

NOVEMBER 2025

# APROPOS

DIE SALZBURGER STRASSENZEITUNG

Ihr:e Verkäufer:in sagt Danke!

3,00€

Nr. 266 | Den Verkäufer:innen bleiben EUR 1,50



## *Es herbstelt*



Schwermut auf der Seele  
Herbstzeit ist Biberzeit  
im Herbst des Lebens

## 6

**Aus eigener Erfahrung**

Das Peer Center Salzburg unterstützt psychisch Erkrankte. In der Stadt Salzburg, Zell am See und in Tamsweg werden Betroffene begleitet – von Menschen, die selbst psychische Krisen erlebt haben.



## 10

**Auf Bibers Spuren**

Redakteurin Judith Mederer machte sich mit Biologin und Biberexpertin Karin Widerin auf die Suche nach dem Biber in Salzburg.



## 12

**Gedanken über das Altern**

Früher lebte der ehemalige AK-Präsident Siegi Pichler eine 60-Stunden-Woche. Mit Georg Wimmer sprach der 73-Jährige über die verschiedenen Seiten des Alterwerdens.



## 22

**Autor trifft Verkäufer**

Apropos-Verkäufer Bobi Onica im Gespräch mit Autor Klaus Papula.

**Thema: ES HERBSTELT**

- 4 **Gute Nachrichten**  
Cartoon
- 5 **weiterdenken**  
Wortschatz des Monats
- 6 **Peer Center Salzburg**  
Unterstützung in der Krise
- 10 **Wo der Biber wohnt**  
Unterwegs mit Biologin Karin Widerin
- 12 **Über den Herbst des Lebens**  
Der ehemalige AK-Präsident im Gespräch
- 14 **Miteinander**  
Flachgauer Tafel

## 14

**Lebensmittel retten für den guten Zweck**

Die Ehrenamtlichen der Flachgauer Tafel sammeln Lebensmittel und verteilen sie an jene, die sie dringend brauchen.



## 27

**Apropos-Rezept**

Apropos-Verkäuferin Simona verrät ihr Rezept für die besten Krautrouladen: Sarmale!

**SCHREIBWERKSTATT**

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

- 16 **Ursula Schliesselberger**  
Luise Slamanić
- 17 **Evelyne Aigner**  
Georg Aigner  
Laura Palzenberger
- 18 **Solomon Ololagbose**  
Obinna Obika
- 19 **Edi Binder**  
Ogi Georgiev
- 20 **Friday Akpan**  
Ninel Banu  
Ciprian-Ilie Fieraru
- 21 **„Trotzdem“ von**  
Kerstin Herbek

**AKTUELL**

- 22 **Autor trifft Verkäufer**  
Klaus Papula im Gespräch mit Bobi Onica
- 24 **Kultur-Tipps**  
Was ist los im November?
- 25 **gehört & gelesen**  
Buch- und CD-Tipps zum Nachhören und Nachlesen
- 26 **Kolumne: Monika Pink**  
Leser:in des Monats
- 27 **Apropos-Rezept**  
von Alexandra Embacher

**VERMISCHT**

- 28 **Apropos-Kreuzworträtsel**
- 29 **Redaktion intern**
- 30 **Kolumne: Wörterwelten**  
von Amelie Crewe
- 31 **Vertrieb intern**  
Impressum

**Grundlegende Richtung**

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

**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.

**Editorial****ES HERBSTELT****Liebe Leserinnen und Leser!**

Wenn sich die Tage verkriechen und die Sonne blasser wird, packt der Herbst noch einmal alle Farben aus, damit wir sie ja nicht vergessen. Denn der karge Winter schaut zuweilen schon frostig und finster um die Ecke. Diese Aussicht vor Augen ist es ratsam, sich beizeiten einen emotionalen Winterspeck anzulegen, mit allem, was Wärme spendet: guten Gesprächen, warmen Stuben und dampfenden Gerichten. Hilfreich dabei ist mit Sicherheit unser neues Kochbuch, das ab sofort auf der Straße erhältlich ist. Denn die Apropos-Liebblingsrezepte liefern Wärmendes für Leib und Seele und sind obendrein noch ein besonderes Geschenk.

Gerade die dunklen Monate schlagen vielen aufs Gemüt. Eine psychische Krise aber hält sich an keine Jahreszeit. Was unterstützt, wenn der feste Boden fehlt, sind Gespräche auf Augenhöhe und der Austausch mit anderen Betroffenen. Das Peer Center bietet in der Stadt Salzburg, aber auch in Tamsweg und Zell am See diese Möglichkeiten. Julia Herzog hat Obmann Hannes Motal getroffen. Er selbst hat die Erfahrung eines starken Burn-outs gemacht. Bei seiner Arbeit geht es ihm vor allem auch darum, das Bewusstsein für psychische Erkrankungen zu stärken, damit jeder Mensch in einer Krise sich traut, Hilfe in Anspruch zu nehmen, egal ob in der Stadt oder auf dem Land. (S. 6–9)

Der Herbst ist die Zeit der Ernte, aber auch die Zeit, wo noch Garten und Terrasse winterfest gemacht werden. So hält es auch der Biber. Vor dem Winter arbeitet der große Nager unermüdlich, um Kälte, Feinde und Schnee auszusperren. Kollegin Judith Mederer hat sich mit Biberexpertin Karin Widerin getroffen und viel erfahren über Familie Biber, wie sie wohnt, was sie isst und wer den Bau zur gegebenen Zeit wieder zu verlassen hat. (S. 10–11)

Der Herbst da draußen kündigt vom nahen Winter, der Herbst des Lebens vom unvermeidlichen Älterwerden. Autor Georg Wimmer hat dazu Siegi Pichler getroffen. Als ehemaliger Präsident der Salzburger Arbeiterkammer war eine 60-Stunden-Woche für ihn normal. Was aber, wenn nicht mehr alles geht? Ein Gespräch über das Älterwerden, die Entdeckung der Langsamkeit und Freundschaften. (S. 12–13)

Die Herbststimmung in der Natur ist besonders, sie lädt zum Staunen und Nachsinnen ein. Das hat auch unsere Verkäuferin Laura Palzenberger gemacht und dabei herausgekommen ist ein Herbstgedicht. (S.17)

Ich freue mich, dass wir in dieser Ausgabe mit dem ersten Text einer jungen Autorin in der Rubrik Jung schreibt starten. Amelie Crewe macht den Anfang mit einem besonderen Herbsttext. (S. 30)

Ein gutes Einsammeln von Sonnenstrahlen, Farben und Nüssen wünscht

Verena Siller-Ramsl  
stellvertretende Chefredakteurin

Good News! Wie schön, wenn man davon hört, dass sich nicht nur Schlimmes, sondern auch Schönes und Erfreuliches auf der Welt tut. Diese guten Nachrichten möchten wir mit Ihnen teilen: Auf dass „Good News!“ Ihren Tag versüßt.

# DER ALTERNATIVE NOBELPREIS

von Tine May

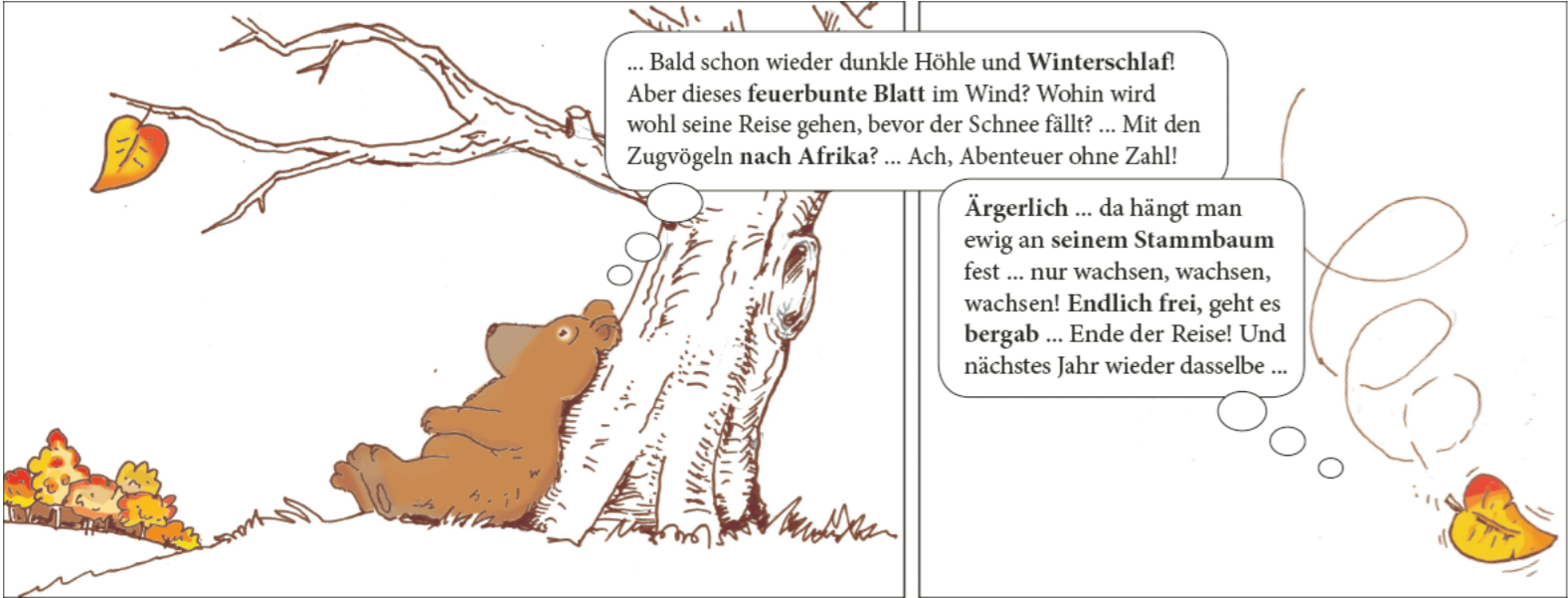
Die Idee entstand bereits in den 1970er-Jahren: Warum nur die Leistung hochrangiger Wissenschaftler:innen mit dem renommiertesten aller Preise, dem Nobelpreis, auszeichnen? Warum nicht auch Aktivist:innen, Politiker:innen und Engagierte, die gemeinsam die Welt ein Stück weit besser machen? 1980 wurde der „Right Livelihood Award“, auch bekannt als alternativer Nobelpreis, zum ersten Mal an Menschen verliehen, die mit ihrem Engagement für soziale Gerechtigkeit und Umweltschutz die Welt voranbringen. Lebensrettende Notfallzentren im Sudan, ein Kollektiv im Kampf gegen Myanmars Militärjunta, Klimagerechtigkeits-Aktivst:innen aus Ozeanien sowie die ehemalige taiwanische Digitalministerin für ihren Einsatz für die Demokratie – das waren die Preisträger:innen des Right Livelihood Awards 2025. Nicht nur sie, auch die vielen weiteren Nominierungen für dieses Jahr lassen Hoffnung in einer von Krisen geprägten Zeit aufkeimen: Überall auf

der Welt, berichtet Right-Livelihood-Direktor Ole von Uexküll, werde massiv und erfolgreich daran gearbeitet, Solidarität, Gerechtigkeit, Demokratie, Umwelt und Menschenrechte zu stärken. „Die vielen Engagierten und Projekte zu sehen, war wieder sehr ermutigend.“ Die Projekte zeigen deutlich, wie sich Engagierte zusammen tun, um trotz schwieriger Bedingungen ein besseres System zu schaffen. Ein Beweis dafür, betont von Uexküll, „dass Menschen in Krisenzeiten wachsen und dass Krisen die menschlichen Fähigkeiten zum Miteinander stärken“.

Jakob von Uexküll stiftete 1980 den Right Livelihood Award.



Der APROPOS-Cartoon von Arthur Zgubic©



# w e i t e r denken

Berichte aus der Armutsforschung

© Privat



STECKBRIEF

NAME Helmut P. Gaisbauer  
IST derzeit gut beschäftigt  
FREUT sich, dabei für andere da sein zu können  
GENIESST die Herbstsonnenstunden

# VOM INNEN UND VOM AUSSEN

von Helmut P. Gaisbauer

Im Herbst zerzt der Wind das leuchtende Laubkleid von den Bäumen, sie stehen mehr und mehr entkleidet und harren stramm der kommenden Kälte. Die Lebenssäfte ziehen sich in den sicheren Stamm zurück. Vom Außen ins Innen. Herbstzeit – Zeit der Innerlichkeit. Wovon lebt also heute der Mensch? Süßlich-herbe Gerüche, Farben- rausch an Hängen und Wegen, bitterfeine Geschmäcker, ein kleines Frösteln. Herbstzeit – Zeit gesteigerter Sinnlichkeit. Die Sinne sind's, die uns das Außen ins Innen holen, es dort zu bergen. Der Herbst ruft uns, die Ernte einzufahren. Bilder in der Scheune des Lebens. Unsere Sinnlichkeit erkennt uns das, was aufs Leben gesehen Wert trägt, uns guttut, das Leben fließen und warm pulsieren lässt. Hier, wo Innen und Außen einander berühren, sind wir ganz bei uns. Hier postieren wir uns richtig, die Scheune zu füllen, im Außen zu holen, ins Außen zu bringen. Im Herbst sichten wir vor allem und holen ein, um unter anderen Sonnen vermehrt geben zu können.

Darf es so herbsteln? Wir leben ja nicht nur unter dem Regime der Jahreszeiten, sondern auch in einer sozialen Welt des politisch gestalteten Miteinanders. Eine These: Eine wohlgeordnete, gute Gesellschaft ist eine, die ein solches Herbsteln ermöglicht und befördert – für alle ihre Mitglieder. Gerade im Herbst muss gelten: leaving NO BODY (and NO SOUL) behind! Die soziale Welt ist die zweite Seite der Innerlichkeitsmedaille. Die frei gewählte Armut im mönchischen Kleid kann ein direkter Weg zur Pflege der Innerlichkeit sein. Finanzielle Not, ungesichertes Wohnen, soziale Ausgrenzung dagegen sind erdrückendes Gift für die Innerlichkeit. Nicht nur körperlich, auch im Inneren, seelisch, können wir verhungern und verdursten, austrocknen und sterben. Wovon also lebt der Mensch, wenn die Tage kürzer werden und die Temperaturen sinken? Von der facettenreichen und grenzenlosen Romantik, vom Wein des Herbstes ebenso wie vom Brot, von Zuspruch und Beziehung, unter dem eigenen festen Dach und in wohliger Wärme.

## Peiskos

norwegisch, Substantiv; deutsch: Gemütlichkeit am Kamin

Das Wohlgefühl, vor einem knisternden Feuer zu sitzen und die Wärme zu genießen.

### WORTSCHATZ DES MONATS

Fernweh, Weltschmerz und Fingerspitzengefühl – die deutsche Sprache birgt Begriffe, die ein Gefühl oder einen Umstand so treffend zum Ausdruck bringen, dass eine Übersetzung in andere Sprachen kaum möglich scheint. Doch auch viele andere Sprachen haben solche unübersetzbaren Wörter. Jeden Monat stellen wir einen dieser Wortschätze vor.

... die Dinge  
Schritt für Schritt  
nehmen

„Meine psychische Krise war ein Prozess. Es hat winzig kleine Schritte gebraucht“, erzählt Hannes Motal vom Peer Center Salzburg.

#### Titelgeschichte

# MEIN KOPF, DER FEIND

Kürzere Tage, wenig Sonnenlicht und sinkende Temperaturen – die dunkle Jahreszeit schlägt vielen Menschen aufs Gemüt. Psychisch Erkrankte kennen Stimmungstiefs das ganze Jahr über. Was hilft: der Austausch mit Gleichgesinnten. Das Peer Center hat sich diesem Austausch auf Augenhöhe verschrieben. In der Stadt Salzburg, Zell am See und in Tamsweg werden Betroffene begleitet – von Menschen, die selbst psychische Krisen erlebt haben.

von Julia Herzog

**E**in großer Tisch im Pfarrsaal in Zell am See. Darauf stehen acht Teller, dazu farbenfrohe Tassen in Rot und Grün. In der Mitte des Tisches finden sich eine blaue Thermoskanne mit heißem Wasser, ein Brotkorb mit frischem Gebäck, Butter, Marmelade und ein Glas Nutella. An dem liebevoll vorbereiteten Tisch warten die Peer-Mitarbeitenden Elke Hollaus und Hannes Motal jeden ersten und dritten Montag auf jene Menschen, die an der Gesprächsgruppe für psychisch Erkrankte teilnehmen. Das Gesprächsangebot am Morgen hilft, dem Tag eine Struktur zu geben. Beim gemeinsamen Frühstück wird geredet und die Menschen dürfen spüren, dass sie willkommen sind. „Die Gesprächsgruppen sind für Menschen, die an einer psychischen Erkrankung leiden oder sich gerade in einer Lebenskrise befinden“, erklärt Motal, Obmann des Vereins. Um die 15 Personen nehmen zweimal im Monat hier im Pfarrsaal in Zell am See Platz. Hollaus betreut die Gruppe gemeinsam mit einer Kollegin oder einem Kollegen aus Salzburg. Bei den Gesprächsgruppen gehe es dabei vor allem um Gemütszustände, um Gefühle. „Ich frage die Leute, was sie diese Woche gemacht haben. Wie es ihnen im Alltag geht. Und manchmal kann ich auch etwas aus meiner Erfahrung geben.“

Seine Erfahrung, damit meint Motal ein starkes Burn-out, das er 2018 erlitt. Zwischen 12 und 16 Stunden pro Tag arbeitet er damals als selbstständiger Tonmeister auf Großveranstaltungen in ganz Europa. „Mein letzter Job war für Swarovski. Als ich nach Hause kam, bin ich umgefallen und das war's. Ich war komplett leer.“ Das war zu Silvester. Motal wird ins Krankenhaus eingeliefert, es folgt ein zehntägiger Spitalsaufenthalt. „Ich konnte nicht mehr gehen und habe am ganzen Körper gezittert. Ich dachte, ich kann nie mehr gehen. Ich bin zehn Tage mit dem Rollator gegangen. Mit 56.“

Für manche seien seine Erzählungen darüber, welche starken körperlichen Beschwerden eine psychische Erkrankung auslösen kann, schwer vorstellbar. „Man muss sich das einmal vorstellen, dass man nicht mehr gehen kann, weil der Kopf nicht mehr mitmacht. Das ist das Schlimme daran, dass der Kopf der größte Feind wird.“ Ein Buch lesen oder Musik

„Ich habe immer  
gern und viel  
gearbeitet, bis es  
dann nicht mehr  
gegangen ist.“

hören, das wurde für Motal zur unmöglichen Kraftanstrengung, jeder Reiz von außen ist überfordernd. „Ich bekam Panikattacken. Es war alles zu laut, zu viel.“

#### Aus eigener Erfahrung

Hannes Motal geht nicht mehr in seinen früheren Beruf zurück. Bei einer Reha in St. Veit verliebt sich der gebürtige Wiener in das Salzburger Land und bleibt. Was Motal damals nicht ahnt: Sein Leidensweg soll ihn später dafür qualifizieren, Menschen, die sich in ähnlichen psychischen Krisen befinden, auf Augenhöhe zu begleiten. Denn alle Mitarbeiter:innen des Peer Center haben selbst psychische Erkrankungen erlebt. Das macht die neun ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen zu Expert:innen aus Erfahrung. „Bevor man eine Gruppe leitet, nimmt man sechsmal selbst an einer Gesprächsgruppe teil. Danach leitet man die Gruppe dreimal gemeinsam mit einem Beisitzer“, erklärt Motal die

Kriterien, um Peer-Mitarbeiter:in zu werden. Wer eine Gruppe leitet, moderiert und schafft eine gute Gesprächsatmosphäre.

#### Aggregatzustände des Menschseins

Inzwischen haben sich sieben Personen um den Frühstückstisch im Zeller Pfarrhof versammelt. Motal legt ein Kartendeck auf den Tisch. „Mood Cards“ steht in dicken Lettern darauf. Auf der Verpackung befinden sich ein fröhlicher und ein trauriger Smiley. „Mag jemand eine Karte ziehen und ein bisschen erzählen?“ Ein Teilnehmer meldet sich und blättert durch das Deck. Auf jeder Karte ist ein Gesicht mit einer Emotion wie Angst, Freude oder Wut abgebildet. Nach kurzer Suche wird der Mann fündig und legt eine Karte vor sich auf den Tisch. Er beginnt zu erzählen und lässt die Gruppe daran teilhaben, wie er sich heute fühlt.

„Die Mood Cards helfen bei der Deutung der eigenen Gefühle. Man zieht eine Karte für die Stimmung, in der man sich gerade befindet. Dann wählt man eine Karte mit der Stimmung, die man vielleicht lieber hätte. Es ist eine Hilfestellung für positive Gefühle.“ Ein Teilnehmer spricht, dann bringen sich auch die anderen ein und erzählen von sich. Schnell entsteht ein Gespräch – ein Miteinander, in dem Erfahrungen geteilt und Themen gemeinsam besprochen werden. „Im Grunde geht es in den Gruppen immer um die Aggregatzustände des Menschseins, die jeder kennt“, erklärt Motal. Die Peer-Mitarbeiter:innen moderieren die Gruppen. Offenheit sei dabei die Grundlage für die Arbeit im Peer Center: „Unsere Aufgabe ist es, ein offenes Ohr zu schenken. Wir werfen Fragen in die Runde, aus denen sich ein Gespräch ergibt. Aus diesem Fundus an Informationen können sich die Menschen etwas mitnehmen.“ Wichtig ist dem Peer Center die Abgrenzung zu einer Gruppentherapie oder psychothe-



## BUCHTIPP

**MEIN LEBEN IN VIELEN FARBEN**  
**Michaela Lerchner**  
 Verlag Anton Pustet 2025  
 15 Euro

Schwester Michaela Lerchner ist Ordensfrau bei den Halleiner Schwestern Franziskanerinnen und ehemalige Obfrau des Peer-Centers. Sie erzählt von ihrem Heilungsweg raus aus der Depression.

rapeutischer Hilfe. „Wir therapieren nicht, wir hören zu und moderieren das Gespräch.“ Die Peer-Mitarbeiter:innen unterliegen dabei strengster Verschwiegenheitspflicht. Was in den Gesprächsgruppen und Einzelgesprächen besprochen wird, ist vertraulich und wird nicht nach außen getragen.

## Angebot in Stadt und Land

Auch die Räumlichkeiten im Peer Center in der Stadt Salzburg hellen die Stimmung auf. Der Gruppenraum ist freundlich gestaltet, die Wände sind sonnengelb. Beim Betreten spürt man: Es sind Räume, die tragen und ein geschütztes Ankommen ermöglichen. „Bevor die Menschen das erste Mal an einer Gruppe teilnehmen, kommen sie manchmal für ein Einzelgespräch zu uns. Sie sehen sich die Räume an und stellen Fragen.“ Betroffene, die sich an das Peer Center wenden, haben oft bereits einen langen Leidensweg hinter sich. Die Mitarbeiter:innen lassen sie im Erstkontakt spüren, dass ihnen jemand auf Augenhöhe begegnet. Jemand, der auch Krankheitserfahrung gemacht hat und das Leid einer psychischen Krise kennt. Unterstützung finden Betroffene in der Stadt Salzburg mehrmals pro Woche: „In der Stadt finden die Gesprächsgruppen mit Frühstück mittwochs und freitags statt, jeden Donnerstag gibt es eine Gesprächsgruppe mit Kreativität. Auch Einzelgespräche sind nach telefonischer Vereinbarung möglich“, erklärt Motal das Angebot in der Landeshauptstadt. Neben den Gesprächsgruppen haben im Peer Center auch Aktivitäten Platz – etwa gemeinsames Kekseessen und Kaffeetrinken für Menschen, die zu Weihnachten allein sind. Auch Ausflüge werden durch die finanzielle Unterstützung vom Behindertenrat ermöglicht. So gab es für die Mitarbeiter:innen und Teilnehmer:innen im vergangenen Jahr eine Winterwanderung und Kutschenfahrt in Lungötz, eine Führung durch die Salzburger Festspielhäuser und eine

gemeinsame Wanderung auf das Zwölferhorn in St. Gilgen. „Zu sehen, wie Menschen gemeinsam Spaß haben, bei Achtsamkeitsübungen mitmachen und neue Freundschaften entstehen, begeistert unser Team immer wieder. Die Projektstage sind etwas ganz Besonderes.“

Neben dem Behindertenrat wird die Arbeit des Peer Center vom Land und der Stadt Salzburg gefördert. Das gesamte Angebot von Gesprächsgruppen über Einzelgespräche und Ausflüge kann ohne Anmeldung, kostenlos und anonym in Anspruch genommen werden. Auf Anfrage begleitet eine Sozialarbeiterin Betroffene darüber hinaus zu Ämtern, etwa der ÖGK oder SVS. Neben dem Standort in Stadt Salzburg

„Dazu zu stehen, dass ich eine Erkrankung habe, war ein wichtiger Teil meiner Genesung.“

und Zell am See ist das Peer Center mit einer Zweigstelle in Tamsweg aktiv. Dort finden im Moment nur Einzelgespräche statt – jeden ersten Dienstag im Monat. Einmal im Monat fährt Motal ins Kardinal-Schwarzenberg-Klinikum, um die Arbeit des Peer Center auch im Pongau vorzustellen. „Mir ist wichtig, unsere Arbeit sichtbar zu machen und möglichst viele Menschen zu erreichen, die davon profitieren könnten.“ Vernetzung und Austausch finden darüber hinaus in Form von Trialogen statt. Dabei handelt es sich um offene Gesprächsrunden für Betroffene psychischer Erkrankungen, Angehörige und Expert:innen aus dem psychiatrischen Bereich. Die Trialoge im Bundesland

Salzburg werden vom Verein AHA – Angehörige helfen Angehörigen koordiniert und finden regelmäßig zu unterschiedlichen Themen wie „Scham“, „Einsamkeit“ oder „Vom Sinn der Trauer“ statt.

## Stigmatisierung beenden

Wenn Hannes Motal über die Aktivitäten des Peer Center spricht, wird deutlich, dass es dem Verein neben der Unterstützung im Alltag auch darum geht, das Bewusstsein für psychische Gesundheit zu stärken. Hilfe in Anspruch zu nehmen, sei für viele Menschen in psychischen Krisen die größte Hürde. Hier möchte das Peer Center ansetzen und dazu beitragen, Themen rund um psychische Erkrankungen zu enttabuisieren. Was den gesellschaftlichen Umgang mit psychischen Erkrankungen angeht, wünscht sich der Obmann des Peer Center mehr Bewusstsein: „Meine Erkrankung zog einen Rattenschwanz an Problemen nach sich. Ich konnte nicht mehr arbeiten und kam schwer aus dem Bett. Und da wäre es natürlich schön, wenn es vom Umfeld mehr Verständnis und Unterstützung gäbe.“ Für Motal selbst war es wichtig, so offen wie möglich mit seiner Erkrankung umzugehen. „Ich hätte selbst nie von mir geglaubt, dass ich psychisch erkrankte. Ich habe immer gern und viel gearbeitet, bis es dann nicht mehr gegangen ist.“ Heute stehe er zu seiner Erfahrung mit einer psychischen Krise: „Das war ein wichtiger Teil meiner Genesung – dazu zu stehen, dass ich eine Erkrankung habe.“

## Kleine Schritte Richtung Heilung

Eine Geschichte, die Motal gern in den Gesprächsgruppen erzählt, handelt von den kleinen Schritten, die er auf seinem persönlichen Genesungsweg gemacht hat. Nach seinem zehntägigen Spitalsaufenthalt im Jahr 2018 kann er seine Wohnung zwei Monate nicht

verlassen. Zu groß sind die Überforderung und die Angst vor der Außenwelt. Jeden Tag sitzt er in der Loggia seiner Wohnung und beobachtet die Vögel im Garten. „In einem Strauch war ein Nest mit kleinen Vögeln. Ein Küken ist immer rausgehüpft, hat sich umgeschaut und ist wieder hineingehüpft. Ich habe eine Woche lang beobachtet, wie es sein Nest jeden Tag ein Stückchen weiter verlässt. Eines Tages ist es schließlich losgeflogen und ich dachte mir: Das kann ich auch.“ Motal verlässt seine Wohnung und setzt sich auf die Stiege vor seinem Haus. „Die ersten zwei Tage bin ich gleich wieder reingegangen.“ Doch Stück für Stück schafft er es weiter hinaus – bis er kurz vor Beginn seiner Reha im Park sitzt. „Meine psychische Krise war ein Prozess. Ich wollte meine Wohnung wieder verlassen und in die Stadt gehen können, aber das funktionierte nicht. Es hat winzig kleine Schritte gebraucht.“ Stets achtsam sein und gut auf seine Ressourcen achten, muss der Obmann des Peer Center auch heute noch. „Ich habe meine Strategien und schaue gut auf mich. Wenn ich merke, dass mir etwas zu viel wird, stecke ich zurück.“ Einmal schenkte ihm eine Teilnehmerin nach einer Gesprächsgruppe einen kleinen Vogel aus Porzellan – ein Symbol, die Dinge Schritt für Schritt zu nehmen. 🐦

Das Team vom Peer Center mit Engagement am Werk. Hinten (v. l.): Johann, Magret, Eva, Johanna, Hannes, Susanne, Elke. Unten (v. l.): Sonja und Monika.



## INFO



## Peer Center – Psychosozialer Betroffenen-Verein

Telefon: 0660 632 7410  
 buero@peercentersalzburg.at  
 ► [www.peercenter.at](http://www.peercenter.at)

## Stadt Salzburg

Lessingstraße 6, 5020 Salzburg

Gesprächsgruppe mit Frühstück  
 jeden Mittwoch und Freitag 9.00 Uhr – 10.30 Uhr

Kreativgruppe mit Gespräch  
 jeden Donnerstag von 14.00 Uhr – 16.00 Uhr

Einzelgespräche nach telefonischer Vereinbarung

## Peer Gruppe Pinzgau

Pfarrsaal, Bahnhofstraße 1, 5700 Zell am See

Gesprächsgruppe mit Frühstück  
 jeden 1. und 3. Montag im Monat von 9.30 Uhr – 11.00 Uhr  
 November: Montag 03.11.2025, Montag 17.11.2025  
 Dezember: Montag 01.12.2025, Montag 15.12.2025

## Peer Gruppe Lungau

Bröllsteig 6, 5580 Tamsweg

Dienstag 4. November 2025 von 9.00 – 16.00 Uhr  
 Dienstag 2. Dezember 2025 von 9.00 – 16.00 Uhr

Einzelgespräche jeden 1. Dienstag im Monat

Fleißige Nager

# VORBAUEN FÜR DEN WINTER

von Judith Mederer

Das Licht schwindet, der Biber kommt. Aus seinem Maul ragt ein großer Ast, den er hinter sich herzieht. In der Dämmerung beginnt Baumeister Biber sein Nachtwerk: Er schleppt Äste und Zweige, bevorzugt über den Wasserweg, herbei, türmt sie auf und klatscht obenauf noch eine ordentliche Portion Lehm oder Schlamm, um alles abzudichten. Wichtig ist ihm neben der Stabilität der Behausung, dass sich der Eingang unter Wasser befindet. So fühlt sich der Nager sicher gegen Eindringlinge. Wenn es wenig Wasser gibt, muss er noch weiteres Baumaterial herbeischaffen, mit dem er einen Damm baut, um Wasser zu stauen. Nur so ist gewährleistet, dass der Eingang zur Burg „unsichtbar“ – unter Wasser – bleibt. Und er die Sicherheit hat, dass sein Daheim vom Feind, zum Beispiel vom Fuchs, geschützt ist. Winterschlaf wird der Biber darin aber keinen halten, deshalb muss er neben Baumaterial auch Nahrungsvorräte sammeln. Es ist viel zu tun im Herbst!

## Auf Bibers Spuren

Mit Biologin und Biberexpertin Karin Widerin mache ich mich auf den Weg und tauche ein in die Welt des Bibers. Wir treffen uns beim Kraftwerk Lehen. An den Bau im Jahr 2010 erinnert sich die ehemalige Biologielehrerin noch sehr gut. Vor Baustart schrieb sie ein

Gutachten, dass es in der Nähe Biber-Nagespuren gibt. Das Kraftwerk konnte dadurch zwar nicht verhindert werden, aber es wurde ein Umgehungsgerinne mitgeplant. Dieses Gerinne soll Tieren die Möglichkeit geben, einen Ersatzlebensraum zu finden. Der Biber, von dem die Nagespuren damals stammten, wurde zwar durch den Kraftwerksbau vergrämt, aber elf Jahre später wurden erstmals wieder Biber gesichtet. Sie bauten eine Biberburg im

„Untersuchungen zeigen, dass in Biberrevieren der Fischbestand zunimmt.“

Umgehungsgerinne, die heute noch bewohnt ist. Die Burg liegt direkt neben dem Radweg, getrennt durch ein Geländer und das Gerinne. Als wir dort sind, sieht sie eher aus wie ein chaotischer, von Pflanzen überwuchelter Berg an Geäst. Genaue Beobachter:innen erkennen da und dort helle Stellen an den Ästen, die zeigen, dass der Biber hier am Werk war und dran geknabbert hat.



Biberburg: im Sommer überwuchert und kaum zu erkennen.



„Running Sushi“ über den Wasserweg.

Fotos: Judith Mederer

Während sich menscheins nach und nach in seine vier Wände zurückzieht und sich bei Tee in die Decke kuschelt, arbeitet einer unermüdlich auf Hochtouren: Der Biber hat noch viel zu tun, bevor er sich’s gemütlich machen kann. Im Herbst baut oder renoviert er seine Behausung, damit Schnee, Kälte und Feinde draußen bleiben.

## Tierische Hausgemeinschaft

In der Burg wohnt der Biber in seinem Familienverband. In einer vollständigen Familie leben ältere und jüngere Nachkommen nebeneinander. Für die Kinder ist bereits nach zwei Jahren Schluss im Hotel Mama: Die Zweijährigen werden vertrieben – wenn es sein muss, energisch –, damit Platz ist für die nächsten Geschwister. So ist die Größe einer Familie relativ konstant und sie lebt beständig in ihrem Revier, das je nach Nahrungssituation zwischen 500 Metern und mehreren Kilometern groß sein kann. Ein „vertriebener“ Biber muss sich ein eigenes Revier suchen. Es kann vorkommen, dass er dafür bis zu 130 km weit schwimmt. So wurde zum Beispiel der Wallersee über die Fischnach besiedelt.

## Von Running Sushi und Bibersoletti

Während wir sprechen, ist Frau Widerin kurz abgelenkt vom Lärm eines großen Krans, der eine Art Floß aus der Salzach entfernt. Solche Flöße entstehen immer wieder durch Wasserwirbel, die Unrat an die Oberfläche bringen. Baumschnitt, alte Äste, Essensreste bilden dann



## STECKBRIEF

NAME Europäischer Biber (Castor fiber)  
IST das zweitgrößte lebende Nagetier der Welt  
FRISST nur Pflanzen  
SCHAFFT meisterliche Bauwerke  
LEISTET einen wichtigen Beitrag zur Arten- und Lebensraumvielfalt

schwimmende Flächen, auf denen Biber gern sitzen und nach Essbarem suchen. Die Biber lieben diese Flöße, ihr „Running Sushi“, erklärt Widerin lachend. Dass für unser Interview ausgerechnet eine Foodora-Tasche auf dem Floß liegt, ist auch für uns ein gefundenes Fressen. Wir wandern entlang des Ufers des Umgehungsgerinnes. Auf der einen Seite des Flusslaufes ist es sehr wild verwachsen. Ein Natur-Idyll gleich neben dem Kraftwerk! Wir entdecken einen Ast mit eindeutigen Biberspuren. Die Zahnspuren sind gut erkenn- und erfüllbar. Der Biber wird manchmal als Zerstörer wahrgenommen, weil er scheinbar wahllos Bäume fällt und ein Ästechaos hinterlässt. „Wenn er keine Bäume fällen muss, macht er’s nicht“, erklärt Widerin. Biber fressen gern dünne Rinden und im Sommer krautige Pflanzen, mindestens 200 verschiedene Arten sind bereits bekannt. Im Winter, wenn kein geeignetes Ufergehölz vorhanden ist, kommt es vor, dass er Bäume fällt, um an die oberen Äste zu gelangen. Er frisst nämlich nur die dünne Rinde. Und so entstehen abgenagte Äste, sogenannte „Bibersoletti“. Das hinterlassene Ästechaos, das manchmal als „Unordnung“ wahrgenommen wird, ist für das Ökosystem sehr wichtig. Österreichs Flüsse sind größtenteils Kanäle, Fische können sich nicht mehr verstecken. Wenn der Biber Dämme baut und Astmaterial ins Wasser bringt, entsteht eine Unordnung, die die Fische als Versteck nutzen können. Untersuchungen zeigen, dass in Biberrevieren der Fischbestand zunimmt.

Bäume, die der Biber annagt – sogenanntes stehendes Totholz –, sind außerdem Quartier oder Nistplätze für Spechte, Fledermäuse und Insekten.

## Geil!

Ein paar Schritte weiter inspizieren wir kniend das Ufer. Frau Widerin erkennt in einem Häufchen, das für Laien wie ein kleines Sandhäufchen aussieht, das Bibergeil. Der Biber markiert mit dem öligen Sekret sein Revier. Im Mittelalter sind Biber deshalb bejagt worden, weil Bibergeil mit Gold aufgewogen wurde, es war ein Allheilmittel für alles einschließlich Potenzproblemen. Und – ja – es riecht ähnlich wie Moschus.

## Biber, wo bist du?

Vor rund 150 Jahren wurden die in Salzburg lebenden Biber ausgerottet. Heute erobern sie nach und nach ihr ursprüngliches Gebiet zurück. Explosionsartig geht das nicht, dafür sorgt der Biber selbst, der in seinem Revier nur seine Familie duldet. In welchem Ausmaß er sich vermehrt, ist dank zahlreicher (oft freiwilliger) interessierter Menschen gut dokumentiert. Sie begehen regelmäßig Flussläufe und notieren Veränderungen, Fraßspuren, Burgen und Biberpfade. Die so gesammelten Informationen werden im „Bericht zum Bibermonitoring“ dokumentiert. Frau Widerin ist fachliche



Expertin Karin Widerin erkennt, dass hier der Biber am Werk war.

Leiterin des Bibermonitorings, Grundlage für das Bibermanagement im Land Salzburg. Wir blättern den 270 Seiten starken Bericht durch und ich picke eine Kartierung heraus: Revier 94 „Salzach Überfuhrsteg“: Hier wurden auf dem Satellitenbild – gekennzeichnet mit kleinen gelben Punkten – rund 20 Fraßspuren markiert. „Und keine Burg?“, frage ich. Widerin klärt mich auf: Nicht jeder Biber baut eine Burg. Je nach Revier, wenn steile Hänge vorhanden sind, wo sie (einen Bau) hineingraben können, brauchen sie keine Burg.

Expert:innen können gut abschätzen, wo sich Biber aufhalten. Wer jedoch einen Biber in freier Wildbahn treffen will, braucht Geduld und/oder Glück. Denn tagsüber schlafen die Nager und kommen erst in der Dämmerung heraus. Aber dann geht’s richtig ans Werk, denn sie dürfen keine Zeit verlieren, ihr Quartier in Schuss zu bringen, bevor der Winter kommt! 🦫

Bibergeil riecht ähnlich wie Moschus.



# „LANGSAMKEIT HAT AUCH QUALITÄT“

Siegi Pichler lebte eine 60-Stunden-Woche. Als Präsident der Salzburger Arbeiterkammer und Gewerkschaftsführer war er auf Leistung gepolt. Mit Mitte 70 entdeckt er die verschiedenen Seiten des Älterwerdens.

von Georg Wimmer

Lieber Siegi Pichler, wir möchten mit Ihnen über das Älterwerden sprechen ...

**Siegi Pichler:** ... das Älterwerden ist die einzige Möglichkeit, um lange zu leben. Das ist meine Devise. Das muss man aber erst verinnerlichen, das ist so ein Entwicklungsprozess. Als Junger denkt man ganz anders über das Altwerden und über das Altsein, als wenn man direkt betroffen ist.

**Sie sind jetzt 73 Jahre alt. Wie zufrieden sind Sie mit Ihrem Entwicklungsprozess?**

**Siegi Pichler:** Ich habe jetzt nicht meinen Frieden mit dem Älterwerden, so kann man das nicht sagen, aber ich akzeptiere alles, was damit zusammenhängt. Ich glaube, ich schaffe das Zusammenspiel zwischen Geist und Körper immer besser. Der Geist will ständig mehr, als der Körper in der Lage ist zu leisten. Du entdeckst, dass du noch so viel mehr vorhast, als eigentlich geht. Ich hätte erwartet, dass sich der Geist auf das reduziert, was möglich ist. Inzwischen glaube ich, dass das sogar schlecht wäre.

**Der Körper sagt mir, wie alt ich wirklich bin, und der Geist hat Mühe, sich dem anzupassen?**

Und die Frage, die ich für mich noch immer nicht beantwortet habe, lautet: Soll ich das akzeptieren? Ich glaube, dass es gut ist, dass der Geist immer noch der Treiber ist und sagt: Das geht noch, das kannst du noch und das willst du noch. Wenn du sagst, jetzt bin ich 73 und das geht nicht mehr, dann probierst du es gar nicht. Und natürlich ist es völlig okay, wenn du mit dem Alter ein Ziel nicht schaffst.

**Sie waren immer fleißig, zielstrebig, auch ehrgeizig. Das hat mit Ansprüchen an sich selbst zu tun, und die sind nicht einfach weg, wenn man in Pension geht. Inwiefern spielt Leistung für Sie noch eine Rolle?**

Leistung ist für mich nach wie vor wichtig. Das

beste Beispiel ist jetzt die Tätigkeit, die ich bei der Volkshilfe übernommen habe. Weil eine meiner Thesen lautet: Stillstand ist Rückschritt. Im Alter trifft das noch mehr zu. Wenn du dich nicht bewegst und dich nicht fit hältst, merkst du den Rückschritt brutal.

**Sie sind Präsident der Volkshilfe Salzburg. Der Verein steht hinter einer Organisation mit 700 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern.** Nach meinem Pensionsantritt habe ich mich ein paar Jahre zurückgenommen. Ich habe aber gemerkt, man braucht schon ein bisschen eine Herausforderung. Als ich ersucht wurde,

„Der Geist will ständig mehr, als der Körper in der Lage ist zu leisten.“

die Volkshilfe zu führen, habe ich mir das angeschaut und bin draufgekommen, diese Organisation weiterzuentwickeln, das ist eine schöne Challenge.

**Wie viele Stunden arbeiten Sie in der Woche?** Im Schnitt sind es zwei, zweieinhalb Tage. Meine Frau sagt, das ist sehr viel. Für mich ist es okay. Mehr soll es nicht sein. Aber ich habe so das Gefühl, dass ich ein bisschen etwas zurückgeben kann. Ich war mein ganzes Leben auf der Butterseite.

**Sie sind vor bald acht Jahren aus der Politik ausgeschieden. Wie hat sich Ihr persönlicher Blick auf Macht und Verantwortung verändert?**

Ich war als Interessenvertreter immer auf der



Seite der Beschäftigten, und wer Arbeit hat, ist in der Regel nicht arm. Das ist jetzt in der Volkshilfe eine völlig neue Dimension. Kinderarmut, Altersarmut, es gibt einfach viel mehr Menschen, als man glaubt, die unverschuldet in Not sind. Da braucht es neue Lösungsansätze. Ich habe inzwischen auch gelernt, mich auf das zu konzentrieren, wo ich etwas verändern kann. Über die Dinge, die ich nicht verändern kann, rege ich mich nicht mehr auf. Das heißt: Ich rege mich schon auf, aber ich kriege mich rechtzeitig wieder ein.

**So wie beim Golfen, das immer eine große Leidenschaft von Ihnen war?**

Ich habe über 30 Jahre Golf gespielt, da war ich einerseits in der Natur, andererseits war bei mir im Sport immer ein gewisser Anspruch dabei. Nur den Ball so hin und her schupfen, das war nie meins. Tennis, Fußball, Golf hat mir dann Spaß gemacht, wenn es um Leistung gegangen ist. Im Mai hatte ich eine Bandscheibenoperation, deswegen spiele ich zurzeit nicht.

**Aber Sie werden wieder spielen, wenn Sie fit sind?**

Das wird sich zeigen, ob ich nach dieser Operation noch auf einem hohen Niveau spielen kann. Das weiß ich noch nicht. Vielleicht haeue ich dann die Bälle einfach so zum Spaß raus. Eine

„Die aktuelle Politik kommentiere ich nicht“, sagt der frühere AK-Präsident. „Obwohl es viel zu sagen gäbe.“

körperliche Einschränkung ist jedenfalls nicht gleichbedeutend mit einem Verlust an Lebensqualität, wenn man sonst gesund ist. Ich habe schon eine andere Seite kennengelernt. Ich hatte einen schweren Zungenkrebs, wo mir der Arzt erst viel später gesagt hat, dass er mir nicht viele Chancen gegeben hätte.

**Damals waren Sie 59 und haben gesagt: „In den Himmel komme ich nicht, und der Teufel mag mich noch nicht. Deswegen bleibe ich da.“**

Das war so der lockere Spruch, so ein bisschen zum Aufheitern. Ich habe viele Momente gehabt, wo ich gedacht habe, jetzt sterbe ich. Weil ich habe ja Operation, Chemo und Bestrahlung gehabt. Ich habe wieder schlucken lernen müssen, da waren die Schmerzen, überall Eiter und die Schläuche, die aus mir rausgegangen sind. Ein paar Mal hatte ich das Gefühl: Das war es jetzt, aber eigentlich ist es eh wurscht, ich habe ein schönes Leben gehabt. Und dann habe ich wieder gedacht: Aber ich will nicht sterben. Heute weiß ich, das Sterben tut nicht weh, aber der Weg dorthin kann beschwerlich sein.

**Und die Motivation zum Weiterleben steckt einfach in einem drinnen – oder woher ist die in Ihrem Fall gekommen?** Die Motivation, das waren unsere Enkerl, die ich unbedingt aufwachsen sehen wollte. Das

waren meine Familie und meine Frau, die mich da durchgetragen hat. Das muss ich so sagen. Und heute genieße ich genau das Zusammensein mit der Familie am meisten. Die Kinder mit ihren Partnern und die Enkel – wenn wir komplett sind, sind wir zu neunt beim Essen. Da könnte ich stundenlang so sitzen, aber die Jungen wollen dann wieder weg, so wie ich früher. Die Verlangsamung hat eine große Qualität, das habe ich jetzt gelernt.

**Es heißt, im Alter kann man die Zeit mehr genießen. Es heißt aber auch, im Alter vergeht die Zeit viel schneller. Ist das ein Widerspruch?**

Diese Verlangsamung steigert das Bewusstsein und die Genussfähigkeit, ich glaube, das zieht sich durch alle Lebensbereiche. Ein Erdapfel war für mich früher halt ein Erdapfel, dabei kann das das köstlichste Essen sein, wenn man sich die Zeit nimmt.

**Wie pflegen Sie Ihre Freundschaften?**

Früher habe ich im Schnitt 60 Stunden pro Woche gearbeitet, da habe ich gar nicht die Zeit gehabt, um Freundschaften zu pflegen. Jetzt gibt es drei, vier, fünf Personen, wo ich sagen kann, das sind Freundschaften. Die Erkenntnis, dass Freundschaften keine Selbstläufer sind, die kommt im Alter natürlich noch mehr. 🍂

Foto: Privat



STECKBRIEF

**NAME** Georg Wimmer  
**IST** freier Journalist, Experte für Leichte Sprache und leitet für die Radiofabrik das Freie Radio Pinzgau.  
**LIEST** Lea Ypi: Frei. Erwachsenwerden am Ende der Geschichte  
**MAG** Jahreszeiten  
**HÖRT** Chris Neuschmid

# WO GERETTETE LEBENSMITTEL VIELE HERZEN ERFREUEN

Rund eine Million Tonnen an genießbaren Lebensmitteln landen in Österreich Jahr für Jahr im Müll. Gegen diese Verschwendung und zur Versorgung von armutsbetroffenen Menschen hat sich zum Beispiel die Flachgauer Tafel etabliert.

von Ricky Knoll

„Wir bilden die Brücke zwischen Überschuss und Bedarf. Wir sammeln aussortierte Lebensmittel, die einwandfrei sind, und verteilen sie an Menschen, die armutsgefährdet sind. Also jene, die sie mehr als dringend gebrauchen können“, betont Sandra Wendlinger, Geschäftsführerin und einzige hauptamtliche Mitarbeiterin der Flachgauer Tafel.

Der „Verein für sozialen Ausgleich“, der 2012 in Eugendorf gegründet wurde, versorgt inzwischen drei Ausgabestellen – Mattsee, Koppl und seit 2020 die Zentrale in Seekirchen (anstatt Eugendorf). In Seekirchen befinden sich neben dem Verkaufsraum auch das Büro und ein größeres Lager. „Wir sind im Kiosk-Betrieb organisiert, nicht supermarktmäßig wie etwa die Sozialmärkte“, erklärt Wendlinger. Die Waren werden nicht vergünstigt abgegeben, sondern jeder erhält einen bestimmten Anteil an Sachen und zahlt dafür einen symbolischen Beitrag von 3 Euro. Um in den Genuss der Lebensmittel von der Flachgauer Tafel zu kommen, müssen sich die Leute vor Ort melden, eine Meldebestätigung und einen Einkommensnachweis vorlegen. Jede Person, deren Einkommen unter 1.661 Euro liegt, gilt als armutsgefährdet. „Wir handeln hier nach international gültigen Sätzen“, so die Geschäftsführerin. „Bis zu diesem Einkommen darf jede und jeder kommen und sich etwas abholen. Sollte jemand darüberliegen, sich jedoch in einer akuten Notlage befinden, können wir darüber reden. Es findet sich immer eine Lösung“, ist sie voll des Optimismus.

Alle Berechtigten bekommen einen Ausweis, zusätzlich eine Art „Stundenplan“ für die Ausgabzeiten, damit nicht plötzlich alle zur selben Zeit vor der Tür stehen. „Einen Stau wollen wir verhindern, auch damit die Leute nicht von außen sichtbar sind.“ Die einzige Ausnahme bieten sie Pensionist:innen, vor allem Frauen. Sie können vor der regulären Öffnungszeit kommen, weil es da ruhiger und vor allem einfacher mit der Ausgabe ist. Auch wer zum ersten Mal vorbeischaut, bekommt immer Lebensmittel. „Immerhin ist es ja auch eine Überwindung, zu uns zu kommen und es sozusagen öffentlich

„Etwa 1800 armutsgefährdete Menschen sind bei der Flachgauer Tafel gemeldet.“

zu machen, dass man als armutsgefährdet gilt.“ Besonders häufig trifft es Frauen, vor allem Ältere. „Da ist es schon eklatant, und es werden immer mehr.“ Dass sie oder das Team einmal jemanden ablehnt, kommt zwar vor, aber äußerst selten. Seit dem Bestehen der Flachgauer Tafel gab es höchstens ein bis zwei Fälle, die wieder weggeschickt wurden. Etwa 1800 armutsgefährdete Menschen – „Kund:innen“ – sind bei der Flachgauer Tafel gemeldet. Pro Ausgabetag kommen

zwischen 50 und 100 Kund:innen vorbei. Ausgegeben werden Dinge des täglichen Bedarfs, wie zum Beispiel Obst und Gemüse, Milchprodukte, Backwaren, Wurst und Käse, Tiefkühlprodukte etc., knapp vor oder nach dem Mindesthaltbarkeitsdatum, aber auch Hygieneprodukte. „Hier besteht eine sehr gute Kooperation mit den Drogeriemärkten.“

Die ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen kontrollieren die Lebensmittel sorgfältig und gewissenhaft. Dennoch ist den Kund:innen geraten, vor dem Verzehr unbedingt auch selbst die Genussfähigkeit zu überprüfen. Denn eine Haftung kann die Flachgauer Tafel nicht übernehmen.

Insgesamt hat die Flachgauer Tafel an die 220 ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer mit an Bord, die für unterschiedliche Tätigkeiten eingeteilt sind. Jede Ausgabestelle hat ein eigenes Fahrzeug, dann braucht es Leute zum Einsammeln der Waren, zum Vorbereiten, Sortieren und in die Regale schichten, damit die Produkte ansehnlich präsentiert werden, sowie für die Ausgabe. Dazu erstellt Wendlinger Einsatzpläne im Vier- bis Fünf-Wochen-Rhythmus. „Damit nicht immer dieselben Leute drankommen.“

Finanziert wird die Flachgauer Tafel über geringfügige Subventionen der Gemeinden, durch Vermietung von Werbeflächen auf den Lieferautos, durch Kooperationen mit den warenspendenden Unternehmen und vor allem durch Geldspenden – die im Übrigen steuerlich absetzbar sind. ☺

Foto: Privat



STECKBRIEF

**NAME** Ricky Knoll  
**IST** in Pension, arbeitet aber noch immer sehr gern  
**MAG** Menschen und ihre Geschichten  
**GLAUBT**, dass Zusammenhelfen und sich für andere zu engagieren glücklich macht

INFO

**FLACHGAUER TAFEL**  
Verein für sozialen Ausgleich

Anton-Windhager-Str. 14, 5201 Seekirchen am Wallersee  
Tel. +43 (0)677 613 46 541  
E-Mail office@flachgauertafel.at  
flachgauertafel.at



Der Verein für sozialen Ausgleich versorgt drei Ausgabestellen – in Mattsee, Koppl und der Zentrale in Seekirchen.



Die ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen sammeln aussortierte Lebensmittel und verteilen sie an armutsgefährdete Menschen.

## Neues Apropos-Kochbuch

Die Lieblingsrezepte der Apropos-Verkäufer:innen – ab sofort als Buch erhältlich!



Wir sind überzeugt: Da ist für jeden Geschmack etwas dabei. Die Hälfte des Verkaufspreises bleibt wie immer bei unseren Verkäufer:innen.



LUISE SLAMANIG ist täglich in der Natur unterwegs

Verkäuferin und Schreibwerkstatt-Autorin Luise Slamanig

## Ohne Rollator in den Herbst

Im Herbst verändert sich die Natur, die Laubbäume werden bunt und die Blätter beginnen zu fallen. Der Herbst ist auch die Zeit, in der man sich wieder wärmer anziehen muss. Da hole ich die warmen Sachen aus dem Kasten. Es kann auch ein herbstlicher Spaziergang guttun. Ich genieße bei den Spaziergängen das fröhliche Farbenspiel der Natur. Bin oft froh, dass ich mich von meinem Rollator verabschieden konnte dieses Jahr. Mit dem Rollator war das Hinausgehen beschwerlich. Ich brauchte Hilfe, um in den Bus einzusteigen, der Rollator war sperrig und jede Stufe ein Problem.

Es war mühsam, aber ich war mobil damit, das war damals das Wichtigste. Aber ab dem ersten Tag wusste ich, dass ich meinen neuen Lebensbegleiter wieder loswerden wollte. So schnell wie möglich. Darum ging ich viel spazieren. Ich drehte meine Runden um den Leopoldskroner Weiher mit den Walking-Stecken, sobald es ging, und war viel in Physiotherapie. Ein paar Monate hat es gedauert, dann konnte ich den Rollator weglassen, und nicht lange danach konnte ich auch die Walking-Stecken wieder zu Hause lassen. Nun bin ich ohne Hilfsmittel auf meinen Runden unterwegs. Was für ein schöner Herbst. <<



LAURA PALZENBERGER mag den bunten Blätterwald

Verkäuferin und Schreibwerkstatt-Autorin Laura Palzenberger

## Im goldenen Kleid der Wälder

Die Blätter tanzen sacht im Wind, als flüstern sie, leis, leis, geschwind vom Sommer, der nun schlafen geht, vom Licht, das frühe Schatten sät. Ein Hauch von Reif auf grünem Gras, der Morgen kühl, das Licht schon blass. Die Äpfel reif, der Himmel weit, die Zeit der Fülle – Abschiedszeit. Ein Rot, ein Gelb, ein sanftes Braun, die Welt beginnt sich neu zu traun. Im Fallen liegt ein stiller Sinn, weil alles geht, wohin ich will. So wand're ich durchs Blättermeer, und weiß: Der Herbst, der gibt viel mehr, als nur das Ende warmer Tage, er schenkt auch Ruhe, ohne Frage. <<



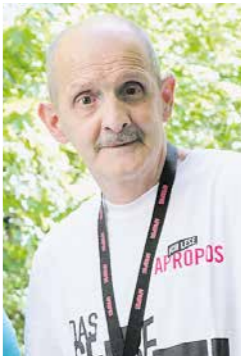
EVELYNE AIGNER freut sich im November auf den Martinstag

Verkäuferin und Schreibwerkstatt-Autorin Evelyne Aigner

## Herbstzeit

Als Kind wuchs ich in Kuchl auf, ringsum waren viele Wälder, und mir gefiel schon als Kind die bunte Natur im Herbst. Auch in der Schule waren wir zu der Zeit immer wieder am Bürgerausee unterwegs und sammelten Pilze, Blätter oder Kastanien, die wir für das Basteln verwendeten. Ich war auch mit den Nachbarskindern viel unterwegs in den Wäldern und in den Auen, wo uns immer etwas einfiel, das wir machen konnten.

Im Herbst gefiel mir auch immer, dass es Kürbisse und Maroni gab, und wenn meine Mutter Eierschwammerl mit Knödeln machte, duftete es nach Herbst. Wenn ich Bilder von herbstlichen Landschaften sehe, dann stelle ich mir vor, dass ich dort bin und mir die Herbstsonne ins Gesicht strahlt. Es ist immer ein Wunder, was die Natur zu bieten hat, und das Wichtigste ist, dass man sich richtig wohlfühlt. <<



GEORG AIGNER freut sich im November auf viele Spaziergänge mit dem Hund

Verkäufer und Schreibwerkstatt-Autor Georg Aigner

## Lebensträume

Auch für mich hat der Herbst des Lebens angefangen. Mit zwanzig Jahren wollte ich zur Uno gehen. Da ich aber damals schon Vorstrafen hatte, haben sie mich nicht genommen. Ich wollte dann auf eine Bohrinself in Norwegen gehen, aber da dort nur Englisch gesprochen wurde, hatte ich keine Chance, dorthin zu kommen, weil ich kein Englisch sprach. So fing ich wieder an als Holzarbeiter. Weil ich Probleme mit dem Alkohol hatte, gelang es mir nicht, den Job zu halten, und ich verlor alles. Nach einer Zeit des Straßenlebens und meiner Haft fing ich bei Apropos an, da mich sonst keiner brauchen konnte. Heute führe ich ein positives Leben. Ich trinke nicht, ich rauche nicht. 2018 hatte ich einen Schlaganfall, der mich einschränkte, und ich habe das Leriche-Syndrom (Schaufensterkrankheit). Trotzdem sah ich es immer positiv, lernte wieder zu sprechen, zu gehen und zu greifen. Heute schaffe ich mir meinen Ausgleich mit Bogenschießen, da kommen mein Geist und Körper in Einklang. <<



Du weißt doch, dass wir immer wieder einmal Engpässe haben. Finanzieller Natur. Also nicht wir, sondern unsere tüchtigen Apropos-Verkäufer\*innen. Einmal ist jemand krank, einmal müssen Anschaffungen her – unsere Leute haben ja nichts, was man wirklich ein Budget nennen könnte.

Jedenfalls aber wollen wir unser Team zu Weihnachten beschenken. Jede Einzelne, jeden Einzelnen.

Kannst du bitte zu unseren Leserinnen und Lesern einen Frohbotschaftsengel entsenden, damit es hier bei uns Gut- und Geldscheine schneit?

Wir wissen, auf dich ist Verlass ...  
Danke. Dein Apropos-Team

IBAN AT74 2040 4000 4149 8817  
BIC SBGSAT2SXXX  
Betreff: Weihnachten



**SOLOMON OLOLAG-BOSE** findet Besinnung im Herbst

Verkäufer und Schreibwerkstatt-Autor Solomon Ololagbose

## Abschied und Neubeginn

Der Herbst zieht leise ins Land und bringt eine stille Erinnerung an den Wandel mit sich. Die Luft fühlt sich klarer an, die Tage werden kürzer und in der Natur wird alles langsamer. Blätter färben sich golden und fallen zu Boden – als wollten sie uns zuflüstern, dass in jedem Ende auch ein schöner Anfang liegen kann.

Diese Jahreszeit trägt Hoffnung in sich. Hoffnung, dass wir – wie die Bäume, die abwerfen, was sie nicht mehr brauchen – unsere Lasten loslassen und Raum für Neues schaffen können. Hoffnung auf die Erntezeit, in der monatelange, verborgene Mühe endlich Früchte trägt. Der Herbst lehrt uns, dass Geduld belohnt wird und dass selbst in verblassenden Farben Leben steckt, das sich darauf vorbereitet, wieder zu erblühen.

Es ist eine Zeit der Besinnung – des Kraft-sammelns für das, was vor uns liegt. Der Herbst birgt eine sanfte Gewissheit: Veränderung ist nichts, was wir fürchten müssen, sondern etwas, das wir willkommen heißen dürfen. Denn in jedem Abschied liegt auch der Keim für einen Neubeginn. <<

*Solomon schreibt auf Englisch.  
Den Originaltext finden Sie hier:*



**OBINNA OBIKA** verbringt den ersten Herbst in Österreich

Verkäufer und Schreibwerkstatt-Autor Obinna Obika

## Herbst

„Die schönste Jahreszeit, die ich mit gemischten Gefühlen begrüße.“ So würde ich den Herbst am treffendsten beschreiben. Ich liebe diese Jahreszeit – wenn die Blätter von den Bäumen fallen und im Licht der untergehenden Sonne ein wunderschönes Farbenspiel hinterlassen. Die kühlen Tage bringen eine Frische mit sich, die mich dazu inspiriert, die Schönheit des Lebens zu genießen.

Wenn jedoch die Kühle des Herbstes schnell in extreme Kälte übergeht und die Tage den langen Nächten weichen, werde ich in die Realität zurückgeholt: Dann weiß ich, dass der Winter (die Jahreszeit, die ich am meisten fürchte) vor der Tür steht.

Trotzdem habe ich gelernt, das Leben in vollen Zügen zu genießen und jeden Tag so zu leben, wie er kommt. Deshalb genieße ich weiterhin alles, was der Herbst mit sich bringt – und bereite mich gleichzeitig auf die Härte des Winters vor.

Und dennoch: Wenn man mich fragt, was ich über den Herbst denke, muss ich einfach sagen: Meine besten Tage sind jetzt. <<

*Obinna schreibt auf Englisch.  
Den Originaltext finden Sie hier:*



**EDI BINDER** blickt heute oft zurück

Verkäufer und Schreibwerkstatt-Autor Edi Binder

## Herbst des Lebens

Ich bin mit meinen 78 Jahren im Herbst des Lebens angekommen. Man macht sich das Leben ruhiger. Wenn mit der Gesundheit halbwegs alles passt, bin ich zufrieden. Ich war heuer schon zweimal im Spital. Das reicht. Wenn ich wenig gehe und viel im Bett liege, spüre ich, wie die Energie nachlässt. Früher, als ich in der Gastro gearbeitet habe, bin ich gerannt wie ein Schusterjunge. Ich denke viel über meine Jugend nach, aber eher über die lustigen Sachen. Zum Beispiel habe ich einmal in einem Hotel auf Saison gearbeitet. Da haben wir Gläser gehabt, da hat eines 600 Schilling gekostet. Einmal hatte ich sechs Gläser auf einem Tablett und bin an einer automatischen Schwingtür vorbei. Die Tür ging auf und – zack – die Gläser lagen am Boden. Sagen wir so, der Chef hat nicht „Vergelts Gott“ gesagt. Damals habe ich das nicht lustig gefunden, aber heute kann ich darüber lachen. <<



**OGI GEORGIEV** hat schöne herbstliche Erinnerungen

Verkäufer und Schreibwerkstatt-Autor Ogi Georgiev

## Herbst in Bulgarien

Im Herbst bringen Familien in Bulgarien, die Obstgärten und Weinberge besitzen, die Ernte ein. Aus einigen der Früchte, wie Äpfeln, Birnen und Quitten, werden Marmeladen hergestellt oder Kompott gemacht. Andere Früchte werden getrocknet (Apfel- und Birnenspalten) oder frisch in Zimmern gelagert. Gleiches gilt für Gemüse, es ist Tradition, sich im Herbst für den Winter vorzubereiten, das wird von Generation zu Generation weitergegeben. Es ist gut, etwas zu Hause zu haben und nicht alles teuer kaufen zu müssen.

Während des Sozialismus war es anders, ganz viele versorgten sich selbst. Meine Großeltern, die in einem Dorf in der Nähe der Städte lebten, hatten selbst Hühner, Truthähne und Enten, aber auch Getreide wie Mais oder Gerste. Die Preise waren noch erträglich und fast alle zogen auch selbst Schweine, Schafe oder Ziegen auf. Mein Vater hatte selbst Kaninchen. Meine Großeltern hatten für den Transport

auch einen Karren und einen kleinen, grauen Esel. Mit dem sprach mein Opa, als wir Kinder waren, und küsste ihn. Ich nehme an, der Esel freute sich darüber, weil er sehr laut brüllte. Mein Opa sagte dann immer, er ist ein Sänger, der die Nachbarschaft weckt.

Der Herbst ist eine reiche Jahreszeit, dafür sind ihm die Menschen dankbar. Nun, natürlich regnet es auch, das Wetter ist kühler und das Tageslicht schrumpft. Aber der Herbst hat auch die Fähigkeit, Menschen in den warmen Stuben wieder zusammenzubringen und neue europäische Projekte durchzuführen! Bulgarien wird im nächsten Jahr die gemeinsame europäische Währung in Umlauf bringen und ich hoffe, dass sich dadurch der Lebensstandard hebt und wir gesund, lebendig und liebevoll unser Leben leben können. <<

# Es herbstelt

## Verkäuferinnen und Verkäufer erzählen

aufgeschrieben von Julia Herzog



FRIDAY AKPAN packt sich im Herbst dick ein

**Magst du den Herbst?**  
Als ich im Herbst 2014 nach Österreich kam, war mein erster Gedanke: „Hier ist es aber kalt.“ Ich hatte mit niedrigen Temperaturen gerechnet, aber nicht damit, dass es so kalt sein würde. Ich hatte damals noch keine dicke Jacke, einen Schal oder eine Haube. Heute besitze ich viel warme Kleidung. Wenn ich meine Winterjacke im Frühjahr wegräume, dann weiß ich, dass sie mich im Herbst wieder wärmen wird.

**Wie ist der Herbst in Nigeria?**  
In Nigeria ist im Herbst Regenzeit, aber es ist nicht so kalt. Im November hat es 25 oder 28 Grad. Auch der Dezember, Jänner und Februar sind warme Monate. Deshalb waren die Temperaturen in Österreich am Anfang sehr ungewohnt für mich. <<



NINEL BANU kennt das Leben auf der Straße

**Was verbindest du mit dem Herbst?**  
Im Herbst wird das Leben schwieriger. Der Sommer ist leichter. Da ist es wärmer. Mit dem Herbst kommt der Stress. Ich muss schauen, dass wir zu Hause in Rumänien genügend Holz zum Heizen haben. In Österreich wird es auch kälter und das Leben auf der Straße schwieriger.



CIPRIAN-ILIE FIERARU hat vier Kinder

**Wie ist der Herbst in Rumänien?**  
Der Herbst zu Hause ist sehr kalt. Ich muss viel heizen, damit meine Familie es warm hat. Wir leben zu sechst in einem kleinen Haus. Ich brauche viel Brennholz, damit wir gut durch den Winter kommen.

**Wie ist der Herbst für deine Familie?**  
Im Herbst geht die Schule wieder los. Meine zwei größeren Kinder sind in der Schule, eines ist im Kindergarten. Der Schulbesuch ist teuer, meine Kinder brauchen Kleidung, Schulbücher und Essen. Ich habe sie in die Schule geschickt, damit sie einmal eine gute Zukunft haben und nicht wie ich Zeitungsverkäufer werden. <<

**Wie ist der Herbst auf der Straße?**  
Wenn ich im Freien schlafe, habe ich eine dicke Jacke und eine Decke. Ich muss immer aufpassen, dass mir nichts gestohlen wird. Manchmal verstecke ich meine Sachen in einem Müllcontainer. Einmal wurde der Müllcontainer in der Früh geleert und mein Rucksack war weg. Das war sehr schlimm. Wenn ich bei der Caritas im Haus Franziskus einen Platz bekomme, ist es besser. <<

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

Jedes „Trotzdem“ markiert einen Beginn, eine Umkehr, eine Pause zum Überlegen und Planen. In dieser Rubrik erzählen Menschen von ihrem „Trotzdem“ – welche Hindernisse waren da, welche kamen dazu, welche Chancen taten sich auf und wurden ergriffen – beherzt, mutig und auch ein wenig trotzig.



# TRAUER HÄLT SICH NICHT AN DEN KALENDER

Vor vier Jahren ist mein Partner bei einer Bergtour abgestürzt. Ich weiß noch immer, wie ich auf ihn gewartet habe, mir dann sein Nicht-Heimkommen damit erklärte, dass er oben auf der Alm bei seiner Schwester übernachtet haben könnte. Dann kam die Nachricht. Manfred war Mitglied der Bergrettung. Ich sehe viele Szenen von damals noch genau vor mir, die Trauer über den Verlust des Lebenspartners hält sich aber nicht an den Kalender, ist nicht im November zu Allerheiligen stärker als im Mai an meinem Geburtstag. Irgendwann begann dann ein „Trotzdem“ in mir zu wachsen. Ich komme aus einer großen Familie, in der ich Liebe und Unterstützung erfuhr und erfahre, Hilfe von außen hielt ich nie für nötig. Als ich begriff, wie gut es mir tut, mit einer Fremden, meiner Therapeutin, über den Tod, den Verlust und die Veränderungen in meinem Leben zu reden, fühlte ich mich auf einmal wieder lebendig. Im Hamsterrad zu rennen, immer zu funktionieren, das beherrsche ich ganz ausgezeichnet. Doch nach einigen Monaten Auszeit wollte ich nicht mehr zurück ins Hamsterrad. Wieder war ein starkes „Trotzdem“ in mein Leben getreten. Heute kann ich von Manfred erzählen, mit Wehmut, aber auch mit viel Dankbarkeit. Wir haben im selben Betrieb im Pinzgau gearbeitet, täglich lag eine Süßigkeit auf meinem Schreibtisch, ich vermutete, die Reinigungskraft habe es mir hingelegt. „Jetzt wird es aber langsam teuer für dich, ich freue mich aber sehr über dein Geschenk“, sprach ich sie schließlich an. Ihre Antwort: „Das kommt nicht von mir! Schau dich mal um, wer dir das hingelegt haben könnte.“ Das brachte viel ins Rollen. Ein klärendes Telefonat, ein Treffen, ein weiteres Treffen und so weiter.

Nach seinem Tod aus dem Schock und der folgenden Trauer herauszukommen, war tägliche Arbeit, tägliches Mühen, geleitet von diesem „Trotzdem“: Manfred hätte nicht gewollt, dass ich zugrunde gehe. So habe ich eine neue Stelle gesucht und gefunden, habe mich auch fortgebildet, eine Ausbildung zur Deutsch-als-Zweit- bzw. Fremdsprachentrainerin absolviert. Beim ersten Kurs in einem Hotel habe ich gemerkt: „Ich habe einen Draht zu den Teilnehmern, ich verstehe sie, ich kann sie motivieren.“ Wer aus seiner Heimat flüchten musste, wer in einem Hotel bzw. in einem Schichtbetrieb arbeitet, hat viel hinter sich und auch noch viel vor: Diese Frauen und Männer wollen sich etwas in Österreich aufbauen, sind gern im Pinzgau, wo ich lebe und arbeite, und geben nicht auf. Das ist wohl die Gemeinsamkeit, dieses Nicht-Aufgeben, dieser Kampfgeist. Die Trauer, die sich nicht an den Kalender hält, habe ich als Begleiterin akzeptiert, Freundinnen melden sich an den kritischen Tagen, das tut schon gut. Und ich habe verstanden, dass ich mehr bin als meine Trauer, dass es viel Schönes gibt, wenn ich sehe, wie meinen Schüler:innen plötzlich der Knopf aufgeht und die Artikel nicht mehr das große Hindernis sind, das sie am Sprechen hindert. Wenn ich an die Tage denke, die zwischen der Todesnachricht und meinem Heute liegen, sehe ich viele dunkle Zeiten, aber auch viele helle Momente: Da sind mir Leute beigestanden, da haben mir Manfreds Kameraden immer gezeigt, dass sie für mich da sind. Ich habe gelernt, um Hilfe zu fragen, Mitgefühl anzunehmen und nicht immer die Starke sein zu müssen. Aktuell arbeite ich in Salzburg, halte meine Kurse zwischen der Landeshauptstadt und dem Pinzgau und habe das Gefühl, beruflich angekommen zu sein. Wenn sich neue Chancen bieten, würde ich auch nach Salzburg ziehen, dort eine neue Wohnung suchen: Meine Verbundenheit mit Manfred bleibt und ist, wie ich immer stärker merke, nicht an einen Ort gebunden. <<

STECKBRIEF



NAME Kerstin Herbek  
MAG neue Leute kennenlernen  
FREUT SICH über gute Gespräche  
MOTIVIERT ihre Schüler:innen, konsequent Deutsch zu lernen

Autor Klaus Papula trifft Verkäufer Bobi Onica

# „DAS LEBEN IST SCHÖN“

„Ich lache gerne, denn was würde es bringen, wenn ich nicht lache?“

In diesem kleinen Haus in Rumänien lebt der Apropos-Verkäufer mit seiner Frau, den beiden Kindern und den Schwiegereltern auf engstem Raum.



von Klaus Papula

Der junge Mann, der im Stuhl vor mir sitzt und mit dem ich einen Kaffee trinke – schwarz wollen wir ihn bei- de und ohne Zucker, das haben wir gemeinsam –, nennt sich Bobi. Meine Fragen beantwortet er geduldig und mit freundlichem Lächeln. Es ist eine fremde Welt, in die er mich entführen wird: geografisch, sozial und wirtschaftlich, wofür ich ihm danke. Hier im Kaffeehaus, aber auch auf der Straße beim Kauf einer Apropos-Ausgabe begegnen sich verschiedene Lebensrealitäten.

Bobi gewährt mir Einblick in seine Welt: In der Nähe von Pitești, einer kleinen Stadt in Rumänien, in der, so erzählt Bobi, Dacia Autos produzierte, bis das Werk vor ein paar Jahren schloss, wohnt seine Familie im Haus der Schwiegereltern. Das Foto vom Haus, das er mir präsentiert, zeigt eine kleine Hütte, in der Bobi und seine Frau Lorena, die beiden Kinder

Evelina und Raul und die Schwiegereltern auf engem Raum zusammenleben. Fließendes Was- ser gebe es keines im Haus, Wasser werde aus dem Brunnen geschöpft. Das Haus sei in einem Tal gelegen, Bären würden herumstreunen und manchmal habe er Angst, dass der nahe Fluss bei Hochwasser das Haus wegschwemmt, er- zählt Bobi. Das sei sein Zuhause, wenn er nicht in Salzburg die Zeitung verkaufe. Ein Freund habe ihn vor Jahren nach Österreich mitge- nommen, da war die Rede von einem guten Arbeitsplatz und einem sicheren Einkommen für ihn und damit die Möglichkeit, seine Fa- milie zu versorgen, aber die Realität, das zeigte sich schnell, war eine andere, denn eine fixe Anstellung gab es nirgends für ihn. Seit fünf Jahren ist Bobi nun Verkäufer bei Apropos, lebt immer ein paar Monate in Salzburg, verbringt den Tag auf der Straße mit dem Verkauf der Zeitung, übernachtet in der Notschlafstelle, reist wieder zurück nach Rumänien, wo er ein

paar Monate bei seiner Familie verbringt, bis er wieder nach Österreich aufbricht. Die Erleb- nisse beim Verkauf der Zeitung seien schön, er begegne den Menschen ruhig und höflich und so begegne man auch ihm freundlich. Der Verkauf der Zeitung biete ihm die Möglichkeit, etwas zu verdienen, und dafür möchte er sich bei Apropos bedanken. Mit dem Erlös hält Bobi seine Familie über Wasser und mehr als das: Seine Kinder, sieben und neun Jahre alt, gehen zur Schule, sie lernen, sie lesen, sie rechnen, sie werden es einmal besser haben. Ihr Leben soll ein anderes sein. Bobi weiß, wovon er spricht: Seine Kindheit war von Armut gezeichnet, weder er noch seine drei Geschwister konnten die Schule besuchen, dafür fehlte das Geld. Bobi kann weder schreiben noch lesen.

Wer nicht schreiben kann, hat wenig Chancen. Analphabetismus behindert bei der Jobsuche, beim Versuch, den Führerschein zu machen,

NAME Bobi Onica  
IST Europäer  
ARBEITET in Salzburg  
LIEBT seine Familie  
LEBT in Pitești

## STECKBRIEF



NAME Klaus Papula  
IST Europäer  
ARBEITET in Salzburg  
LIEBT seine Familie  
LEBT in Bürmoos

## STECKBRIEF



## BUCHTIPP

Die Fische meiner Tante Berta  
Kurzgeschichten  
Klaus Papula  
Innsalz Verlag 2024  
18,50 Euro



Bobi Onica und Autor Klaus Papula haben sich zum Gespräch im Hotel Auersperg getroffen.



Anna Pirato – arbeitet selbstständig im Bereich visuelle Kommunikation zwischen Salzburg und Südtirol. Von Fotografie bis Social Media legen ihre Schwerpunkte auf den Themen Identität und Nachhaltigkeits- kommunikation. [www.annapirato.com](http://www.annapirato.com)

## FOTOS

überhaupt beim Vorwärtsskommen im Leben. Er würde gerne Schreiben und Lesen lernen, aber die Möglichkeiten dafür seien nicht vorhanden. Bobis Kinder sollen es leichter im Leben haben, deswegen fährt Bobi immer wieder los nach Österreich, auch wenn der Abschied schmerzt. Über sein Handy spricht er jeden Tag mit den Kindern und seiner Frau. Wenn Bobi dann wieder zurückkommt nach Rumänien, wenn die Kinder ihm entgegenlaufen und umarmen, sind die Schwierigkeiten vergessen. Bobi verteilt an die Kinder, was er ihnen mitgebracht hat: Süßigkeiten, Kleidung, Schuhe. Die Kinder sind stolz auf ihren Vater, und er, Bobi, ist stolz auf seine Kinder, die seine Erwartungen erfüllen und seinem Tun Sinn geben. Man sieht es ihm an: „Evelina und Raul sind gut in der Schule, sie lesen beide sehr gut“, sagt er lächelnd.

Wovon träumt Bobi, möchte ich wissen, und da gibt es diese Hoffnung, irgendwann die be-

engten Verhältnisse hinter sich zu lassen und ein eigenes Häuschen mit seiner Frau und den Kindern zu bewohnen. „Dafür ist Geld wichtig“, meint Bobi, aber es gebe auch andere wichtige Dinge im Leben: Gesundheit für die Kinder, die Schule, Bildung, wenig Sorgen haben und die Sicherheit, die Familie ernähren zu können, das wäre ganz oben auf der Liste. Wäre er Präsident, er würde danach trachten, dass alle Menschen arbeiten dürften und Arbeit fänden und ihre Familien ernähren könnten.

Auf meine Fragen antwortet Bobi stets mit einem freundlichen Lächeln, und so frage ich ihn, ob er denn ein fröhlicher Mensch sei. Ja, er lache gerne, denn was würde es bringen, wenn er nicht lache? „Macht es die Situation besser? Habe ich deswegen weniger Sorgen? Nein, habe ich nicht, daher lache ich lieber, das ist besser“, meint Bobi. Das leuchtet mir ein und ich frage ihn, was er einem traurigen

Menschen sagen würde: „Gott hilft und ein großes Herz hilft. Das Leben ist nicht schwer. Das Leben ist schön.“

Ich frage Bobi noch nach seinem Lieblingsessen und er berichtet mir von einem Gericht aus frisch gepflückten Brennesseln, Polenta und Spiegeleiern. Das klingt einfach und verlockend, denke ich. Ich frage nach seinem Lieblingstier: Manchmal gebe es bei seiner Heimkehr einen Schweinsbraten, den seine Frau Lorena vor dem Haus im Freien brät, deswegen sei das Schwein auch sein Lieblingstier. Ja, das leuchtet mir ein, das ist eine ebenso einfache wie kluge Erklärung, weil wer satt ist, ist glücklich, denke ich mir, und jetzt lachen wir gemeinsam. 🐷



Diese Serie entsteht in Kooperation mit dem Literaturhaus Salzburg.



Foto: Christian Weingartner

STECKBRIEF

**NAME** Monika Pink

**IST** die VielfaltsAgentin

**LIEBT** den Herbst als Jahreszeit

**TRÄGT** gern herbstliche Farben

**MAG** auch Herbstnebel

Vielfaltskolumne von Monika Pink

# WEDER ERNTE NOCH DANK

Der Herbst – für die einen das Sinnbild des Lebens, des Erntens, der Vielfalt an Farben, Früchten und Gerüchen. Für die anderen der Vorbote des Winters – Zeit des Welkens, Absterbens und der Vergänglichkeit.

Auch beim Menschen ließe sich das „goldene Alter“ als Zeit der Reife, der Erfahrung und „Aus-dem-Vollen-Schöpfen“ verstehen. Doch in einer Welt, die Jugend, Wachstum und Blüte feiert, wird das Herbstliche oft übersehen.

Ganz offensichtlich wird das in der Arbeitswelt: Obwohl bald alle bis 65 Jahre arbeiten müssen, gestaltet sich die Jobsuche (speziell für Frauen) ab 50 Jahren schwierig. Eigentlich paradox, denn sie werden durch das angegliche Pensionsalter noch länger am Arbeitsmarkt verfügbar sein. Gleichzeitig klagen viele Branchen über Fachkräftemangel und suchen händeringend Personal.

Neue Modelle wie Teilpension und reformierte Altersteilzeit sollen ältere Menschen länger im Beruf halten und das Pensionsantrittsalter heben.

Doch was nützen Reformen, wenn in vielen Köpfen steigendes Alter mit verringerter Leistungsbereitschaft verbunden ist? Wenn Alter als Kostenfaktor und nicht als Ressource zählt? Wenn das Potenzial generationenübergreifender Zusammenarbeit und der Wert des geteilten Wissens nicht erkannt werden?

Schauen wir in die Kunst – da gibt es viele berühmte Spätwerke in Dichtung, Malerei oder Musik von Menschen, die gerade am Ende ihrer Karriere etwas radikal Neues und Tiefes kreieren. Die das bisher Erlebte mit all ihrer Schaffenskraft verbinden und ohne Beweiszwang großartige, innovative Leistungen vollbringen.

Diversität heißt auch, das Herbstliche sichtbar und wertvoll zu machen. Und ob wir den Herbst als Ende oder als Höhepunkt lesen, sagt letztendlich mehr über unsere Gesellschaft aus als über die Jahreszeit. 🍂



LESERIN DES MONATS

**Mein Name ist:** Ursula Lara Jäger (Lara mag ich lieber)

**Ich kaufe Apropos:** in Ostermiething beim Spar

**Mein Lieblingsbuch:** Schloss aus Glas von Jeanette Walls

**Mein Lieblingsfilm:** Betty Blue - 37,2 Grad am Morgen

**Mein Lieblingssong:** (sorry!!!!) Last Christmas! Da kann ich so schön mitkreischen!

**Mein Lieblingszitat:** Ich bin der Sieg  
mein Vater war der Krieg  
der Friede ist mein lieber Sohn  
der gleicht meinem Vater schon  
(Erich Fried) Beschreibt er doch die Fragilität unseres Seins, derer wir uns immer mehr bewusst werden.

**Wofür ist es nie zu spät?** Die Komfortzone zu verlassen.

**Das ist meine Superkraft:** Jeden dort abzuholen, wo er steht.

**Meine wildeste Frisur:** hatte ich immer dann, wenn Gianna Nannini im Fernsehen sang und ich mir dann ruckzuck mit der Küchenschere die gleiche Frisur geschnitten habe.

**Was war das Beste, was Ihnen heute passiert ist?**  
Das war mein Besuch bei der Apropos-Redaktion mit all den netten und offenen Menschen dort.



TIPP

EINGELEGT KRAUTBLÄTTER

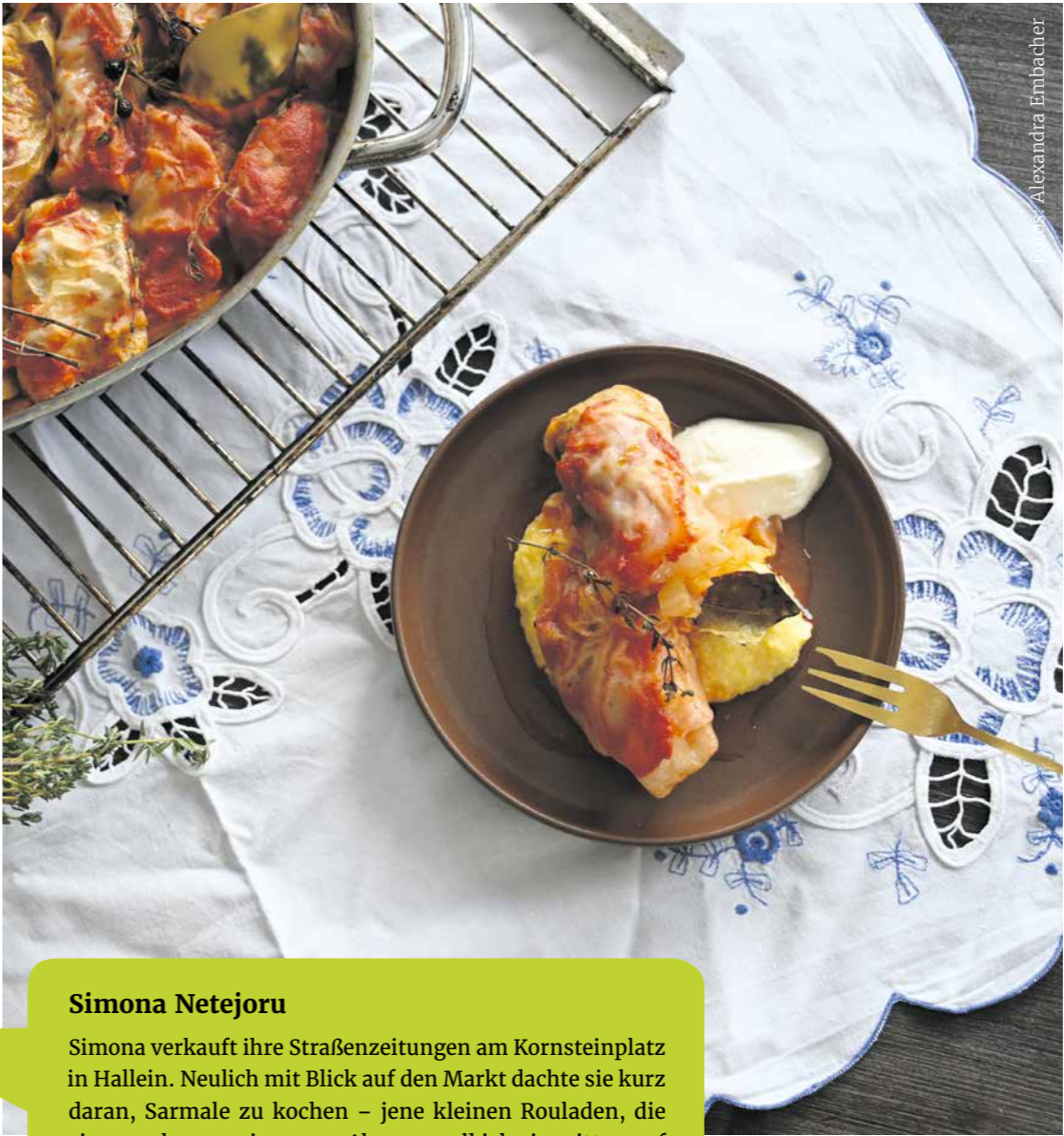
Da staunt man in türkischen Lebensmittelläden nicht schlecht, wenn ganze gesäuerte Krautköpfe im Kühlregal liegen. Doch genau die braucht's, wenn man traditionell Sarmale kochen will. Optional – aber das schreibt jemand mit Praxishnähe und keinem rumänischen Background – ginge auch frisches, blanchiertes Kraut.



Apropos: Rezepte! zusammengestellt von Alexandra Embacher

# SARMALE

Wenn Simona Netejoru von Salzburg heim nach Rumänien kommt, wissen ihre Mädchen sofort, was bald passieren wird: Es wird aus dem Ofen nach Krautrouladen duften, die aus sauer eingelegten Blättern bestehen, gefüllt mit würzigem Faschier-ten und in einer aromatischen Tomatensauce geschmort. Ihr Spezialgericht – und sicherlich auch ein großes Stück kulinarisch-rumänischer Identität. Denn die kleinen Rouladen gehören zum Rezeptrepertoire vieler Familien, überall ein bisschen anders, überall mit Liebe gemacht. Und wer einmal probiert hat, weiß: Eine allein ist nur ein Magentratzerl, bei Familie Netejoru werden deshalb gleich rund 50 Krautrouladen gemacht. Dazu isst man klassisch Polenta und einen Klecks Sauerrahm.



Alexandra Embacher

Simona Netejoru

Simona verkauft ihre Straßenzeitungen am Kornsteinplatz in Hallein. Neulich mit Blick auf den Markt dachte sie kurz daran, Sarmale zu kochen – jene kleinen Rouladen, die sie an zuhause erinnern. „Aber wo soll ich sie mitten auf der Straße rollen?“, fragt sie. Das Gericht braucht Zeit, Geduld und einige Zutaten – Luxus im Alltag einer Frau, die jeden Euro sorgfältig einteilt: „Ich habe viele Probleme. Aber all mein Geld vom Verkauf geht an meine Kinder und ihre Ausbildung.“ Selbst für das Praktikum ihrer Tochter bezahlt sie, Gehalt gibt es keines. Ihre oberste Priorität: Die Kinder sollen die Schule abschließen. Seit zehn Jahren lebt Simona nun in Österreich, am 23. November hat sie Geburtstag.

Wer nicht alle Sarmale auf einmal schafft, kann sie wunderbar für zwei bis drei Tage im Kühlschrank aufbewahren. Man sagt gar, sie würden von Tag zu Tag schmackhafter.

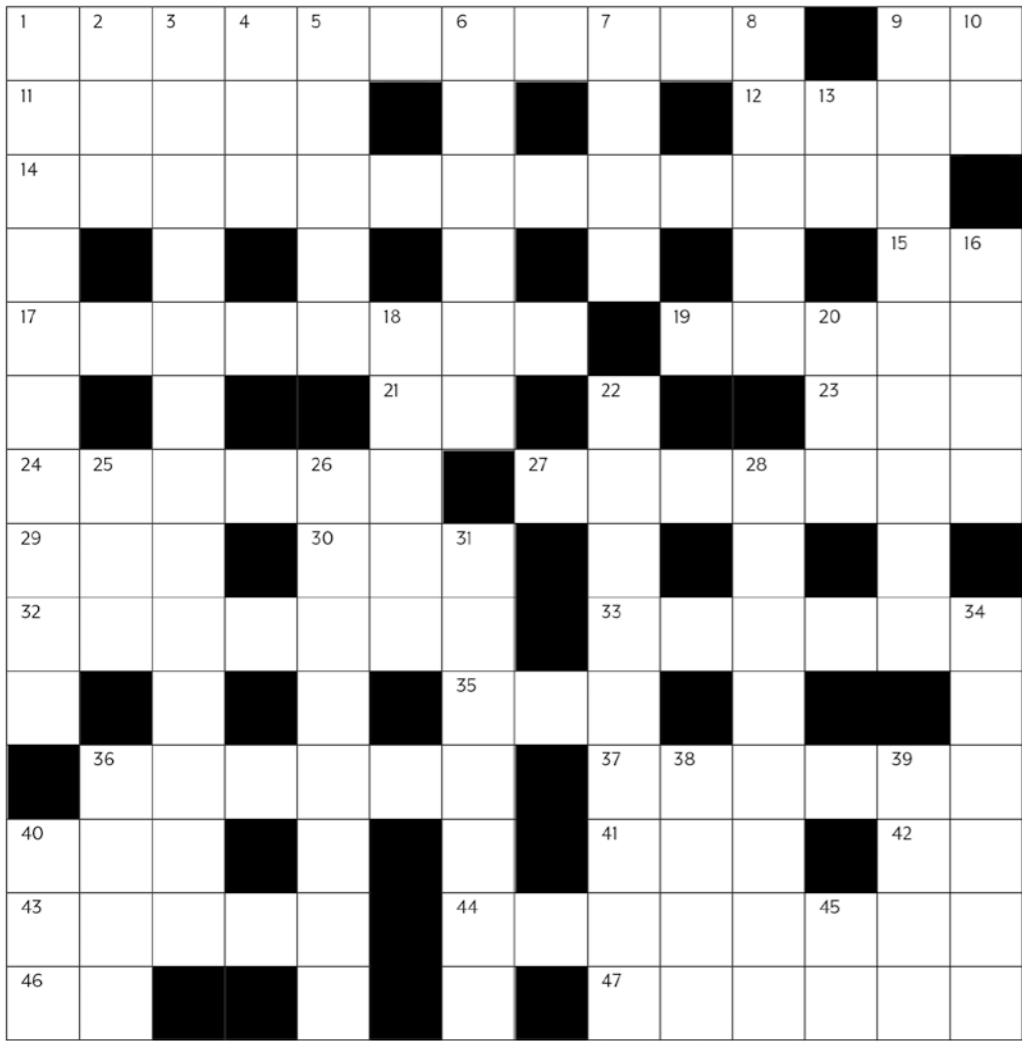
Zutaten für 4 Personen:

- 1 Kopf fermentiertes Weißkraut
- etwas Öl
- 2 Zwiebeln
- 2 Karotten
- 3 Knoblauchzehen
- 50 g Reis (ungekocht)
- 750 g Faschiertes (Schwein)
- 2 Eier
- 1 EL Suppenpulver
- Salz und Pfeffer
- 1 Bund Thymian
- 2 Lorbeerblätter
- 4 Wacholderbeeren
- 500 ml Tomatenpassata
- 250 ml Suppe

Zubereitung:

- Die Blätter vom Krautkopf ziehen, die Strünke herausschneiden und, wenn nötig, halbieren. Für das Wickeln beiseitelegen, die restlichen Blätter fein in Streifen schneiden.
- Für die Füllung Zwiebeln fein hacken und in etwas Öl glasig braten.
- Karotten und Knoblauch reiben, gemeinsam mit dem Reis zur Zwiebel geben und mitbraten.
- Das Ganze in eine große Schüssel geben und Faschiertes, Eier sowie Gewürze hinzufügen. Alles gut vermengen, bis eine gleichmäßige Masse entsteht.
- Nun die Sarmale rollen: Hierfür ein Krautblatt auf die Arbeitsfläche legen, etwa 1–2 EL Füllung auf eine Seite des Blattes geben, fest aufrollen und die Enden eindrücken, damit nichts herausfällt.
- Anschließend den Boden eines Bräters mit etwas Öl bestreichen und eine Schicht fein geschnittenes Kraut und etwas Thymian hineinlegen. Darauf die Sarmale dicht an dicht legen, pfeffern. Schichtweise weitermachen, bis alles aufgebraucht ist.
- Zum Schluss die Passata darüber gießen und mit Suppe auffüllen, bis alles leicht bedeckt ist. Wacholder und Lorbeer hinzufügen.
- Die Sarmale zugedeckt bei 180 Grad Celsius (Umluft) mindestens 30 Minuten sanft köcheln lassen. Für besonders zarte Rouladen empfiehlt sich ein längeres Schmoren (ca. 1,5 Stunden).

# UM DIE ECKE GEDACHT



Waagerecht

- 1 Unternimmt manch Unternehmen. Eine Geldtaschenbande?
- 9 Typisch orientierungsloser Satzbeginn.
- 11 Dichterisch: Was James für Joyce, ist T.S. für ihn.
- 12 Der griechische Regenbogen ist augenfällig.
- 14 Sehr intelligenter Schabernack? (Mz.)
- 15 Mit angehängter Haarpomade für den Heimwerker brauchbar.
- 17 Ist inzwischen fast jeder Tankbehälter, aber wohl kein einziger Western?
- 19 Mit oder ohne Fransen kann die Front was bieten,.
- 21 Macht vorsätzlich aus der Fortbewegung den Informationszuwachs.
- 23 Die Frau steckt im geschüttelten englischen Bier.
- 24 Flüssige Variante vom kleinen Happen essen.
- 27 Gar nicht schlecht, der Part!
- 29 Strahlender Abfall findet sich dort erst mit anhänglicher Daseinsform.
- 30 Macht aus dem nordischen Hirsch das Verlocken oder die Kartenspielaktion.
- 32 Der kleine Nachbar vom Inka-Staat ist unter anderem für insuläre Schildkröten bekannt.
- 33 Um der zu werden, muss man sie erklimmen!
- 35 „Vom moosgen Stein am waldgen...“ singt der Heimatliedliebhaber.
- 36 Gehört zu seiner Erfinderin wie Hercule zu Poirot.
- 37 Die Hunde sind wohl allen bekannt!
- 40 Verwirrter Geruchsbekämpfer kommt lyrisch daher.
- 41 Ist leider manchmal sowohl Kleidung als auch Sichtweise.
- 42 Fehlt dem Weberg maßgeblich zum Ursprung für Trinkgenuss.
- 43 „Ursprünglich eignen Sinn lass dir nicht rauben! Woran die ... glaubt, ist leicht zu glauben.“ (Goethe)
- 44 Darauf lässt sich aufbauen. Klanglich ein geschlossener Raum für Verliebte?
- 46 Ergänzt den Klostervorsteher gründlich zur Sonderform.
- 47 Die Auszahlung der ... ist allen recht. Wird verlängert zur Stadt.

Foto: Privat



STECKBRIEF

NAME Klaudia Gründl de Keijzer  
MAG den Herbst als Jahreszeit sehr gern  
SOFERN er einem Spätsommer gleicht  
KANN VORERST noch auf Schnee verzichten

©Klaudia Gründl de Keijzer

## Oktober-Rätsel-Lösung

Waagerecht

1 Gerechtigkeit 9 Dreh 11 Eigenheiten (aus: IN EHE EIGNET) 12 Ro (Rosenheim) 13 Ulme 14 Tunnelblick 16 IR (in Ruhestand) 17 SOS 18 Te (-gel) 19 Lira 20 Tangenten 23 Men 24 iah / Hai 25 Sepia 26 Drilling 31 So (-nett) 33 One 34 Eur (-opa) 35 Edelstein 38 Alma 39 Non 40 Lid 41 Mn (Minnesota) 42 Rosengarten 43 Atlas 44 Re (-torte)

Senkrecht

1 Gaestelisten 2 Regentropfen 3 Cannes 4 Treib-sand (aus: BREISTAND) 5 Gutding 6 Ednukdnl/ Landkunde 7 IR 8 Termite (aus: MIT TEER) 10 Hoe-ren 15 Lote (in: Flotten) 21 Eile 22 Thiel 23 Masslos 27 Roi (in: Ret-ROI-nsenierung) 28 Innige (aus: IN INGE) 29 Nummer 30 Granne 32 Otis 36 Dort (in: Deutschlan-DORT-schaften) 37 Edel 38 Aera 42 Ra (Ge-RA-ngel)

Senkrecht

- 1 „Ich habe keine besonderen ..., nur bin ich leidenschaftlich neugierig.“ (Albert Einstein)
- 2 Der Nordeuropäer bringt die Spanier zum Juchzen.
- 3 Ist manch Piouette und meist die Aushilfskraft.
- 4 Die französische Antwort auf den King.
- 5 Den Halte-Zustand wünscht man den Hörorganen. Manchmal ist es die Sahne. Gesellschaften sollten nicht so sein..
- 6 Cleopatras letzte Gesellschaft.
- 7 Kann man anhalten, holen oder einem ausgehen.
- 8 Ein krankhafter Teil von der Historie.
- 9 Ist wohl Fixpunkt für die meisten Österreich-TouristInnen, die gen Osten fahren.
- 10 Kurz gefasst: In unserem Nachbarland war er der Nachfolger von AM und Vorgänger von FM.
- 13 Haben Rechnungshof und Robin Hood in Kürze gemeinsam.
- 16 Rückwärtig zu betrachten, jedenfalls in Südtirol!
- 18 Nämlich ein Piano, der u.a. den London Bridge Tower erbaute.
- 20 Das französische Pendant zur ungarischen Sziget.
- 22 Der Haufen Unrat wird wohl nie bestiegen.
- 25 Sollte dafür sorgen, dass das immense organisatorische Chaos bei großen Sportveranstaltungen reduziert wird.
- 26 In vielen Backrezepten enthalten, aber nicht beim Baiser.
- 28 Hat seinen Platz im Orchester und in der Salzburger Gastronomie. Mit der Kann man mehr als zwei Fische fischen?
- 31 Was tut der Kommissar im Dunkeln, bevor er den Verbrecher ...?
- 34 Bei ihm wirkt es von allen Seiten so, als ob er in 39 senkrecht sei.
- 36 Kann Fluss, Blut und Gold folgen.
- 38 Feine Maßeinheit der österreichischen Blutwurst.
- 39 Ist sprichwörtlich die Mutter der Unvollkommenheit.
- 40 Verwirrter östlicher ehemaliger Präsident. Eine nicht allzu Ferne in der Ahnentafel.
- 45 In Kürze: verunglückte deutsche Sportlerin.

Redaktion intern

## WENN’S KALT WIRD

Foto: Privat



christa.wieland@apropos.or.at  
Tel.: 0662 / 870795-23

Montagmorgen in der Redaktion. Am Wochenende wurde nicht geheizt und das, was wir im Sommer an unserem Standort in der Glockengasse sehr schätzen, nämlich den kühlenden Schatten des Kapuzinerberges, entpuppt sich im Herbst doch als erheblicher Nachteil. Beim Teekochen in unserer Küche überlegen wir, wie lange es dauern wird, bis unsere Büros die Arbeitstemperatur erlangen, um ohne Mantel werken zu können. Kälte ist ein unangenehmes Gefühl, selbst in Innenräumen. Besonders schlimm aber ist Kälte für all jene Menschen, die keinen festen Wohnsitz haben und sowohl den Tag als auch die Nacht im Freien verbringen müssen. Temperaturen rund um oder unter dem Gefrierpunkt sind für Menschen, die auf der Straße leben, lebensgefährlich. Daher möchten wir alle Passant:innen an die Nummer des Caritas-Kälte-Telefons 0676 8482 10651 erinnern, wenn sie Personen sehen, die unter freiem Himmel schlafen. Zögern Sie nicht, dort anzurufen, um dadurch vielleicht Leben zu retten. Nach zwei Tassen Tee waren wir in der Redaktion auf Arbeits-temperatur und konnten zudem feststellen, dass gegenseitiges Verständnis und Zuspruch kurzfristig auch einen wärmenden Charakter haben können. ☺

Foto: Privat



julia.herzog@apropos.or.at  
Tel.: 0662 / 870795-23

Wenn Sie das November-Apropos in Händen halten, bläst vor Ihrem Fenster vermutlich der kalte Herbstwind. Möchten Sie kurz mit mir zurück in den Sommer reisen? Genau genommen zum 15. Juli 2025. An diesem Tag habe ich geschwitzt. Das hatte weniger mit den sommerlichen Temperaturen zu tun und war eher dem Foto-termin geschuldet, der an diesem Tag stattfand. Wir hatten Apropos-Verkäufer:innen in die Küche des Restaurants Schmankerl eingeladen, um für jene Fotos zu posieren, die Sie in unserem neuen Kochbuch „Apropos: Lieblingsrezepte!“ finden. Als Projektleiterin war ich an diesem Julitag (und in der Nacht davor) voller Vorfreude, aber auch voller Gedanken: Werden alle Verkäufer:innen erscheinen? Haben wir genügend Lebensmittel? Wird die Zeit reichen? Kurzum: Habe ich an alles gedacht? Heute kann ich erleichtert aufatmen. Alles hat wunderbar geklappt. Und das ist in erster Linie den tollen Menschen zu verdanken, mit denen wir dieses Projekt realisieren durften. Vom Inhalt über die Fotos, Grafik, das Lektorat bis zum Druck waren Vollprofis am Werk. Und ein großer Dank gilt natürlich unseren Verkäufer:innen, die ihre Lieblingsrezepte mit uns – und nun auch mit Ihnen – teilen. Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Nachkochen. ☺

radiofabrik.at

107,5 & 97,3 mhz



## vorgestellt

Fabrikant:innen

As I like it Classic

Reinhard Kober präsentiert Musik - und zwar: as he likes it! Einmal im Monat auch klassische Musik. In früheren Jahren war er noch kein Fan davon, heute fasziniert ihn alles von Barock bis zur späten Klassik. Und das gibt er mit Begeisterung an seine Hörer:innen weiter: „Ihre Ohren werden Augen machen, was es da alles zu entdecken gibt.“

Nächste Sendungen:  
27.11. und 25.12.

Nutz' auch du deine Chance, hörbar zu machen, was alle hören sollen - und das Ganze live on air!

Du hast eine spannende Sendungsidee? Ein gesellschaftliches Anliegen? Eine geniale Musik-sammlung? Spaß am Experimentieren? Bei uns kannst du deine eigene Radiosendung machen - und wir zeigen dir, wie es geht:

radiofabrik.at/mitmachen

Radiosendung

Deine

NAME Michaela Gründler  
HAT nun ihre Bildungsauszeit beendet  
FREUT sich, wieder Teil des tollen Apropos-Teams zu sein

STECKBRIEF



Foto: Verena Siller-Ramsl

Foto: Privat



STECKBRIEF

NAME Judith Mederer  
IST als Apropos-Redakteurin gedanklich immer einen Monat weiter  
BEREISTE bis Redaktionsschluss Portugal und Spanien  
HAT heute bestimmt viel zu erzählen  
FREUT SICH auf das Apropos-Kochbuch

## JUNG SCHREIBT

von Amelie Crewe

**D**u schickst dich an, den Herbst zu begrüßen. Schließe deine Augen. Spüre die Blätter unter deinen Füßen, wie du sie einzeln wegschiebst, wie sie unter deinen Schuhen leise rascheln. Bemerke, wie deine Haare leicht im Wind wehen. Lass deine Gedanken mitwehen. Visualisiere, wie sie mit den Störchen in den Süden fliegen und erst einmal dortbleiben. Gehe langsamer als sonst. Nicht, weil du müde bist, sondern weil du Zeit hast. Weil du alles um dich herum wahrnimmst. Weil sich plötzlich alles langsamer bewegt. Der Dampf, der von den feuchten Straßen aufsteigt. Die Wolken, die am Himmel auftauchen und wieder verschwinden. Die Sonnenstrahlen, die immer seltener zu sehen sind. Hebe ein Blatt auf und zeichne mit deinen Fingern die Linien nach, als würdest du seine Geschichte lesen. Stell dir vor, du wärst dieses Blatt. Stell dir vor, du könntest ebenfalls in einer Menge von scheinbar Gleichrangigen so herausstechen. Denke daran, dass du es vielleicht sogar schon tust, ohne es zu merken. Bemerke, wie der Geruch von Regen in der Luft liegt, obwohl die Sonne scheint. Erinnere dich daran, dass es letztes Jahr genauso war. Werf einen letzten Blick auf die in Rottöne getauchten Bäume, bevor du deine Haustür aufsperrst. Hänge deinen Schal auf und ziehe deine Jacke aus. Mach

die Tür schnell wieder zu, um die warme Luft nicht nach draußen zu lassen. Lass deine feuchten Schuhe im Eingangsbereich stehen und tausche sie gleich durch deine Hausschuhe aus. Spüre, wie deine Finger langsam wieder auftauen, als wären sie Schwalben, die langsam die warme Luft im Süden zu spüren bekommen. Atme noch ein letztes Mal die Überreste der klaren Herbstluft ein, bevor sie sich endgültig mit der Wohnungswärme vermischt und es so scheint, als wäre sie nie da gewesen. Gehe langsam in die Küche und fülle den Wasserkocher auf. Drehe den Schalter. Schau dem Wasserkocher beim Dampfen zu. Lass deine Gedanken mitdampfen. Spüre, wie schwache Sonnenstrahlen durch das Fenster in die Küche strahlen. Gehe zu dem Fenster und lehne dich leicht gegen den Fensterrahmen. Lass deinen Blick über die Landschaft schweifen, über die Apfelbäume, deren Äpfel schon seit längerer Zeit reif sind, über die kahlen Blumenbeete, in denen nur noch wenige Herbstastern blühen, über die kleinen Teiche der Nachbarn. Versuche, einen Igel zu sehen, obwohl du von dieser Position aus noch nie einen gesehen hast. Bemerke, wie das Licht schwächer auf die Baumkronen fällt, vielleicht ja auch ein bisschen goldener. Schließe die Augen. Höre den Blättern beim Fallen zu. Dem Wind beim Wehen. Den zwitschernden Vögeln,


die als Letzte in Richtung Süden fliegen. Lass die Geräusche in deinen Ohren verdampfen. Lass sie zu einem harmonischen Fluss zusammenfließen. Konzentriere dich nicht auf die Außenwelt. Lass sie einfach da sein. Spüre die Stille, die Ruhe. Schau einem Blatt zu, wie es sich geräuschlos von seinem Ast löst. Wie es vom Wind nach unten getragen wird. Wie es sich in Richtung Freiheit bewegt. Für das Blatt ist dieser Moment wie ein Anfang – für den Baum scheint er wie ein Ende zu sein. Vielleicht ist er auch beides gleichzeitig. Das Blatt gleitet weiter. Langsam, schwerelos, bis es den Boden berührt. Verharre noch einen Moment mit dem Blick auf das Blatt, bis es still liegen bleibt. Lass deinen Blick wieder über die Bäume schweifen. Manche davon haben schon viele Blätter verloren. Manche Bäume lassen sich Zeit. Nichts scheint eilig zu sein. Nichts scheint zu drängen. So wie die Bäume das Loslassen still geschehen lassen, so still wirkt auch der Wandel selbst. Und vielleicht ist der Herbst ja beides – Neubeginn und Ende. Oder vielleicht ist er einfach ein Zwischenraum. Wie vieles im Leben. 

Foto: Privat



STECKBRIEF

**NAME** Amelie Crewe  
**STEHT** jeden Wochentag vor 5.00 Uhr auf  
**LEIDET** oft unter Matcha-Latte-Entzug  
**HAT** immer ein Buch in ihrer Tasche  
**HÖRT** 24/7 Musik mit ihren AirPods  
**SCHREIBT** am liebsten im und über den Herbst


Foto: Sara Bubna



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

Vertrieb intern

KALTER WIND,  
WARMES HERZ

Die Blätter färben sich golden, der Wind trägt den Geruch von Regen, und die Straßen füllen sich mit raschelndem Laub. Für viele bedeutet das Gemütlichkeit – Kerzen, Tee, eine warme Decke. Doch für Menschen ohne festen Wohnsitz beginnt jetzt die schwerste Zeit des Jahres. Wenn es herbstelt, wird die Kälte zu einem ständigen Begleiter, und jeder Tag auf der Straße kostet Kraft. Unsere Verkäufer:innen stehen trotzdem draußen, lächeln, bieten Gespräche und Begegnungen an. Die meisten sind obdach- oder wohnungslos, aber sie kämpfen – mit Stolz, Mut und Würde – um die Chance, gesehen zu werden und mit dem Zeitungsverkauf ein Stück Selbstbestimmung zu behalten und sich ihren Lebensunterhalt zu verdienen. Damit sie gut durch die kalte Jahreszeit kommen, brauchen sie unser aller Unterstützung. Jede Spende hilft, Schlafplätze, warme Kleidung, Mahlzeiten und Medikamente zu sichern. Zeigen wir Solidarität – denn niemand sollte im Herbst und Winter allein in der Kälte stehen. 

Abo



**ICH LESE**  
**APROPOS**  
 STRASSENZEITUNG FÜR SALZBURG

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 zusätzlich gibt es einen Stadtpaziergang für vier Personen mit Georg Aigner zum Förderpreis von 120 Euro pro Jahr.
- + **Förderabo:** 12 Mal im Jahr kommt die Zeitung per Post ins Haus zum Förderpreis von 80 Euro pro Jahr.
- + **Ermäßigtes Jahresabo:** für Zivildienstler, Studierende, Arbeitslose oder Mindestpensionist:innen 12 Mal im Jahr per Post ins Haus zum Preis von 55 Euro pro Jahr.
- + **Das E-Abo:** 12 Mal die Zeitung als PDF-Ausgabe im E-Mail zum Preis von 50 Euro pro Jahr.

Alle Abos sind jederzeit kündbar.



Kontakt Abo:abos@apropos.or.at

DIE NÄCHSTE AUSGABE  
 ERSCHEINT AM 1. DEZEMBER 2025

Psst



## 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 Grubmueller  
**Redaktion & Vertrieb** Verena Siller-Ramsl  
**Redaktion & Inserate** Judith Mederer  
**Redaktion & Social Media** Julia Herzog  
**Redaktion & Vertrieb** Christa Wieland  
**Vertrieb** Hans Steininger  
**Lektorat** Mattias Ainz-Feldner  
**Gestaltung** Annette Rollny, www.fokus-design.com  
**Coverbild** pexels/alana sousa  
**Druck** Multimedia Produktions GmbH

**Mitarbeiter:innen dieser Ausgabe**  
 Tine May, Arthur Zgubic, Helmut P. Gaisbauer, Georg Wimmer, Jörg Hörz, Ricky Knoll, Ursula Schliesselberger, Luise Slamanig, Evelyn Aigner, Georg Aigner, Laura Palzenberger, Solomon Ololagbose, Obinna Obika, Edi Binder, Ogi Georgiev, Friday Akpan, Ciprian-Ilie Fieraru, Ninel Banu, Kerstin Herbeck, Klaus Papula, Anna Pirato, Christina Repolust, Monika Pink, Ursula Lara Jäger, Alexandra Embacher, Klaudia Gründl de Keijzer, Amelie Crewe

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

**Nächster Redaktionsschluss** 30.10.2025  
**Nächster Erscheinungstermin** 01.12.2025

**APROPOS**  
 STRASSENZEITUNG FÜR SALZBURG

Besuchen Sie uns für  
 Hintergrundinformationen:

 [www.apropos.or.at](http://www.apropos.or.at)



Apropos.  
 Salzburger Straßenzeitung



ich lese apropos



25 JAHRE



SALZBURG AG

**ZUKUNFT IST NICHT.  
ZUKUNFT MACHT MAN.**

[SALZBURG-AG.AT](http://SALZBURG-AG.AT)



[WWW.AK-SALZBURG.AT/](http://WWW.AK-SALZBURG.AT/)  
**GERECHTIGKEIT**



**Gerech-  
tigkeit  
muss sein.**



**Arbeiterkammer  
Salzburg**

