JÄNNER 2023

APROPOS

DIE SALZBURGER STRASSENZEITUNG

3,00 €

Nr. 232 | Den Verkäufer:innen bleiben EUR 1,50

Ihr:e Apropos-Verkäufer:in sagt Danke!

Ausweis gesehen?

27 Autorinnen und Autoren schreiben über:

ADE

6

Drei Buchstaben machen Zeitung

Apropos-Autorinnen und -Autoren über ihre persönlichen Gedanken zum Abschiednehmen.

ADE, PFLICHTGEFÜHL

ADE, AUTO

ADE, WOHNUNGSINHALT

ADE, KLEINES BABY

ADE, ADIEU, PFIAT ENK

ADE, FREMDBESTIMMUNG

Thema: **ADE**

4 Frage des Monats
Cartoon

5 Schutz von oben

6 Ade, Pflichtgefühl
Ade, Essgewohnheit

7 Ade, Angestelltenverhältnis
Ade, Adieu, Pfiat enk

8 Ade im Ohr
Ade?

9 Ade, Fremdbestimmung
Ade, schlechte Gewohnheiten

10 Ball Ade
Ade, mein Freund

11 Ade, kleines Baby
Ade, Herr A.

12 Ade, Auto
Ade, Dinge

13 Ade, Wohnungsinhalt
Ade, Ohna

14 Ade, Augenblick
Ade, innerer Kritiker

15 Miteinander
Kommunikationszentrum Oase

15

Ankerpunkt in schweren Zeiten

Die Oase in der Riedenburg heißt jede:n willkommen.

22

Autorin trifft Verkäuferin

Anna Maria Stadler im Gespräch mit Verkäuferin Georgiana Fieraru.

27

Apropos-Rezept

Redakteurin Judith Mederer ist auf den Lauch gekommen.

SCHREIBWERKSTATT

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

16 Hanna S.
Luise Slamanig

17 Kurt Mayer
Edi Binder

18 Andrea Hoschek
Laura Palzenberger

19 Narcista Morelli

20 Georg Aigner

21 Evelyne Aigner
Sonja Stockhammer

AKTUELL

22 Autorin trifft Verkäuferin
Anna Maria Stadler im Gespräch mit Georgiana Fieraru

24 Kultur-Tipps
Was ist los im Jänner?

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

26 Vielfaltskolumne
von Monika Pink-Rank

Leserin des Monats

27 Apropos-Rezept
von Alexandra Embacher

VERMISCHT

28 Apropos-Kreuzworträtsel

29 Redaktion intern

30 Kolumne: Mein erstes Mal
von Maria Elisabeth Rosenlechner

31 Chefredaktion intern
Vertrieb intern
Impressum

Editorial

ADE

Liebe Leserinnen und Leser!
Das neue Jahr ist noch unbeschrieben. Ein gutes Gefühl, das Feld der Möglichkeiten zu spüren. Um jedoch Neues wirklich in sein Leben ziehen zu lassen, braucht es den Abschied vom Alten. Ein Hinschauen, Überprüfen und Würdigen, bevor Loslassen geschehen kann.

Wie jeden Jänner haben wir unsere freien Mitarbeiter:innen und Schreibwerkstatt-Autor:innen eingeladen, einen kurzen Beitrag zum jeweiligen Schwerpunktthema zu schreiben. Ich freue mich sehr, dass sich über die Jahre hinweg eine solch große Schar an kompetenten, inspirierenden, verlässlichen, engagierten und warmherzigen Schreiber:innen um uns als Straßenzeitung eingefunden hat. In dieser Ausgabe schreiben sie über ein besonderes Ade.

Abschied nehmen heißt es jetzt auch von unserem Jüngsten im Team, von Vertriebskoordinator Matthias Huber. Nachdem er seit August 2018 die Geschicke des Vertriebs gelenkt und sich um die Anliegen unserer Verkäufer:innen und Käufer:innen so großartig gekümmert hat, verabschiedet er sich nun vollständig in sein Studiums-Finale. Wir lassen ihn mit einem weinenden und einem lachenden Auge ziehen und wünschen ihm das Allerbeste für seine Zukunft (S. 8 und 31).

Dafür gibt es ab Mitte Jänner ein Wiedersehen mit Verena Siller-Ramsl, die wieder in die Redaktion zurückkehrt. Willkommen zurück, liebe Verena!

Das neue Jahr ist zwar noch jung, aber natürlich haben wir schon Pläne. Im Frühjahr möchten wir offiziell mit dem Stadtspaziergang von Verkäuferin Evelyne Aigner starten – einem weiteren unserer 25-Jahres-Projekte. Wir haben schon die Zusage der Schweizer Initiatorin des Internationalen Netzwerks von sozialen Stadtführungen (INST) Sybille Roter, dass sie gemeinsam mit einer Schweizer Stadtführerin zum Pressestart anreisen wird. Über diese kollegiale Wertschätzung freuen wir uns sehr.

Ich wünsche Ihnen ein gutes, gesundes neues Jahr 2023!

Herzlich, Ihre

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

Grundlegende Richtung

Apropos ist ein parteiunabhängiges, soziales Zeitungsprojekt und hilft seit 1997 Menschen in sozialen Schwierigkeiten, sich selbst zu helfen. Die Straßenzeitung wird von professionellen 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.

International Network of Street Papers

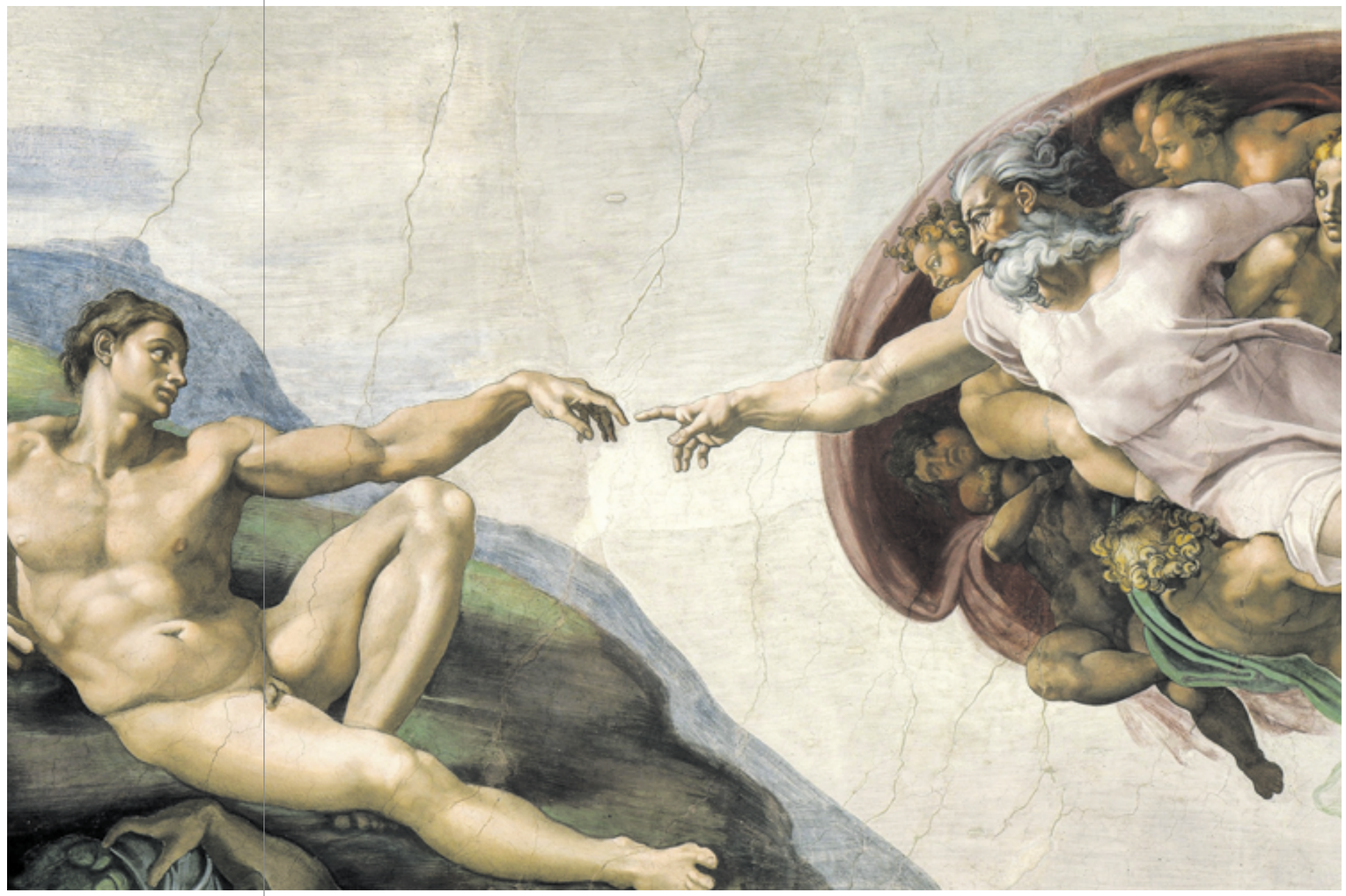
Preise & Auszeichnungen

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.

Frage des Monats Jänner

Was erleichtert Ihnen das Abschiednehmen?

Der APROPOS-Cartoon von Arthur Zgubic©



Die Inkonsequenz der Gottlosen

von Hans Steininger

Wenn du in der Religion aufgewachsen bist, weißt du, wo Gott wohnt. Auch wenn du später im Leben etwas Distanz gewinnst zu den glaubensabhängigen Heilsversprechungen, wirst du dir eine Sicherheitsaffinität zum Höheren erhalten.

Abschied kann bisweilen schmerzhaft werden, da willst du niemanden ins Ungewisse ziehen lassen, du empfiehlst den Scheidenden dem höheren Schutz – behüt' dich Gott. Oder du sagst „Adieu", „Ade". Das bedeutet dasselbe, klingt gut und drängt niemandem eine tiefere Besinnlichkeit auf.

Foto: Privat

STECKBRIEF

NAME Sandra Bernhofer
IST Journalistin
MAG authentische Beziehungen auf Augenhöhe
WÜNSCHT SICH mehr Ehrlichkeit

ADE, PFLICHTGEFÜHL

„Hallo, wie geht's?", schreibt F und ich weiß, wie es mir geht, das interessiert sie nicht. Vielmehr, welche Gefälligkeit ich ihr erweisen kann. Und das ist keine kleine, wie sich gleich herausstellt. Ihre Hochzeit soll ich fotografieren, so als Dienst unter Freundinnen, auch wenn ich seit den obligatorischen Glückwünschen zum Geburtstag vor fast einem Jahr nichts von ihr gehört habe. Freund:innen, das sind für F Menschen, von denen sie allerlei Dienst einfordern kann: Babysitten, handwerkliche Tätigkeiten, Unterhaltung. F ist gut situiert. Das Für-sie-da-Sein honoriert sie durchaus einmal mit einem teuren Abendessen. Aber das ist nicht, was ich unter Freundschaft verstehe. Ich mag authentische Beziehungen auf Augenhöhe. Damit tut sich F schwer. Wenn ich ihr etwas erzähle, ist sie abgelenkt, verpeilt, wechselt das Thema, hin zu sich selbst. Wenn ich Nein zu F sage, reagiert sie passiv-aggressiv, schmollt mit vorgeschobener Unterlippe. Ehrlich gesagt: Diese Beziehung erschöpft mich. Und ich empfinde Fs ständiges Fordern als Dreistigkeit. Beziehungen, die nur auf Pflichtgefühl basieren, sollte man lassen. Das ist auch ehrlicher. Ich schreibe F: „Danke, dass du an mich gedacht hast, aber das möchte ich nicht."

Foto: Birgit Embacher

STECKBRIEF

NAME Alexandra Embacher
IST gebürtige Tirolerin
STEHT halb im Berufsleben, halb im Studium
MAG die gepflegte Diskussion
FINDET Gemüse immer besser

ADE, ESSGEWOHNHEIT

Es ist im Grunde diese zart gewellte, goldbraune Panier, die immer wieder schwach werden lässt. Fein knusprig trifft sie auf die Zunge, entfaltet ihren satten Geschmack nach Mehl, Ei und feinen Bröseln mit voller Wucht. Da besteht nicht die geringste Chance, sich gegen den kalorienreichen Kapazunder zu wehren. Ob das butterweich geklopfte Fleisch darin nun von einem artgerecht gehaltenen Tier stammt, ist eine gute Frage, steht in der glorreichen Kombination von Wiener Schnitzel – oder in vielen Fällen eher Schnitzel Wiener Art, wenn's kein Kalb ist – und einem wohltemperierten Glas Grüner Veltliner nun aber wirklich nicht zur Debatte. Wobei: besser stand, denn irgendwann, vorausgesetzt, frau findet den Mut, sich nicht bis ins kleinste, aber doch bis ins Detail mit Nutztierhaltung im großen Stil auseinanderzusetzen, vergeht einer selbst beim scheinbar immerwährend delikaten „Schnitzerl" nicht minder oft der Appetit.

Denn Fleisch ist nicht gleich Fleisch; und ist es extrem billig, dann ist es oft kein gutes Fleisch. Schluss mit der Faustregel, her mit der Rechnung, die eigentlich recht überschaubar ist: Damit Landwirt:innen gut leben und ihren Nutztieren etwas bieten können, muss genügend Schotter her – das am besten durch einen gerechten Preis, von dem alle etwas haben. Aus diesem Kostengrund (und der Einfachheit halber) folgte prompt das Ade zu häufigem Fleischgenuss, selbst wenn es noch so gut paniert war, und der Schwenk zu Selbigem mit Bedacht auf Tierwohl. Jetzt ist das aber oft gar nicht so einfach, herauszufinden, wer oder was dem Tier zum Wohl war und ob artgerecht gehalten wurde; aber zum Glück kann ebenso Gemüse exzellent paniert werden. Zucchini oder Sellerie beispielsweise. Und überhaupt: Im Grunde ist es diese zart gewellte, goldbraune Panier, die immer wieder schwach werden lässt. Ob da nun Fleisch im Inneren ist, macht in erster Linie ein echtes Wiener Schnitzel oder Schnitzel Wiener Art aus, aber für manch eine:n vielleicht gar nicht so viel Unterschied, wie man glaubt. Einen Versuch ist es allenfalls wert!

Foto: Privat

STECKBRIEF

NAME Ricky Knoll
IST in Pension, arbeitet aber noch immer sehr gerne
MAG Menschen und ihre Geschichten
FINDET, dass das Leben immer wieder Überraschungen bereithält
FREUT SICH über freundliche, höfliche Menschen

ADE, ANGESTELLTENVERHÄLTNIS

Leicht gefallen ist mir der Abschied vom Dasein als Angestellte nicht. Ich war todunglücklich, als es hieß, ich sei ja jetzt eh schon 60, habe meine Berechtigung, um die Pension zu beziehen, und könnte das doch nun in Anspruch nehmen. Leisertreten, mehr Freizeit genießen, das Leben stressfreier gestalten, es mir schön machen.

Doch das schien mir alles nicht richtig. Ich hatte es doch schön. Ich liebte meine Arbeit, ich durfte meiner Leidenschaft nachgehen und als Journalistin in einer kleinen Redaktion mit engagierten Kolleg:innen arbeiten. Zusammen recherchierten, gestalteten, fotografierten und schrieben wir unsere eigenen Geschichten für die wöchentliche Ausgabe der „Stadt Nachrichten", die immer am Donnerstag mit den „Salzburger Nachrichten" erscheint.

Vor allem die Geschichten rund um Salzburger Stammtische sowie die Sonderseiten mit Berichten aus den Stadtteilen waren meine Spezialität. Dazu noch alle paar Wochen die Kolumne „ausgesprochen weiblich", die nicht selten empörte Leserbriefe (Leserinnen fanden meine weibliche Sicht meist nicht so kritikwürdig) zur Folge hatte. Genau das gefiel mir: Je aufgeregter die Reaktion, desto wunder der Punkt – und desto wichtiger die Diskussion darüber.

Das sollte ich plötzlich nicht mehr? Ich wollte mindestens noch zwei Jahre länger weitermachen wie bisher – auch aus finanziellen Gründen. Mein Sohn studierte damals noch in München und war auf meine Unterstützung angewiesen. Eine beträchtliche Anzahl an Jahren als Teilzeitbeschäftigte ließ meine vorausberechnete Pensionshöhe überdies nicht gerade berauschend erscheinen. Je länger ich also arbeitete, desto höher die Berechnungsgrundlage.

Dieses Jahr hatte es wirklich in sich, denn zusätzlich beendete meine Lebensliebe urplötzlich unsere mehrjährige Beziehung. Müde fühlte ich mich, sehr müde. Also beschloss ich, nicht mehr länger zu kämpfen, und akzeptierte den angebotenen Vertrag als freie Journalistin. Was soll ich sagen – dieses Annehmen des offenbar Unvermeidlichen bescherte mir ungeahnte Freiheiten. Einige Löcher, in die ich während der Coronazeit fiel, ausgenommen. Dafür habe ich es jetzt tatsächlich stressfreier und kann auch für andere Medien, wie beispielsweise das Apropos oder auch die „Salzburger Nachrichten" direkt, arbeiten, was meinen Horizont ungemein erweitert. Im Nachhinein betrachtet empfinde ich das als Glücksfall.

ADE, ADIEU, PFIAT ENK

STECKBRIEF

NAME Georg Wimmer
IST freier Journalist, Mitarbeiter der Plattform für Menschenrechte und Experte für Leichte Sprache
SCHAUT skandinavische TV-Serien
LIEST „Versteckt und verschwiegen. Erinnerungen von Siegfried Loewe", aufgezeichnet von Rudolf Leo
HÖRT Ö1

Der Zusammenhang zwischen *ade, adieu* und *pfiat di Gott* war mir lange nicht klar. Alle drei sind Grußformen zum Abschied, die Gott anrufen. Das französische *adieu* kommt von *ade*, dessen Wurzeln im Lateinischen liegen. Und *ad deum* heißt so viel wie zu *Gott hin*. Laut Wikipedia war *adieu* im Deutschen bis 1914 der geläufigste Abschiedsgruß, bis er mit der einsetzenden antifranzösischen Propaganda aus dem Alltag eliminiert wurde: Man grüßt deutsch!

Ein *adieu* gab mir als junger Journalist in Wien Anfang der 1990er sehr zu denken. Ich war dabei, als die letzte Ausgabe der angesehenen „Arbeiterzeitung" in Druck ging. Auf der Titelseite war am Ende nur ein Foto von uns Redakteurinnen und Redakteuren, dazu fünf traurige Buchstaben und ein Ausrufezeichen: *adieu!* Damit hatte ich nicht gerechnet, dass sich eine linksliberale Zeitung in ihrer letzten Stunde auf Gott beruft. Vielleicht wurde *adieu* aber auch nur deshalb gewählt, weil sich die fünf Buchstaben so groß und pathetisch auf der Seite platzieren ließen.

Was *pfiat di* genau heißt, habe ich mich eigentlich nie gefragt. Aufgefallen war mir aber, dass mein Vater das schlichte *pfiat di* in besonderen Situationen zu einem *pfiat di Gott* ausschmückte. Wenn ich zu einer längeren Reise aufbrach, sagte er sogar *„behüt' dich Gott*, mein Sohn". Mein Vater hatte ein großartiges Sprachgefühl und wählte seine Worte stets mit Bedacht. Ich war mir aber nie ganz sicher, ob er mit seiner Wortwahl richtiglag. Mein Vater, Jahrgang 1913, war Spengler-, Glaser- und Dachdeckermeister im Pinzgau und weil er auch Ministrant und ein verlässlicher Kirchgänger war, konnte er eine ganze Messe auf Latein herunterbeten. *Pater noster, qui es in coelis …* Wie oft haben wir das von ihm gehört. Dass wir meinem Vater mit einer einfachen Frage draufgekommen sind, dass er im Detail gar nicht wusste, was er da aufsagt, steht auf einem anderen Blatt.

Mit der Übersetzung von *pfiat di* in *behüt' dich* hatte mein Vater aber völlig recht. Das kann man inzwischen sogar im Internet-Wörterbuch Wiktionary nachlesen. Als mein Vater dann nach einem erfüllten Leben gestorben ist, hat ihm ein lieber Freund am Grab noch ein letztes *pfiat di Gott* hinterhergerufen. Das hat an dieser Stelle perfekt gepasst. Ein *adieu* wäre hier genauso fehl am Platz gewesen wie ein *pfiat enk* auf der letzten Titelseite der „Arbeiterzeitung".

Foto: Christian Weingartner

STECKBRIEF

NAME Monika Pink-Rank
IST Die VielfaltsAgentin
HAT schon lange nicht Klavier gespielt
SINGT lieber im Chor
HÖRT gern A-cappella-Musik
FINDET Sprache großartig

ADE IM OHR

„Ade“ – welch zauberhaftes Wort! Es scheint so ganz aus unserem Vokabular verschwunden zu sein. Wenn ich es lese, sehe ich in Gedanken eine zarte, spitzenbehandschuhte Damenhand vor mir, die ihrem Liebhaber noch ein letztes Mal mit dem Taschentuch nachwinkt und ihm mit feuchten Augen ein „Ade“ nachhaucht. Ein bisschen wehmütig, aber endgültig. Es ist ganz anders als „Auf Wiedersehen“, wo man sich die Möglichkeit einer weiteren Begegnung offenlässt. Vielleicht eher wie: „Tschüss mit Ü“ oder „Baba und fall net!“ – aber viel nobler und gefühlvoller. Eigentlich schade, dass man es nicht mehr hört.

Doch hat Ade akustische Doppelgänger, die man ab und zu hört oder liest: A.D. Anno Domini also, im Jahre des Herrn, das unsere christliche Zeitrechnung begründet. Oder auch a. D. „außer Dienst“, was im titelverliebten Österreich in Form des „Hofrats a.D.“ oder des „Bundespräsidenten a.D.“ vorkommt. Wobei … außer Dienst hat ja auch irgendwie mit Ade und Abschied zu tun: Die Amtszeit ist zu Ende, danke und alles Gute.

Und als ich im Geiste „Ade“ höre, kommt mir der Gedanke, dass A, D und E ja auch Musiknoten sind. Und dass es kompositorische Spielereien mit vertonten Wörtern gibt: B-A-C-H zum Beispiel. Tatsächlich finde ich im Internet eine Liste von „mit Noten kodierbaren Wörtern“, von A wie AAS bis S wie SECHSFACH. ADE fehlt – vielleicht gilt es schon als ausgestorben?

Also selber ausprobieren am Klavier: ein eingestrichenes A, eine Quint hinunter zum D, eine Sekund hinauf zum E. Nein, das klingt nicht nach Ade. Vielleicht nach oben? Vom A eine Quart hinauf zum D und die Sekund zum E? Schon besser, aber noch zu tief. Eine Oktav höher? Vom zweigestrichenen A zum dreigestrichenen D und E?

Ja, so könnte ich mir das sanft verklingende „Ade“ der zarten, spitzenbehandschuhten Dame vorstellen: A wie Abschied. D wie Distanz. E wie endgültig. Und es erinnert mich ein bisschen an die Graffitis mit dem zarten, fast schnörkeligen Schriftzug „Lass los“, die mir in Salzburg da und dort auffallen.

Foto: Andreas Hauch

STECKBRIEF

NAME Matthias Huber
IST jetzt nicht mehr Apropos-Vertriebsleiter
WIDMET SICH dafür seiner Diplomarbeit
LÄUFT am liebsten lange, bergauf und bergab
WÜNSCHT allen Verkäufer:innen und dem Apropos-Team das Allerbeste

ADE?

Ich habe das Schreiben dieses Textes so lange wie möglich hinausgezögert. Einige Zeilen geschrieben, in denen ich versuchte, alles abzurunden und zum Schluss einen angemessenen Abschied zu finden. Aber es wollte mir einfach nicht gelingen. Wie kann ich vor Ereignissen, Begegnungen und Herausforderungen strotzende Jahre in ein paar Zeilen zwängen, ohne Gefahr zu laufen, doch nur einen Bruchteil dessen auszudrücken, was ich beschreiben möchte? Ich weiß keine Antwort. Daher kein Abschluss, kein Abschied, kein Ade. Die Fülle macht mich sprachlos. Aber ebenso glücklich und zufrieden. Denn wie unsere Chefredakteurin Michaela zum 25er-Jubiläum von Apropos an das Team geschrieben hat: „Jede:r von uns hat die Zeitung ein Stück des Weges mitbegleitet und tut es auch weiterhin.“ Ich habe unsere Verkäufer:innen durch herausfordernde Zeiten mitbegleitet. Sowohl persönlich als auch global herausfordernd. Ich habe mein Möglichstes gegeben, wir haben gemeinsam gewonnen und verloren. Die ganze Palette an Gefühlen mindestens einmal durchgemacht. Denn trotz Abgrenzung, um in gewissen Fällen am Unglück anderer nicht selbst übermäßigen Schaden zu nehmen, war und bin ich emotional mit unseren Leuten verstrickt. Es ging nie anders: Ich freue mich wie ein junger Hund im Schnee, wenn jemand aus der Obdachlosigkeit in eine eigene Wohnung zieht, den lang ersehnten positiven Asylbescheid bekommt, und vergehe fast vor Scham, Wut und Schmerz, wenn freundgewordene Menschen wie Schwerverbrecher in Nacht-und-Nebel-Aktionen abgeschoben werden. Denk ich mir diese Emotionen als Farben und schüttete sie alle – weil ich kein guter Maler bin – auf eine Leinwand, ergäbe das ein prächtig buntes Bild. Wenn Sie dieses Bild nun vor Augen haben, habe ich doch noch einen Abschluss geschafft. Zumindest in der Zeitung. Denn außerhalb will ich Apropos sowieso nie aus den Augen verlieren.

Foto: Andreas Hauch

STECKBRIEF

NAME Ulli Hammerl
IST freiberufliche Texterin
MAG Kerzenlicht an dunklen Winterabenden
WÜNSCHT allen einen guten Start ins neue Jahr

ADE, FREMDBESTIMMUNG

…ODER, WIE ICH WIEDER LERNTE, AUF MICH SELBST ZU HÖREN

Als ich gefragt wurde, ob ich einen Beitrag zu meinem „Ade“ für diese Zeitung schreiben möchte, war mein erster Gedanke: „Wer bin ich heute im Vergleich zu vor ein paar Jahren? Und wovon habe ich mich verabschieden müssen, um die zu sein, die ich heute bin?“ Eine spannende Frage! Mir sind Worte eingefallen wie Selbstfürsorge, Achtsamkeit oder Me-Time. Aber was musste ich hinter mir lassen, um mich auf diese Werte stützen zu können? Auch diese Frage ist gar nicht so leicht zu beantworten, aber schließlich einigte ich mich mit mir selbst auf das Wort „Fremdbestimmung“.

Wer kennt das nicht? Im Beruf muss das getan werden, was der oder die Chef:in bzw. der oder die Auftraggeber:in wünscht, und privat richtet sich das Leben als Mutter lange Zeit nach den Bedürfnissen und Zeitplänen des Nachwuchses aus. Auch rundherum gibt es Menschen, die dies und das brauchen und denen man Hilfe anbietet. Selbst bleibt man dabei allzu oft auf der Strecke.

Vor gut einem Jahr hat mir im Rahmen einer Auszeitwoche eine Psychologin die Frage gestellt, was mich denn eigentlich ausmacht, was ich gerne tu, was mir wichtig ist, was meine Werte sind. Leicht zu beantworten, dachte ich. Beim genaueren Überlegen bin ich aber schnell eines Besseren belehrt worden und mir wurde bewusst, dass ich mich in meinem Alltag mit Mann, Tochter, Haushalt, Job und diversen kleineren und größeren Problemen komplett verloren hatte. Ja, ich war jahrelang fremdbestimmt von den Wünschen, Idealen und Vorstellungen anderer.

Diese doch einfachen Fragen haben mir die Augen geöffnet und seither bemühe ich mich – mit einer gesunden Portion Egoismus – ganz bewusst darum, mich wieder ins Zentrum meines Seins zu stellen. Klingt einfach und sollte eigentlich auch selbstverständlich sein, aber ich muss mich immer wieder ermahnen. Dennoch erobere ich mich Stück für Stück zurück. Und mittlerweile weiß ich auch, dass es zuerst mir selbst gut gehen muss, damit ich auch für andere da sein kann.

Selbstfürsorge, willkommen! Fremdbestimmung, ade!

Foto: Bernhard Müller

STECKBRIEF

NAME Christina Repolust
IST mit sich und ihrem Leben sehr zufrieden
MAG Kinder, Katzen und Kaffee
FREUT SICH über ehrliche Menschen und tiefgründige Romane
WÜNSCHT SICH einen wunderschönen Radhelm

ADE, EINST HILFREICHE,

JETZT JEDOCH SCHLECHTE GEWOHNHEITEN

VOM SCHLINGEN ZUM GENIESSEN

Als ich endlich 16 war, habe ich in einem Restaurant am Wochenende zu kellnern begonnen. Das Balancieren der Teller, den Unterschied zwischen Espresso und Kännchen-Kaffee, ja, das war in Tirol, und ja, das tranken deutsche Touristen, sowie das Zapfen von Bier lernte ich schnell. Auch das Runterschlingen meines Mittagessens gelang mir gleich am ersten Arbeitstag: Der Hunger führte die Gabel, zack, weg waren neun Schlipfkrapfen. Im August 2022 sagte ich dem Schlingen Ade, denn ich habe kapiert, dass es schon lange keine äußeren Zwänge mehr gibt, schnell zu essen. Ich habe einfach übersehen, mein Verhalten meinem Lebensrhythmus anzupassen. Ich bin weder Aushilfskellnerin noch eilige Referentin noch alleinerziehende Mutter mehr: Ich habe wirklich Zeit, meine Mahlzeiten in Ruhe einzunehmen. Da ist die Pasta mit Parmesan, die einfach nicht in fünf Minuten verdrückt werden soll, da ist der Blick auf die glänzenden Spaghetti, da sind die Erinnerungen an Italienreisen, die plötzlich mit am Tisch sitzen. So soll es sein! Für mich ist dieses „Ade-Sagen“ wie Winken am Bahnsteig, wenn man in den richtigen Zug einsteigt: Das Alte war schon gut und wichtig, jetzt kommt Neues. Vielleicht eine Minestrone, die ich uns koche und die ich nicht in mich reinschlabbere, sondern gemächlich löffle. Es war, als hätte ich in einen Spiegel geschaut, als ich einer Frau im Sommer 2022 zusah, wie sie sich freudig wie mit ihrem Besteck heftig gestikulierend mit den Menschen am Tisch unterhielt und dabei drei Knödel verspeiste, schnell, sehr schnell. Und dann passierte es. Sie blickte fassungslos auf ihren leeren Teller, so, als ob sie sich fragen müsste: Wo sind meine Knödel hin? Gern hätte ich ihr neue geholt, aber das wäre doch zu übergriffig gewesen. Als ich in diesem Augenblick einem vertrauten Verhalten Ade sagte, war ich gerührt: So jung war ich damals, ängstlich, zu langsam zu essen, und immer bemüht, sofort wieder für andere zu rennen. Ich nahm mir in den Folgejahren sicher mehr Zeit zum Lesen von Kochbüchern und Kochen als fürs Essen selbst. Abschied von vertrauten Verhaltensmustern zu nehmen ist wie Interrail-Fahren: Viel ist möglich, die genaue Route liegt noch nicht fest, aber jetzt schließen die Türen und die Fahrt beginnt!

Foto: Sara Bubna

STECKBRIEF

NAME Michael Grubmüller
IST jeden Tag gespannt, was passieren wird
FRAGT (meistens) nach, statt zu interpretieren
SPIELT gerne mit Sprache

BALL **ADE***

Ade steht für Abschied – eigentlich sogar für einen relativ endgültigen, wenn man bedenkt, dass es sich letztendlich von „ad deum“, lateinisch für „zu Gott hin“, ableitet. A.D. bedeutet „außer Dienst“ oder „Anno Domini“, die Akkordfolge A D ist in der Musiktheorie ein Beispiel für einen sogenannten „authentischen Schluss“. Wie ich es drehe und wende, komme ich bei diesem Wort (oder dessen Klang) nicht um das Triumvirat Ende, Vergänglichkeit und Abschied herum.

In meiner Kindheit habe ich oft und gerne Fußball gespielt. Über die Jahre kamen andere Interessen und Verletzungen hinzu, was dazu führte, dass ich mittlerweile mit Fußball gar nichts mehr zu tun habe. Dieser Abschied kam schleichend, Schritt für Schritt. Diese Art des Abschieds ist selten schwer, weil man mit diesen Entwicklungen für gewöhnlich ganz gut Schritt halten kann und er oft auch freiwillig passiert – bewusst oder unbewusst.

Dann gibt es noch die andere Art. Die plötzliche, die einen unvorhergesehen trifft. Die, mit der man hadert und möglicherweise nie ganz akzeptieren kann oder will. Die, die Schmerz hinterlässt und die eigene Welt erschüttert. Die, die in Trübsal oder Trauer mündet. Sätze wie „Wird schon wieder“, „Schau nach vorn“ oder „Sei nicht traurig“ sind mit Sicherheit wohlwollend gemeint, aber sind sie auch sinnvoll? Trauer hat nur einen sehr marginalen Platz in unserer Gesellschaft. Der Nicht-Umgang mit ihr ist beinahe symptomatisch, ist das Credo doch, das Leben rund um die Uhr positiv zu sehen und anzugehen.

Wozu also trauern, oder anders: Worum trauern wir? In Wahrheit doch um etwas Wichtiges, Geliebtes – je wichtiger etwas war, umso mehr. Sollten wir uns dessen nicht vielleicht (wieder) bewusst werden? Teilt uns der Prozess des Trauerns nicht etwas über eigene Werte mit? Steht am Ende nicht auch ein besserer Umgang mit sich selbst und der eigenen Vergangenheit?

Abschied bedeutet das Loslassen – nicht unbedingt das Vergessen – von etwas und in Folge irgendwann für etwas Neues frei zu werden und zu sein. Oder um es mit den Worten von Hermann Hesse zu sagen: „Wohlan denn, Herz, nimm Abschied und gesunde!“
(: Man möge mir verzeihen, nicht in Reimen geschrieben zu haben.)*

Foto: Privat

STECKBRIEF

NAME Mattias Feldner
IST reif für ein neues Jahr
MAG Autos
LIEBT Fahrräder
WÜNSCHT sich eine Birke

ADE, MEIN FREUND

Er war immer dabei in den vergangenen fünf Jahren. Fast nie ließen wir ihn daheim. Immer kam er mit. Also immer dann, wenn es ein bisschen weiter weg ging. Wir waren mit ihm auf einer Insel, er überstand mit uns eine verrückte Fährenfahrt, er war mit uns an den schönsten Stränden, er war mit uns oft in Wien und er war fast immer dabei, wenn wir Oma und Opa besuchten. Er musste viel aushalten. Und er war nicht eitel, er wusste, was er ist, und er wusste, was er nicht ist. Man konnte ihm alles erzählen, er hörte stets geduldig zu, Geheimnisse waren bei ihm sicher. Er war Zeuge der lustigsten, der traurigsten und der schönsten Momente. Er hat viel gesehen. Unsere Kinder, die auf der Rückbank eine Knödelbrotmanufaktur betrieben haben (in jeder, in wirklich jeder Ritze fanden sich Reste von Laugenstangerln), brachte er sicher in den Kindergarten und in die Krabbelstube. Wenn wir bei Ikea waren, wusste er, was kommt. „Bekommen wir sicher rein, er ist ja ein Raumwunder.“ Es stimmte. Er packte es immer. Er musste zwar grinsen, wenn wir im dritten Gang über die Autobahn fuhren, weil das Regalbrett ein bisschen im Weg war, aber er trug es mit Fassung. Als uns eine sehr freundliche Polizistin von der Autobahn holte (der Kofferraum war – im Nachhinein betrachtet – wohl tatsächlich eine Spur überladen) und fragte, ob wir nicht vielleicht doch einen Dachträger oder überhaupt gleich ein größeres Auto kaufen wollen, wurde ihm aber klar, dass es nicht ewig so weitergehen würde. Er bekam auch mit, dass ein drittes Kind unterwegs war. Und dass wir hier unmöglich Platz haben würden. Wir ließen ihn schätzen. Und wir tauschten ihn ein. Am letzten Tag machten wir ein Foto von uns vor ihm. Wir waren traurig. Und wir waren dankbar. Autos haben einen schlechten Ruf. Aber sie haben vielleicht zu einer bestimmten Zeit in einem bestimmten Leben einer bestimmten Familie eine wichtige Rolle gespielt. Denn sie waren fast immer dabei, wenn wir etwas machten, woran wir uns später erinnern werden. Wir lieben auch unsere Fahrräder. Aber zu denen müssen wir nicht Ade sagen – hoffentlich lange noch nicht. Also: Mach’s gut, Fabia Combi in Cappuccinobeige. Wir wünschen dir eine knödelbrotfreie Zukunft. Und Mitfahrende, die stets ein Taschentuch bei der Hand haben. Und schöne Reisen. Du wirst uns fehlen.

Foto: Privat

STECKBRIEF

NAME Eva Karel
IST Mama, Yogalehrerin & Unilektorin
MAG fragwürdige Brillen, gewieften Sprachgebrauch
WÜNSCHT sich oft mehr Gemächlichkeit und Humor

ADE, KLEINES BABY

Als ich eingeladen wurde, einen Text beizusteuern, wollte ich zum Thema „Ade, Sorgen“ schreiben. Ich hatte vor, zu grundlegender Zuversicht aufzurufen, gewürzt mit einer Handvoll heiterer Anekdoten. Doch dann ist mir das Leben dazwischengekommen. Deshalb wird nun statt einer Verabschiedung von Sorgen an dieser Stelle ein Kind verabschiedet.

FÜR RUBY MATILDA

Ich muss wohl einsehen, dass dies ein Abend ist, an dem man leicht angetrunken im Nebel spazieren gehen muss und Worte sucht, aber kaum welche findet. Bis auf Weiteres bin ich keineswegs gewillt, vernünftig zu sein. Aus Vernunftperspektive ist alles klar, aber die hat schließlich nichts mit dem tatsächlich Erleben zu tun.
Nächtliche Telefonate wollte ich mit deiner Mama führen, gemeinsam drüber fluchen und scherzen, dass du kleine Laus die Nächte zum Tag machst. Zugehört hätt ich ihr und vermutlich altklug aus dem Nähkästchen geplaudert. Irgendwann wärst du ganz selbstverständlich zwischen uns herumgewuselt, hättest die Beilage beim Hiesmayr grausig gefunden und deine Eltern hätten wissend geschmunzelt. Ich hätte fragen können, was du gern vorgelesen bekommst, und dir Packerl schicken können. Vermutlich hättest du hin und wieder gern ein bissl kluggeschissen, weil du bestimmt so schlau wie deine Eltern geworden wärst. Deine Mama und ich haben beide zwei rechteckige, ausgefranste Muttermale und ich hab als Kind immer gedacht, wir gehören deshalb ein bissl besonders zusammen. Irgendwann hätte ich mein rechtes Hosenbein hochgekrempelt und gesagt: „Schau her, kleine Laus! Da!“, und vielleicht wärst du auf meinem Schoß gesessen. Ich wäre die Tante mit den großen Burschen, den fragwürdigen Brillen und den vielen Viechern geworden.
Doch Anfang dieser Woche lagst du klein wie ein Vogerl auf der Brust deiner Mama. Nach zwei Stunden hat dein kleines Herz aufgehört zu schlagen und seither steht die Welt still. Deine Mama und ich weinen am Telefon, in unserem Wohnzimmer brennt still eine Kerze für dich vor sich hin, kleine Laus.
Ein Leben, das sein hätte können.
Wie sehr ich dich deinen Eltern gewünscht hätte. Immer noch wünschte ich, du wärst geblieben, und ich will, dass du jetzt sofort nochmal umdrehst, verdammt, und irgendwann Mama zu ihr sagst, hörst du?
Wir werden nicht wissen, wie du ohne Vorderzähne ausschaust. Wie dein Zeigefingernagel geformt gewesen wäre. Deinen Eltern wird nie geläufig sein, wie es sich anfühlt, nebenbei über deinen Haarschopf zu streichen, als wäre es das Normalste auf der Welt. „Baba, bis später, kleine Laus!“
Es ist mir momentan völlig egal, ob es irgendeinen tieferen Sinn gibt, denn ich wollte dich auf dieser Welt haben. Wir wollten dich auf dieser Welt haben. Wie verabschiedet man sich, wenn es das Letzte ist, das man möchte oder kann? Ich kannte dich doch gar nicht, warum weine ich so sehr um dich, kleine Laus? Zwei Stunden warst du am Leben. Du warst da und wurdest gehalten. Es war schön, auf dich zu hoffen. Und ich fände es schön, wenn durch diesen Text Menschen wissen, dass du da warst. Du warst auf der Welt.
Adieu, kleiner Wimpernschlag, kleine Laus.

Foto: Privat

STECKBRIEF

NAME Judith Mederer
IST oft ungeduldig
MAG Schneeflockenstille
MACHT täglich einen Kopfstand

ADE, HERR A.

„Bad Hair Day“, meinte Herr A. verschmitzt schulterzuckend und behielt seine Kappe auf. Wir haben gelacht und es fühlte sich richtig an. Ich weiß nicht, was ich mir erwartet hatte, als ich meinen Praktikumsdienst im Tageshospiz antrat. Aber dass sich der Besucher Herr A. Gedanken über seine Frisur machte, überraschte mich. Warum eigentlich? Weil er den (ungewollten) Wissensvorsprung hat, dass das Ende seines Lebens in Sicht ist? Und deshalb keine Gedanken an Dinge wie sein Aussehen verwendet? Ich weiß es nicht. In solchen Fällen überraschen einen die eigenen Gedanken.

Die Praktikumstage im Tageshospiz waren der Abschluss des Lehrgangs für Lebens-, Sterbe- und Trauerbegleitung. Die Zeit im Hospiz war intensiv, lehrreich und augenöffnend. Es gab traurige Momente und Momente der Zuversicht. Wir setzten uns das Ziel, dass alle, wie wir hier waren, eine möglichst gute gemeinsame Zeit hatten – Besucherinnen und Besucher, Krankenschwestern, Pfleger:innen, Ärztin, Ehrenamtliche. Das gelang gut und das gelingt dort Tag für Tag. Das gibt Hoffnung und macht zuversichtlich!

Ich denke gerne an die Zeit mit Herrn A. zurück und seinen „Bad Hair Day“-Kommentar und muss schmunzeln. Ich glaube, das würde ihm gefallen. Humor ist eine Ressource und findet – achtsam eingesetzt – überall Platz.
Charlie Brown: „Eines Tages müssen wir sterben, Snoopy!“
Snoopy: „Ja, aber an allen anderen Tagen nicht.“
In diesem Sinne wünsche ich allen Leserinnen und Lesern ein Jahr mit 365 erfüllten Tagen, immer gewürzt mit einer Prise Humor!

Foto: Privat

STECKBRIEF

NAME Wilhelm Ortmayr
IST freier Journalist
MAG Umbrüche, die zu Aufbrüchen führen
WÜNSCHT SICH ein bissl mehr Lockerheit für alle

ADE, AUTO

Jetzt hab ich's doch tatsächlich getan. Nachdem es oft wochenlang nur herumgestanden ist und (weil ich nicht mehr wusste, wo) im ganzen Viertel gesucht werden musste, habe ich mich von meinem Auto getrennt. Nicht, um andere mit meinem Beispiel zu belehren und den Öko-Vorzugsschüler heraushängen zu lassen, sondern weil's für mich funktioniert: Stadtmensch, der viel und gerne Zug fährt. Dem Klimaticket sei Dank. Und meinem Rechenstift, weil der hat eigentlich den Ausschlag gegeben.

Als Erstes lernst du besser zu planen und dass Entschleunigung Qualität bringt – wenn sie planbar ist. Verspätungschaos auf der Bahn und Autostau, der Busse aufhält, sind nicht kalkulierbar und nerven daher. Dass die Salzburger Obus-Flotte völlig kaputtgespart wurde (den Eignern möge die Dividende im Hals stecken bleiben), ärgert auch, ist aber mittlerweile planbar (und kann vor allem durch Fahrrad und Fußmarsch gut substituiert werden, solange das Wetter mitspielt).

Als Zweites lernst du, dich gut auszurüsten und Mischformen von Mobilität zu entdecken. Es gibt für fast jede Strecke, jedes Wetter und jede Erledigung den passenden Mix.

Als Drittes lernst du, Qualität und Zeit neu zu rechnen. Wenn ich etwa eine 25-minütige Autofahrt ersetze, indem ich 30 Minuten Öffi fahre plus zehn Minuten Fußweg zurücklege, sind das nicht 15 verlorene Minuten, sondern 15 gewonnene, weil ich im Zug/Bus beispielsweise lesen oder arbeiten kann. Als Viertes lernst du das Wichtigste: Was für dich möglich ist, sinnvoll erscheint, Kosten reduziert, ja sogar Freude bereitet, muss noch lange nicht für deine Mitmenschen passen. Dabei geht es nicht nur um Randgruppen. Familien mit Kindern, ältere Menschen oder jene mit Handicap, Reisende mit viel Gepäck – die Zahl derer, die die Öffibenützung oder Individualmobilität ohne Auto zu Recht als Plagerei empfinden, ist wahrlich keine geringe.

Also runter mit dem Zeigefinger. Es macht mich nicht zum besseren Menschen, dass ich gerne Eisenbahn fahre. Und dass ich im Speisewagen nach einem langen Tag gerne ein Paar Würstel esse, nicht zum schlechteren.

Foto: Privat

STECKBRIEF

NAME Eva Daspelgruber
IST Trainerin für Deutsch als Fremdsprache
LIEBT das Unterrichten
ERWEITERT dabei ständig ihren Horizont und
NASCHT sich durch die Gerichte dieser Welt
WÜNSCHT den Leser:innen alles Gute für 2023

ADE, DINGE

Ich miste wieder einmal aus. Das wird nie ein Ende nehmen. Immer wieder finden sich Dinge, die ich nicht mehr brauche und von denen ich mich trennen möchte. Angefangen hat alles mit einem übergroßen weißen Kunstledersessel, der im Zimmer meiner Tochter stand. Er musste raus. Zum Glück fand sich auf Facebook eine lokale Gruppe, in der Dinge verschenkt werden. Das probierte ich aus, schoss ein Foto des weißen Ungetüms und postete es. Zwei Tage später stand ein Pärchen vor meiner Tür und freute sich über den ersten Einrichtungsgegenstand für die neue Wohnung.

So begann meine „Karriere" in dieser Gruppe und ich war und bin extrem dankbar, dass es sie gibt. Ich wusste davor nicht, wohin mit den Sachen, die ich nicht mehr wollte oder brauchte. Diese Gemeinschaft war meine Rettung vor dem „Untergehen in Dingen". Im Laufe der Jahre sammelt sich so einiges an.

Ich hatte zum Beispiel eine kleine Schublade, in der ich Schlüsselbänder aufbewahrte. Jedes Mal, wenn ich eines geschenkt bekam, legte ich es rein. Bei einer Ausmistrunde zählte ich 26 Stück! Ich wollte sie wegwerfen, machte aber dann doch schnell ein Foto und postete es. Eine Frau kündigte sich spät am nächsten Abend zum Abholen an und erzählte mir, dass sie Jugendliche in einer Flüchtlingsunterkunft betreue. Durch mein Geschenk bekomme nun jeder einen Anhänger für seinen Schlüssel. So würden sie nicht so leicht verloren gehen.

Schwierig ist es, wenn ich etwas von meiner kleinen Tochter weggebe, denn sie will alles behalten. So machte ich oft gar keine Bekanntschaft mit den Abholer:innen, weil ich ein Sackerl vor die verschlossene Wohnungstür stellte und sie bat, es still und heimlich mitzunehmen.

Die meisten der wohl mittlerweile mehr als hundert Menschen, die vor meiner Tür erschienen, waren wirklich nett. Oft hatten sie Kinder dabei, die sich über die Spielsachen freuten. Manche brachten als Dankeschön Schokolade mit. Sogar zwei Gläser köstliche Marmelade und Blumen durfte ich zwischen Tür und Angel in Empfang nehmen.

Kein einziges Mal habe ich verschenkten Dingen nachgetrauert, sondern bin allen Abholer:innen von Herzen dankbar, dass sie mir die Sachen abnehmen. Und dafür, dass ich nichts wegwerfen muss.

Foto: Privat

STECKBRIEF

NAME Anna Papst
IST zurzeit viel unterwegs
FREUT SICH auf das neue Jahr
FINDET, dass Tiere oft die besseren Menschen sind

ADE, OHNA

„Ade, Sorgen, hieß es immer, wenn ich auf deinen Rücken stieg und wir uns gemeinsam auf den Weg ins Grüne machten. Wie gut es klingen würde, wenn ich jetzt schreibe, wie der Wind durch meine Haare fegte, während du mich in schwungvollem Tempo über die Wiesen und Felder getragen hast. Aber das war nur ganz selten der Fall – vielmehr hast du mir Gemütlichkeit und Ruhe beigebracht. Auch mal stehen bleiben und herumschauen. Dort und da ein paar Grashalme abbeißen. Diese Stunden bei dir auf der Weide taten mir immer gut. Frische Luft für frische Gedanken. Abschalten vom Alltag.

Leider mussten wir jetzt für immer Ade sagen. Nach fast 20 gemeinsamen Jahren war deine Zeit gekommen. Ich möchte mich bedanken. Für die wunderschöne Kindheit, die ich dank dir hatte. Jeden Tag im Pferdestall, die vielen gemeinsamen Erlebnisse. Danke dafür. Hört sich vielleicht komisch an, aber du warst eine meiner besten Freundinnen. Du warst immer für mich da. Hattest immer einen tröstenden Schubser oder ein mitfühlendes Schnauben parat.

Seit du weg bist, bleibe ich zu selten stehen. Und schau mal herum. Ich muss diese Ruhe wieder neu lernen. Das nehme ich mir für dieses Jahr vor. Nicht alles so schnell vorbeiziehen lassen. Die Ruhe genießen. Dabei werde ich an dich denken. Ade, Ohna.

Foto: Verena Siller-Ramsl

STECKBRIEF

NAME Michaela Gründler
LEBT gerne in Salzburg
IST happy über ihr tolles Team
MAG Auszeiten
FREUT SICH, dass Redakteurin Verena wieder zurückkommt
WÜNSCHT allen ein gesundes und zuversichtliches 2023

ADE, WOHNUNGSINHALT

„Okay, das klingt jetzt etwas großspurig, nach ich entrümple meine gesamte Wohnung und genieße jetzt die Leere in meinen vier Wänden. Dem ist nicht so. Meine Wohnung schaut in etwa noch so aus wie vor meinem Ausmist- und Aussortierungsprozess. Aber sie fühlt sich gänzlich anders an. Und auch ich fühle mich sortierter und befreiter. Ich habe wieder Verbindung zu allem in meiner Wohnung aufgenommen und entschieden, was gehen will und was bleiben darf. Ich habe wieder einen guten Überblick über sämtliche Objekte in meiner Wohnung und somit auch das Gefühl, einen besseren Überblick über mein Leben zu haben. Wie heißt es so schön: Äußere Ordnung schafft innere Ordnung (oder auch umgekehrt).
Wenn es nur immer so leicht ginge. Obwohl ich ab Mitte des vergangenen Jahres ein innerliches Bedürfnis hatte, Kleidung auszumisten, Bücher zu sortieren, Küchenkastl-Inhalte zu überprüfen oder einen Badezimmerunterschrank zu reparieren, hatte ich keine Chance: Es ging schlichtweg nicht. Ich fühlte mich zwar vom Alten, Defekten und Überfüllten bedrängt, aber offensichtlich nicht so stark, dass ich mich tatsächlich bewegt hätte. Und obwohl ich mich sonst für einen willensstarken Menschen halte, hat der Wille dafür nicht gereicht.
Erst eine herbstliche Auszeit, in der ich wieder mehr in meine Kraft gefunden habe, hat den Schalter in mir umgelegt. Danach konnte ich nicht mehr aus. Kaum war ich von der Arbeit zuhause, begann das große Sichten, Sortieren, Räumen und Putzen. Wo ich mich zuvor (ergebnislos) gepusht hatte, wurde ich jetzt gezogen. Ich wollte, nein, ich musste Klarheit und Ordnung schaffen, selbst wenn es nach einem langen Arbeitstag war. Es fühlte sich einfach so gut an, so freudig und leicht, und so richtig befriedigend, auf dieser Reinigungswelle zu surfen. Meine Erkenntnis daraus? Geduld haben und auf den richtigen Zeitpunkt warten. Dann gehen bestimmte Dinge fast von alleine. Nun genieße ich die neue Ordnung – und bin gespannt auf das, was das neue Jahr bringen mag.

ADE, AUGENBLICK

Foto: Christian Weingartner

STECKBRIEF

NAME Magdalena Lublasser-Fazal
IST Psychotherapeutin mit Leib und Seele
WÜNSCHT sich mehr Bewusstsein für das Jetzt

"All we have is now". Diese Worte des spirituellen Lehrers Eckhart Tolle habe ich vor vielen Jahren auf einen Zettel geschrieben. Diese fünf Worte sind so simpel, so einfach, so wohltuend, so weise, so beruhigend, so schmerzhaft zugleich. In einem schwarzen Rahmen stehen sie bei uns zuhause in dem Winkel, in dem wir die Partezettel aufgestellt haben.

Zentral in unserem Zuhause gelegen, gehen wir alle täglich mehrmals an diesem Ort vorbei und der Blick fällt unweigerlich immer wieder auf die Bilder der Menschen, die uns vorausgegangen sind, wohin auch immer. Und auf den Rahmen und das Zitat, frei übersetzt: „Alles, was wir haben, ist das Jetzt." Eine Tatsache, die wir Menschen gerne verdrängen. Ständig reden wir von dem, was sein wird. Oder denken an das, was war. Dabei gibt es immer nur das Jetzt, Hier, an diesem Ort. Wir kommen niemals in der Zukunft an, wir können niemals zurück in die Vergangenheit gehen. Ja, in unseren Gedanken und Sorgen, da können wir wandern, zwischen Zeit und Raum. Aber in der Realität gibt es immer nur das Wertvollste: den Jetzt-Moment. Diesen flüchtigen, einzigartigen, kurzen Augenblick. Der gerade da ist und schon wieder weg. Ich habe mir angewöhnt, diesen Moment immer wieder bewusst zu betrachten. Ihn zu begrüßen, ihm zu danken und – das fällt mir am schwersten und rührt mich auch beim Schreiben dieser Zeilen zu Tränen – ihn wieder zu verabschieden.

Ihm „Ade" zu sagen. Denn nichts ist für immer, alles temporär. Jeder Augenblick vergeht. Wir Menschen versuchen, ihn einzufangen, festzuhalten. Meine Vernunft, mein Ego, wie Eckhart Tolle es nennt, versucht, diese Tatsache zu verdrängen. Nicht daran zu denken, dass alles Leben voll Veränderung, ständig im Wandel, voller „Ade-Momente" ist. Doch erst die Tatsache, dass alles vergänglich ist, dass wir alle immer und immer wieder „Ade" sagen müssen, gibt dem Leben doch seinen Wert. Die Erinnerung durch unseren Winkel mit den Partezetteln und dem Zitat im schwarzen Rahmen daneben tut mir gut. Sie zeigt mir, wie wertvoll der Jetzt-Moment ist. Dass ich ihn bestaunen darf, dass ich ihn genießen darf, dass ich ihm ganz bewusst wieder „Ade" sagen darf.

ADE AN DEN GEDANKEN, NICHT GUT GENUG ZU SEIN

Foto: Bernhard Müller

STECKBRIEF

NAME Christine „Tine" Gnahn
IST gerne eine Träumerin
MAG Freiraum
WÜNSCHT SICH, dass Menschen aufeinander zugehen
FREUT SICH über Offenheit und Toleranz

Wenn ich morgens die Augen aufmache, das erste Mal, dass ich den neuen Tag betrachte, geht es mir erst einmal gut. Alles scheint in bester Ordnung, vielleicht lacht sogar die zaghafte Wintersonne durch den Vorhang hinein. Es fühlt sich alles wohlig und vertraut an. Doch dann bricht es über mich herein. Schwere Gedanken, kaltschnauzige Vorwürfe, eine Aufzählung von Dingen, die ich nicht auf die Reihe bekomme. Wer auch immer da versucht, die Regie für mein Leben zu übernehmen, ist knallhart und meint es nicht gut mit mir. „Das hast du schlecht gemacht!", schreit die Stimme, „Was hast du dir denn dabei gedacht?", „Das war doch klar, dass das nicht funktioniert, wie dumm von dir!".

In psychotherapeutischen Kreisen spricht man bei dieser Stimme vom inneren Kritiker. Er speist sich aus den schlechten Erfahrungen, die wir bislang gesammelt haben, aus Phasen des angeknacksten Selbstbewusstseins und aus der Angst, zu versagen, nicht gut genug zu sein. Wie ein Dämon wartet er darauf, dass auch nur die kleinste Kleinigkeit nicht so funktioniert wie gedacht – schon stürzt er sich aus seinem Versteck und verschlingt einen mit Haut und Haaren. Dieser Kritiker spricht mit mir, wie ich niemals mit jemandem umgehen würde. Er kann auch vermeintlich freundlich daherkommen: „Wenn du das noch hinbekommst, dann bist du gut. Dann bist du ein wertvoller Mensch." Zusammenfassend akzeptiert mich der innere Kritiker nicht als Mensch. Er sieht mich nicht einmal, meine Bedürfnisse, meine Wünsche, meine Träume, meine Ängste. Wieso also sollte man so jemandem Raum geben?

Schluss damit, habe ich vor einiger Zeit beschlossen und arbeite noch immer intensiv daran. Diese innere Stimme meint es nicht gut mit mir. An ihre Stelle lasse ich lieber eine andere Stimme, die viel leiser ist und deswegen oftmals in dem Schreien und Knurren des Kritikers nur schwer oder gar nicht zu verstehen ist. Die sagt ganz ruhig und freundlich: „Wie geht es dir? Was brauchst du denn gerade, damit es dir gut geht?" Mit ihr gemeinsam, habe ich herausgefunden, lässt es sich nicht nur schöner und fröhlicher leben, auch schaffe ich die Aufgaben, die mir das Leben stellt. Nur mit weniger Druck und mehr Leichtigkeit. Und das wünsche ich auch Ihnen von Herzen.

Miteinander

WILLKOMMEN IN DER OASE

Menschen, die mit psychischen Problemen kämpfen, sich aus den verschiedensten Gründen nicht im hektisch-angestrengten Alltag so vieler Leute zurechtfinden, haben in Salzburg einen ruhigen Ankerpunkt: die Oase in der Riedenburg.

von Ricky Knoll

Foto: Privat

STECKBRIEF

NAME Ricky Knoll
IST in Pension, arbeitet aber noch immer sehr gerne
MAG Menschen und ihre Geschichten
GLAUBT, DASS Zusammenhelfen und –arbeiten glücklich macht

Oase-Leiterin Hanna Dillinger (r.), Kaffeehaus-Mitarbeiterin Martina und Gast-Katze Mia freuen sich auf Besucherinnen und Besucher.

Die Kaffeemaschine ist eingeschaltet, das Geschirr an seinem Platz und der Wasserkocher für Tee bereit. Kaffeehaus-Mitarbeiterin Martina hat schon alles vor dem Aufsperren hergerichtet, die Besucher:innen können kommen. Sie arbeitet seit Jahren im Kommunikationszentrum Oase mit, seit wann, weiß sie schon gar nicht mehr. „Lange bin ich schon hier, und gerne", sagt sie mit einem Lächeln und streichelt Gast-Katze Mia. „Mia gehört jemandem aus der Nachbarschaft, aber sie schaut oft und gerne bei uns vorbei, sie ist eine ganz liebe." Wer sich interessiert: Apropos-Verkäuferin Luise sowie Schreibwerkstatt-Autorin Hanna sind dort ebenfalls regelmäßig anzutreffen.

> „Motivieren, selbst aktiv zu werden."

Kontinuität ist ein wichtiger Faktor in der Betreuungseinrichtung des Vereins AHA – Angehörige helfen Angehörigen, finanziert vom Land Salzburg. „Wir leisten ein Angebot für psychisch kranke Menschen und helfen gegen Vereinsamung und Isolation. Dazu können sie zu uns ins Kaffeehaus kommen, um in gemütlicher, ruhiger Atmosphäre und mit Leuten, die sie kennen, zusammen sein zu können", beschreibt Projektleiterin Hanna Dillinger den Treffpunkt. „Für viele hat sich die Oase mittlerweile zum zweiten Wohnzimmer entwickelt", ergänzt sie.

So wie Martina, die einst auch zum Kreis der Besucher:innen gehörte, haben sich mittlerweile insgesamt sechs Leute zum Kaffeehaus-Stammpersonal entwickelt. „Sie finden hier für einige Stunden Beschäftigung, die auch bezahlt wird. Wir erfüllen damit einen arbeitstherapeutischen Auftrag, der ebenfalls zu unseren Aufgaben gehört", erklärt die Leiterin. Die Psychologin ist seit einem Jahr in Salzburg, hat zuvor in Wien gelebt, in der Beratung für Langzeitarbeitslose und in der Betreuung von Menschen mit Behinderungen und psychisch Kranken in einer Wohnung gearbeitet. Neben ihrer aktuellen Psychotherapie-Ausbildung teilt sie sich die Oase-Arbeitsstelle mit zwei weiteren Kolleg:innen. Sie sind die Ansprechpersonen für alle Besucher:innen und sie haben ein offenes Ohr für alles, was die Leute gerade beschäftigt. „Das kann ganz unterschiedlich sein. Die Palette reicht von banalen Alltagsproblemen bis hin zu schweren Depressionen oder jemand, der suizidal ist", schildert sie.

Monatlich wird ein abwechslungsreiches Programm erstellt, zu dem die Besucher:innen einfach kommen können. Das reicht vom gemeinsamen Kochen oder Keksebacken in der Vorweihnachtszeit, über Lesungen, Englischkurs, Bewegungsangebote, kreatives Gestalten, Singen, Origami-Workshop, Schreibwerkstatt bis hin zum Gruppenangebot „Neinsagen". Die meisten Angebote sind kostenlos, einzig bei manchen Ausflügen wird ein kleiner Beitrag verlangt – und dazu sollte man sich auch vorher anmelden, damit das Team planen kann.

Neben den Beratungsgesprächen ist Hanna Dillinger und ihren Kolleg:innen das Angebot von diversen Aktivitäten wichtig. „Da fällt es den Leuten einfach leichter, in Kontakt oder ins Gespräch zu kommen. Überdies geht es ums Motivieren, selbst aktiv zu werden", sagt sie und erzählt von einer Besucherin, die unlängst von einem Ausflug nach Gut Aiderbichl derart begeistert war, dass sie beschloss, selbst einmal mit ihrer Mutter die Tiere dort zu besuchen.

Die Leute, die in die Oase kommen, haben meist Psychiatrie-Erfahrung, aber auch ihre Angehörigen und Freunde sind willkommen. „Wir werden von Fachleuten oder beispielsweise der Christian-Doppler-Klink weiterempfohlen." Geöffnet ist die Oase täglich, außer Samstag, von 14 bis 18 Uhr, einzig an Feiertagen ist geschlossen. Für zwei bis drei Wochen im Sommer sind die Mitarbeiter:innen auf Betriebsurlaub.

INFO

Kommunikationszentrum Oase
Johann-Wolf-Straße 7
5020 Salzburg
Tel.: 0662 / 880490 oder 0664 / 2340112
Mail: oase-kom@aon.at

EVELYNE AIGNER freut sich im Jänner auf viel Schnee

Verkäuferin und Schreibwerkstatt-Autorin Evelyne Aigner

Ade, Traurigkeit

Am 2. November 2021 hatte unsere Hündin Lilly einen schweren Schlaganfall, am Nachmittag mussten wir sie leider einschläfern lassen. Ich denke immer an sie und tröstete mich nach ihrem Tod mit meinen Katzen Leon und Nico. Doch leider ging es Leon bald auch nicht mehr so gut. Ich war ja im Juli 2022 auf Kur in Tirol: Da mein Mann Georg und ich täglich telefonierten, erfuhr ich, dass Leon nicht mehr frisst und sich unter dem Bett versteckt. Georg fuhr dann gleich mit ihm zur Tierärztin, die unseren Kater einschläfern musste. Leon war 16 Jahre alt geworden, hatte langes rotes Haar und war sehr verschmust. Das setzte auch unserem Kater Nico, den wir Puzzi nennen, stark zu. Er suchte Leon überall und sogar noch heute fängt er manchmal traurig zu miauen an. Wir merken, dass er noch immer auf Leon wartet und ihn stark vermisst. Ich denke oft noch an meine Tiere. Doch es wird immer leichter. Georg hat mir nämlich geraten, an die Zeiten mit ihnen zu denken, die schön waren und in denen es ihnen sehr gut ging. Diese Erinnerungen helfen mir wirklich sehr! <<

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

GEORG AIGNER freut sich im Jänner auf seinen Geburtstag

Verkäufer und Schreibwerkstatt-Autor Georg Aigner

Ade, 2022

Das Jahr 2022 war für mich ein gutes Jahr, ich habe sehr viele Soziale Stadtführungen mit sehr interessanten Leuten für Apropos gehabt. Wir hatten einige Lesungen im Mark, in der Bachschmiede und im Literaturhaus zum 25. Geburtstag der Straßenzeitung Apropos. Im Juni fragte mich ein Lehrer, ob ich eine dreiteilige Dokumentation von mir machen möchte. Ich antworte natürlich mit einem klaren Ja: Im Juli machten wir diese Doku an einem Samstag in den Räumen von Apropos. Sie dauert drei Stunden und 20 Minuten, hier kommt mein ganzes Leben vor. Dass sie nach Wien geschickt und dort 105 Jahre aufbehalten wird, freut mich ebenso wie die Tatsache, dass Schulen sie ausleihen dürfen. Privat wollte ich den Führerschein für das Motorrad machen, aber ich selber habe erkannt, dass ich physisch noch nicht so weit bin. Daher warte ich drei Jahre und hoffe, dass mein Körper sich so weit entwickelt, dass ich ihn machen kann. 2018 hatte ich einen Schlaganfall: Danach versagten mir meine Füße, meine Hand und meine Sprache ihren Dienst. Aber es wird immer besser! Im August war ich bei Landesrätin Daniela Gutschi und ersuchte sie, mich mit den Sozialen Stadtführungen für die Angebote an die Schulen für Schüler:innen ab 14 Jahren einzutragen. Ich konnte sie von dem Angebot überzeugen, was mich sehr freut. So schnell vergeht ein wunderbares Jahr. Ich hoffe, dass ich noch viele Jahre vor mir habe! <<

KURT MAYER ist dankbar für Menschen, die ihm in schweren Zeiten beistanden

Verkäufer und Schreibwerkstatt-Autor Kurt Mayer

Gute Wendungen durch Abschiede

Ade heißt Abschied. Ich sagte in meinem Leben schon oft Ade. Ade von der Obdachlosigkeit, vom Alkohol und von vielen sogenannten Freunden. Es wurden mir viele Aufgaben und Prüfungen gestellt. Alle zu lösen wäre eine Mammutaufgabe gewesen. Ich hatte die Möglichkeit, meine Mutter mit 54 Jahren kennenzulernen. Aber wenn man von Anfang an mit Lügen bombardiert wird, dann scheitert der Versuch, endlich mit allem Frieden zu schließen. Außerdem hatte ich die Möglichkeit, mit meiner Schwester Ingrid wieder Kontakt aufzunehmen. Der Kontakt hält bis heute an und bedeutet eine große Freude für mich. Ich denke nicht gerne zurück, was vor zwanzig Jahren war. Vor 17 Jahren machte ich einen Neuanfang. Ade zu sagen von meinem vorigen Leben war nicht so einfach. Leider musste ich mich von den Orten, Kirchen, Stegen (Mozartsteg) verabschieden. Es war ein kompletter Neustart mit nicht voraussehbaren Folgen.

Ich habe das Glück, eine Wohnung zu haben. Ein Dach über dem Kopf zu haben ist sehr wichtig. Ich schlief lange am Boden, bis ich mir die ersten Möbelstücke leisten konnte. Schritt für Schritt für Schritt. Ich nahm Abschied von den sogenannten Freunden. Aber ich lernte liebe Menschen kennen, die mich bis heute nicht im Stich ließen. Aus gesundheitlichen Gründen musste ich eine längere Pause einlegen. Ich hatte schwere Arterienverkalkung. Am Herz wurde ich operiert, und jetzt kommt noch die Leber dran und im April mein rechter Fuß. Ich kann ab heute zwei Geburtstage feiern, denn ich hatte nur noch 30 Prozent Blut in meinem Körper! Ich wurde 14 Tage lang aufgepäppelt. Auf diesem Wege danke ich allen Ärzten und Ärztinnen, die mich behandelten. Sie retteten mein Leben, das ich jetzt besonders genießen darf. Ade, mein altes Leben, ein neues beginnt ab heute. Danke an alle, die mir ein neues Leben ermöglichen! <<

EDI BINDERS Leben ist geprägt von Abschieden

Verkäufer und Schreibwerkstatt- Autor Edi Binder

Ade von geliebten Menschen und frechem Kater

Als Erstes zum Begriff „Ade" fällt mir der Verlust ein, als meine Mutter 1991 gestorben ist. Der Tod war erwartbar, aber dennoch war es ein momentaner Schock für mich.

Eine sehr traurige Geschichte ist folgende: Am Schneeberg in Niederösterreich habe ich auf einer Hütte gearbeitet. Ein Mädchen ist raufgekommen und es hat sofort gefunkt zwischen uns. Sie wollte auf den Gipfel am Schneeberg aufsteigen. Wegen des schlechten Wetters habe ich vor einem Aufstieg abgeraten. Sie ließ sich aber nicht abbringen und stieg auf. Nach ca. 2 Stunden kam jemand und berichtete, dass ein Mädchen abgestürzt ist. Wie sich herausstellte, war es das Mädchen, in das ich mich verliebt hatte. Diese schlimme Erfahrung hat mein Leben insofern verändert, als ich mir sagte, dass ich nie wieder so einen schmerzlichen Verlust erleben will. Und bis heute gab es keinen Menschen mehr in meinem Leben wie dieses Mädchen.

Abschied nehmen musste ich auch von unsrem Kater: Jeden Abend sprang Haustiger Bauxi, unser 13 kg schwerer Halbangora-Kater, zu mir ins Bett und legte sich quer über meine Brust. Ich habe ihn immer geschnappt und auf den Boden gesetzt; nach ein paar Minuten ist er wiedergekommen – und das gleiche Spiel wieder. Schlussendlich habe ich Bauxi zur Mutter gegeben und die Tür zugemacht. Sein penetrantes Schreien wurde meiner Mutter zu viel, dann ist er wieder zu mir gekommen. Jeden Abend das gleiche Spiel! Und obwohl er so eine Nervensäge war: Als unser Bauxi gestorben ist, musste ich wirklich weinen! <<

ANDREA HOSCHEK wägt ab, wovon sie sich verabschieden soll

Verkäuferin und Schreibwerkstatt-Autorin Andrea Hoschek

Haare wie Gold oder „Armut, ade“

„Ade!“ – was für ein schönes Wort! „Ade“ heißt ja auch so viel wie „auf Wiedersehen!“. Also frage ich mich jetzt, wovon ich mich 2022 verabschiedet habe bzw. wovon ich mich noch verabschieden möchte. Schließlich weiß man ja nie genau, ob manches, von dem man sich bereits verabschiedet hat, nicht einfach wiederkommt, zurückkehrt. Lange Zeit ohne Computer zu sein tat mir eindeutig gut. So kann man einfach im Bett liegen, bis einem die Decke auf den Kopf fällt. Das untersagte man sich früher, weil man ja noch nicht einmal 60 Jahre alt war. In der Vergangenheit bin ich sehr viel in der Stadt herumgerannt und war irgendwie auf der Flucht vor kranken und krankmachenden Systemen. Als es mit Andreas zu Ende ging, hat sich nicht einmal mehr die Heimhilfe bereit erklärt, ihn zu pflegen. Auch ich hatte es aufgegeben, auf ein schönes Ende mit ihm zu hoffen. Dubiose Bekannte von Andreas übernahmen es, sich um ihn zu kümmern, ihm Alkohol zu kaufen oder ihn zu duschen. Man berichtete mir schließlich, dass er ein letztes Mal aufgestanden sei, geröchelt habe und dann gestorben sei. Andreas ist nur 65 Jahre alt geworden und wir haben noch gemeinsam vor seinem Tod den ganzen Wahnsinn, beispielsweise seine Schwerarbeit im Wald in Deutschland, Revue passieren lassen. Auch für ihn also ein „Ade!“. Ob ich nicht auch zur Schulbildung bzw. zum gesamten Bildungswesen „Ade“ sagen soll bzw. will? Darüber denke ich häufig nach. So viele gut ausgebildete Menschen beteiligen sich beispielsweise am Vertreiben von Tauben. Schnell streuen sie Giftkörner aus, weil sie trotz ihrer Bildung meinen, dass Tauben nicht hierhergehören. Diese Leute haben wirklich längst „Ade“ zum respektvollen Umgang mit der Natur gesagt. Überraschenderweise habe ich mich von einigen meiner Kleidungsstücke verabschiedet. Dafür habe ich aber schon einige Zeit gebraucht, weil ich bei jedem Stück überlegt habe, ob es mir noch etwas bedeutet oder nicht. Als ich mit dieser Aktion fertig war, habe ich aber wieder einen Persianer „dazugewonnen“: Für diesen Mantel bin ich dankbar, weil ich mit ihm sogar bei tiefen Temperaturen draußen nicht frieren bzw. erfrieren werde. Ich habe mir schon oft überlegt, warum mir die Leute gerade die Sachen schenken, die mich erfreuen. Vor mir stehen jetzt gerade die drei Keramikfrauengestalten aus Mexiko, die mir jemand geschenkt hat. Jede Gestalt symbolisiert einen Gedanken und die Haare schimmern wie Gold. Wenn ich sie so ansehe, denke ich: Armut, ade! <<

LAURA PALZENBERGER vertraut Menschen, die mit ihr (auch) im Regen tanzen

Verkäuferin und Schreibwerkstatt-Autorin Laura Palzenberger

Ade – Zigaretten, Manipulierer und Egoisten

Ich trenne mich von gewissen „Freunden“, die mich in den vergangenen Jahren „lehrten“, Menschen nicht mehr zu vertrauen. Sie wussten nur zu nehmen und kamen nie auf die Idee, auch zu geben. Sie ließen keine anderen Meinungen gelten und wollten niemals mein Nein akzeptieren. Ich trenne mich also von Menschen, die oberflächliche Egoisten sind. Mir fällt dazu folgender kluger Spruch ein: „Wer nicht mit mir im Regen tanzt, braucht auch nicht in der Sonne neben mir sitzen.“ Außerdem möchte ich mich von den Zigaretten trennen: Einerseits ist das Rauchen ungesund, andererseits stört es mich, dass ich nach jeder gerauchten Zigarette wie ein Aschenbecher rieche. Zigaretten sind außerdem Jahr für Jahr teurer geworden. Da man jedoch abhängig ist, kauft man sich ein Päckchen ums andere. Daher möchte ich meiner Nikotinabhängigkeit Ade sagen. Ich verabschiede mich also von Egoisten und dem Rauchen sowie von jenen Menschen, die mich manipulieren und mir ihre Meinung aufdrängen wollten. Damit ist jetzt Schluss: Ich sage Ade zu ihnen, vertraue auf meine eigenen Gefühle und urteile erst, wenn ich ein Problem genauer betrachtet oder bei einem Streit beide Seiten gehört habe. Ich wünsche allen Leserinnen und Lesern ein freies, glückliches 2023. <<

NARCISTA MORELLI fragt sich, wer in unserer Welt überleben wird

Schreibwerkstatt-Autorin Narcista Morelli

Computersucht und tierisches Verhalten

Wenn das Volk das denken muss, was die Regierung vorgibt, dann ist das Indoktrination, mit Angst und Massenverblödung infiltriert. Heute heißt die Propagandamaschinerie Smartphone, WLAN, Skype, TikTok mit hohem Suchtpotenzial. Und alle sind sie darauf reingefallen! Na, heute schon Shitstorm gepostet, an die Welt, an irgendwen, dein Privatleben geoutet, damit sich irgendwelche Perverse darauf stürzen? Deine Meinung zählt in einer Demokratie, ja wisst ihr das nicht? Die Leute werden von der Cyberindustrie zu Vollidioten degradiert, dann kleben sie sich an Autobahnen fest, um den Verkehr zu stören. Geht nach Hause, züchtet weiter Elendskinder mit Hungerzukunft und lasst den Planeten einfach untergehen! All das Geschwafel führt doch zu nichts. So wie der Planet irgendwann entstanden ist, so zerfällt er irgendwann in Stücke. Das Experiment, den Menschen zu erschaffen, ist fehlgeschlagen! Im bunt gefächerten Tierreich gehen viele zurück, wenn die Ressourcen zum Überleben ausgehen. Tiere, die anderen als Nahrung dienen, werden überleben. Das Nashorn hat keine Überlebenschance, Koalabären, die sich auf Eukalyptusbäumen aufhalten, auch nicht. Blauwal, Rüsselspringer, Seewolf, Dickbauchseepferchen – einzigartig trägt das Männchen das Junge aus –, Leuchtkalmare als Laternen im Meer und Babyschildkröten werden von Vögeln gefressen. Der Kugelfisch ist ein Künstler. Und den Tyrannosaurus mit dem langen Hals hat es nie gegeben. Das Leistenkrokodil könnte noch als Handtasche und Essen dienen. Die, die eine Aufgabe haben, werden weiterleben, Schaf, Ziege, Hund, Elefant und so, wie der Dilophosaurus vor angeblich 65 Millionen Jahren ausstarb (ha, ha, ha) … angeblich verhungerten die Saurier in den Wüstengebieten von Arizona, so werden heute leider auch die Nicht-Nutztiere nicht weiterleben. Die Gletscher schmelzen, das wissen wir, Regenwälder werden gerodet, und die Jugend verblödet, vereinsamt im Computersumpf. Das heutige Schlachtfeld heißt Net, virtuell, dann rennen sie hinaus und bringen sich um, dann der heutige Weltkrieg, während viele verhungern, erfrieren werden oder von Gift im Labor totgespritzt werden, Erdbeben, Regen, Tornados, seltene Krankheiten. Sucht ihr euch den Tod aus? Empfehlenswert ist ein reibungsloser, rascher, schmerzfreier Tod. Vom Baum, Ziegel erschlagen zu werden ist nicht so schlecht, kurz, rasch, schmerzfrei. Und die Überlebenden werden die Toten beneiden. Viel Leid steht bevor.

Doch zuvor muss aus dem Hass, der irgendwann in früher Kindheit, Jugend aus Zurückweisung, Kränkung, Enttäuschung entstanden ist, und der Angst, dem Auslöser von Hass, das Phänomen entstehen, die Opfer zu entmenschlichen. Das Opfer wird zum Stück Fleisch, würdelos enthauptet. Am Ende landen Täter in der Depression. Vereinsamung und im Selbstmord. Ein Biologielehrer hat das so erklärt: Was ist der Unterschied zwischen Tier und Mensch? Das Tier begeht keinen Selbstmord. Habt ihr schon einmal Adler im Sturzflug, Kaninchen am Strick, Einsiedlerkrebse mit Messern, Siebenschläfer mit Tabletten, Bienenfresser (Vögel) brennend am Laternenmast gesehen? Der Biologielehrer hat vollkommen recht. Küken verhungern unwillentlich, Pinguine werden verstoßen und die Ichthyosaurier, die es sowieso vor XX Millionen Jahren nie gab, fraßen Tintenfische und starben trotzdem aus (ha, ha, ha). Wer glaubt noch an solch einen Schwachsinn? Die Skelette im Museum sind aus Kunststoff – und der landet tonnenweise im Meer, in den Flüssen, in den Seen. Was ist wichtiger: Essen oder Handy?

Geschätzterweise werden viele verhungern, nur schade, dass es bald keine Koalabären, Rüsselspringer, Blauwale, Nashörner etc. geben wird! <<

LUISE SLAMANIG hält sich an Mitmenschen, die ihr guttun

Verkäuferin und Schreibwerkstatt-Autorin Luise Slamanig

Verletzungen nicht mehr zulassen

Ich werde zu jenen Menschen Ade sagen, die mir nicht guttun. Dazu rechne ich jene, die mir nicht wohlgesinnt sind. Außerdem nehme ich mir vor, Menschen, die Unwahrheiten über mich verbreiten, nicht mehr so nah an mich herankommen zu lassen. Vielleicht gelingt es mir ja, dass ich Verletzungen einfach nicht mehr zulasse. Abstand zu jenen zu halten, die einen verletzen und bei Dritten schlechtmachen, kann man üben. Daher sage ich Ade zu jenen Mitmenschen, die keine Gelegenheit auslassen, Böses und Unwahres über andere zu erzählen. Ade auch an die Anlässe, bei denen man immer wieder verletzt wird. Da vertraut man Menschen, erzählt ihnen etwas Persönliches und kommt dann drauf, dass sie dieses Vertrauen ausnutzen. Ade an alles, was einem nicht guttut, und an alle, die einem nicht guttun! Ich werde also alles, was mich belastet, mit einem Ade auf die Reise schicken. Ich sage auch für immer Ade zu den alten Geschichten und verabschiede mich damit von allen Verletzungen: Dann fühle ich mich befreit. <<

APROPOS-Stadtspaziergänge

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 Stadtspaziergang „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
stadtspaziergang@apropos.or.at
Tel.: 0662/870795-21 vormittags
Michael Grubmüller (Mo., Di., Mi. & Fr.)

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

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

Treffpunkt: Bahnhofs-Vorplatz, Südtiroler Platz direkt vor dem Haupteingang.

Bitte Maske mitnehmen.

HANNA S. will weniger Süßes essen, das dann aber genießen

Schreibwerkstatt-Autorin Hanna S.

Genuss ohne Reue

Vor etwa drei Jahren wurde bei mir Diabetes mellitus Typ 2 diagnostiziert. Diese Krankheit ist durch einen erhöhten Blutzucker gekennzeichnet, der Volksmund sagt dazu Zuckerkrankheit. Zwar wurde mir gesagt, dass ein chronisch erhöhter Blutzuckerspiegel die Blutgefäße und Nerven schädige, mir war aber die Bedeutung bzw. Schwere meiner Diagnose damals überhaupt nicht bewusst. Im Gegenteil: Ich ließ meiner Gier auf Süßes weiterhin freien Lauf. Im Laufe der Zeit kam jedoch etwa einmal in der Woche eine Spur schlechten Gewissens auf: „Warum habe ich denn diesen Kuchen, diese Kekse gegessen? Musste das wirklich sein?“ Da ich mich aber mit meiner Diagnose und dem Umgang mit ihr recht alleingelassen fühlte, änderte ich nichts an meinen Essgewohnheiten. Dank einer Freundin, die wie ich Diabetikerin ist, erfuhr ich von der Diabetes-Reha in Hallein, die ihr sehr geholfen hat. Sie hat seither ihre Ernährung konsequent umgestellt und das im Laufe der Reha Erfahrene im Alltag umgesetzt. Mein Antrag auf Diabetes-Reha wurde ebenfalls bewilligt und auch ich erfuhr viel Wissenswertes, etwa, dass Süßstoffe auf Dauer nicht allzu gesund sind.

Nach und nach wurde mir bewusst, wie sehr ich mich mit meinem Essverhalten, besonders mit meinem Konsum von Süßem, selbst schädigte. Aber wo war die Alternative? Fisch, Vollkornprodukte und Salat sind ja für mich „erlaubt“, doch nach Genuss sahen all diese Essenspläne dann auch wieder nicht aus. So schwankte ich lange Zeit zwischen guten Vorsätzen, die ich auch einige Tage umsetzte, und den Rückfällen in meine alten Ernährungsmuster. In dieser Zeit überwies mich mein Hausarzt in die Stoffwechselambulanz der Barmherzigen Brüder, wo ich sehr gut betreut wurde. Aber mir wurde immer bewusster, dass nur ich selbst mir helfen konnte. Wieder erlebte ich gute Tage, an denen ich meinen Heißhunger auf Süßes im Griff hatte, und jene Tage, an denen ich zu viele Kohlehydrate zu mir nahm. Genau diesem Teufelskreis will ich ab Jänner Ade sagen. Es wird wohl auch im neuen Jahr Tage geben, an denen ich ein Stück Kuchen esse. Aber das will ich dann ohne schlechtes Gewissen und Selbstanklage genießen. Wenn ich mir ein Stück Kuchen gönne, dann will ich mit meinen Selbstgesprächen bei jedem Bissen aufhören. Ich will nicht mehr zu mir und wohl auch zum Kuchenstück sagen: „Musste das jetzt wirklich sein!“ „Lass das jetzt sofort, du weißt, das schadet dir!“ Wenn ich in Zukunft einen Kuchen esse, dann mit Dankbarkeit und ohne Gier. Niemand will mir das Süße wegnehmen, jeder darf sehen, wenn ich etwas Süßes esse: Die Menge macht ja bekanntlich das Gift. Heuer backe ich zu Weihnachten zum ersten Mal keine Weihnachtskekse, auch das ohne schlechtes Gewissen. Dann sage ich Ade zu meinen Selbstgesprächen, wenn es um den Genuss von Süßem geht. Wenn ich aber einen Kuchen backe, weil ich Besuch bekomme, dann werde ich mein Kuchenstück in Dankbarkeit genießen, und das ohne Selbstbeschimpfungen. Dreimal in der Woche erlaube ich mir im neuen Jahr, etwas Süßes zu essen. Ich werde es dann ohne schlechtes Gewissen essen. Also heißt es für mich: Reue, ade, Genuss, sei willkommen! <<

SONJA STOCKHAMMER über (un) beeinflussbare Ades

Verkäuferin und Schreibwerkstatt-Autorin Sonja Stockhammer

Ade, ihr geliebten Tiere

Ich sage Ade zu schlechten Freundschaften.
Ich sage Ade zu jenen Menschen, die mich anlügen, denn ich mag Lügen nicht.
Ich sage Ade zu Menschen, die falsch sind. Ich mag Falschheit nämlich überhaupt nicht!
Mir ist lieber, jemand sagt mir seine Meinung ins Gesicht.
Ich sage Ade zu allen Menschen, die mir nicht guttun. Wie schon gesagt können einem falsche Freunde sehr schaden! Wenn man das erkennt, muss man Ade sagen!
Ich musste leider Ade zu meinen beiden Katzen sagen. Sie waren so krank,
dass ich sie einschläfern lassen musste.
Auch zu meinem geliebten Hund musste ich Ade sagen.
Auch er war unheilbar krank.
Diese Abschiede taten und tun mir sehr weh.
Tiere sind nämlich ehrlich und verstellen sich nie. <<

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

STECKBRIEF

NAME Georgiana Fieraru
IST 33 Jahre
ARBEITET als Apropos-Verkäuferin
LEBT in der Nähe von Câmpulung, Rumänien
STEHT beim Rochushof in Maxglan

Autorin Anna Maria Stadler trifft Verkäuferin Georgiana Fieraru

EIN LEBEN ZWISCHEN CÂMPULUNG UND SALZBURG

von Anna Maria Stadler

Ich treffe Georgiana Fieraru Anfang Dezember an einem besonders kalten Tag. Am Weg zur Apropos-Redaktion bin ich froh über die Handschuhe, obwohl es nur ein kurzes Stück am Rad ist, und ich frage mich, von wo Georgiana gerade kommt, wo sie diese kalte Nacht verbracht hat. Im Auto, erzählt sie mir dann, nachdem sie mir herzlich die Hand gedrückt hat. Sie kommt gemeinsam mit ihrem Mann seit mehr als zehn Jahren nach Salzburg. Tagsüber verkaufen sie die Straßenzeitung Apropos, nachts schlafen sie im Auto. Meistens am selben Parkplatz, erzählen sie. Nur wenn die Polizei kommt, müssen sie den Standort wechseln.

Cosmin und Georgiana kennen sich seit Kindheitstagen und sind seit 20 Jahren verheiratet.

Georgianas Leben spannt sich zwischen zwei Orten auf: Câmpulung und Salzburg. Sie ist in der Nähe von Câmpulung aufgewachsen, wo sie auch heute mit ihrer Familie lebt. Während sie ihre Kindheit dort in schöner Erinnerung hat, von der Natur und den Tieren spricht, erlebt sie das Dorf, in dem sie gemeinsam mit ihrem Mann und den zwei Kindern sowie dem Schwiegersohn und nun auch mit der kleinen Enkelin lebt, heute anders. Jetzt gibt es nichts mehr, sagt sie. Vieles ist kaputtgegangen. Es gibt dort keine Arbeit für sie, sodass sie immer wieder die zweitägige Reise auf sich nehmen, um nach Salzburg zu fahren. Als ich meinem Freund später von dem Gespräch erzähle,

> „Alle Erinnerungen sind gemeinsame Erinnerungen.“

fragt er: Câmpulung? Ist das nicht der Ort, wo dein Urgroßvater gelebt hat? Ich google Câmpulung, dessen Klang auch mir vertraut vorkommt, und sehe, es gibt noch eine zweite Ortschaft in Rumänien, die ähnlich heißt. Es ist der Ort, aus dem mein Urgroßvater war.

In Salzburg hätten sie mehr Möglichkeiten, sagt Georgiana. Den Sohn nehmen sie nur in den Schulferien mit. Es sei wichtig, dass er in die Schule gehe, um einmal Arbeit zu finden, betont sie. Die meiste Zeit im Jahr seien sie deshalb ohne die Kinder hier. Dazwischen fahren sie für ein paar Wochen nach Hause, aber sie seien mehr hier als zu Hause. Sie haben hier mehr Freund:innen als in Rumänien. Wie ihr die Menschen begegnen, bei ihrer Arbeit,

STECKBRIEF

NAME Anna Maria Stadler
IST 30 Jahre
ARBEITET als Autorin, Künstlerin und Kulturarbeiterin
LEBT in Salzburg
STEHT gerne spät auf

Andreas Brandl rückt als Fotograf meist die Menschen in den Fokus. Ob Porträt, Werbung, Hochzeit, Reportage, Event oder Business: Ausdruck, Stimmung und Emotion sind auf und in den Fotos immer sichtbar. Mail: info@flausen.at

FOTOS

Stolz zeigt Georgiana Fieraru ein Bild ihrer einjährigen Enkelin, die in Rumänien auf sie wartet.

will ich wissen. Manche kauften die Zeitung, manche nicht, sagt Georgiana.

Freund:innen haben ihnen von Apropos erzählt, so hat sie ihr Weg nach Salzburg geführt. Ihr Mann verkauft an einem anderen Standort die Straßenzeitung. Er ist bei unserem Gespräch dabei. Sie sind im selben Dorf aufgewachsen und kennen einander seit ihrer Kindheit. Mittlerweile sind sie seit zwanzig Jahren verheiratet. Als sie geheiratet haben, war Georgiana 13 Jahre alt, er war 16. Alle Erinnerungen, die sie hat, seien gemeinsame Erinnerungen, erzählt Georgiana lächelnd. So erinnert auch er sich noch an die Puppe von Georgianas Schwester, mit der sie als Kind am liebsten gespielt hat.

> „Ich danke Gott täglich dafür, dass ich gesund bin.“

Wie ein gewöhnlicher Tag bei ihr aussieht, frage ich sie. Sie stehe auf und danke Gott dafür, dass sie gesund ist. Früher habe sie wenig darüber nachgedacht, wie ein Tag verläuft, aber heute sei sie froh über jeden Tag, an dem es ihr halbwegs gut geht, denn sie habe eine schwere Operation hinter sich. Sie musste aufgrund einer Krebserkrankung operiert werden, das Geld für die Operation hat sie mithilfe ihrer Freund:innen zusammenbekommen. Doch schon einen Tag nach dem Eingriff wurde sie nach Hause geschickt, ihr Mann habe sich um sie gekümmert. Sie zeigt mir ein Foto von der langen Operationsnarbe.

Sie konnte mehrere Monate lang nicht nach Salzburg kommen, und auch jetzt kann sie nicht den ganzen Tag an ihrem Verkaufsstandort stehen, weil sie noch Schmerzen hat. Seit sie selbst krank war, schaue sie Erkrankte mit einem anderen Blick an. Sie sei froh darüber, jetzt wieder hier sein zu können und die bekannten Gesichter zu sehen. Manche haben nicht geglaubt, dass sie wieder zurückkommen wird.

Als die Kinder noch kleiner waren, habe sie auch zu Hause bleiben müssen und ihr Mann sei allein nach Salzburg gefahren. Das sei eine schwere Zeit gewesen, erzählt sie. Sie habe im Wald Brennholz gesammelt, wie es jetzt ihr 14-jähriger Sohn tut, wenn sie nicht da sind. Wenn das Geld ganz knapp war, ist sie Blut spenden gegangen. Für ihre Kinder und ihren Schwiegersohn wünscht sie sich, dass sie Arbeitsplätze in Rumänien finden und dass sie nicht an den Rand gedrängt werden. Sie spricht von den Ausschlüssen, die sie dort erfahren, und davon, dass sie selbst ein paar Jahre in der Schule war, aber es sei eine sehr schlechte Schule gewesen. In Salzburg habe sie einen Deutschkurs besucht, aber durch die Maßnahmen rund um Covid finde dieser nun nicht mehr statt. Die Pandemie habe das Leben für sie sehr erschwert, besonders den Grenzübertritt.

Sie könne es kaum erwarten, Weihnachten nach Hause zu fahren, sagt Georgiana. Wenn sie alle zusammen zu Hause sind, sei das wunderschön. Aber der Abschied sei jedes Mal sehr schmerzhaft. Ihre Tochter ziehe die Enkelin manchmal besonders süß an und schicke ihr dann ein Foto davon, damit die Großeltern bald nach Hause kommen. Sie zeigt mir ein Foto von einer lachenden Einjährigen in einem roten Kostüm.

Was sie sich wünscht, frage ich sie, und sie zählt nur auf, wofür sie dankbar ist: Für ihre Familie und für ihre Freund:innen hier, für die Unterstützung, die sie erfährt. Für die Chancen, die sie hier bekommen. Sie sei sehr dankbar. Sie habe vielleicht nur diesen Wunsch, fügt sie später noch zögernd hinzu: hier einmal eine kleine Garçonnière anmieten zu können.

LITERATURHAUS SALZBURG
www.literaturhaus-salzburg.at
Diese Serie entsteht in Kooperation mit dem Literaturhaus Salzburg.

© Mirko Joerg Kellner

Philharmonie Salzburg

Classic meets Cuba & Symphonic Salsa

Musikalische Lebensfreude pur versprühen die Klazz Brothers & Cuba Percussion gemeinsam mit der Philharmonie Salzburg im Großen Festspielhaus. Das renommierte Quintett verbindet klassische Musik mit Jazz und lateinamerikanischen Rhythmen und wurde dafür bereits mehrfach ausgezeichnet. Am Freitag, 13. Jänner 2023, um 15.00 Uhr und 19.30 Uhr im Großen Festspielhaus Salzburg.

www.philharmoniesalzburg.at

Kontakt: 0650 / 517 2030

Jazz Saalfelden

3 Tage Jazz

© Michael Geißler

Das bekannte Jazzfestival, das seit mehr als 42 Jahren im Sommer in Saalfelden stattfindet, hat einen Ableger im Winter: „3 Tage Jazz“, vom 27. bis 29. Jänner 2023. Insgesamt werden neun verschiedene Konzerte zu hören sein – an unterschiedlichen und ungewöhnlichen Orten. Sechs Konzerte finden im Kunsthaus Nexus in Saalfelden statt, zwei im Bergbau- und Gotikmuseum Leogang. Und einmal geht es auf die Stöcklalm am Asitz inmitten des Skigebiets.

www.jazzsaalfelden.com

KULTURTIPPS

Hunger auf Kunst & Kultur

Hotline: 0699 / 17071914

www.kunsthunger-sbg.at

© Literaturhaus Salzburg

Literaturhaus Salzburg

Einsteins Hirn

Am Dienstag, 31. Jänner, um 19.30 Uhr stellt Franzobel sein neues Buch vor. „Einsteins Hirn“ (Hanser-Verlag, 2023) ist ein hinreißender Trip durch wilde Zeiten und zugleich die Lebensgeschichte eines einfachen, aber nicht gewöhnlichen Mannes, den Einsteins Hirn aus der Bahn wirft. Der Autor liest und spricht mit Moderator Manfred Mittermayer.

www.literaturhaus-salzburg.at

Kontakt: 0662 / 422411

© Ela Grieshaber

Toihaus

BimBam-Festival

BimBam, das österreichweit einzige internationale Theaterfestival für Klein(st)kinder, findet von 25. Februar bis 19. März 2023 zum 9. Mal statt. Mit Spielorten in Salzburg Stadt und Land, in Bayern und Oberösterreich. Das Toihaus Theater, Vorreiterin im Theater für die Allerjüngsten, ist Organisatorin und Veranstalterin des Festivals. Freuen Sie sich auf internationale Theaterhighlights für die Jüngsten und beliebte Toihaus-Produktionen.

www.bimbam-festival.at

© Arthur Zgubic

ohnetitel | salzburg

»weltRaum«

Der Weltraum öffnet sich:
Das Publikum hat sich im schummrigen Licht verteilt, hört zu … was wird passieren? Sicher erst mal Raketenabschussrampe, es klingt nach … doch nicht etwa Zähneputzen? Kaffeemaschine? Und dort drüben ein beleuchteter Frühstückstisch? Nur eine junge Schar Mitreisender ahnt etwas … Am ALLtag ist alles anders, da werden Staubsauger zu Spaceships, Eierbecher zu schwarzen Löchern und Staubzucker zu Sternenstaub. Die Verwandlungsmöglichkeiten sind unendlich, der Kosmos kennt keine Grenzen, woher sollten diese auch kommen …?
Das Theaterteam von ohnetitel begibt sich auf Welterkundung, gemeinsam heben sie mit ihrem Publikum ab und begeben sich ins grenzenlose Universum der Fantasie (ab 6 Jahren).
Ort: Galerie Fünfzigzwanzig, Fr, 27.1. bis So, 29.1.

www.ohnetitel.at

office@ohnetitel.at

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.

Kinder und die weite Welt

Zwei Bilderbücher für Kinder und Erwachsene, die nachdenklich machen

Mia, die Hauptperson dieses Sachbilderbuchs, will alles ganz genau wissen. So hat sie beispielsweise nur einen kleinen Bruder, ihre Eltern jedoch haben mehrere Geschwister: Schon ist die Weltkarte auf zwei Seiten aufgeschlagen und Erwachsene wie Kinder können viel über verschiedene Familienstrukturen und deren Verteilung in der Welt erfahren. Spätestens ab Seite 13, bei „Länder nach der Größe der Bevölkerung“, reißen sich Große wie Kleine um dieses geniale Buch, jetzt geht es so richtig los mit dem Staunen, Nachfragen und genauem Hinsehen. Falls es Sie, liebe Leserinnen und Leser, interessiert: Das Land, in dem die Kinder die meisten Hausaufgaben erhalten, ist Italien (8,7 Stunden pro Woche), und ja, Sie erraten es, finnische Schüler sitzen 2,8 Stunden pro Woche bei den Hausübungen. Anschauliche Grafiken vermitteln hier kompakt jenes Weltwissen, das man trotz vieler Hausübungen gerade nicht erworben hat. Besonders empfehle ich noch Kapitel 24 „Zutaten und Aromen der Küchen der Welt“, also Mahlzeit!

Weniger ist mehr

Zurück nach Österreich zu den beiden genialen Künstlern Wolf Harranth und Winfried Opgenoorth und ihrem Bilderbuch „Das ist eine wunderschöne Wiese“. Herr Timtim hat diese Wiese entdeckt und alle stimmen ihm zu: Ja, da wollen wir bleiben und bauen und uns ausbreiten und unsere Autos abstellen und für die Autos natürlich noch Garagen errichten. Kinder wie Erwachsene erkennen rasch, dass diese wunderschöne Wiese schnell und rücksichtslos verbaut und damit Lebensraum der Tiere zerstört wird. Dass man sofort Zäune errichten muss, ist doch selbstverständlich. Wo käme man hin, wenn jeder sich auf dieser wunderschönen Wiese breitmachen könnte. Doch die Erwachsenen wollen es sich gemütlich machen auf diesem (einst) lauschigen Ort und da muss auch ein Kühlschrank her, natürlich! Text wie Illustration geben Schritt für Schritt, Strich für Strich die Zerstörung der Wiese wieder und halten so den Betrachtenden den Spiegel vor. Hier passiert Aufklärung und Bewusstmachung zerstörerischen Handelns ohne erhobenen Zeigefinger und ohne Klugscheißerei, es ist, was es ist. Flächenfraß und Raumordnung wurden selten eindrücklicher vermittelt und das vor bereits über 35 Jahren.

Ich und die Welt. Mireia Trius. Die Gestalten Verlag 2022, 20,50 Euro
Das ist eine wunderschöne Wiese. Wolf Harranth, Winfried Opgenoorth. Verlag Jungbrunnen 1985, 16 Euro

FUNDSTÜCKE 112

GEHÖRT & GELESEN

gelesen von Ulrike Matzer

Schutz vor Gewalt

Österreich gilt als sehr sicheres Land. Geschieht jedoch ein Mord, ist das Opfer mit hoher Wahrscheinlichkeit weiblich. Etwa dreißig Femizide pro Jahr verzeichnet die Statistik. Immerhin zeugt dieser Begriff davon, dass sich etwas ändert – wurden doch Frauenmorde lang als „Beziehungsdrama“ oder „Familientragödie“ in den Bereich des Privaten verbannt. Dabei sind es Tötungen von Frauen aufgrund ihres Geschlechts, hinter diesen Morden stehen strukturelle Probleme und keine individuellen. Fehlende Fähigkeit zur Konfliktlösung, Besitzdenken und mangelnde Impulskontrolle bilden die Motive. Vor allem die Phase während oder nach einer Trennung gilt als Hochrisikofaktor für Femizide.
Die Journalistin Yvonne Widler hat nicht nur beklemmende Fälle dokumentiert. Im Gespräch mit Hinterbliebenen, Vertreter:innen von Opferschutzeinrichtungen, Justiz und Exekutive werden die Muster von Abhängigkeits- und Gewaltbeziehungen geschildert, ebenso aber auch Maßnahmen, um solche Taten zu verhindern.
Heimat bist du toter Töchter. Warum Männer Frauen ermorden – und wir nicht mehr wegsehen dürfen. **Yvonne Widler.** Kremayr & Scheriau. Wien 2022, 24 Euro

gelesen von Ursula Schliesselberger

Vom eigenen Starkbleiben

ORF-Journalistin Brigitte Krautgartner erlebt den sehr schmerzhaften Abschied ihres krebskranken Partners. Oft fühlt sie sich durch den Fleischwolf gedreht. Sie ist froh, rechtzeitig Hilfe von professionellen Menschen bei der Krebshilfe oder dem Hospizteam in Anspruch genommen zu haben. Hier knüpfte sie ein Netz, das trägt – wenn es notwendig ist. Momente der Hilflosigkeit mit dem kranken Partner an ihrer Seite ergeben sich zuhauf. Es gilt trotz der Ängste und Sorgen, des Schmerzes und Leids an die positiven Seiten des Lebens zu denken. Dieses Buch ist ein berührender Erfahrungsbericht über das eigene Starkbleiben in der Sterbebegleitung. Die Autorin hat dank Facebook nach dem Tod ihres Partners ein neues Glück gefunden – ein Klick machte es möglich.
Hinter den Wolken ist es hell. Von Krankheit und Abschied und dem Glück des Neubeginns. **Brigitte Krautgartner.** Tyrolia Verlag 2021, 19,95 Euro

Foto: Christian Weingartner

STECKBRIEF

NAME Monika Pink-Rank
IST Die VielfaltsAgentin
HAT im Ausland gelebt
KONNTE dabei immer auf Unterstützung zählen
WAR selbst mal sternsingend unterwegs
FINDET es spannend, Ritualen auf den Grund zu gehen

Kommentar von Monika Pink-Rank

ACHTUNG, MORGENLAND-ALARM!

Alle Jahre wieder besuchen uns am 6. Jänner die Heiligen Drei Könige, auch genannt die Weisen aus dem Morgenland. Bereitwillig öffnen wir ihnen die Tür, lauschen ihren Worten, lassen sie ihren Segenskleber anbringen und beschenken sie mit kleinen Aufmerksamkeiten. Natürlich nicht sie selbst, sondern ihre irdischen Vertreter:innen in Form der Sternsinger:innen.

Moment mal ... Morgenland?!

Abgesehen davon, wie viele Interpretationen und Legenden sich um ihre Person ranken, eines ist gewiss: Sie waren Sterndeuter und kamen aus dem Osten – und zwar wohlgemerkt aus dem Osten von Betlehem! Ihre genaue Route ist nicht bekannt, Gelehrte verorten ihre Herkunft entweder in Babylon (im heutigen Irak) oder in Palmyra (heutiges Syrien).
Bei wem klingelt da was: IRAK und SYRIEN?! Das sind doch zwei der Länder, die seit Jahren an der Spitze der Herkunftsstaaten von Asylwerber:innen in Österreich liegen!

Wie würden sie heute aussehen?

Also, liebe Christinnen und Christen: Würden die Weisen aus dem Morgenland heute an unsere Tür klopfen, wie würden sie denn aussehen? Wahrscheinlich nicht mit Kronen auf dem Kopf und Gold, Weihrauch und Myrrhe im Gepäck. Sondern eher wie die vielen gesichts- und namenlosen Männer auf den Bildern, die uns die Medien seit Jahren in der Berichterstattung über Flucht und Migration zeigen.
Und – öffnen wir ihnen die Tür? Eine eher rhetorische Frage, denn die aktuellen Diskussionen rund um Zeltunterbringungen, Bereitschaft zur Quartierbereitstellung und Erfüllung von vereinbarten Quoten in Bundesländern und Gemeinden zeugen eher vom Gegenteil.
Und wenn wir schon beim Thema sind: Auch das liebe blondgelockte Jesuskind, das im verschneiten (?) Stall friert, hat vermutlich ganz anders ausgesehen, als wir es uns in unseren Breitengraden gerne vorstellen. Es hatte Migrationshintergrund, eine Fluchtgeschichte und Diskriminierungserfahrungen – so wie es viele Nachfahren der Weisen aus dem Morgenland bei uns erleben.

Aber es geht doch!

Nicht ganz so weit im Osten tobt ebenso Krieg und wir haben bereitwillig unsere Tür geöffnet, Wohnungen zur Verfügung gestellt, Arbeitserlaubnisse erteilt und breit unterstützt. Ich würde mir wünschen, dass wir auch daran denken, wenn Anfang Jänner die Sternsinger:innen an unsere Türen klopfen!

Foto: Privat

LESERIN DES MONATS

NAME Manuela Lindtner
IST vieles
FREUT SICH, wenn sich (mich) Menschen verstehen
ÄRGERT SICH über ständige Nörgler

Als Leserin des Monats (welche Ehre) darf ich erklären, warum ich Apropos lese und schätze. Was für eine Frage, denke ich zuerst, doch wie beschreiben? Ich versuche es: Da wäre zum einen das Titelinterview, meist hochinteressante Themen, gut recherchiert und befragt. Gefolgt von Freizeittipps, Angebote wie den Apropos-Chor oder die Führung „Überleben“ (bald oder mittlerweile schon ergänzt durch Frau Aigner!), aufgelockert durch Kochrezepte und Rätsel. Aber jetzt kommt's, der für mich absolute „Leckerbissen“ ist die Schreibwerkstatt. Faszinierend, wie unterschiedlich die Schreibarten sind, einfach genial. Bitte überzeugen Sie sich und lesen Sie! Es ist nett, so Apropos-Verkäufer:innen kennenzulernen. Natürlich ist da noch der soziale Aspekt, aber es ging um die Frage des Lesens.
Einst schrieb ich einen Leserbrief an die SN über das lesenswerte Apropos, ua. dass Apropos eine sehr gute Ergänzung zur Tageszeitung ist. Man erfährt lokale Dinge, die man sonst nirgends findet. That's it!

TIPP

LAUCH

Untrennbar mit allen Varianten einer Quiche Lorraine ist der Lauch verbunden. Sein Geschmack erinnert an die Zwiebel, das Wintergemüse ist aber bei Weitem nicht so scharf. Tipp: Lauch immer im Ganzen kaufen, da er sonst rasch sein Aroma verliert.

Apropos: Rezepte!

LAUCHKUCHEN

Fotos: Alexandra Embacher

zusammengestellt von Alexandra Embacher

Diese Liaison aus feinem Mürbteig, frischem Lauch und säuerlicher Crème fraîche: Fans der französischen Küche sollte hier bereits das Herz zu schmelzen beginnen. Denn Judith Mederer bringt zum Neujahrsauftakt einen herzhaften Lauchkuchen mit, dessen Rezept sie als „hoffentlich ist das nicht zu einfach“ ankündigt, wir uns aber über einen deftigen Klassiker freuen. Doch was wäre ein eigenes Rezept, wenn nicht ein paar Adaptionen gemacht worden wären? So lässt sie den Speck einfach weg, „weil ich überhaupt wenig Fleisch koche und esse“. Uns soll es nicht stören.

Judith Mederer

Wenn es um Teige oder süße Backwaren geht, dann ist die zweifache Mutter voll in ihrem Element. Voraussetzung: Sie braucht Zeit und Muße dafür. Wenn es so weit ist, dann darf sich die ganze Familie freuen. Denn bei diesem Lauchkuchen der bekennenden „Rezeptkocherin“ stimmt von Teig über Fülle alles.

Für den Teig

- 200 g Mehl
- 1 Ei
- 100 g Butter
- 4 TL Wasser
- 1 TL Salz

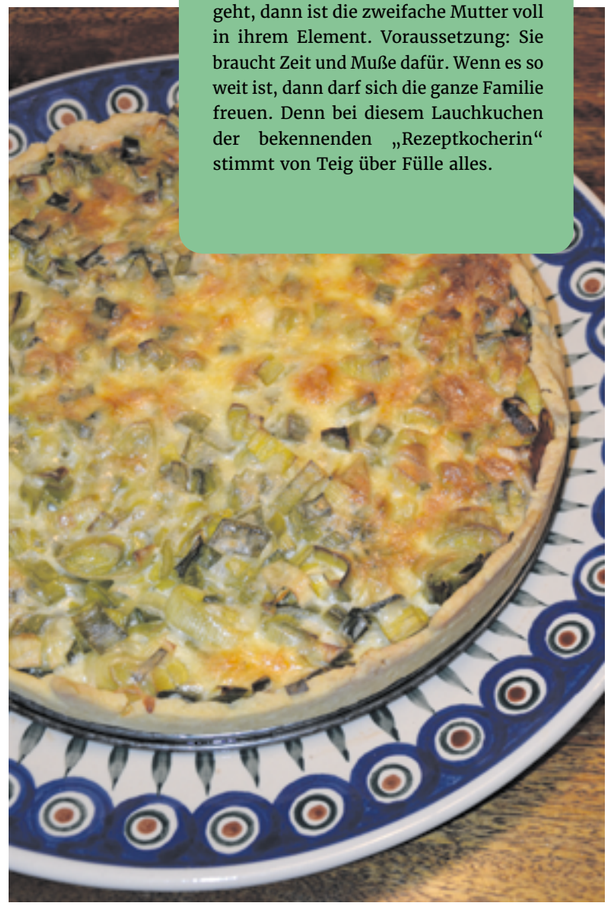
Für die Füllung

- 900 g Lauch
- 1 Bund Petersilie
- etwas neutrales Öl
- 125 g Crème fraîche
- 100 g Schlagobers
- 100 g Käse, gehobelt (z. B. Mozzarella)
- Salz, Pfeffer & Muskat

Zubereitung

1. Mehl in eine Schüssel sieben. Salz, kleingeschnittene Butter, Wasser und Ei hinzugeben.
2. Zutaten rasch zu einem glatten Teig verkneten und rund 30 Minuten im Kühlschrank rasten lassen.
3. In der Zwischenzeit für die Fülle den Lauch waschen und in Ringe schneiden. Mit Öl in einer Pfanne anbraten.
4. Petersilie fein hacken und mit den Gewürzen zum Lauch geben. Die Pfanne vom Herd nehmen.
5. Dann in einer eigenen Schüssel Crème fraîche, Obers und Käse verrühren, würzen.
6. Das Backrohr auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen.
7. Den Teig aus dem Kühlschrank nehmen und auf die Größe einer Backform oder des Backblechs auswalken und hineinlegen. Rand hochziehen und eventuell zurechtschneiden.
8. Die Lauchfülle auf den Teig geben und mit der Crème-fraîche-Obers-Käse-Mischung begießen.
9. Nach 35 bis 40 Minuten im Rohr ist der Lauchkuchen fertig.

Wer mag, kann den Lauchkuchen auch mit Speck rauchig-pikanter machen. Als Getränk bietet sich ein gut gekühlter Grauburgunder an.



UM DIE ECKE GEDACHT

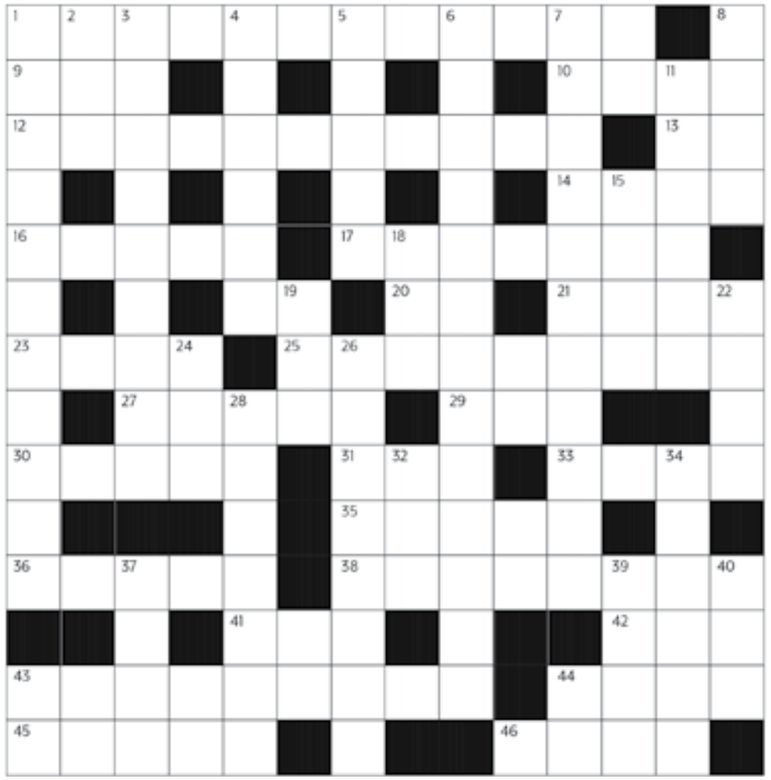


Foto: Privat

STECKBRIEF

NAME Klaudia Gründl de Keijzer
FREUT SICH über eine Hamburg-Reise
MACHT derzeit zu wenig Sport
VERSUCHT das bald wieder zu ändern

©Klaudia Gründl de Keijzer

Dezember-Rätsel-Lösung

Waagrecht

1 Melissengeist **10** Ana (-gramm) **11** Tara **13** Reutlingen **15** Mol (-lig) **16** Trabe **18** rerheufna/Anfuehrer **19** Raps **20** Am (-erika) **21** Dotter (D-Otter) **24** Ostufer **26** Meer **27** BMI (Body Mass Index) **28** Fallstrick (falls Trick) **30** Ana **32** Hast **34** Raubein **36** Troete **38** CNN **39** Naben **41** Ur **42** Hager **43** Egalite **44** TL (Teelöffel) **45** Einer

Senkrecht

1 Mordred **2** Lauerstellung **3** Int (-ernational) **4** Salpetersaeure **5** ennafp/Pfanne **6** Greta (Garbo / Thunberg) **7** IT (-Girl) **8** Samba **9** Troepfeln **12** AL (Abraham Lincoln) **14** Nr 17 Armut **20** AT (Audrey Tautou) **22** Oma **23** Tel (Mathys) **24** Omi **25** Sichtbar **27** Brunnen **28** Furcht (aus: FRUCHT) **29** Karel (Gott) **30** Ate **31** Aber **33** Sonia (aus: IASON) **35** Anal / Lana **37** Tuer **40** Age (Ice Age)

Waagerecht

1 In keinem Laubwald zu finden. (Mz.)
9 Erster in Kürze in märchenhafter Räubererzählung.
10 Freute sich vornämlich über literarischen Ehrenpreis im Jahre 2002.
12 Macht glatt platt.
13 Braucht der alte Römer für Aufzählungen und Aneinanderreihungen.
14 Ausruf + Ortshinweis = spritziger Bestandteil.
16 War manch Puppe vorher! Verhüllt manch Gesichtsfeld.
17 Macht der ein oder andere Tänzer. Dort findet man keine Bäume. (tw. Mz.)
20 Macht die Eisenbahn als Vorsatz kleidsam.
21 Der ärgste Feind von Moby Dick.
23 Zwei Partner für Chanel?
25 Denkt sich manch TurnerIn beim Spagat: „Das … geht mir auf die Nerven.“
27 Sehr grober Niederschlag.
29 Ist längst außerordentlich nützlich, weiß v.a. Internet-User.
30 Nicht nur, wer eine ist, zieht unglücklicherweise manchmal auch eine.
31 Nett gesagt: Die Mutter des Bruders des Vaters.
33 „Ein … sich wenig daran kehrt, wenn man ihn was Gutes lehrt.“ (Sprw.)
35 Wer in die kommt, ist unerwünscht und hinderlich.
36 War nämlich einer von den bekannten Pilzköpfen.
38 Enttäuschter Seufzer des Kartenspielers am Attersee.
41 Sie ist sprichwörtlich ein ständiger Kampf und fängt mit Ringen an.
42 Beginnende Weinrarität, der sich u.a. bei 1 waagrecht und in 17 waagrecht aufhält.
43 Der ist gut als Absatz, aber schlecht als Hochspringer.
44 So richtig finden's manche nur in der Liegestatt.
45 Was in die geht, ist misslungen. (Ez.)
46 Transportwagen, der nämlich eine Frau benennt.

Senkrecht

1 Wird von Lebensbeginn an durchtrennt.
2 Eher von der leichten Seite in der Metallurgie.
3 Mehrere Aktricen namens Marlene? Öffnungshelfer. (Mz.)
4 Das zu tun, ist sicher von erheblichem Vorteil bei einer 41 waagrecht.
5 Verlängerter Kellner im Kaffee.
6 Meist Streitpunkt bei Wahlkämpfen. (Mz.) Bei Veranstaltungen führt man 1, um die richtigen 2 zuzuordnen.
7 Kaffee oder PS-schwache Fahrgelegenheit.
8 In Griechenland buchstäblich an zweiter Stelle.
11 Der verwirrte österreichische Liedermacher schwimmt hier aufwärts.
15 Typischer Bewohner der Schweizer Almen, kannte schon Heidi.
18 Umgestürzte private Kanalauswahl.
19 Das ihre macht Madonna angeblich Probleme.
22 Meister Petz in Toronto?
24 Von unten gesehen: Ist auf Lanzarote und wesentlich für eine chinesische Philosophie.
26 „Die Katzen halten keinen für …, der nicht miauen kann.“ (M. von Ebener-Eschenbach)
28 Trägt dazu bei, nicht übersehen (und vor allem nicht überhört) zu werden.
32 In der Immunität lässt sich auch eine Glaubensgruppe entdecken.
34 Der sozialistische Wähler mag keine … Freude empfinden beim Sieg der Konservativen.
37 Schockierende Antwort für Jüngling, der auf Freiersfüßen wandelt.
39 Bei dem Hahn lässt sich in Salzburg gut speisen.
40 Muss man nicht haben, um ihn zu ziehen.
43 Haben Radio Bremen und die Raiffeisenbank in Kürze gemeinsam.
44 Sagt der Mailänder statt 37 senkrecht.

Redaktion intern

LEISE RIESELN DIE NADELN

Foto: Privat

judith.mederer@apropos.or.at
Tel.: 0662 / 870795-23

Bald wandern die Christbaumkugeln zurück in den Karton und für weitere elf Monate auf den Dachboden oder in den Keller. Der Christbaum lässt seine Nadeln fallen. Jetzt ist es Zeit, dass wir uns vom alten Jahr verabschieden. Vom alten Jahr verabschieden ist eine leichte Aufgabe; einerseits deshalb, weil wir nicht drum herumkommen, und andererseits, weil wir zu wissen glauben, was uns im neuen Jahr erwartet.

Manchmal wird uns die eigene Entscheidung des „Ade-Sagens“ vom Leben abgenommen. Ungewollt Abschied nehmen von nahestehenden Menschen oder liebgewonnenen Dingen fällt meist schwer. Wir würden gern wissen, wie es weitergeht, wenn etwas vorbei ist; das Leben lässt sich aber nicht in die Karten schauen. Außerdem haben wir nicht gelernt, wie wir durch Abschied entstandene Lücken füllen können. Dann müssen wir zuversichtlich darauf vertrauen, dass sich das Leben einen guten Plan überlegt hat!

In diesem Sinne: Allen Leserinnen und Lesern ein gutes Jahr 2023!

Foto: Bernhard Müller

NAME Verena Siller-Ramsl
IST trotz allem ein Glückskind
BRAUCHT die anderen und das Alleinsein
MAG die Stille im Kopf
VERTRAUT dem schlauen Bewusstsein, das in allem ist

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

Unsere Stimme wird gehört!

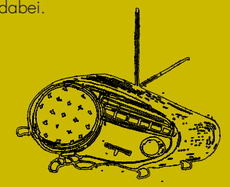
mexiko anders

Das Solidaritätskomitee Mexiko Salzburg bringt Auseinandersetzung mit sozialpolitischen Themen auf Sendung.

Meistens geht es dabei um Mexiko und die Projekte des Solidaritätskomitees Mexiko Salzburg: Menschenrechtsbeobachtung in Chiapas, Solidaritätsaktionen für politische Gefangene und Informationen von Menschenrechtsorganisationen, mit denen sie zusammenarbeiten.

Das alles in einem Mix aus Spanisch und Deutsch und gewürzt mit lateinamerikanischer Musik.

„Mexiko anders“ ist seit 2009 auf der Radiofabrik on Air.
Entstanden ist es aus einer Frauenzimmer-Sendereihe von Sabaha Sinanovic mit Edith Hanel und Ricardo Loewe (der leider im November 2022 verstorben ist).
Carolina Leon und Walter Schnöll sind ebenfalls seit vielen Jahren mit dabei.



PROGRAMMTIPPS

unerhört! Das Magazin – offen und vielschichtig
Jeden 2. & 4. DO ab 17:30 Uhr
WH am FR 7:30 und 12:30
Bringt Themen aus Salzburg, denen es Gehör verschaffen will.

Mitternachtsreigen
Jeden MI ab 23:00 Uhr
Die Sendung für Synthpop, Industrial, Electro und Wave-Fans. Party-Infos natürlich inklusive.

Plugged In
DI, 17. 1. ab 21:00 Uhr
Otto Fritsch präsentiert verschiedene Arten von Rock, ohne über Nichtkommerz oder Kommerz zu urteilen.

The Rocking 50's
Jeden SA ab 13:00 Uhr
Eine Stunde Hillbilly, Rockabilly und Rock'n'Roll, Rhythm & Blues, Jive, Western-Swing und Country.

Spinn i? Spinnst du?
DO 19. 1. ab 18:00 Uhr
Klient:innen der Pro Mente Salzburg gehen diesen Fragen nach und gestalten buntes Radio.

Gitarre und Meer
SO, 15.1. ab 18:00 Uhr
Captain Carsten schifft von den stillen Buchten der Akustikgitarre bis zur stürmischen See des Metal.

My favourite Music WOAAAAH!
Jeder Freitag ab 11:00 Uhr
Wonderful Jazz Music, sometimes spiced with great Soul – a real rare radio gem presented by David Hubble.

TALK2MUCH
MO 23. 1. ab 22:00 Uhr
Alles was Mikki und Mea unters individuelle Radar rutscht, findet in dieser Sendung Platz.

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

Foto: Privat

STECKBRIEF

NAME Maria Elisabeth Rosenlechner
IST ein Schreiberling
LEBT in Salzburg
FINDET, dass die Liebe nie versagt
SCHREIBT am liebsten in der Nacht
FREUT SICH, wenn Stille sie einhüllt

Kolumne

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.

von Maria Elisabeth Rosenlechner

Für die frühe Morgenstunde hat die Sonne schon sehr viel Kraft. Ich bin schon seit sechs Uhr unterwegs. Mit der ersten Seilbahn bin ich hochgefahren zum Höhenrundweg. Mein Ziel ist der Hochkogel. Frohen Mutes und beschwingt bringe ich mit den alten Bergschuhen meiner Mutter die ersten zwei Kilometer hinter mich. Da die Schuhe schon sehr alt sind, machen sie lustige Quietschgeräusche.

Ein Blick auf meine Wanderkarte zeigt mir, dass nach der nächsten Biegung kleinere Tümpel auftauchen müssten. Dort werde ich meine erste Rast machen und mich ausgiebig stärken für den folgenden Aufstieg auf den Berg. Achthundert Höhenmeter sind zu überwinden. Das ist nicht wenig.

Mühelos erreiche ich meine Raststätte. Als ich mich auf meiner mitgebrachten Decke niederlasse, durchfährt mich ein Wohlgefühl. Wochenlang habe ich mich auf diesen Moment gefreut. Allein in den Bergen. Niemandem verpflichtet, nur ich mit mir und der Gebirgsnatur.

Ich labe mich an Kaminwurzeln, Käse, Apfel und Brot. Ausgiebig trinke ich auch.

Nun packe ich den Rest meiner Jause wieder in den Rucksack und marschiere weiter. Es ist nicht mehr weit bis zum Fuß des Hochkogels. Ich genieße den Ausblick. Von Weitem sehe ich schon mein Ziel hochragen. Stolz türmt er sich auf in der Landschaft. Es ist der höchste Berg weitum.

Dieser Anblick beflügelt mich. Schnell gelange ich zum ersten Anstieg. Ohne Rast überwinde ich die ersten Höhenmeter. Es ist heiß. Die Baumgrenze liegt schon weit hinter mir. Steinig präsentiert sich mir der Berg. Sicheren Schrittes erklimme ich Meter um Meter. Die Anstrengung macht sich bemerkbar. Ich mache eine Trinkpause. Gegessen habe ich ja genug. Ich atme tief durch. Meine Lungen saugen die würzige Bergluft ein. Die Almwiesen sind schon weit hinter mir. Hier wächst nichts mehr. Ich liebe diese kahle Landschaft. Zwei Stunden stapfe ich dahin. Dann sehe ich das Gipfelkreuz. Weit und breit kein Mensch. Oben angekommen, trage ich mich in das Gipfelbuch ein. Dazu setze ich mich auf die Bank nahe dem Kreuz. Einen Stempel gibt es auch. Ich versehe mein Bergtagebuch damit. Ich genieße die Stille. Unwillkürlich schließe ich meine Augen. Tiefe Dankbarkeit für diese Art von Natur durchströmt mich.

Da … da dringt ein Laut an mein Ohr … was ist das? Ich bin doch allein hier. Ich drehe mich um … nichts … Stille … da, wieder ein Laut … nein … es sind mehrere Laute. Ich drehe mich nochmals um. Das muss hinter der Kuppe sein.

Ich stehe auf und nähere mich dem Kuppenrand.

Ja … was ist das denn? Jetzt bin ich nahe genug und da höre ich ein Määäh! … Und noch eins. Und da sehe ich sie schon … eine kleine Gruppe von Schafen hat sich hierher verirrt. Das gibt es doch nicht! Meinen Lieblingstieren begegne ich hier in dieser Höhe!

Hinter der Kuppe ist ein kleines bewachsenes Hochplateau. Die Schafe lagern da ruhig und genießen die Kräuter, die sie hier finden. Ein Schaf nach dem anderen begrüßt mich, so sehe ich das jedenfalls… Mäh! … Mäh! … Mäh!

APROPOS
STRASSENZEITUNG FÜR SALZBURG

Besuchen Sie uns für Hintergrundinformationen:
www.apropos.or.at

Folgen Sie uns auf:
Apropos. Salzburger Straßenzeitung
ich_lese_apropos

Chefredaktion intern

JETZT IST ES WIRKLICH SO WEIT

Foto: Verena Siller-Ramsl

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

Das alte Jahr ist vollendet und es stehen die Weichen auf Neubeginn. Mit Jänner übernimmt Michael Grubmüller die verbleibenden 4 Stunden von Matthias Huber und ist nunmehr mit 18 Stunden für den Vertrieb (Zeitungsausgabe, Verkäufer:innenbetreuung, Abos, Stadtspaziergang) verantwortlich. Wir sind sehr froh, mit ihm einen Nachfolger gefunden zu haben, der seit dem Bewerbungsgespräch so gut zu uns passt und sich in den vergangenen drei Monaten wunderbar eingearbeitet hat. Wie so oft bei Neuerungen gibt es jedoch auch ein weinendes Auge. Matthias Huber hat im August 2018 als 23-Jähriger den Vertrieb übernommen, weil er uns zuvor als Praktikant überzeugt hatte. Bis dahin lagen die Geschicke des Vertriebs in den Händen von reiferen Männern, die sich dann in die Pension verabschiedet haben (zum Glück bleibt uns Hans Steininger nach wie vor einen Vormittag in der Woche erhalten). Ich habe immer empfunden, dass Matthias eine alte Seele in einem jungen Körper ist. Egal, ob es sich um Konflikte zwischen Verkäufer:innen, Beschwerden von Käufer:innen, finanzielle, behördliche oder gesundheitliche Notlagen gehandelt hat, Matthias hat sich immer eingefühlt, nachgedacht, abgewogen und dann die entsprechende Entscheidung getroffen. Er macht sich jetzt auf den Weg, sein Jus-Studium abzuschließen. Ich freue mich für alle künftigen Arbeitgeber:innen oder Auftraggeber:innen, die ihn für sich gewinnen können – sein Einfluss wird ihre Systeme weise bereichern. Wir werden dich vermissen, lieber Matthias!

Vertrieb intern

LICHTBLICKE

Foto: Sara Bubna

michael.grubmueller@apropos.or.at
Tel.: 0662 / 870795-21

Ukrainekrieg, Energiekrise, Klimakrise, Inflation. Die Liste ließe sich fortsetzen. Derzeit gibt es mehr als genug Gründe, den Glauben an das Gute zu verlieren oder wenigstens zu vergessen. Ich merke auch bei mir, wie ich den Hauptabendnachrichten aus dem Weg gehe – es ist genug Negativität. Doch wenn ich genau hinschaue, blitzen sie immer wieder aus dem Alltagsgrau heraus: die Momente, die Freude bereiten. Auf die eine oder andere Art. Einer unserer Verkäufer hat einen Job bekommen, eine andere eine dauerhafte Unterkunft. Immer wieder erreichen mich Anrufe oder E-Mails, in denen sich Menschen positiv über unsere Verkäufer:innen äußern oder nachfragen, wann er oder sie wieder zurückkommt, weil „etwas fehlt“. Natürlich auch die Spenden, die uns das ganze Jahr über, aber besonders im Advent, erreicht haben. Liebe Leserinnen und Leser von Apropos: Vielen Dank im Namen unserer Verkäufer:innen, dass Sie auch in Krisenzeiten Ihre Großzügigkeit und Menschlichkeit behalten!

DIE NÄCHSTE AUSGABE ERSCHEINT AM 30. JÄNNER 2023

WÄRME

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 Michael Grubmüller
Redaktion & Vertrieb Verena Siller-Ramsl
Redaktion Judith Mederer
Redaktion & Social Media Sandra Bernhofer
Vertrieb Hans Steininger, Matthias Huber
Lektorat Mattias Feldner
Gestaltung Annette Rollny, www.fokus-design.com
Cover iStock **Foto Editorial** Christian Weingartner
Druck Landesverlag Druckservice GmbH

Mitarbeiter:innen dieser Ausgabe
Christine Gnahn, Arthur Zgubic, Monika Pink-Rank, Wilhelm Ortmayr, Ricky Knoll, Luise Slamanig, Edi Binder, Andrea Hoschek, Evelyne Aigner, Georg Aigner, Hanna S., Narcista Morelli, Sonja Stockhammer, Kurt Mayer, Laura Palzenberger, Christina Repolust, Ulrike Matzer, Ursula Schliesselberger, Alexandra Embacher, Klaudia Gründl de Keijzer, Georg Wimmer, Ulli Hammerl, Eva Karel, Eva Daspelgruber, Anna Papst, Magdalena Lublasser-Fazal, Anna Maria Stadler, Manuela Lindtner, Maria Elisabeth Rosenlechner, Andreas Brandl
Bankverbindung Salzburger Sparkasse Bank AG
IBAN: AT74 2040 4000 4149 8817, BIC: SBGSAT2SXXX

Nächster Erscheinungstermin 30.01.2023
Nächster Redaktionsschluss 08.01.2023

SALZBURG AG

DAS BESTE NETZ
JETZT GRATIS*

CABLELINK Internet 100

connect TESTSIEGER FESTNETZTEST LOCAL PLAYER Salzburg AG

PC Magazin Breitband Benchmark Österreich BESTER REGIONALER ANBIETER Salzburg AG

salzburg-ag.at/dasbestenetz

*Angebot gültig bis 31.01.2023: 3 Monate kein Grundentgelt, keine anteilige Servicepauschale und kein Inbetriebnahmeentgelt samt WLAN-Modem für Neukunden bei Abschluss eines neuen CableLink Internetvertrages mit einer Mindestvertragsdauer von 12 Monaten. Nach Ablauf der Freimonate werden die Entgelte laut Produktblatt zum Zeitpunkt des Vertragsabschlusses verrechnet. Netzanschluss der Salzburg AG am Objekt und Hausinstallation vorausgesetzt, vorbehaltlich technischer Realisierbarkeit. Angebotsdetails: **www.salzburg-ag.at/angebote zzgl. Internet-Servicepauschale EUR 28,80/Jahr (monatlicher Teilbetrag EUR 2,40). Alle Preise in Euro inkl. USt.**

ICH LESE APROPOS
STRASSENZEITUNG FÜR SALZBURG

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 michael.grubmueller@apropos.or.at
Auch per Post sind wir für Sie da:
Apropos, Glockengasse 10, 5020 Salzburg