT schon seit über 30 Jahren in Salzburg
MAG gute Texte und freundliche Menschen
FINDET immer etwas, wofür sich die Mühe lohnt
FREUT SICH jeden Tag auf den ersten Kaffee

von Christa Stierl

Das erste Mal ist eine Tür, die in einen neuen Raum führt. Manchmal betritt man diesen freiwillig, neugierig, hoch erhobenen Hauptes – Seht, da bin ich! Manchmal zögert man, wird endlich in den Raum hineingestoßen oder hineingezogen, freut sich danach, dass man endlich drin ist, oder würde am liebsten wieder umkehren. Nie aber kann man wieder zurück, als ob man nicht dort gewesen wäre: Das erste Mal ist für immer.

Es gibt unzählige erste Male, doch in Größe und Wichtigkeit unterscheiden sie sich. Viele von ihnen vergisst man und fühlt sich im Neuen heimisch, als ob man immer dort gelebt hätte. An einige will man sich nicht erinnern und verdrängt sie, andere durchlebt man immer wieder – wundert sich, ist stolz, froh.

Manche Räume kennen die meisten Menschen – der erste Lehrer, das erste Kind, der erste Hund ... Andere wiederum haben mit Neigungen und Fähigkeiten zu tun – wie bei mir die erste Russlandreise, das erste Mal Stehen vor einer Klasse, das erste Buch.

Und manche Räume gehören einem allein, meint man, aber wohl nur aufs Erste: Denn bei genauerem Hinsehen teilt man auch diese in irgendeiner Form mit allen Menschen, nur sind die Räume vielleicht größer oder kleiner, haben verschiedene Einrichtungen, Wandfarben und Ausblicke in die Welt.

Dass ich mich als eigener Mensch erlebte, war wahrscheinlich mit zwei Jahren. Auf dem Schoß einer Tante sitzend nahm ich plötzlich auf dem Baugerüst vor dem Fenster die auf- und absteigenden Eimer voll Beton wahr. Nie werde ich den Schock vergessen, als ich zum ersten Mal aus der Welt herausfiel – hier ich, dort die Welt. Seither gelingt das vollständige Untertauchen selten –

manchmal beim Riechen an einer Rose, kurzzeitig beim Treiben im Meer oder beim selbstvergessenen Hören eines Musikstückes – bis ich mich wieder als vereinzelt spüre – hier ich, dort die Welt ...

Das erste Mal auf einer Bühne – bei der Weihnachtsfeier des Gesangsvereines, in dem mein Vater sang und auf der ich ein Weihnachtsgedicht aufsagen sollte. Mitten im Text wusste ich nicht mehr weiter. Es bedurfte des immer lauter einsingenden Souffleurs, um mich wieder auf die richtige Textspur zu bringen, und vieler Auftritte, bis die Angst verflogen war und ich mich auf das Publikum freuen konnte.

Eine meiner Lieblingstüren ist die, welche mich in die Weiten der orientalischen Musik geführt hat. Viele Jahre geschult im europäischen Musik-Erleben, war mir hier plötzlich fast jede Sicherheit in Tonalität und Rhythmus genommen worden. Es bedurfte zweier Jahre intensiven Arbeitens, um Vierteltöne einigermaßen sicher hervorbringen und 12-Achtel-Takte als Atembögen spielen zu können. Jetzt, nach 17 Jahren des Übens, liebe ich sie noch immer – die schwirrenden Töne der arabischen Laute, die mir den Klang schenkte, nach dem ich lange gesucht hatte.

Die orientalische Musik ist ein Raum, der kein Ende hat, wo sich immer neue Türen öffnen, die wiederum neue Farben und Formen zeigen. Genau so wie in der Welt des Wortes ...

Ich freue mich aufs Weitergehen. Auf alles, was noch kommt. 🗨️



APROPOS
STRASSENZEITUNG FÜR SALZBURG

Besuchen Sie uns für Hintergrundinformationen:

Folgen Sie uns auf:

www.apropos.or.at

[Apropos. Salzburger Straßenzeitung](#)

[ich lese apropos](#)

Chefredaktion intern

GEMEINSAM STATT ALLEINE

Es heißt zwar, alles neu macht der Mai, allerdings steckt der April auch bereits voll keimen – den Lebens. Ich fühle mich nun erleichtert, da ich seit März

Unterstützung von Praktikantin Anna Maria Papst erhalte und im April unsere Social-Media-Redakteurin Sandra Bernhofer Stunden übernimmt, die seit dem Jahresanfang durch den Weggang von Christine Gnahn frei geworden sind. Denn seit Oktober mache ich die Zeitung weitgehend alleine, weil Verena Siller-Ramsl im Krankenstand ist und erst im Juni in die Glockengasse zurückkehrt. Das Gefühl, ja nicht krank werden zu dürfen, weil es sonst keine Zeitung gibt, war dabei die größte Herausforderung. Nun empfinde ich Rückendeckung und sehe auch dem heurigen Jubiläumsjahr von Apropos gelassener entgegen: Im April startet nämlich der zweite Teil der Image-Kampagne, die die Fliegenden Fische anlässlich unseres heurigen 25-Jahr-Jubiläums entwickelt haben, am 30.6. findet im Literaturhaus Salzburg eine Jubiläums-Veranstaltung statt und für den Geburtstagsmonat Dezember stehen auch einige Ideen an, die verwirklicht werden wollen. Das ist nur gemeinsam zu schaffen – und nicht alleine. 🗨️

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



Foto: Verena Siller-Ramsl

Vertrieb intern

SOZIAL STARK

Immer wieder kommt mir in Medienbeiträgen, die das Thema Armut in irgendeiner Weise thematisieren, die Bezeichnung „sozial schwach“ für von Armut betroffene Menschen unter. Immer wieder stoße ich mich daran und schaffe es nicht, ohne Anstrengung an einer derart verallgemeinernden Unwahrheit vorbeizulesen. Denn durch die Bezeichnung von Menschen als „sozial schwach“ wird die Erzählung der selbstverschuldeten Armut durch mangelnde soziale Fähigkeiten fortgeschrieben. Dass diese Annahme schlichtweg falsch ist, erlebe ich beinahe täglich durch Beweise des Gegenteils. Natürlich beschränkt sich mein Einblick auf unser Verkäufer:innen-Team und habe ich auch hier nur den Blick von außen, doch der Zusammenhalt, der hier herrscht, kann sich sehen lassen. Mit staunenswerter Selbstverständlichkeit wird hier für andere eingestanden, eingesprungen, das Wort erhoben, gedolmetscht, vermittelt und erklärt. Schnell verbreiten sich gute wie auch schlechte Nachrichten und bleibt ein Unglück selten unerwähnt. Denn nach dem ersten Schritt des Darüber-Redens kommt die Handlungsphase und die hatte schon so manchen Erfolg zum Ergebnis, für den man sich dann auch beglückwünscht. Sozial stark trifft es hier also eher! 🗨️

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



Foto: Andreas Hauch

[VERMISCHT] 31

DIE NÄCHSTE AUSGABE
 ERSCHEINT AM 2. MAI 2022

DAS MEHR VOM WERT



Impressum

Herausgeberin, Medieninhaberin und Verlegerin
 Soziale Arbeit gGmbH
 Geschäftsführer Christian Moik
 Breitenfelderstraße 49/3, 5020 Salzburg

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

Chefredakteurin & Apropos-Leitung
 Michaela Gründler
Vertrieb & Aboverwaltung Matthias Huber
Redaktion & Vertrieb Verena Siller-Ramsl
Redaktion & Social Media Sandra Bernhofer, Anna Maria Papst
Vertrieb Hans Steininger
Lektorat Mattias Feldner
Gestaltung Annette Rollny, www.fokus-design.com
Cover Bernhard Müller **Foto Editorial** Christian Weingartner
Druck Landesverlag Druckservice GmbH

Mitarbeiter:innen dieser Ausgabe
 Christine Gnahn, Monika Pink-Rank, Eva Dospelgruber, Ursula Schliesselberger, Hanna S., Evelyn Aigner, Georg Aigner, Narcista Morrelli, Edi Binder, Nicola Friedrich, Luise Slamanig, Laura Palzenberger, Andrea Hoschek, Bernhard Fleher, Christina Repolust, Ulrike Matzer, Robert Buggler, Michael König, Alexandra Embacher, Klaudia Gründl de Keijzer, Christa Stierl, Willi Streb
Bankverbindung Salzburger Sparkasse Bank AG
 IBAN: AT74 2040 4000 4149 8817 BIC: SBGSAT25XXX

Nächster Erscheinungstermin 02.05.2022
Nächster Redaktionsschluss 08.04.2022

**3 MONATE
GRATIS***

GRATIS
HERSTELLUNG

BESSER



**CABLELINK INTERNET
IST SALZBURGS BESTES
HIGHSPEED NETZ.**

**JETZT ZUM DOPPELTEN
TESTSIEGER WECHSELN!**

salzburg-ag.at/cablelink

*Angebot gültig bis 20.03.2022: 3 Monate kein Grundentgelt und kein Inbetriebnahmeentgelt für Neukunden bei Abschluss eines Internetvertrages mit 12 Monaten Mindestvertragsdauer, jährliche Servicepauschale wird anteilig erst ab dem 4. Monat verrechnet, Netzanschluss der Salzburg AG am Objekt und Hausinstallation vorausgesetzt, vorbehaltlich technischer Realisierbarkeit, Angebotsdetails: www.salzburg-ag.at/angebote

APROPOS-Stadtpaziergänge

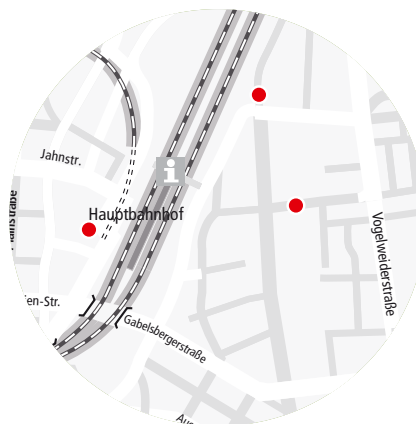
Salzburg von unten nach oben

Seit Dezember 1997 gibt es die Salzburger Straßenzeitung zu lesen. Nun können die Geschichten der Straße auch gehört und gesehen werden. APROPOS-Verkäufer Georg Aigner nimmt Sie mit auf den Stadtpaziergang „Überleben“. Detailgetreu und authentisch erzählt er aus seinem Leben und welche Rolle die einzelnen Stationen dabei spielen.

ÜBERLEBEN

Termine nach Vereinbarung und ab Gruppen von vier Personen.

Der Bahnhof ist nicht nur eine Drehscheibe für Reisende und Pendler, sondern auch für Wohnungs- und Obdachlose. Bei dieser Tour erfahren Sie, wo arme Menschen übernachten, wie sie an Geld kommen, wo sie günstig Lebensmittel einkaufen und wie es sich anfühlt, täglich ums Überleben zu kämpfen.



Ein Projekt der Salzburger Straßenzeitung
Apropos, Soziale Arbeit gGmbH
www.apropos.or.at & www.soziale-arbeit.at

APROPOS
DIE SALZBURGER STRASSENZEITUNG

**SOZIALE
ARBEIT**
gGmbH



APROPOS-Verkäufer
Georg Aigner

ANMELDUNG

stadtpaziergang@apropos.or.at
Tel.: 0662/870795-21 vormittags
Matthias Huber (Mo., Di., Mi. & Fr.)

Erwachsene: 10 € | **Schüler:innen & Studierende:** 5 € (geeignet für Jugendliche ab 14 Jahren)

Dauer: 1,5 Stunden. Der Stadtpaziergang findet ab 4 Personen statt. Für Gruppen sind auch flexible Termine möglich.

Treffpunkt: Bahnhofsvorplatz, Südtiroler Platz direkt vor dem Haupteingang.

Bitte Maske mitnehmen.