

# ÖSTERREICH SPIEGEL

Herbst 2024 **Nº 107**

Die Zeitung für den Deutschunterricht

**OIF** ÖSTERREICHISCHER  
INTEGRATIONS  
FONDS

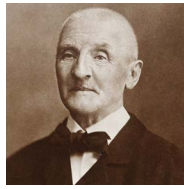
**OI**  
ÖSTERREICH  
INSTITUT



## Die Exoten aus Österreich

Reis und Oliven wachsen  
auch in Österreich.

Seite **12**



## Auf den Spuren eines Genies

Heuer wäre Anton Bruckner  
200 Jahre alt.

Seite **16**



## Wie gut kennen Sie Oberösterreich?

Testen Sie Ihr Wissen  
in unserem neuen Quiz.

Seite **18**

© STEIERMARK WERBUNG | JENNY KOLLER

## Brauchtum und Tradition



## Land der Bräuche

Österreich hält sein Brauchtum und seine Traditionen hoch. Besonders bemerkenswert ist, dass auch die junge Generation aktiv daran teilnimmt. Junge Menschen tragen wieder gerne Tracht und engagieren sich in regionalen Festen und Bräuchen, wodurch sie das kulturelle Erbe nicht nur bewahren, sondern auch in die Zukunft tragen. Viele der österreichischen Bräuche und Traditionen sind so einzigartig, dass sie sogar zum immateriellen Weltkulturerbe zählen. Der Österreich Spiegel rückt sie in dieser Ausgabe in den Mittelpunkt und bietet in der begleitenden Unterrichtseinheit spannende didaktische Übungen dazu. Auch die Kulturhauptstadt Salzkammergut ist Thema. Ihr gelingt es, eine Brücke zwischen verwurzelter und zeitgenössischer Kultur zu schlagen und sich mit der reichen Kultur des Salzkammergutes wertschätzend und mit Blick in die Zukunft auseinanderzusetzen.

**KLEINE  
ZEITUNG**

21.06.2024, Simone Rendl



## Steirische Tracht digital

315 Frauentrachten und 100 Männertrachten gibt es in der Steiermark, in einer digitalen Datenbank wurden sie nun übersichtlich zusammengefasst.

Seidenschürze, Froschgoscherln, Knöpfe, Hafteln – keine der 315 Frauentrachten und 100 Männertrachten, die die volkskulturelle Landschaft der Steiermark prägen, gleichen sich aufs Haar. Ob Muster, Verarbeitung oder Farbkombination, in jeder Tracht steckt ein Stück regionale Geschichte. Im Steirischen Heimatwerk hat man es sich zur Aufgabe gemacht, nicht nur das Wissen über die regionale Tracht zu erhalten, sondern auch zugänglich zu machen. Bereits vor einigen Jahren

wurden die Trachtentraditionen in Büchern zusammengefasst, seit Kurzem gibt es die Datenbank auch in digitaler Form. „Mit der digitalen Datenbank gibt es nun einen Ort, an dem alle Trachten übersichtlich zusammengefasst und für jede Person kostenlos zugänglich sind“, so Simon Koiner-Graupp, Geschäftsführer der Volkskultur Steiermark. Die Datenbank soll auch als Inspiration für das eigene Dirndl oder den Steireranzug dienen. „Viele Leute, die eine neue Tracht wollen, sind unschlüssig, was sie haben möchten und was ihnen gefällt. Durch die Datenbank kann man sich vorab bereits ein Bild machen“, sagt Heimatwerk-Leiterin Anita Schmid. [www.steirisches-heimatwerk.at](http://www.steirisches-heimatwerk.at)

## 02 | Neues

## INHALT

**Neues** ..... 2**Auftakt**

- > Die Zwetschke und der Powidl > Wenn die Kühe Kränze tragen > Bahnfahren beliebt wie nie zuvor > Wirtshaussterben am Land ..... 3

## SCHWERPUNKT

**Brauchtum und Tradition**

- > Ein lebendiger Schatz > Kulinarisches Erbe > Das Salzkammergut für Kulturgenießer > Die Tracht als Wirtschaftsfaktor > Zurück ins Mittelalter > Geflammtes Geschirr ..... 4

**Umwelt und Natur**

- > Weniger Beton > Tierisch mobil > So lange bleibt unser Müll in der Natur > Insekten auf der Busscheibe erforschen ..... 7

**Bildung und Beruf**

- > Braucht es ein Smartphone-Verbot im Unterricht? > Wie man die Geheimsprache einer Firma lernt > „Mit den Händen etwas schaffen“ > Mehr Plätze an Fachhochschulen > Gesund arbeiten > Traditionshandwerk – eine Schneiderin erzählt ..... 8

**Familie und Gesellschaft**

- > Teurer Traum vom Eigenheim > Kein Vertrauen in Dr. Chat GPT > Auf Alkohol verzichten > Der Klang entscheidet > „Jammern kann ansteckend sein“ ..... 10

**Essen und Trinken**

- > Die Exoten aus Österreich > Ein Stangerl feiert Geburtstag > Das perfekte Frühstück > Die Kunst, Essen schön zu fotografieren > Der beste Kaiserschmarrn ..... 12

**Integration und Zusammenleben**

- > „Man wurstelt sich halt so durch“ > Sprechen üben im Deutschcafé > Österreichisch besser verstehen > In Österreich ankommen > Jung, jüdisch und voller Tatendrang ..... 14

**Kunst und Kultur**

- > Auf den Spuren eines Genies > Neue „Liebesgeschichten“ > Schauspiellegende wird 65 > Tradition und Trend > Eine Liebe wie eine Urgewalt! ..... 16

**Sport und Freizeit**

- > Wie gut kennen Sie Oberösterreich? > Fürchtet euch nicht! > Österreich bei Olympia 2024 > Richtiges Verhalten bei Weidetieren > Österreichs flache und windige Seite ..... 18

**Beilage** > 20 Seiten Übungen und Aufgaben

## EDITORIAL

Liebe Leserinnen und Leser!

Tradition und Innovation könnte das Motto der Europäischen Kulturhauptstadt 2024 sein, die diesmal nicht in einer Stadt, sondern in einer Region ausgetragen wird – nämlich im Salzkammergut. Bad Ischl ist der Dreh- und Angelpunkt des Kulturfestivals, zahlreiche Events, Ausstellungen, Lesungen und Aufführungen finden aber in anderen größeren und kleineren Orten statt. Traditionsreiche Orte, wie z. B. die Kaiservilla in Bad Ischl, werden von innovativen Künstlerinnen und Künstlern, wie dem chinesischen Künstler Ai Weiwei, in Zusammenarbeit mit der Gmundner Keramikwerkstätte bespielt. Mehr darüber und über weitere Traditionen, wie z. B. den Hiata-einzug oder den Umzug mit dem Riesen Samson aus dem Salzburger Lungau, lesen Sie in dieser Ausgabe des Österreich Spiegels.

Mit Schulbeginn stellt sich auch wieder die Frage: Wie geht man im Unterricht mit dem Handy um? Braucht man ein schulweites Smartphone-Verbot oder soll jede Klasse den Umgang selbst regeln? Was denken Sie? Lesen Sie, was dafür und was dagegen spricht und diskutieren Sie mit Ihren Kolleginnen und Kollegen!

Falls Sie dem Sommer nachtrauern, jammern Sie nicht zu viel bzw. beobachten Sie, welche Funktion das Jammern bei Ihnen übernimmt – mehr dazu im Ressort Familie und Gesellschaft.

Einen wunderschönen Herbst mit vielen Zwetschken wünscht Ihnen die Redaktion!

**ÖIF: Kostenlose Onlinekurse**

Der ÖIF bietet wöchentlich über 80 kostenlose **Online-Deutschkurse** für die Sprachniveaus A1 bis B2 an. Die Onlinekurse unterstützen beim selbstständigen Deutschlernen und sind eine ideale Ergänzung zum regulären Deutschkurs. Eine Anmeldung ist nicht nötig, die Kurse sind live, werden von qualifizierten Lehrkräften geleitet und ermöglichen einen aktiven Austausch. Die Standardkurse für A1, A2, B1 und B2 vermitteln Alltagsthemen wie Wohnen, Arbeit und Gesundheit. Die Reihe „Deutsch für den Beruf“ bietet fach-



spezifisches Deutsch für Pflegeberufe oder Berufe in der Gastronomie und dem Lebensmittelhandel. Die Kurse „Erste Schritte in Österreich“ für A1 bieten sprachliche Unterstützung auf Arabisch und Persisch. Auch ein Konversationskurs für Anfänger und Fortgeschrittene steht am Programm: Im Online-Deutschcafé können Lernende

das Sprechen üben und sich über alltägliche Themen austauschen.  
[www.integrationsfonds.at/onlinekurse](http://www.integrationsfonds.at/onlinekurse)

**Österreich Institut Rom: Im Garten lesen**

Die poetische Kraft der Literatur unterstützt Personen, die Deutsch lernen, im Spracherwerbsprozess und eröffnet neue Denkwelten. Der **Buchclub des Österreich Institut Rom** fand dieses Jahr an einem besonderen Ort statt – im herrlichen Garten des Österreichischen Kulturforums.

Giulia Massitti, Leiterin des Österreich Institut Rom über die inspirierende Kooperation: „Ich freue mich, wenn wir unseren Lernenden interessante

Kursinhalte bieten können, die im Austausch mit der Lernumgebung stehen.“

Der diesjährige Schwerpunkt des Forums, *Vita Giardino*, regte zum Gespräch über österreichische Schriftstellerinnen und Schriftsteller und deren Werke an: Die literaturinteressierte Gruppe las Romanauszüge von Barbara Frischmuth („Der unwiderstehliche Garten“), Eva Menasse („Tiere für Fortgeschrittene“), Arno Geiger („Das glückliche Geheimnis“) und Christoph Ransmayr („Als ich noch unsterblich war“), diskutierte darüber im Grünen und erweiterte ihr sprachliches und landeskundliches Wissen.

Neugierig geworden? Der Buchclub wird am Österreich Institut Rom in Präsenz wie auch online angeboten: [bit.ly/BuchclubRom](http://bit.ly/BuchclubRom)



Lesen im Garten inspiriert – die Kursgruppe des Österreich Institut Rom mit Giulia Massitti und Kursleiterin Brigitte Heuer.

## IMPRESSUM

HERAUSGEBER: Österreich Institut GmbH, Garnisongasse 3/9, 1090 Wien, [oei@oei.org](http://oei@oei.org). REDAKTIONSLEITUNG: Mag. Christine Sicher. REDAKTION: Mag. Susanne Hartmann; Mag. Tamara Kerschbaumer; Maja Kicinski, MA; Mag. Verena Kreamsner; Verena Nagl, MA; Marie-Theres Stampf, MA; Mag. Caroline Weber. GESTALTUNG: Mag. Sandra Steiger. PRODUKTION: Riedel Druck, Bockfließstraße 60–62, 2214 Auers-thal. MEDIENINHABER UND HERSTELLER: Österreichischer Integrationsfonds – Fonds zur Integration von Flüchtlingen und Migrant/innen (ÖIF), Schlacht-hausgasse 30, 1030 Wien, [mail@integrationsfonds.at](mailto:mail@integrationsfonds.at);

Sämtliche Informationen über den Medieninhaber und die grundlegende Richtung dieses Mediums können unter [www.integrationsfonds.at/impresum](http://www.integrationsfonds.at/impresum) abgerufen werden. Die Inhalte dieses Mediums wurden mit größtmöglicher Sorgfalt recherchiert und erstellt. Für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Inhalte wird keine Haftung übernommen. Die in den abgedruckten Artikeln veröffentlichte Meinung muss nicht den Positionen des Österreichischen Integrationsfonds und des Österreich Instituts entsprechen. Das Urheberrecht verbleibt bei den Autoren und Autorinnen.

ÖSTERREICHISCHES DEUTSCH

Die Zwetschke und der Powidl



Im Herbst wird die Zwetschke (manchmal auch *Zwetschge*) reif, die im Norden Deutschlands Pflaume heißt. Es gibt zwei verschiedene Arten, eine ist länglich und hat eine dunklere Schale, die andere ist rundlich und hat eine rötliche Schale. Die Frucht eignet sich hervorragend für Zwetschkenkuchen (auch Zwetschkenfleck genannt) und Zwetschkenknödel. Man kann sie auch verkochen, zum sogenannten Powidl – ein Wort, das aus dem Tschechischen kommt. Powidlmarmelade findet man im Inneren eines Germknödels oder in Powidltascherln. Übrigens: „Das ist mir Powidl!“ bedeutet „Das ist mir egal!“ – warum, weiß niemand!



© ISTOCK

SYMBOLE

KURZ & LEICHT



LEICHT

MITTEL

SCHWER



DIE HÖRBEITRÄGE STEHEN AUF [WWW.SPRACHPORTAL.AT](http://WWW.SPRACHPORTAL.AT) AUCH ONLINE ZUR VERFÜGUNG. ZUGANGSCODE: **rtugswrd**

ÖSTERREICH SPIEGEL

Die Zeitung für den Deutschunterricht gibt es hier:

- > **Österreich Institut Zentrale Wien:**  
www.oesterreichinstitut.at  
T.: +43 1 319 48 58; E.: oei@oei.org
- > **Österreich Institut Beograd:**  
T.: +38 11 133 44 986; beograd@oei.rs
- > **Österreich Institut Bratislava:**  
T.: +42 12 544 10 797; office@oei.sk
- > **Österreich Institut Brno:**  
T.: +42 05 492 41 991; oei@oei.cz
- > **Österreich Institut Budapest:**  
T.: +36 1 322 3030; office@oei.hu
- > **Österreich Institute Kraków, Warschau, Wrocław:**  
T.: +48 12 422 95 53; krakow@oei.org.pl  
T.: +48 22 331 91 36; warszawa@oei.org.pl  
T.: +48 71 344 71 13; wroclaw@oei.org.pl
- > **Österreich Institut Moskau:**  
T.: +7 499 702 5352 102; office@oei.msk.ru
- > **Österreich Institut Sarajevo:**  
T.: +387 33 555 275; sarajevo@oei.org
- > **Österreich Institut Roma:**  
T.: +39 06 321 34 83; info@oeiroma.it
- > **Österreichischer Integrationsfonds:**  
T.: +43 715 10 51-250;  
oesterreichspiegel@integrationsfonds.at

Abopreise Österreich: Einzeljahresabo: EUR 68,20; Gruppenjahresabo: EUR 198,-

KURZ & LEICHT



© KERNWALDERTAL TOURISMUS EGENI / FRANK DREHSEL

Wenn die Kühe Kränze tragen

Vor Sommerbeginn ziehen etwa 51.000 Milchkühe, 265.000 Rinder, 9.000 Pferde, 114.000 Schafe und 10.000 Ziegen auf die rund 8.400 österreichischen Almen. Die Tiere verbringen den Sommer in höheren Lagen. Dort fressen sie frische Almkrauter und pflegen gleichzeitig die Landschaft. Während der Almaftrieb meist ruhig verläuft,

ist der Almabtrieb ein großes Ereignis. Im September werden die Tiere mit bunten Kränzen und Glocken geschmückt, die Leitkuh erhält den prächtigsten Schmuck. Sie führt die Tiere gemeinsam mit den Sennern und Sennerinnen zurück ins Tal. Dort wird die Rückkehr mit einem Fest gefeiert. Die Tradition gibt es seit 400 Jahren.

ÖSTERREICH SPIEGEL August 2024

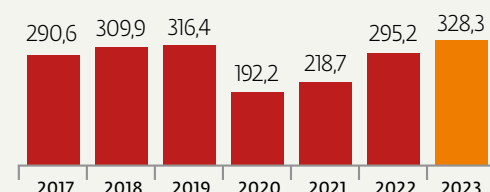


Bahnfahren beliebt wie nie zuvor

Immer mehr Menschen nutzen den Zug. 2023 stieg die Zahl der Bahnreisenden deutlich auf 328,3 Millionen. Das ist ein Plus von über elf Prozent und ein neuer Rekord. Im Gegensatz dazu schwächelte der Güterverkehr. Das Wachstum bei den Fahrgastzahlen wurde durch den Ausbau bestehender sowie die Einführung neuer Zugverbindungen ermöglicht. Insgesamt wurden 132 Millionen Personenzugkilometer auf dem österreichischen Schienennetz angeboten. Die Schienen-Control erklärte, dass vor allem neue Fern- und Nachtverbindungen der ÖBB und Westbahn für den Anstieg verantwortlich sind. Die Fahrgäste legten insgesamt 14,5 Milliarden Personenkilometer zurück. Das sind im Schnitt 44,3 Kilometer pro Reisenden.

BAHNREISENDE IN ÖSTERREICH

Anzahl der Fahrgäste in Millionen



QUELLE: SCHIENEN-CONTROL

ÖSTERREICH SPIEGEL 08/2024



Zu wenig Gäste und zu wenig Personal sind Gründe für viele Gasthaus-Schließungen im ländlichen Bereich.

Wirtshaussterben am Land

Die Zahl der Gasthäuser in Österreich ist in den letzten Jahren stark gesunken. Besonders in ländlichen Regionen gibt es viele Schließungen. Gründe dafür sind der Mangel an Fachkräften, hohe Betriebskosten und die Abwanderung junger Menschen in die Städte, was zu weniger Gästen führt. Auch veränderte Essgewohnheiten und die Konkurrenz durch Fast-Food-Ketten setzen traditionellen Gasthäusern zu. Diese Schließungen sind ein Verlust für die Dorfgemeinschaft, da Gasthäuser wichtige Treffpunkte sind. Mit neuen Ideen und innovativen Konzepten könnten Wirtshäuser wieder attraktiver werden und das Gasthaussterben gestoppt werden.

## Ein lebendiger Schatz

Österreich legt Wert auf Traditionen und Bräuche. Viele davon zählen zum immateriellen Weltkulturerbe.



Samson-Umzug in Tamsweg im Salzburger Lungau: Der friedliche Riese Samson wird von zwei Zwergen begleitet.

Die Menschen in Österreich pflegen ihre Traditionen mit Sorgfalt und einem Bewusstsein für ihre kulturellen Wurzeln. Viele der Bräuche und Traditionen sind so einzigartig, dass sie sogar zum immateriellen Weltkulturerbe zählen und weit über die Grenzen hinaus bekannt sind. „Immaterielles Kulturerbe“ bezeichnet Traditionen und Wissen, die von Generation zu Generation weitergegeben werden. Dazu gehören nicht nur Feste, sondern auch altes Handwerk, Kochkunst oder das Wissen über die Schätze der Natur. Zum immateriellen Erbe zählen keine Gebäude; es lebt durch die Menschen, die es ausüben. In Österreich gibt es bereits 168 Auszeichnungen für immaterielles Kulturerbe, ein paar Beispiele aus verschiedenen Bereichen finden Sie hier.

### Ein Riese mit magischen Kräften

Er ist aus Holz, bis zu 100 Kilogramm schwer, sechs Meter hoch und wird immer von zwei Zwergen begleitet: Der Riese Samson ist das Wahrzeichen im Salzburger Lungau und im Bezirk Murau in der Steiermark. Samson ist eigentlich eine Figur aus der Bibel und ein Symbol für Kraft und Stärke. Er war der stärkste Mann im Alten Testament, und seine langen Haare hatten magische Kräfte. Im Sommer und im Herbst wird der Samson mit festlichen Umzügen an vielen Sonntagen groß gefeiert. Die Tradition der Samsonumzüge reicht bis ins 16. Jahrhundert zurück. Die riesigen Samsonfiguren sind mit bunten Farben bemalt und tragen lange Haare, wie der Samson aus dem Alten Testament. Der Träger des Riesen muss nicht nur stark, sondern auch sehr geschickt sein. Vor allem dann, wenn er mit dem Samson den traditionellen Samsonwalzer tanzt. Insgesamt gibt es in Österreich zwölf Samson-

figuren: zehn im Lungau, zwei in der Steiermark. Alle paar Jahre treffen sich die zwölf Riesen und werden gemeinsam durch die Ortschaften getragen, im Jahr 2024 war es wieder soweit.

### Feste für den Wein

Niederösterreich ist Österreichs größtes Weinbaugebiet. Schon seit über 3.000 Jahren wird hier Wein angebaut. Viele Menschen leben vom Weinbau, dem Wein sind auch viele Bräuche zu verdanken. Von August bis November stehen diese Traditionen in ganz Niederösterreich im Mittelpunkt. Früher beschützten Weingartenhüter oder Weinhiata die kostbaren Weintrauben. Sie passten auf, dass keine Tiere oder Menschen die Weintrauben beschädigen oder stehlen. Heute müssen die Weingärten nicht mehr bewacht werden, Hiata (Hüter) gibt es schon seit rund 60 Jahren nicht mehr. Was es aber immer noch gibt, sind Hiatafeste. Das größte und älteste Fest ist der Perchtoldsdorfer Hiataeinzug, der bis in das 15. Jahrhundert zurückgeht. Heute ist der Hiataeinzug vor allem ein Erntedankfest für alle Men-



Perchtoldsdorfer Hiataeinzug: Das große Weinfest findet jedes Jahr im Herbst statt.

schen, die im Weinbau arbeiten. Eine Musikkapelle begleitet die Hiata zum Gottesdienst in die Kirche. Nach dem Erntedankfest in der Kirche findet vor dem Rathaus in Perchtoldsdorf ein lustiges Gstanzen-singen statt, bei dem sich die Hiata in kurzen Liedern über Politiker und Mitbürger lustig machen.

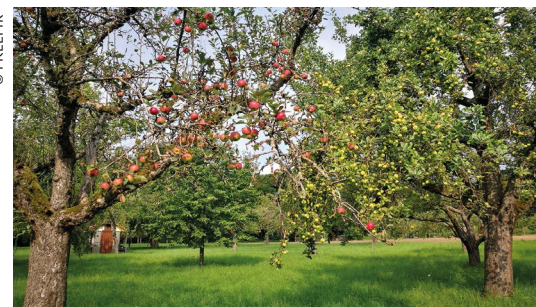
### Ein Kartenspiel als lebendiges Kulturerbe

Seit 2024 zählt auch ein Kartenspiel zum immateriellen Kulturerbe Österreichs: Tarock-Königrufen, ein Kartenspiel aus der Familie des Tarocks. Das Spiel, das ursprünglich aus Italien stammt, wurde in Österreich weiterentwickelt.

Beim Königrufen sitzen vier Spieler zusammen und versuchen, mit ihren Karten die meisten Punkte zu erreichen. Eine Besonderheit des Spiels ist, dass ein Spieler durch das Rufen eines Königs einen Partner wählt, oder allein gegen die anderen spielt. Tarockieren ist ein wichtiger Teil der österreichischen Kultur und wird oft bei geselligen Treffen in Wirtshäusern oder zu Hause gespielt. Es gibt auch spezielle Tarockkurse und regionale Turniere, die Gemeinschaft und Zusammenhalt fördern. In Österreich gibt es etwa 100.000 Personen, die Tarock spielen.



© FREEMK



Streuobstwiesen gehören seit Dezember 2023 zum immateriellen Kulturerbe.

### Ein Schatz der Natur

Streuobstwiesen sind Flächen, auf denen Obstbäume frei stehen. Meist stehen unterschiedliche Arten und Sorten nebeneinander, ganz anders als in Plantagen. Der Streuobstanbau in Österreich ist seit Dezember 2023 als immaterielles Kulturerbe von der UNESCO anerkannt. Für viele Menschen sind Streuobstwiesen auch mit Kindheitserinnerungen verbunden – das Sitzen auf einer Wiese im Schatten großer Obstbäume. Für die 5.300 Mitglieder der ARGE Streuobst sind diese Bäume ein wertvolles Kulturgut, das sie erhalten möchten. Streuobstwiesen sind nicht nur kulturell wertvoll, sondern auch ein wichtiger Lebensraum für über 5.000 Pflanzen- und Tierarten. Hier finden Gräser, Wildblumen, Insekten, Igel, Fledermäuse und Vögel ein Zuhause. In Österreich gibt es über 3.000 verschiedene Apfel- und Birnensorten. Alte Sorten wie die Winawitzbirne wachsen nur noch auf traditionellen Streuobstwiesen. Leider ist die Zahl der Streuobstbäume seit den 1960er Jahren um bis zu 80 Prozent gesunken, weshalb ihr Erhalt dringend notwendig ist.

© ARD WILD | PICTUREDESK.COM



26.06.2024


**ÖSTERREICH  
SPIEGEL**  
Die Zeitung für den Deutschunterricht

August 2024



## Kulinarisches Erbe

Ein Kochkunstbuch, inspiriert von den kulinarischen Schätzen des Bregenzerwaldes im 18. Jahrhundert



**A**nna Claudia Strolz, seit fast zwanzig Jahren ehrenamtliche Mitarbeiterin des Angelika Kauffmann Museums in Schwarzenberg, hat sich intensiv mit dem Alltag der berühmten Künstlerin Angelika Kauffmann beschäftigt. Dabei stellte sich immer wieder die Frage: Was kam bei Angelika Kauffmann auf den Tisch? Ihre Tochter Klara Strolz und deren Freundin Lina Baldauf gingen dieser Frage nach, und so entstand aus Neugier und Forscherdrang dieses Buch.

Die Autorinnen durchforsteten historische Kochbücher, darunter auch das älteste erhaltene Kochbuch im Bregenzerwälder Archiv aus dem Jahr 1812. Dieser Fund entfachte ihre Leidenschaft für die Geschichte der regionalen Küche und die Essgewohnheiten im 18. Jahrhundert. Die historischen Kochbücher im Angelika Kauffmann Museum bieten faszinierende Einblicke in die kulinarische Praxis der damaligen Zeit. Sie zeigen die Vielfalt und Kreativität der Küche, die oft durch exotische Gewürze und aufwendige Zubereitung beeindruckte. Das Kochen über offenem Feuer war eine Herausforderung und erforderte Geschick und Erfahrung, da genaue Mengenangaben selten waren und vieles nach Gefühl zubereitet wurde.



© ANGELIKA KAUFFMANN MUSEUM

### EIN HISTORISCHES KOCHBÜCHLEIN

Das Buch ist in sechs Kapitel gegliedert, die jeweils eine Station im Leben von Angelika Kauffmann darstellen und verschiedene Aspekte der damaligen Küche beleuchten. Historische Kochbücher wie das anonyme „Kochbüchlein“ geben Einblick in die pragmatische Küchenpraxis der Zeit und zeigen, wie wichtig es war, alle Reste zu verwerten und wie aufwendig die Zubereitung scheinbar einfacher Gerichte war. Besonders interessant ist die kulinarische Vernetzung der Region, die durch einige Rezepte aus anderen Regionen sichtbar wird. „Eine Genusszeitreise mit Angelika Kauffmann“ zeigt, wie kulinarische Tradition und Innovation miteinander verwoben sind. Es lädt zum Experimentieren und Entdecken ein und bietet einen reichen Fundus an Geschichten und Rezepten, die das kulturelle Erbe des Bregenzerwaldes lebendig halten.

## Das Salzkammergut für Kulturgenießer

Das Salzkammergut ist Europäische Kulturhauptstadt 2024. Auf dem Programm stehen noch bis Ende des Jahres Ausstellungen, Konzerte, Theaterstücke und Bergtouren.



© EDWIN HUSIC

Der Salzabbau, der vor 7.000 Jahren am Hallstätter See begann, ist Thema vieler Kunstaktionen.

**E**s ist das erste Mal, dass eine ländliche Region statt einer Stadt den Titel „Europäische Kulturhauptstadt“ trägt. Bad Ischl bewarb sich mit dieser Idee, das gesamte Salzkammergut miteinzubeziehen, insgesamt 23 Gemeinden des Salzkammerguts sind beteiligt. Von Jänner bis Ende Juni haben bereits über 220.000 Menschen das Kulturprogramm besucht. Die Region, bekannt für ihre Berge, Wälder, Almen und Seen, erstreckt sich über Oberösterreich, Salzburg und die Steiermark.

### ZENTRALE BEDEUTUNG DES SALZES

Das Salz spielt eine zentrale Rolle in der Geschichte und Identität des Salzkammerguts. Es ist nicht nur namensgebend für die Region, sondern auch ein wesentlicher Bestandteil vieler Kulturhauptstadt-Veranstaltungen. Historisch gesehen war der Salzabbau die wirtschaftliche Grundlage der Region. Seit über 7.000 Jahren wird hier Salz gewonnen, was die Landschaft und Kultur nachhaltig geprägt hat. Die Salzgewinnung führte zur Entwicklung einer einzigartigen Infrastruktur, einschließlich Bergwerken, Sudhäusern und Transportwegen. Im Kulturhauptstadtjahr 2024 wird die Bedeutung des Salzes auf vielfältige Weise thematisiert: Die Ausstellung „sudhaus – kunst mit salz und wasser“ im ehemaligen Sudhaus von Bad Ischl präsentiert zeitgenössische Kunstwerke, die sich mit Salz und Wasser auseinandersetzen. Besonders erwähnenswert ist das Salzkunstwerk des japanischen Künstlers Motoi Yamamoto, der ein Bergpanorama aus Salzkörnern gestaltet hat. Das Musikfestival „New Salt“ greift das Thema Salz bereits in seinem Namen auf und verbindet es mit innovativen musikalischen Darbietungen an verschiedenen Orten der Region. In vielen Veranstaltungen und Führungen wird die Geschichte des Salzabbaus und dessen Einfluss auf die Entwicklung der Region thematisiert. Die Salinen und historischen Bergwerke der Region sind wichtige Schauplätze im Kulturhaupt-

stadtprogramm und bieten Besuchern die Möglichkeit, die Salzgewinnung hautnah zu erleben. Das „weiße Gold“, wie Salz oft genannt wird, dient somit als verbindendes Element zwischen Vergangenheit und Gegenwart, zwischen Natur und Kultur sowie zwischen traditionellem Handwerk und zeitgenössischer Kunst im Rahmen der Kulturhauptstadt 2024.



© THOMAS BAKOS

Xenia Hausner thematisiert mit ihrer Skulptur „Atemluft“ in Bad Ischl die Umweltzerstörung.

### WEGE DES WIDERSTANDES

Die schroffen Berge, die dichten Wälder und weitläufigen Almen des Salzkammerguts dienten während des Nationalsozialismus Widerstandskämpfern, aber auch zum Teil hochrangigen Nationalsozialisten als Versteck. Das Kulturhauptstadtprogramm greift diese Geschichte auf verschiedene Weise auf, zum Beispiel mit dem Projekt „Wege des Widerstands“: Diese geführten Wandertouren führen zu historischen Orten und erzählen die Geschichten von Widerstandskämpfern. Beispielsweise wird die Geschichte von Alois Straubinger behandelt, der wegen der Produktion von Anti-Nazi-Flugblättern verhaftet wurde. Verschiedene Veranstaltungen finden auch an Gedenkortern statt, um an die Opfer des NS-Regimes zu erinnern und die Geschichte des Widerstands zu würdigen.



## Die Tracht als Wirtschaftsfaktor

Erstkommunionen, Firmungen, Kirtage, Familienfeiern, Hochzeiten: In Österreich wird für Feiern immer öfter Tracht getragen.

**T**rugen vor 15 Jahren nur eingefleischte Fans Dirndl und Lederhose, sind diese heute salonfähig und nicht nur bei der jüngeren Generation, sondern auch in den Städten beliebt. Die Nachfrage ist trotz gestiegener Lebenshaltungskosten gut. Allerdings sind gestiegene Kosten ein Thema.

### DIRNDLKLIEDER AB 1.000 EURO

„Von den Umsätzen her dürfen wir uns nicht beklagen“, sagt Anna Tostmann, die mit Mutter Gexi das Traditionsunternehmen Tostmann Trachten mit Sitz in Seewalchen und Standort in Wien führt. Das Unternehmen gibt es seit 1949, es wird in dritter Generation geführt.

„Die Stimmung ist gut. Wer in Qualität investiert, kauft etwas für Jahre und Jahrzehnte.“ Ein neues Tostmann-Dirndl kostet um die 1.000 Euro, im Glücksstüberl, einer Art Outlet, ist Ware auch zu deutlich geringeren Preisen zu erwerben. 3.500 Stück werden jährlich verkauft. In Wien sind auch Touristen ein nicht zu unterschätzender Faktor. Das Unternehmen bietet auch einen Leihservice an. Die Dirndl und die Männer-Gilets werden in Seewalchen von 20 Näherinnen genäht, die übrige Männerkleidung wird in Österreich von einem Lohnunternehmen gefertigt. 80 Mitarbeiter sind beschäftigt. Vor Corona waren es noch 120. Die hohen Personalkosten sind ein Wettbewerbsnachteil: „Wir sind konkurrenzfähig, aber die Spannen sind minimal.“ Die Produktion in Österreich werde



Tostmann Trachten: Geschäft in Seewalchen am Attersee

aber auch künftig nicht in Frage gestellt: „Wir können keine österreichische Tracht verkaufen, die nicht in Österreich produziert wird. Hätten wir die Produktion nicht mehr im Haus, wäre auch der Reiz vorbei.“

### DIRNDLKLIEDER AB 600 EURO

Von einer zufriedenstellenden Nachfrage spricht auch Maximilian Gössl, Eigentümer des gleichnamigen Trachtenmodenherstellers aus Salzburg. Auch er führt das Unternehmen in dritter Generation. „Es gibt Kunden, die darauf achten müssen, wofür sie Geld ausgeben. Sie kommen öfter und lassen sich für ihre Entscheidung länger Zeit.“ Dass Kunden zu günstigeren Anbietern wechseln, fürchtet Gössl nicht: „Wer Wert auf Qualität legt, kauft nichts Günstiges, sondern verzichtet eher.“ Der Umsatz konnte, auch aufgrund von Preiserhöhungen, mit 15 Millionen Euro stabil gehalten werden. Dirndlkleider kosten bei Gössl ab 600 Euro, Lederhosen sind teurer: Gefertigt wird in Deutschland, Italien und Ungarn. Gössl betreibt den Großteil der 40 Geschäfte in Österreich und Bayern selbst, rund 15 Prozent werden in Franchise geführt. 2017 hat Anita Rosner das Linzer Geschäft übernommen, drei Mitarbeiterinnen sind beschäftigt: Sie betont das breite Einsatzspektrum der Tracht und auch den Nachhaltigkeitsaspekt: „Eine Tracht kann man enger und weiter machen und bei Bedarf reparieren. Man trägt sie viele Jahre.“

### DIRNDLKLIEDER AB 40 EURO

Bewusst ein anderes Angebot bietet die „Zillertaler Trachtenwelt“, die vor 25 Jahren gegründet wurde und 45 Filialen in Österreich betreibt: „Früher ist für eine Lederhose schnell ein ganzes Monatsgehalt draufgegangen. Wir wollen die Tracht für jeden leistbar machen“, sagt Julian Juffinger, zuständig für Personal und Neffe von Gründer Thomas Dims. Das Spektrum sei breit, Lederhosen seien zwischen 69 und 700 Euro zu haben, Dirndl ab 40 Euro, gefertigt wird in Asien und Osteuropa.



© ÖSTERREICH WERBUNG | LISA EIERSEBNER

Maßgeschneidertes Dirndl aus Bad Aussee

## KURZ & LEICHT



### Zurück ins Mittelalter

In ganz Österreich sind Mittelalterfeste sehr beliebt. Diese Veranstaltungen bieten eine faszinierende Reise zurück in die Zeit von Rittern, Gauklern und Handwerkskunst. Besucherinnen und Besucher können sich auf echte Marktplätze, Ritterturniere, mittelalterliche Musik und historische Speisen freuen. Besondere Highlights sind oft Schaukämpfe, Bogenschießen und mittelalterliche Handwerksvorführungen. Ob auf Burgen, in Altstädten oder in schönen Landschaften – die Feste ziehen Geschichtsinteressierte und Familien an und bieten Gelegenheit, ins Mittelalter einzutauchen. Zu den schönsten und bekanntesten Mittelalterfesten zählen das Ritterfest auf der Burg Clam, das Burgfest in Friesach, das Mittelalterfest Eggenburg und das Fest in Dürnstein in der Wachau.

### TIPP



### Geflammtes Geschirr

Gmundner Keramik steht seit dem 17. Jahrhundert für österreichische Handwerkskunst. Das grün gemusterte Geschirr, das schon bei Oma und Opa auf dem Tisch stand, wird in der traditionellen „Flammen“-Technik verziert – einer Kunstform, die als immaterielles Kulturerbe der UNESCO anerkannt ist. Besucherinnen und Besucher können die Keramikfertigung in Führungen hautnah erleben und sogar selbst Hand anlegen. Neben der Pflege traditioneller Techniken setzt Gmundner Keramik auch auf kreative Impulse. In der Academy of Ceramics Gmunden wird Kunst großgeschrieben. Derzeit besteht eine spannende Zusammenarbeit mit dem renommierten chinesischen Künstler Ai Weiwei. In Bad Ischl werden aktuell 42 seiner Werke ausgestellt, darunter die beeindruckende Installation „Combat Vases“ – eine Anordnung aus 175 Keramikhelmen der deutschen Wehrmacht.

## KURZ &amp; LEICHT



In Wien werden bis 2025 viele Plätze und Straßen begrünt.

## Weniger Beton

Im Winter gibt es weniger Schnee, im Sommer wird es immer heißer. Starkregen und Hagel kommen öfter vor. Wenn in kurzer Zeit viel Regen fällt, gibt es Überschwemmungen. Das liegt auch am Boden. Wo Beton ist, kann das Wasser nicht in die Erde eindringen. Außerdem speichert Asphalt Wärme. In Städten wird es deshalb heiß und die Gefahr für Überschwemmungen ist größer. Mehr Bäume und Grünflächen helfen bei beiden Problemen. Für die ist aber wegen Straßen und Parkplätzen oft zu wenig Platz. Stadtforscherin Kerstin Krellenberg findet, dass alle gemeinsam an Lösungen arbeiten müssen: Nicht nur die Wissenschaft, sondern auch die Stadtverwaltung, die Wirtschaft und die Bürgerinnen und Bürger.

## MUSEUMSTIPP



## Tierisch mobil

Wie und warum wandern Tiere und wie forscht der Mensch dazu? Das zeigt die Ausstellung „Tierisch mobil“ im Haus für Natur in St. Pölten. Ein Thema ist der Vogelzug. Lange haben sich Menschen gefragt, wo die Vögel im Winter sind. Erst ein toter Weißstorch mit einem afrikanischen Pfeil im Hals brachte 1822 die Idee auf, dass die Vögel in andere Länder reisen. Heute verfolgen wir ihre Bewegungen mit Sendern und Beringungen an den Füßen. Im Wasser wandern Fische zum Laichen flussaufwärts. Heute versperren aber Staustufen oft den Weg. Beluga-Störe kommen heute nicht mehr über die Donau vom Schwarzen Meer bis nach Österreich. An Land sind die Straßennetze ein Problem. In der Ausstellung wird gezeigt, welche Rekorde Tiere trotzdem auf ihren Wanderungen aufstellen.

## DER STANDARD

11.06.2024, Lisa Breit



## So lange bleibt unser Müll in der Natur

Achtlos weggeworfen, hat unser Abfall meist noch ganz schön lange Bestand.

**U**mweltwissenschaftlerin Ines Fritz von der Universität für Bodenkultur erklärt, wie lange Bananenschale und Plastiksackerl brauchen, um zu verschwinden.

Ein **Apfelgehäuse** braucht nur wenige Tage, um in der Natur zu verrotten, sagt die Expertin. Das Innere eines Apfels werde sehr schnell abgebaut – innerhalb von **drei bis vier Stunden**. Der Stängel aus harter Zellulose bleibt mit ein bis zwei Monaten am längsten übrig.

„Die **Bananenschale** ist die von den Pflanzen erfundene Verpackung. Sie ist dick, enthält Zellulose und wasserabweisende Substanzen“, sagt Fritz. Sie schätzt, dass eine Bananenschale **ein paar Monate** braucht, um zu verrotten. Durch Konservierungsmittel und Pestizide kann es länger dauern.

**Zigarettenfilter** bestehen aus unterschiedlichen Materialien, die alle schlecht abbaubar sind, erklärt die Umweltwissenschaftlerin. Es dauert **mindestens hundert Jahre** bis sie verschwinden. Die Giftstoffe darin können über den Boden ins Grundwasser gelangen.

**Kaugummi** ist ein Produkt aus Erdöl und Weichmachern. „Einfach auf den Boden gespuckt, braucht er **mindestens 150.000 Jahre**, bis er weg ist.“ Als Alternative empfiehlt die Wissenschaftlerin Mastix, das Harz der Pistaziensträucher in Griechenland. Mastix gilt als der älteste natürliche Kaugummi.

Das **Plastiksackerl** bleibt ebenfalls **150.000 Jahre** erhalten. Biologisch abbaubare Sackerl verrotten in zwei bis drei Wochen. Fritz findet deshalb das „Plastiksackerlverbot“ sinnvoll. „Plastik zerfällt

in der Natur in Mikroplastik. Chemisch ist es aber immer noch dasselbe Material.“ Die kleinsten Partikel bleiben bis zu **150.000 Jahre** in der Umwelt. Mikroplastik ist in den letzten Winkeln unseres Planeten anzutreffen und wurde auch schon im menschlichen Körper gefunden. Erste Studien deuten auf eine toxische Wirkung hin.

Der Inhalt der **Windel** verschwindet äußerst schnell, sagt Fritz. „Ihn mögen Mikroorganismen.“ Die Kunststoffe in der Windel würden aber noch bis zu **150.000 Jahre** in der Natur bestehen. Ökwindeln sind eine Spur nachhaltiger, doch auch hier sind nur einzelne Teile biologisch abbaubar.

Eine **Glasflasche** verrottet nicht und kann **eine Million Jahre** alt werden. Umso wichtiger sind die Wiederverwendung und das Recycling. Bis zu 50 Mal könnten sie gereinigt und wieder befüllt werden, so Fritz. In der Natur sind ihre scharfen Kanten die größte Gefahr für Tiere oder Menschen. Giftige Stoffe gebe sie keine ab.

Die Expertin erklärt: **Getränkedosen** oxidieren mit der Zeit. Aluminiumoxid sei eine „unerwünschte Substanz“, aber grundsätzlich nicht schädlich. Bis eine Getränkedose gänzlich verschwindet, brauche es schätzungsweise **mehrere Tausend Jahre**.

Wenn ein **Papier** nur aus Zellulose besteht, verrottet es **in einigen Wochen**. Das gilt allerdings nicht für verarbeitetes Papier, das wir meist im Alltag nutzen. Es enthält Stoffe, die es haltbarer machen und ihm Glanz verleihen. Durch diese Stoffe löse sich Papier erst innerhalb von **150.000 Jahren** auf.

## Die Presse

27.07.2024, Christine Imlinger

## Insekten auf der Busscheibe erforschen

Tiroler Forscher analysieren die Reste toter Insekten auf den Frontscheiben von Postbussen.

**D**as Insekten-Monitoring, sagt Michael Traugott, sei wegen des dramatischen Insektensterbens immer bedeutender geworden. „Das liegt am weltweiten Rückgang. Aber großflächige Daten fehlen uns“, so der Zoologe und Insekten-Forscher der Uni Innsbruck. Also ließ er sich eine Methode für das Sammeln von Proben einfallen: Busse. Busse fahren den ganzen Tag ausgewählte Strecken und sammeln wertvolle Informationen, ohne dass dafür weitere Tiere zu Schaden kommen. „Mit DNA-Verfahren kann man bestimmen, welche Arten das waren“, sagt Traugott. „Wir sehen so, in welchem Zustand sich unsere Insektenwelt in Österreich befindet und wie sich die Artenvielfalt verändert.“

Aktuell läuft das Projekt in Kärnten, Tirol, Ober- und Niederösterreich. Buslinien wurden so gewählt, dass sie verschiedene Lebensräume abdecken. Drei Mal pro Woche werden die Windschutzscheiben abends mit einem Mikrofasertuch abgewaschen und die Flüssigkeit gefiltert. Im Labor wird diese sogenannte eDNA, also „environmental DNA“, konserviert. Alle Proben werden im September auf einmal analysiert – aus Kostengründen.

Die toten Insekten sind über die Jahre weniger geworden: „Ich kann mich an die Autofahrten in den 1980er-Jahren erinnern, wir sind stehen geblieben, um zwischendurch die Scheiben zu reinigen. Das ist heute nicht mehr der Fall.“

08 | **Bildung und Beruf**

DER STANDARD

15.07.2024, Muzayen Al-Youssef


**OÖNachrichten**  
 www.nachrichten.at

13.07.2024

Elisabeth Prechtl



## Braucht es ein Smartphone-Verbot im Unterricht?

In Frankreich, Schweden, Finnland und den Niederlanden sind Handys in der Schule bereits seit längerem untersagt. Was für und was gegen ein derartiges Verbot spricht

### > WAS DAFÜR SPRICHT:

Jugendliche hierzulande verbringen laut Erhebung rund 3,5 Stunden täglich auf dem Smartphone. Welchen Einfluss das auf jugendliche Gehirne hat, ist unklar. Allerdings fanden etwa US-Forscher eine Korrelation zwischen der Verbreitung von Smartphones und Depressionen bei Jugendlichen. Ihre Anziehungskraft macht die Geräte zu einem Störfaktor im Unterricht. Ein Verbot könnte zudem einer Handysucht entgegenwirken.

Auch Cybermobbing könnte eingedämmt werden. Etwa die Hälfte derer, die sexualisierte Darstellungen von Kindern in Österreich verbreitet, ist selbst minderjährig. Häufig steht das in Verbindung mit Cybermobbing – etwa wenn ein Ex-Partner aus Rache Bilder verbreitet. Ein Verbot kann Mobbing nicht verhindern, aber Schülerinnen und Schüler können nicht so leicht unfreiwillig gefilmt oder fotografiert werden. Außerdem würden Kinder und Jugendliche in den Pausen ihre sozialen Kontakte persönlich pflegen. Das könnte die Klassengemeinschaft stärken.

### > WAS DAGEGEN SPRICHT:

Ein generelles Handyverbot in Schulen ist aus Sicht der Experten von saferinternet.at kontraproduktiv: Dafür hätten Handys einen viel zu großen Stellen-



Kinder und Jugendliche verbringen rund 3,5 Stunden täglich am Smartphone.

wert bei Jugendlichen. Vereinbarungen, dass das Gerät während des Unterrichts nicht benutzt oder in der Schultasche verstaut wird, sind sinnvoll. Oder dass Fotos von anderen nicht ohne Erlaubnis verbreitet werden dürfen. Solche Regeln werden besser akzeptiert, wenn sie mit den Schülerinnen und Schülern gemeinsam erarbeitet werden.

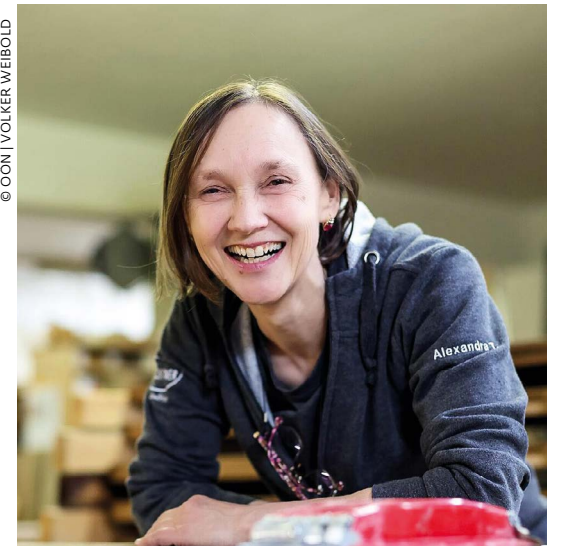
Wenn Smartphones in den Unterricht eingebunden werden, könnte ein gesunder Umgang mit Medien gelehrt werden. Und es könnten Möglichkeiten der Geräte genutzt werden, etwa das Lehrende auf Lern-Apps zugreifen.

Was für manche Eltern gegen ein Smartphone-Verbot spricht, ist die Erreichbarkeit. Etwa wenn eine Stunde ausfällt oder Kinder sich nach der Schule noch mit Mitschülern treffen wollen. Die ständige Erreichbarkeit kann aber auch ein bisschen zu viel Kontrolle werden.

## „Mit den Händen etwas schaffen“

Früher hat Alexandra Thomasberger sich mit Schadenersatz, Gewährleistung und Vertragsrecht beschäftigt, heute arbeitet die 55-Jährige mit Holz.

2022 hat sich Alexandra Thomasberger für eine Ausbildung zur Tischlereitechnikerin entschieden. Bereut hat sie den Schritt nie: „Es ist schön, wenn man mit seinen Händen etwas schafft, womit die Kunden eine Freude haben.“ Thomasberger war mehrere Jahre als Rechtsanwältin tätig. 2015 wurde sie Amtsleiterin im Stadtamt Attnang-Puchheim. 2022 kündigte sie: „Es hat keinen Spaß mehr gemacht.“ Sie meldete sich arbeitslos und belegte einen Workshop im Frauenberufszentrum Vöcklabruck: „Die Trainerinnen haben geholfen, Stärken und Wünsche herauszufinden.“



Alexandra Thomasberger hat einen beruflichen Neuanfang gewagt.

Heute arbeitet sie im Tischlereibetrieb Holzleitner in Desselbrunn. Sie ist die erste „Ältere“, die dort ausgebildet wird: „Bei den Kollegen gab es zu Beginn etwas Zurückhaltung. Jetzt zeigen sie mir alles, wenn ich sie mit Fragen löchere.“ Sie wird seit Juli 2023 dort ausgebildet, ist aber nicht im Betrieb angestellt, sondern absolviert über die Arbeitsstiftung Salzkammergut eine verkürzte Lehre zur Tischlereitechnikerin. Statt vier wird sie zwei Jahre ausgebildet, eine Berufsschule muss sie nicht besuchen, stattdessen Fachkurse absolvieren. Für die Dauer ihrer Ausbildung bezieht sie Arbeitslosengeld.

Ihr Umfeld hat positiv auf den Berufswechsel reagiert: „Meine Tochter ist sehr stolz.“ Berufswechsel würden künftig Standard werden, sagt Thomasberger. Zwischenstationen wie das Frauenberufszentrum seien dafür unverzichtbar. Ihr nächstes Ziel ist die Lehrabschlussprüfung, anschließend möchte sie im Betrieb bleiben und sich irgendwann ihr eigenes Massivholzbett bauen. „Die Arbeit hält mich wahnsinnig fit. Ich verschwende keinen Gedanken an die Pension.“

KURIER

24.05.2024, Roxanna Schmit



## Wie man die Geheimsprache einer Firma lernt

Ob Kürzel, Codes oder Witze: Jedes Unternehmen hat eine eigene Sprache.

Eigentlich hat Bettina M. (Name von der Redaktion geändert) die richtige Ausbildung, ist motiviert und lernt schnell – trotzdem weiß sie meist nicht, wovon ihre Kollegen im neuen Job sprechen. Die Firma hätte eine eigene Geheimsprache voller Kürzel und Wortschöpfungen, sagt sie. Sie weiß nicht, was man fragen und was man vielleicht doch googeln sollte, um sich nicht zu blamieren. Immerhin will sie nicht unprofessionell wirken. Aber wie?

„Jede Organisation hat Kürzel, die man nur versteht, wenn man Teil der Familie ist“, sagt New-Work-Expertin Elisabeth Sechser. Sprache schaffe Zugehörigkeit und stärkt die Zusammenarbeit. „Sobald man diese internen Kürzel verwendet, ist man angekommen.“ Ein gutgestalteter Integrationsprozess ist auch im Interesse des Unternehmens. Ein Blatt voller Vokabeln reiche da nicht



aus, so die Expertin. „Um die Firmensprache zu verstehen, muss man ein Teil des Teams werden.“ Das beginnt schon bei Fragen: „Reagiert das Team genervt, fühlt man sich weniger willkommen.“ Wenn Kollegen den Fragen offen begegnen und sogar ermutigen, öfter nachzufragen, fühle man sich automatisch wohler.

Ähnlich sieht es auch Karrierecoach Sabina Haas, die Jobanfängern rät, selbstbewusster zu werden. „Zu Beginn weiß man natürlich nicht alles – oft noch nicht einmal, welche Fragen man stellen sollte.“ Das Nachfragen sollte jedoch nicht zu einer Bequemlichkeit werden, sonst erwecke das den Eindruck, dass man sich nicht bemüht. Sabina Haas: „Wenn man das Pech hat, in einem Team zu arbeiten, das sehr ungeduldig ist und einem das Gefühl gibt, dumm zu sein, sollte man sich fragen, ob das ein Ort ist, an dem man arbeiten will.“



## KURZ &amp; LEICHT



## Mehr Plätze an Fachhochschulen

800 zusätzliche Studienplätze wird es an österreichischen Fachhochschulen im Studienjahr 2025/2026 geben. Fachhochschulen bieten eine Berufsausbildung auf wissenschaftlicher Basis. Sie schließen – wie Universitäten – mit dem Master oder Bachelor ab. Die meisten neuen Studienplätze sind für das Studium Soziale Arbeit: 239 Personen können zusätzlich beginnen. Nach dem Abschluss arbeiten sie etwa in Jugendeinrichtungen oder unterstützen Familien. Auch der MINT-Bereich wird um 351 Plätze aufgestockt. MINT umfasst Mathematik, Informatik, Naturwissenschaft und Technik. Fachhochschulen oder FHs feiern heuer ihr 30-Jahre-Jubiläum: Im Herbst 1994 wurden in Österreich die ersten FH-Studiengänge gestartet. Von den 80.000 Studienanfängerinnen und -anfängern 2023/2024 gingen rund 23.400 an eine FH.

## ARBEITSTIPP



## Gesund arbeiten

Man verbringt viel Zeit am Arbeitsplatz. Diese Zeit sollte man möglichst gesund gestalten. Das richtige Sitzen zum Beispiel beugt Nacken- und Rückenprobleme vor. Achte auf eine aufrechte Haltung und wechsele öfter die Position. Sitze nicht zu nah am Bildschirm. Das schont die Augen. Ein Headset ist gut, wenn man viel telefoniert. Es ist besser für die Haltung und die Konzentration. Achte auch auf deinen Kaffeekonsum. Zu viel Kaffee kann dem Magen schaden. Am besten trinkt man keinen mehr nach 16 Uhr, denn das kann den Schlaf stören. Mit gesunden Snacks tust du deinem Körper langfristig etwas Gutes: Nüsse und Obst etwa. Das verhindert auch Heißhungerattacken.

Kronen  
Zeitung

07.07.2024, Anna Terleth

Traditionshandwerk –  
eine Schneiderin erzählt

Barbara Pfister aus dem Zillertal ist Meisterschneiderin aus Leidenschaft.



Eine große Stärke von Schneiderin Barbara Pfister ist die Trachtenmode.

**D**irndlschürzen, Seidenblusen, edle Brokatstoffe und filigran bestickte Kleidung so weit das Auge reicht – wir befinden uns in der Schneiderei von Barbara Pfister im Tuxertal. Die junge Meisterschneiderin zeigt uns ihr Atelier. Eine große Stärke der Zillertalerin ist die Trachtenmode. „Mit diesem traditionellen Tuxer Dirndl habe ich den 2. Platz beim Tiroler Handwerkspreis geholt. Ich habe es für meine Mama angefertigt“, erzählt sie strahlend. „Besonders aufwendig war das händische Aufsticken des Widders bzw. des Tuxer Steinschafs am Rückenteil. Das Oberteil besteht aus Tuxer Loden, der seit 1880 im Zillertal hergestellt wird.“ Auf diese Weise kombiniert Barbara alte Tiroler Stoffe mit modernen Designs.

## AUS FREUDE AM SCHNEIDERN

„Nach der Schule bin ich in der Gastronomie gelandet. Dort wollte ich nicht für immer bleiben.“



Auch für Kleinkinder wird in der Werkstatt geschneidert.

In meiner Freizeit habe ich viel gestrickt, genäht und gehäkelt. So bin ich auf die Berufsidee Schneiderin gekommen!“ Zwei Jahre darauf hat die junge Tuxerin ihre Lehre angefangen und 2018 die Meisterprüfung bestanden. „Ich habe jede Zusatzprüfung gemacht, unter anderem das Trachtendiplom und die Farb- und Stilberatung.“ Im Juli 2020 hat sie den Schritt in die Selbstständigkeit gewagt und ihre eigene Maß- und Änderungsschneiderei in Lanersbach, Tux eröffnet.

Die meisten ihrer Kunden kommen aus dem Zillertal, in letzter Zeit erhält sie auch viele Aufträge aus ganz Tirol. Die Zusammenarbeit mit regionalen Dienstleistern ist ihr wichtig: „Meine Stoffe beziehe ich größtenteils von Händlern aus der Umgebung.“ Das Ergebnis: Qualitätsware, die auch ihren Preis hat: „Eine teils maschinell, teils handgestickte Tracht von mir kostet etwa 1.800 Euro. Trägt man die Tracht regelmäßig, ist das eine sinnvolle Investition. Wenn man sorgsam damit umgeht, hält sie jahrzehntelang. Viele Trachten werden auch weitervererbt.“ Für die Anfertigung brauche sie etwa zwei Wochen, erzählt Barbara. „Kunden sagen, der Tragekomfort ist ein ganz anderer als bei Konfektionsware: alles sitzt perfekt!“

## GUT DING BRAUCHT WEILE

Auf Instagram können Barbaras Kunden live mitverfolgen, wie ihre Kleidung entsteht. „Vor einigen Jahren habe ich damit angefangen. Ich poste viele Zeitraffer-Videos! Mein Ziel ist es, den Leuten zu zeigen, wie viel Zeit ich in ihre Kleidungsstücke investiere.“

# 10 | Familie und Gesellschaft

DER STANDARD

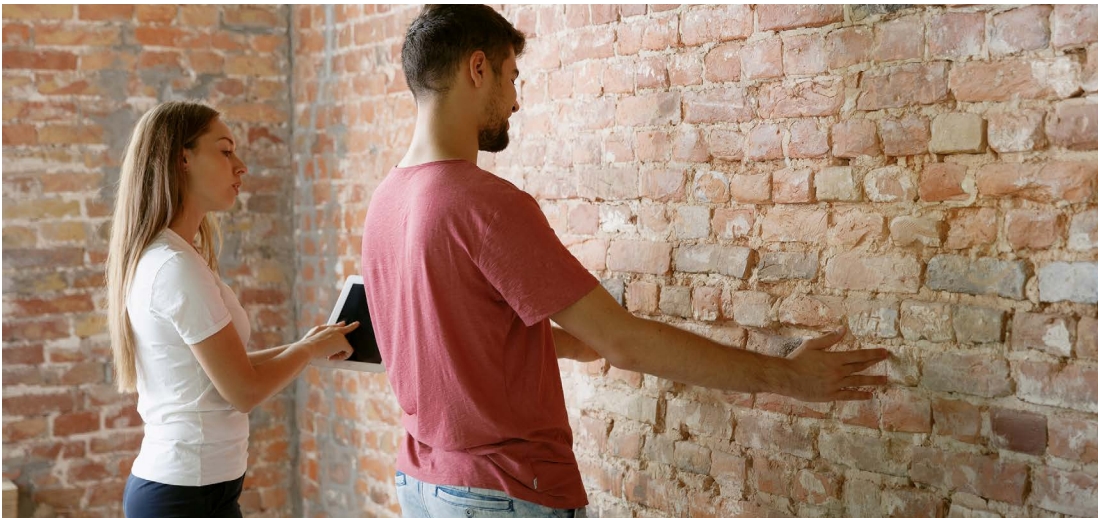
19.09.2020, Bernadette Redl, Franziska Zoidl



KURZ &amp; LEICHT

## Teurer Traum vom Eigenheim

Ein Haus zu bauen, ist schwierig geworden. Häuslbauerinnen und Häuslbauer berichten, wie sie ihr Projekt dennoch stemmen.



Ein Einfamilienhaus zu bauen ist für viele Familien in Österreich der große Wohntraum.

**E**lisabeth und Robert bauen für sich im Waldviertel ihren Lebensraum: 206 Quadratmeter Wohnfläche, Ziegelbau, ein großer Garten. So sind die beiden selbst aufgewachsen – und genauso schön sollen es auch ihre Kinder einmal haben. Diese Sehnsucht kennen viele. Das Einfamilienhaus gilt hierzulande als der große Wohntraum. Doch hohe Baukosten, unleistbare Grundstücke, strenge Kreditvergaberegeln und hohe Zinsen machen es Häuslbauerinnen und Häuslbauern immer schwerer. In den vergangenen Jahren sind die Grundstücke und damit auch die Häuser geschrumpft. Die meisten Fertighäuser haben mittlerweile weniger als 160 Quadratmeter.

### ELISABETH UND ROBERT: „ALLE HELFEN MIT“

„Wenn man auf dem Land wohnt, helfen alle im Ort zusammen. Ohne dieses Miteinander würden wir es nicht schaffen. Natürlich haben wir auch viel selbst gemacht. Der Bauplatz war zum Glück schon in Familienbesitz. Viele Grundstücke sind heute so teuer, dass man sich dann kein Haus mehr leisten kann. Manches schieben wir auf später, die Fassade wollen wir erst in den nächsten Jahren machen, denn das kostet gleich noch einmal 30.000 oder 40.000 Euro. Natürlich will man auch bei der Ausstattung sparen, aber auch nichts kaufen, was nach zehn Jahren wieder kaputt ist. Einen Keller haben wir uns aber gespart. Und wir haben die letzten drei Jahre in Elisabeths altem Kinderzimmer gewohnt, damit wir keine Miete zahlen müssen. Das ist schon recht eng.“

### CLAUDIA: DER BAUGRUND WIRD WIEDER VERKAUFT

„Wir haben 2021 einen 1.800 Quadratmeter großen Baugrund in der Nähe von Craz gekauft und dann fast ein Jahr unser Haus geplant. Danach haben wir Angebote eingeholt – und erkannt, dass das Haus um ein Drittel teurer ausfallen würde, als wir eineinhalb Jahre zuvor kalkuliert hatten. Letztendlich haben wir das Grundstück verkauft und uns

einen sanierungsbedürftigen Bungalow gekauft. Das kommt uns billiger – auch weil der Tischler aus Slowenien kommt und wir das Dach vorerst nicht neu machen, damit wir es später mit einer Photovoltaikanlage aufrüsten können.“

### CHRISTOPHER: WOHNEN AUF DEM DACHBODEN

„Ich habe in meinem Elternhaus für meine Partnerin und mich den Dachboden ausgebaut. Früher waren dort zwei Kinderzimmer. Jetzt gibt es dort alles, was wir zu zweit zum Leben brauchen: Küche, Bad, Schlaf- und Wohnzimmer. Nur den Eingang teilen wir uns mit meinen Eltern.“

Seit drei Jahren leben wir nun hier, für uns ist das eine Übergangslösung, weil wir noch nicht wissen, wo es für uns hingehen wird. Vermutlich werden wir in meinem oder im Elternhaus meiner Freundin das Stüberl umbauen, also den älteren Teil des Hauses.“

### VERENA UND VALENTIN: ERST EINMAL NUR DAS NÖTIGSTE

„Wir haben ein altes Haus gekauft, renoviert und angebaut. Aus Umweltgründen wollten wir kein neues Haus bauen, und außerdem konnten wir uns so einfach mehr vorstellen. Finanziell haben wir uns nicht wirklich etwas gespart, auch wenn wir das anfangs dachten. Man darf die Entsorgungskosten nicht unterschätzen. Leider wird das Sanieren immer noch zu wenig gefördert.“

Mit den größeren Sachen haben wir Firmen beauftragt, aber mithilfe der Familie auch ganz viel selbst gemacht. Oft haben wir uns von den Handwerkern zeigen lassen, wie es geht, und dann selbst weitergearbeitet. Wir wurden auch finanziell von der Familie unterstützt. Wo es ging, haben wir uns für die günstigere Variante entschieden, zum Beispiel bei der Arbeitsplatte in der Küche. Echter Stein wäre robuster, aber Steingemisch sieht auch schön aus – braucht halt mehr Pflege.“



## Kein Vertrauen in Dr. Chat GPT

Ein Ziehen im Bauch, Husten oder ein roter Fleck im Gesicht: Viele Menschen fragen bei verschiedenen Symptomen zuerst Google. Auch Künstliche Intelligenz spielt in der Medizin eine immer wichtigere Rolle. KI-Chatbots wie ChatGPT bieten Möglichkeiten für eine Diagnose. Aber eine neue Studie zeigt, dass viele Leute dem medizinischen Wissen von Künstlicher Intelligenz nicht ganz vertrauen. Sie glauben nicht, dass die Ratschläge verlässlich sind. ChatGPT selbst betont, dafür nicht geeignet zu sein. „Ich bin kein Arzt und habe keine medizinische Ausbildung. Ich kann Informationen über medizinische Themen bereitstellen, allgemeine Ratschläge geben und Fragen beantworten, aber ich kann keine medizinischen Diagnosen stellen.“

## TIPP



## Auf Alkohol verzichten

Job, Kinder und eine endlose To-do-Liste – abends gibt es zur Entspannung ein Glas Wein. Die Zahl der Frauen, die zu viel Alkohol trinken, steigt. Viele Frauen greifen bei Stress zu Alkohol, obwohl sie weniger Alkohol vertragen. Ihr Körper reagiert empfindlicher darauf als der von Männern. Übermäßiger Alkoholkonsum ist gefährlich für alle Menschen. Die Deutsche Stelle für Suchtfragen empfiehlt nun, den Alkoholkonsum zu reduzieren oder ganz zu vermeiden. Früher waren 24 Gramm Reinalkohol pro Tag für Männer und 12 Gramm für Frauen als Maximum empfohlen, jetzt heißt es: Am besten gar keinen Alkohol konsumieren.

# Familie und Gesellschaft | 11

Die Presse

10.03.2024

Daniela Tomasovsky



## Der Klang entscheidet

Der zehnjährige Pianist Felix Hsieh gewinnt beim Musikwettbewerb Prima la Musica.

**W**enn er nervös ist, läuft er die Treppen auf und ab. Diesen Tipp hat Felix von seinem Klavierlehrer, Hrvoje Jugovic, bekommen. „Und er hilft“, sagt der Zehnjährige, der gerade sehr erfolgreich am Musikwettbewerb Prima la Musica in St. Pölten teilgenommen hat. Einen Sonatensatz von Haydn, eine Etüde von Chopin und die rumänischen Volkstänze von Bartók hat er vor einer Jury gespielt und dafür einen ersten Platz mit Auszeichnung erhalten – die beste Bewertung in seiner Altersklasse.

Und sehr verdient: Wenn man Felix spielen hört, würde man nicht denken, dass ein Kind am Klavier sitzt. Die Hände flitzen gekonnt über die Tasten und der junge Mann hat ein großartiges Gefühl für feinste musikalische Nuancen. Mal spielt er lauter, dann leiser, mal ist der Anschlag sanft, dann wieder energisch. Mit vier Jahren hat Felix begonnen, Klavier zu lernen. „Meine Mama ist Pianistin, und mir hat das auch Spaß gemacht. Und es macht mir noch immer Spaß“, sagt der Bub.



Felix Hsieh übt jeden Tag mindestens eine Stunde, vor dem Wettbewerb waren es zwei.

Mit sieben Jahren kam er an die Musikschule Klosterneuburg, zu seinem jetzigen Lehrer, Hrvoje Jugovic. Zu Hause übt Felix jeden Tag, eine bis eineinhalb Stunden. „Jetzt vor dem Wettbewerb waren es mehr, circa zwei Stunden.“ Nur wenn die Familie auf Urlaub fährt, wird gar nicht geübt. „Das ist dann eine Ausnahme.“ Felix' Lieblingskomponist ist Chopin: „Egal was der Komponist schreibt – es klingt einfach gut“, sagt der Zehnjährige. Die eigene Musikalität kommt bei dem polnischen Komponisten besonders zur Geltung. „Bei Chopin entscheidet der Klang über Sieg oder Niederlage“, zitiert Felix seinen Lehrer. Vor dem Wettbewerb hat der Jungpianist daher besonders am Klang gearbeitet.

Dazu gehört es auch, zuhören zu können: Wenn Felix ein neues Stück am Klavier lernt, hört er sich vorher auf YouTube Aufnahmen an. Seine Lieblingspianisten sind Daniil Trifonov und Jewgeni Kissin. Ein bis zwei Wochen braucht er, um ein kurzes Stück zu erarbeiten, drei bis vier Wochen für ein langes.

Ob er selbst Pianist werden will, weiß Felix noch nicht. „Ich bin auch in der Schule gut, besonders in Mathematik. Deswegen kann ich es noch nicht sagen.“ Wenn er nicht am Klavier sitzt, spielt er gern Fußball oder Schach oder er spielt mit Freunden.

Salzburger Nachrichten

13.07.2024, Simona Pinwinkler



## „Jammern kann ansteckend sein“

Warum jammern wir eigentlich so gerne über das Wetter? Emmanuel J. Bauer forscht seit Jahrzehnten zum Glück. Er rät Nörglern dazu, die eigene Unzufriedenheit zu hinterfragen.



Kein Badewetter? Wer viel über Kleinigkeiten jammert, ist oft mit seinem Leben unzufrieden.

**Salzburger Nachrichten:** Wann haben Sie zuletzt gejammert und worüber?

**Emmanuel J. Bauer:** Über die vielen Verwaltungsaufgaben an der Universität, durch die ich mich eingespannt fühle. Da habe ich schon gemerkt, dass ich immer wieder jammere. Das ist eine Frustration, weil ich nicht mehr dazu komme, das zu tun, wo ich eigentlich den Sinn meiner Arbeit sehe und was ich gerne mache, also forschen und schreiben.

**SN:** Was verstehen wir denn unter Jammern?

**Bauer:** Es gibt drei Bereiche: Erstens jammern im Sinne von klagen. Der Mensch klagt, wenn er Leid, Schmerz oder Ungerechtigkeit erfährt. Da ist Klage etwas Gesundes, es hilft, schlechte Erfahrungen zu überwinden. Dann gibt es Jammern als Kritik, etwa zu politischen Zuständen oder Schlapereien in Behörden. Auch das gehört angesprochen. Und dann gibt es noch das, was wir in Österreich als raunzen oder sudern bezeichnen würden, also Klagen auf hohem Niveau.

**SN:** So wie das weitverbreitete Jammern übers Wetter?

**Bauer:** Ja, genau, diese Art von Jammern hat eine Entlastungsfunktion. Es ist harmlos. Wer aber viel jammert, ist oft mit seinem Leben unzufrieden. Diese Unzufriedenheit entlädt sich an unnötigen Kleinigkeiten. Das kann auch im Zwischenmenschlichen sein, dass man den Partner, die Partnerin ständig kritisiert. Der eigentliche Grund wird oft nicht angegangen, also ich jammere, tu aber nichts.

**SN:** Also klagen wir über Dinge, die nicht in unserer Hand liegen?

**Bauer:** Ja, und wichtig ist dabei die Frage: Wie gehe ich mit der Unzufriedenheit um? Entscheidend

ist, hinzuschauen, anzunehmen und zu fragen: Was will das Leben von mir? Und etwas tun. Das ungesunde Jammern, das Raunzen verführt zu Passivität. Das ist auf lange Sicht schlecht.

**SN:** Gibt es so etwas wie kollektives Jammern, jammern, um dazuzugehören?

**Bauer:** Das ist richtig, denn Jammern kann ansteckend sein. Man könnte den Spieß auch umdrehen und sagen, wir nehmen das in den Blick, was gut läuft, wofür wir dankbar sind.

**SN:** Wie mit Menschen umgehen, die ständig nörgeln?

**Bauer:** Am besten man spricht es offen in der Runde an und sagt: Liebe Freunde, das ist mir zu viel, wir haben doch so viel, wofür wir auch dankbar sein können. Wir können etwas gemeinsam verändern.

**SN:** Was macht uns glücklich?

**Bauer:** Aus Studien sieht man, dass sich der Gesundheitszustand besonders stark auf die Zufriedenheit auswirkt, ebenso zwischenmenschliche Beziehungen. In der Philosophie sieht man als wesentliches Kriterium für Glück die Art, wie ich mit Herausforderungen umgehe.

© SNI/ANDREAS KOLARIK



### Zur Person

Emmanuel J. Bauer (64), Psychotherapeut und Professor an der Uni Salzburg für Philosophie an der Katholisch-Theologischen Fakultät

# 12 | Essen und Trinken

Die Presse

04.08.2024, Karin Schuh



## Die Exoten aus Österreich

Ein kleiner Überblick an einst exotischen Kulturen, die heute in Österreich wachsen

### REIS AUS GERASDORF



© FREEPIK

Gregor Neumeyer, der unter dem Namen „Österreis“ Reis in Gerasdorf anbaut, hat seinen neuen Reishof eröffnet. Der wird nicht nur für die Produktion genutzt, sondern auch als Erlebniswelt, die die Reisproduktion mit Führungen, Verkostungen und Workshops näherbringt. Neumeyer hat 2015 den landwirtschaftlichen Betrieb seiner Eltern übernommen und damals auf einem Hektar Reis angebaut. Er war bei Weitem nicht der Erste. „Schon unter Joseph II. gab es am Neusiedler See Anbauversuche, später hat man es im Marchfeld probiert. Damals hat es aber nicht funktioniert. Österreichischer Reis ist ein Kind des Klimawandels“, sagt er. Denn die Pflanze vertrage keine Temperaturen unter 15 Grad. [oesterreis.at](http://oesterreis.at)

### KIWIS AUS DEM MARCHFELD



© FREEPIK

Rund 25 Jahre ist es her, dass Andreas Böchzelt den Betrieb seiner Eltern übernommen hat. Einige kleinere Parzellen waren für den Ackerbau nicht brauchbar, also suchte er nach Alternativen – und stieß auf die Kiwi. Und mittlerweile ist die Marchfeld-Kiwi aus Angern an der March eine etablierte Marke geworden. „Die Neuseeland-Kiwi würde hier nicht wachsen“, erzählt er. Weil sie bei Temperaturen unter minus 15 Grad zwar nicht sterben würde, aber keine Erträge brächte. Sehr wohl wachsen hier aber Minikiwis, etwa die Sorte Weiki, die mittlerweile von Portugal bis Großbritannien gedeiht. „Da ist auch einmal minus 25 oder minus 30 Grad okay.“ Kiwis haben auch einen riesigen Vorteil: „Es gibt keine Schädlinge und kaum Krankheiten. Für einen Biobauern ist das ideal.“ [marchfeldkiwi.at](http://marchfeldkiwi.at)

### INGWER AUS DEM SEEWINKEL

Ingwer wird im burgenländischen Seewinkel mittlerweile von zwei Betrieben angebaut: Familie Kern in St. Andrä am Zicksee und Gerhard und Beate Thüringer in Pamhagen. Groß sind die Mengen noch nicht: 6.500 Kilogramm Ingwer werden auf einer Fläche von 3.500 Quadratmetern angebaut. Der Ingwer braucht allerdings über einen gewissen Zeitraum eine bestimmte Bodentemperatur, das funktioniert zwar im Seewinkel ganz gut, aber eben nicht immer. „Wir setzen auf den Klimawandel“, sagt Peck. Er geht davon aus, dass Ingwer in ein paar Jahren auf größeren Flächen angebaut wird. Auch Zitronengras, Kurkuma und Wassermelonen wachsen mittlerweile im Burgenland. [lgv.at](http://lgv.at)



© LGV SONNENGEWÜSE

### OLIVEN AUS MÖRBISCH UND RUST

Sabine Haider und Franz Günther müssen für ihren Nebenerwerb vor allem Geduld aufbringen. Sie haben 2017 begonnen, im burgenländischen Mörbisch Olivenbäume auszusetzen. Im Vorjahr haben sie zum ersten Mal Olivenöl daraus gemacht. „Herausgekommen sind 16 Liter, das ist keine schlechte Menge“, sagt Haider. Sie bewirtschaftet auf 2,4 Hektar rund 800 Bäume. Sie ist überzeugt davon, dass die Sache eines Tages aufgehen wird, aber eben Zeit braucht. „Das ist sicher keine Alternative für die Landwirtschaft, aber eine Ergänzung.“ Je nach Sorte brauchen die Oliven drei bis zwölf Monate, bis sie genießbar sind. Heuer sollte die Menge endlich reichen, um verkauft zu werden. [www.olivia.bio](http://www.olivia.bio)



© FREEPIK

### KURZ & LEICHT



© ISTOCK | JURKAJEIC

### Ein Stangerl feiert Geburtstag

Das Soletti-Salzstangerl feiert sein 75. Jubiläum. Es wurde 1949 von der Bäckerei Zach in der Steiermark erfunden, weil man eine einfachere Alternative zu Brezeln suchte. Seitdem ist Soletti das beliebteste Knabbergebäck in Österreich. Die Stangerln sind in der ganzen Welt bekannt und werden in 68 Länder exportiert. Der Name „Soletti“ entstand aus der Italien-Liebe der Familie Zach. Sie waren gern in Italien auf Urlaub und suchten nach einem Namen, der an die Sonne erinnert und ein Stück Urlaubsgefühl in den Alltag bringt. Täglich werden in Feldbach in der Steiermark 50 Millionen Soletti-Stangerln gebacken. Qualität und Geschmack haben sich seit Jahrzehnten kaum verändert. Ob bei Kindergeburtstagen, Partys oder Spieleabenden – Soletti gehört für viele Österreicherinnen und Österreicher einfach dazu.

### TIPP



© FREEPIK

### Das perfekte Frühstück

Frühstücken ist für viele Menschen wichtig, auch wenn es morgens oft stressig ist und wenig Zeit bleibt. Laut einer Umfrage frühstücken etwa 90 Prozent der Menschen zumindest gelegentlich. Mehr als die Hälfte glaubt, dass ihnen ein Frühstück hilft, gut in den Tag zu starten. Ernährungsexperten raten dazu, spätestens am Vormittag eine kleine Mahlzeit zu sich zu nehmen. Dadurch erhält man Energie und hält den Blutzuckerspiegel stabil, was wichtig für Konzentration und Wohlbefinden ist. Ausreichend zu trinken, sei es Wasser, Tee oder Kaffee, ist ebenfalls entscheidend. Kaffee kann ein guter Wachmacher sein, und bis zu fünf Tassen pro Tag gelten als unbedenklich. Auch ein schnelles Frühstück vom Bäcker kann gesund sein, wenn man auf Vollkornprodukte und eiweißreiche Beläge wie Hüttenkäse oder Ei achtet. So bleibt man länger satt und startet gestärkt in den Tag.

DER STANDARD

10.07.2024  
Carola Meyer

## Die Kunst, Essen schön zu fotografieren

Mara Hohla entwickelt und fotografiert Rezeptstrecken. Sie weiß, wie man Essen in Szene setzt.

**S**tollen im Hochsommer zu backen, bei 30 Grad und strahlendem Sonnenschein – für Mara Hohla völlig normal. „Mit Weihnachtsmusik geht's“, sagt die junge Frau und lacht, wie so häufig, wenn sie über ihre Arbeit spricht. Mara Hohla ist Food-Fotografin: Sie sorgt dafür, dass man Stollen und Co, all die Rezepte in Magazinen und Kochbüchern, sofort nachkochen will.

Der Arbeitsplatz der 32-Jährigen liegt in einem weitläufigen Hinterhof in Wien-Meidling, versteckt hinter einer Oldtimer-Werkstatt. Ein altes Backsteinhaus, hohe Räume, große Fenster. Licht ist wichtig für ihre Arbeit, denn die Fotografin arbeitet ohne künstliche Beleuchtung. Ihre Bilder sollen echt aussehen. „Essen ist emotional. Ich will eine Stimmung erzeugen.“ Früher, sagt Hohla, wurde beim Fotografieren von Essen viel getrickt und alles auf

Hochglanz poliert. Rasierschaum statt Schlagobers, Haarlack für mehr Glanz. „Geht gar nicht“, sagt sie vehement. Aus Respekt vor den Lebensmitteln, aber auch, weil das Nachkochen so zwangsläufig in Frust endet.

Maria Hohla kam übers Kochen zum Fotografieren.



© VERENA CAROLA MAYER

### UNPERFEKT PERFEKT

Mittlerweile dürfen Gerichte unperfekt und unfertig sein: Halb leer gegessene Teller, Keksbrösel auf der Tischdecke. Dennoch: Inszeniert wird trotzdem. Die nötigen Utensilien bewahrt die Fotografin in ihrem „Styling-Wagerl“. Einer dieser rollbaren Wagen, wie man sie vom Friseur kennt. Heute will sie Panna cotta „shooten“ – sommerlich mit Ribiseln und ein paar wilden Erdbeeren. Zubereitet hat sie die Panna cotta selbst. Im vorderen Teil des Studios hat sie eine große Küche eingerichtet. Es war die Liebe zum Kochen, die Mara Hohla zur Food-Fotografie brachte. Vor zehn Jahren startete sie, damals noch Studentin der Slawistik, einen Food-Blog. „Ich habe es geliebt: Kochen und Geschichten erzählen.“ Mit der Zeit kamen immer mehr Leute auf sie zu – baten sie um Rezeptideen und Fotos. Das Hobby wurde zum Beruf.

Was passiert nun mit dem Essen, das die imaginäre Tischgesellschaft zurückgelassen hat? Das meiste verschenkt die Fotografin. „Wenn man den ganzen Tag damit zubringt, hat man abends oft gar nicht mehr so viel Lust darauf.“

DER STANDARD

08.07.2024, Michael Steingruber



## Der beste Kaiserschmarrn

Für Schauspielerin Maria Happel und ihren Mann ist der Kaiserschmarrn ein Gericht zum Verlieben. Auch wenn er manchmal misslingt.



### Zur Person

Maria Happel (61) ist Schauspielerin und Regisseurin. Sie ist Teil des Ensembles des Wiener Burgtheaters, gewann 2003 den Nestroy-Theaterpreis in der Kategorie „Beste Schauspielerin“, leitete von 2020 bis 2023 das Max Reinhardt Seminar und seit 2021 die Festspiele Reichenau.

„Ich habe eine spezielle Verbindung zu Kaiserschmarrn. Das war das erste Gericht, das ich meinem jetzigen Mann Dirk Nocker gekocht habe, nachdem der als Neuankömmling aus Berlin nach Wien kam. Ich hatte von der Zubereitung keine Ahnung, zog also ein Kochbuch zurate und fand schließlich ein Rezept mit Mascarpone. Das Ergebnis war nicht sehr berauschend. Der Teig blieb einerseits flüssig, andererseits geriet er auf der Unterseite viel zu dunkel, und das mit dem

Zerreißen mit der Gabel war mir auch fremd. Dazu servierte ich Apfelmus und versuchte, die verbrannten Stellen mit Staubzucker zu kaschieren. Zum Glück war mein Mann damals schon so verliebt in mich, dass er trotz all der Mankos sagte, es sei der beste Kaiserschmarrn, den er jemals hatte. Ich selbst habe den besten paradoxerweise in Berlin gegessen – zubereitet von meiner Schwiegermutter, Edith Elmay, die Wienerin war.“

### REZEPT KAISERSCHMARRN



Mit diesem Rezept misslingt der Kaiserschmarrn garantiert nicht.

### ZUTATEN

6 Eier  
350–400 ml Milch  
180–200 g glattes Mehl  
3 EL Kristallzucker für den Schnee  
2 EL Rosinen  
1 Pkg. Vanillezucker  
Schuss Rum  
etwas abgeriebene Zitronenschale  
Prise Salz  
ca. 50 g Butter zum Backen  
Staubzucker und Zimt zum Bestreuen

### ZUBEREITUNG

- Rosinen einweichen:** Die Rosinen in eine Schüssel geben, mit Rum vermischen und etwa 15 Minuten ziehen lassen. Wer keine Rosinen mag, lässt sie weg.
- Teig vorbereiten:** Die Eier trennen. Eigelb, Milch, Zitronenschale, Vanillezucker und Mehl in einer Schüssel zu einem glatten Teig verrühren.
- Eischnee schlagen:** Eiweiß mit Zucker und einer Prise Salz steif schlagen und vorsichtig unter den Teig heben.
- Backen:** Den Backofen auf 180°C vorheizen. Butter in einer großen, feuerfesten Pfanne schmelzen lassen.

Den Teig in die Pfanne gießen. Nach 1–2 Minuten die abgetropften Rosinen darauf verteilen.

**5. Pfanne in den Ofen:** Die Unterseite des Kaiserschmarrns leicht anbräunen lassen, dann vorsichtig wenden. Die Pfanne in den vorgeheizten Ofen stellen und den Kaiserschmarrn 6–8 Minuten goldbraun backen.

**6. Servieren:** Den Kaiserschmarrn in kleine Stücke reißen, mit Staubzucker und Zimt bestreuen. Am besten mit Zwetschkenröster oder Kompott servieren.

# 14 | Integration und Zusammenleben

Salzburger Nachrichten 12.07.2024



## „Man wurstelt sich halt so durch“

Jonny Balchin parodiert auf Social Media österreichische Eigenheiten, Ina Jovanovic tut das auf Comedybühnen.

**J**onny Balchin ist vor fünf Jahren nach Österreich gekommen. Als The Austrian Kiwi ist er auf Social Media und als Podcaster erfolgreich, auf Instagram hat er 598.000 Follower, auf TikTok 385.000. Ina Jovanovic ist die Tochter einer Bosnierin und eines Serben und wurde in Klagenfurt geboren. Mittlerweile lebt sie in Wien. Ihre Erfahrungen über den kulturellen Austausch bringt sie auf die Comedybühne.

**SN:** Was sind für euch so typische kulturelle Eigenheiten in Österreich?

**Jonny:** Mir kam zu Beginn sehr vieles komisch vor, insbesondere die Bräuche, der Krampus, der Maibaum oder Brotzeit zu machen beziehungsweise zu jausnen. Oder das Brautstehlen bei der Hochzeit. Ich gehe da einfach mit und hinterfrage das nicht so. Es wird von den Österreichern auch erwartet, dass man mitmacht.

**Ina:** Ich finde, es ist wichtig, beide Kulturen zu schätzen. Man muss Dinge wertschätzen in dem Land, in dem man lebt. Oder, wie Jonny schon gesagt hat, mitmachen, auch wenn man den Sinn dahinter nicht immer versteht.

**SN:** Eine Person aus dem angloamerikanischen Sprachraum wird anders empfangen als eine, die geflüchtet ist. Wie seht ihr das?

**Ina:** Das sehe ich auch so. Viele Menschen aus meinem Kulturkreis sind zum Arbeiten nach Österreich gekommen, später kriegsbedingt. Ich glaube, die meisten wollten gar nicht weg von ihrem Zuhause. Das ist anders als bei einer Person, die aus freien Stücken nach Österreich kommt.



© JONAS FLÄTTINGER

Ina Jovanovic ist die Tochter eines Serben und einer Bosnierin.

**SN:** Jonny, hattest du eine Vorstellung von Österreich?

**Jonny:** Österreich war für mich ein weißes Blatt, ich hatte nicht einmal Klischees über das Land. Österreich ist in Neuseeland „somewhere in Europe“.

**SN:** Wann lachen die Leute am meisten?

**Ina:** Bei Klischees, das funktioniert immer.



© THE AUSTRIAN KIWI

Jonny Balchin ist Neuseeländer und vermarktet sich als „The Austrian Kiwi“.

**Jonny:** Bei mir sind es Videos, in denen es ums Deutschlernen geht. Es gibt ja auf der ganzen Welt Menschen, die das tun.

**SN:** Wie hart darf man das Kabarettpublikum rannehmen?

**Ina:** Die, über die ich mich lustig mache, amüsieren sich am besten. Vor allem aus meinem Kulturkreis, die Jugos, weil sie sich damit auch ein bisschen gesehen fühlen.

**SN:** Wo nervt euch Österreich?

**Ina:** Die Nachtruhe um 22 Uhr. Wird die nicht eingehalten, kommt die Polizei. Aussagen wie: „Sie können hier nicht parken“, „Ich gebe jetzt kein Trinkgeld, weil ich habe vier Minuten auf meinen Kaffee warten müssen.“

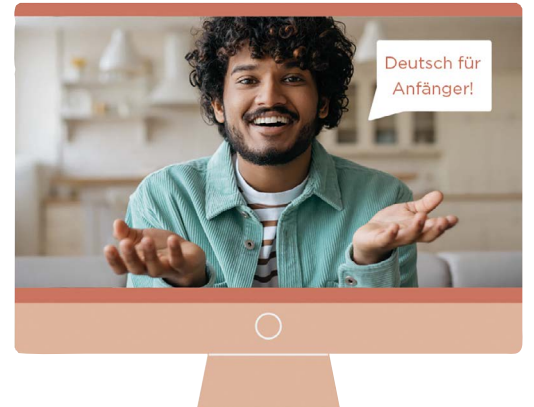
**Jonny:** Österreicher könnten ein bisschen entspannter sein. Ich war einmal mit einem Freund in dessen Campingbus, wir haben Bier getrunken und ein bisschen Musik gehört. Zwei Minuten später hat die Polizei an die Scheiben geklopft.

**SN:** Wenn sich Leute an euch wenden würden, die nach Österreich wollen: Wie würdet ihr sie briefen?

**Ina:** Keine laute Musik, in der U-Bahn auf der Rolltreppe unbedingt rechts stehen.

**Jonny:** Ich bekomme viele Messages mit dieser Frage. Am besten lernt man, indem man viel Zeit mit Österreichern verbringt. Einfach sitzen und schauen, was sie tun, und fragen, wie und warum sie es tun. Mir gefällt in diesem Zusammenhang das Wort „durchwursteln“. Man landet zuerst hart auf dem Boden, ohne Freunde, ohne Job, die Sprache ist ein Wahnsinn. Aber man muss sich durchwursteln, probieren, probieren, probieren, um irgendwann dazuzugehören.

KURZ & LEICHT



### Sprechen üben im Deutschcafé

Deutsch sprechen kann man kostenlos online üben mit dem ÖIF-Deutschcafé. Dort treffen sich Menschen, die Deutsch lernen, und unterhalten sich miteinander. Das Treffen findet online über Zoom statt. Die Themen drehen sich um den österreichischen Alltag, zum Beispiel Events in Wien oder das Handwerk. Es gibt eine Gruppe für Anfängerinnen und Anfänger und eine Gruppe für Fortgeschrittene. Beide Deutschcafé-Gruppen finden zweimal in der Woche statt, am Vormittag und am Nachmittag. Termine und den Link zur Teilnahme findet man unter: [sprachportal.at/onlinekurse](https://sprachportal.at/onlinekurse)

### LERNTIPP

#### Österreichisch besser verstehen

„Die Leute auf der Straße sprechen anders als in den Hörbeispielen!“ Das hört man oft von Deutschlernerinnen und Deutschlernern, vor allem in Österreich. Deshalb behandelt eine ganze neue Ausgabe des Deutsch lernen das Thema „Deutsch in Österreich“. Das Unterrichtsmagazin enthält Vokabeln, Übungen und Hörbeispiele. Authentische Hörtexte zeigen, wie Österreicherinnen und Österreicher wirklich sprechen: Am Markt beim Einkaufen oder beim Telefonieren mit der Oma. Man lernt österreichische Wörter wie „Gatsch“ und „wurscht“. In dieser Ausgabe finden Sie viele Hörbeiträge im Dialekt, die sich einfach per QR-Code abrufen lassen. Das Magazin ist zum Deutschlernen ab A1 geeignet und kann hier bestellt werden: [integrationsfonds.at/bestelldienst](https://integrationsfonds.at/bestelldienst)



# Integration und Zusammenleben | 15



01.07.2024



Das Magazin zu Integration in Österreich  
**Zusammen**

Frühling 2024



## In Österreich ankommen

Beim Werte- und Orientierungskurs für Flüchtlinge stehen vor allem praktische Fragen im Vordergrund.

**T**rainer Kris Lauwerys erklärt den 18 Teilnehmerinnen und Teilnehmern in Bregenz, dass manche in Österreich meinen, Flüchtlinge würden nur Sozialhilfe kassieren – und er fragt, was sie davon halten. Die 29-jährige Jilan Al Muhamad meldet sich. „Es gibt in jeder Gruppe solche und solche. Aber Menschen aus Syrien sind in der Regel fleißig.“ Sie spricht kurdisch, ein Übersetzer ist ebenfalls anwesend.

Seit dem Jahr 2015 haben laut ÖIF 104.000 Personen an insgesamt 7.700 Wertekursen teilgenommen. Die Kurse sind für Asylberechtigte und subsidiär Schutzberechtigte verpflichtend und dauern drei Tage. Ausbildung und Arbeitsmarkt sind für die Runde in Bregenz die wichtigsten Themen. Eine Frau ärgert sich: „Meine Kinder haben keinen Platz in der Schule bekommen.“ Lehrer Lauwerys erklärt, dass zunächst die Sprache erlernt werden muss. Aber für Details könne man sich an den ÖIF wenden. Der Trainer fragt: „Welche Berufe könnten Sie schon mit wenig Sprachkenntnissen ausüben?“ Die Antworten: Lkw-Fahrer, Postler, Friseur ... Ein Mann erzählt, er habe bereits bei einem Friseur gearbeitet, die Kunden sprachen meistens Arabisch oder Türkisch. Ein anderer erzählt: „Ich habe hier als Bodenleger gearbeitet. Das war ohne Deutschkenntnisse möglich. Aber der Kontakt zu den Arbeitskollegen war sehr schwierig.“ An diesem



In einem Werte- und Orientierungskurs des ÖIF

Tag sieht man, dass es vor allem die Flüchtlinge selbst sind, die Fragen stellen. „Ich bin Jurist, wie kann ich meine Ausbildung anrechnen lassen?“ oder „Ich habe acht Jahre die Pflichtschule besucht. Wo kann ich den Abschluss nachholen?“

Der 23-jährige Ayaz Ozel hat schon acht Monate lang in einem Fast-Food-Restaurant gearbeitet. „Ich bin Bauingenieur und möchte das auch wieder machen“, erzählt der kurdische Syrer. Sein Wunsch: „Ich möchte in Frieden leben.“ Er versucht, sich in Deutsch zu unterhalten, manchmal muss der Dolmetscher helfen. Ozel möchte so schnell wie möglich einen besseren Job finden. Er hat ein Ziel: „Ich bin als Flüchtling gekommen. In zehn Jahren möchte ich selbst Österreicher sein und dieses Land mitgestalten.“

## Jung, jüdisch und voller Tatendrang

Eidel Malowicki ist Tourguide im Stadttempel und noch viel mehr: In der Arbeit, an der Uni und bei freiwilligen Initiativen setzt sie sich für Austausch und Verständnis ein.



Eidel Malowicki will das jüdische Leben in Wien in allen Facetten zeigen. Dazu gehört auch die Traditionspflege im Stadttempel.

**M**it Ehrfurcht betritt man den Stadttempel, der versteckt hinter einer Fassade in der Seitenstettengasse in Wien liegt. „Immer wieder laufen Touristen daran vorbei“, sagt Eidel Malowicki und erinnert daran, dass der Stadttempel 1981 Ziel eines Terroranschlags war. Sie ist nicht nur Tourguide im Tempel. Die 22-Jährige ist Antisemitismus-Referentin im ÖIF, Mitglied der Israelitischen Kultusgemeinde (IKG), im Vorstand der Jüdischen österreichischen Hochschüler\*innenschaft (JÖH) – und vor allem aktive Gestalterin jüdischen Lebens in Wien.

Eidel verbindet das Moderne mit gelebter Tradition. „Ich halte den Shabbat ein“, erklärt sie, „das ist oft ein Zeichen, dass man religiös ist.“ Ihr Vater ist chassidischer Rabbiner, sie selbst in New York und Wien aufgewachsen. „Für meinen Vater bin ich eine sehr moderne Frau“, lacht sie. Gleichzeitig ist Eidel eine von nur mehr einer Million jiddischer Erstsprachler weltweit. Heute liege die Sprache wieder im Trend und Eidel lehrt sie bei der JÖH. Auch für den aktiven Austausch mit muslimischen Studierenden setzt sie sich ein. „Leider hat der Angriff auf Israel die Treffen für beide Seiten schwieriger gemacht.“ Schwieriger ist außerdem das Leben in Wien geworden: „Die Sicherheitsvorkehrungen bei Synagogen und dem Sitz der IKG sind gestiegen. Viele Juden überlegen sich zweimal, ob sie ihre Kippa auf offener Straße tragen sollen.“ An einer Hochschule wurden Studierende mit Davidsternkette angepöbelt.

Der Eintritt in den Stadttempel führt an Security und Metalldetektor vorbei.

### EINE BLÜHENDE GEMEINDE

Rund 200 Familien sind seit dem Angriff am 7. Oktober aus Israel nach Österreich geflohen. Diese Gruppe und die vertriebenen Jüdinnen und Juden aus der Ukraine unterstützt der ÖIF gemeinsam mit der IKG. Die jüdische Gemeinde empfangt alle, so IKG-Präsident Oskar Deutsch, „mit offenen Armen“. Das ÖIF-Integrationsservice für Fachkräfte bietet Beratungen und Seminare. Insgesamt leben in Österreich rund 15.000 Jüdinnen und Juden, die meisten in Wien. „Die IKG hat ‚nur‘ 8.000 registrierte Mitglieder, aber 1.000 Veranstaltungen im Jahr“, ist Eidel stolz auf die aktive Community. Daran trage auch der Staat einen Anteil: „Die Erinnerungskultur ist stark und die jüdische Gemeinschaft wird gefördert.“ Der ÖIF steht ihr ebenso zur Seite. Die freiwilligen „Praxistage Integration“ für Flüchtlinge sollen künftig auch in den Stadttempel führen. Oft werde nur die Leidensgeschichte des jüdischen Volkes erzählt. „Aber wie es heute gelebt wird, wie bunt und vielfältig das Judentum ist – das gehört auch gezeigt“, sagt sie. Ein Spaziergang soll das Praxistag-Angebot abrunden: „In der Leopoldstadt erzählt jede Ecke eine Geschichte.“ In der Begegnung liegt für sie das größte Potenzial. „Denn“, so Eidel, „Begegnungen müssen nicht trotz, sondern gerade wegen des 7. Oktobers stattfinden.“

## 16 | Kunst und Kultur

Kronen  
Zeitung

30.04.2024, Eva Lehner



KURIER

06.07.24,  
Christina Böck

## Auf den Spuren eines Genies

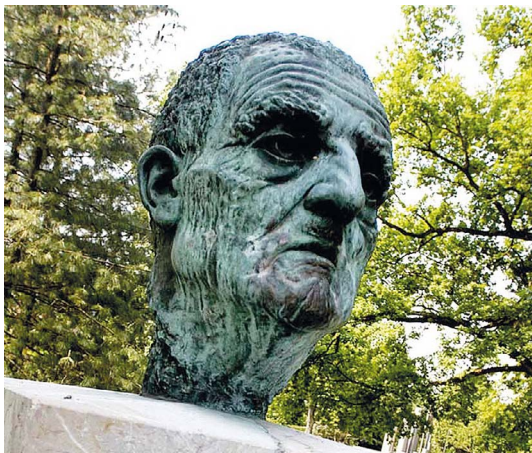
Heuer wäre Anton Bruckner 200 Jahre alt. Zum Jubiläum feiert Oberösterreich seinen berühmten Komponisten.



Das Brucknerhaus in Linz steht im Zentrum der Feierlichkeiten zum 200. Geburtstag Anton Bruckners.

In Linz beginnt's, hieß es in einem Werbespruch der 1970er Jahre. Damals vor allem mit Stahl und Industrie in Verbindung gebracht, hat sich die oberösterreichische Landeshauptstadt längst zur Kulturmetropole gewandelt. Brucknerhaus, Lentos-Kunstmuseum und Ars Electronica Center brauchen keine internationalen Vergleiche zu scheuen. Und mit dem 1824 im 14 Kilometer von Linz entfernten Ansfelden geborenen Anton Bruckner hat man einen musikalischen Superstar aufzubieten.

Brucknerorchester, Bruckneruniversität, Brucknerinstitut, Brucknerschulen, Brucknerstraße, Brucknerbüsten, Brucknergedenktafeln, Brucknerstiege und Brucknerorgel. Der Komponist ist in Oberösterreich allgegenwärtig, besonders im heurigen Jubiläumsjahr. Das ganze Bundesland feiert Bruckner in Konzertsälen und Kirchen, aber auch im Wald oder auf Ortsplätzen.



Anton-Bruckner-Denkmal von Franz Strahammer in Linz

Ein Zentrum der Feiern ist das Brucknerhaus. Zum 200. Geburtstag des Musikers werden dort heuer erstmals alle seine elf Sinfonien im Originalklang aufgeführt. Das Brucknerorchester widmet sich dem Geburtstagskind ausführlich, es gibt zum Beispiel spezielle Programme für junge Musikfans.

Im Ars Electronica Center kann man durch die spektakulären Projekte „Being Anton“ und „Playing Anton“ den Komponisten mit allen Sinnen erleben. Im Alten Dom in Linz ertönt der Klang der Orgel, auf der Bruckner einst spielte.

## 35 ORTE FEIERN

Linz ist immer eine Reise wert. Der Hauptplatz mit der Dreifaltigkeitssäule ist eine Augenweide, der Blick vom Pöstlingberg oder von der Nibelungenbrücke ebenfalls. Linz ist aber nur ein Teil der Jubiläumsfeiern, insgesamt 35 Orte widmen sich Bruckner in vielfältiger Weise. Besonders eng verbunden war der Meister mit dem Stift St. Florian, wo er als Sängerknabe aufgenommen wurde und Musikunterricht erhielt. Später war Bruckner dort Lehrer und Organist. Seinem Wunsch gemäß wurde er nach seinem Tod am 11. Oktober 1896 in der Stiftsbasilika direkt unter der mächtigen Brucknerorgel beigesetzt.

## BRUCKNER IN STEYR

Basilika, Orgel und Bruckners Sarkophag sind im Rahmen einer Führung in St. Florian zu besichtigen. Wer mag, kann sogar im selben Zimmer übernachten, in dem einst auch Bruckner schlief. Eng verbunden blieb der Komponist Zeit seines Lebens auch der Stadt Steyr. Hier verbrachte er 20 Jahre lang seine Ferien und komponierte unter anderem große Teile seiner 8. und 9. Symphonie.

## Neue „Liebesg'schichten“



Nina Horowitz besucht im TV-Format „Liebesg'schichten und Heiratssachen“ einsame Herzen, die sich die große Liebe wünschen. Im Interview erzählt die Fernsehmoderatorin über die Sendung mit Tradition.

Die „Liebesg'schichten“ sind mittlerweile eine Sendung, die Generationen verbindet. Wie sehen Sie das? Einmal habe ich mir eine Brille in einem schicken Geschäft gekauft, und als ich meinen Namen gesagt habe, haben die beiden jungen Verkäufer gerufen: „Dürfen wir ein Autogramm haben?“ Ich habe gedacht, die machen einen Witz. Aber die beiden haben das früher mit ihren Großeltern geschaut und sind mit den „Liebesg'schichten“ aufgewachsen. Für sie ist das eine Tradition. Es gibt auch viele Junge, die mir sagen, dass sie ein Public Viewing machen, wenn die „Liebesg'schichten“ gespielt werden.

Liegt es vielleicht auch daran, dass die „Liebesg'schichten“ Positivität und Hoffnung ausstrahlen? Bei uns kann man lachen. Ich habe schon immer mit der Komik gearbeitet. Schon als Kind habe ich versucht, andere zum Lachen zu bringen. Bei uns in den „Liebesg'schichten“ ist die Hoffnung real. Die Menschen verlieben sich wirklich. Es kommt auch zu Hochzeiten. Da kriege ich immer Gänsehaut, wenn ich dabei sein darf.

Ist es auch der Humor, der das Eis bricht? Ich glaube, das hat bei mir drei Komponenten: Humor, Empathie und das Unperfekte. Ich glaube, ich komme schon sehr nahbar rüber. Und da verlieren die Singles beim Dreh die Nervosität. Das ist nicht so ein offizielles „Jetzt kommt das Fernsehen“. Eine Freundin hat einmal zu mir gesagt, „du bist ein Flaschenöffner“. Das fand ich ein lustiges Kompliment. Ich musste anfangs schon auch Überzeugungsarbeit leisten, damit die Leute mir vertrauen.

Was hat Sie zuletzt besonders berührt? Wenn jemand einsam ist, wenn ich zum Interview komme, dann spürt man das auch in der Wohnung. Wenn dann dieser Mensch verliebt ist, schaut die Wohnung auch ganz anders aus. Da sind dann Bilderrahmen mit dem neuen Paar, neue Zierkissen. Es wird einfach wohnlicher. Das ist wahnsinnig berührend. Und natürlich Hochzeiten, das sind berauschende Momente.

Trauen sich mehr Menschen, die gleichgeschlechtliche Liebe suchen?

Es waren über die Jahre schon viele homosexuelle Männer dabei. Aber lesbische Frauen sind es noch wenige. Die einzige lesbische Frau, die in jedem Interview sitzt, bin ich. Generell wenden sich aber viele jüngere Menschen an uns – egal, welche sexuelle Orientierung sie haben. Ihnen geht das Online-Dating auf die Nerven. Die Fake-Profile, die Oberflächlichkeit, die ganze „Wisch und Weg“-Mentalität.

© LINZ TOURISMUS | ROBERT MAYBACH

© FREEPIK | IUP156



## KURZ &amp; LEICHT



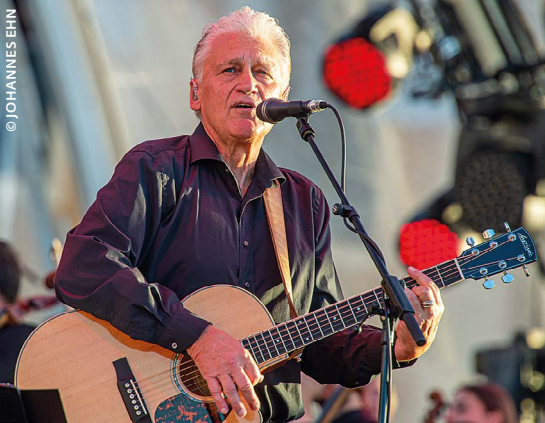
© AGENTUR LAMBSDORFF

Schauspieler Tobias Moretti wurde mit der TV-Serie „Kommissar Rex“ berühmt.

## Schauspiellegende wird 65

Tobias Moretti, einer der bekanntesten Schauspieler Österreichs, feiert seinen 65. Geburtstag. Er wurde besonders durch seine Rolle als Kriminalinspektor Richard Moser in der TV-Serie „Kommissar Rex“ berühmt. Neben seiner erfolgreichen Fernsehkarriere ist Moretti auch als herausragender Theaterschauspieler und Regisseur bekannt. Besonders beeindruckend war seine Darstellung des „Jedermann“ bei den Salzburger Festspielen von 2017 bis 2020. Zu seinen jüngsten Filmen zählen „Deutschstunde“ (2019) und „Das Haus“ (2021). Für seine Arbeit wurde Moretti mehrfach ausgezeichnet.

## MUSIKTIPP



Reinhard Fendrich singt seinen Hit „I am from Austria“.

## Tradition und Trend

Austropop ist ein Musikstil aus Österreich, der in den 1970er-Jahren entstand. Die Lieder werden meist auf Deutsch oder in österreichischem Dialekt gesungen. Marianne Mendt, bekannt durch „Wie a Glock'n“, Wolfgang Ambros mit „Schifoan“, Reinhard Fendrich mit „I am from Austria“ und Georg Danzer mit „Jö schau“ machten den Austropop groß. In den 1980er Jahren war das Genre besonders populär. Auch heute ist die Musikrichtung nach wie vor beliebt. Neue Bands wie Wanda, Bilderbuch und Voodoo Jürgens bringen frischen Wind in die Szene und verbinden die alten Klänge mit modernen Einflüssen.

Kronen  
Zeitung

19.05.2024–09.06.2024, Irina Lino

## Eine Liebe wie eine Urgewalt!

Christine Lavant, eine bedeutende Kärntner Schriftstellerin, und Werner Berg, ein renommierter Maler, verband eine intensive und außergewöhnliche Liebesgeschichte.



© WERNER BERG MUSEUM

Werner Berg Museum in der kleinen Stadt Bleiburg in Kärnten: Das Museum mit den Werken Werner Bergs gilt als Geheimtipp in der Museumswelt.

## „ICH BRENNE!“

Auf der Fassade beim Werner Berg Museum in Bleiburg sind sie für die aktuelle Ausstellung vereint – ein Paar, ein Bild, das es so nie gegeben hat. Was die Schriftstellerin Christine Lavant (1915–1973) aus Kärnten und den Maler Werner Berg (1904–1981) tatsächlich verband, wussten nur wenige. Die Ausstellung zeigt den geheimen Briefwechsel zwischen den beiden. Es war eine „Liebe bis zum Sterben“ – voller Verlangen und Kraft, Tragik und Kampf, Erfüllung und Glück, Tränen und Verzweiflung. Eine Liebe wie eine Urgewalt!

Alles beginnt am 10. November 1950 bei den Literaturtagen in St. Veit, wo sie einander kennenlernen. Unmittelbar danach folgen die ersten Briefe. Berg schwärmt: „Drei Ihrer Gedichte sind mir in die Herzmitte gedrungen und wollen es schier auseinandertreiben. Vom ersten Anblick Ihrer Person aber haben mich Schönheit, Seelenkraft und Größe nicht anders getroffen wie der Blitz einst den Saulus vor Damaskus.“ Nur einen Monat später sind Lavant die Briefe Bergs unentbehrlich und sie spürt „nichts als: Glück! Glück! Glück!“

## „JEDES TREFFEN MIT MEINER FRAU HAT ZU UNTERBLEIBEN!“

Die Briefe aus den gemeinsamen fünf Jahren erinnern an die verzweifelte Liebe. Die Ausstellung im Berg Museum stellt die Protagonisten des Dramas vor: Christine Lavant mit ihrem Ehemann, dem akademischen Kunstmaler Josef Habernig, sowie das Akademiker-Ehepaar Werner und „Mauki“ Berg. Die Schriftstellerin und Mauki Berg, die von der Liebe zwischen Berg und Lavant wusste, kannten einander gut. Eine Situation, die für beide Frauen, aber auch für den pflichtbewussten Maler zunehmend zur Belastung wird. Schließlich zieht er sich zurück und verbietet Mauki den Kontakt. Mauki ist für Lavant eine „liebe Schwester“ und

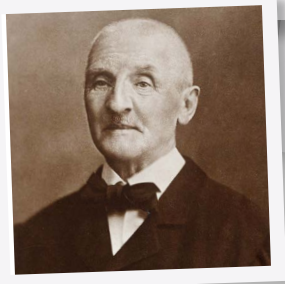
bleibt der Lyrikerin zugeneigt. Nicht so der tief gekränkte Habernig, der von Berg verlangt, „dass jedes nochmalige Zusammentreffen und jede weitere Korrespondenz mit meiner Frau, von Ihrer Seite zu unterbleiben hat. Anderen Falles haben Sie die Verantwortung zu tragen – Sie verstehen mich!“

## „DIE HÄRTESTE HANDLUNG MEINES LEBENS“

1951 ist ihr schönstes Jahr – voller Erfüllung auf körperlicher wie geistiger Ebene. Rachegefühle von Lavants Ehemann Josef Habernig und Skrupel des pflichtbewussten Berg gegenüber Frau und Kindern – alles vergeht im Rausch der Anbetung: „Christl, geliebte Christine: Deine unfassbare Schönheit, Deine unnahbare Zärtlichkeit haben mich verzaubert. Dein ungeheurer Künstlergeist hat mich überwältigt.“

Und dann trägt ihre Liebe Früchte und Lavant ist schwanger: Doch wegen Lavants angegriffener Gesundheit war der Abbruch notwendig. Leise hoffend schreibt sie Berg: „Wenn ich das Kindlein haben dürfte, wäre ich nie mehr allein und ein Daheim hätte ich auch.“ Zwei Tage später befürchtet sie: „Eine Handlung steht noch bevor, die härteste meines Lebens.“ Doch etwas ist zerbrochen. Er macht Schluss und will nur noch Freundschaft. Ihre Beziehung flackert immer wieder auf, bis Mauki den Kontakt 1955 nach Bergs Suizidversuch endgültig verbietet. Was bleibt, ist das Wunder zwischen Zeile und Pinselstrich.

**TIPPS:** Das Buch „Über fallenden Sternen“ von Harald Scheicher enthüllt erstmals den geheimen Briefwechsel zwischen Christine Lavant und Werner Berg. Auch die aktuelle Ausstellung „Werner Berg & Christine Lavant“ im Werner Berg Museum in Bleiburg greift die Beziehung auf.

18 | **Sport und Freizeit**Das  
Österreich  
Quiz**Wie gut kennen Sie Oberösterreich?**

In unserem Österreich-Quiz können Sie Ihr Wissen über die Bundesländer Österreichs testen. Diesmal ist Oberösterreich an der Reihe.

- 1 **Die vier Viertel Oberösterreichs heißen Hausruckviertel, Innviertel, Mühlviertel und ...**
  - a) Traunviertel
  - b) Waldviertel
  - c) Donauviertel
- 2 **Welcher See ist mit 47 km<sup>2</sup> der größte See Oberösterreichs?**
  - a) Traunsee
  - b) Mondsee
  - c) Attersee
- 3 **In welchen österreichischen Bundesländern liegt das Salzkammergut?**
  - a) Oberösterreich – Salzburg – Steiermark
  - b) Oberösterreich – Kärnten – Salzburg
  - c) Oberösterreich – Steiermark – Niederösterreich
- 4 **Was ist der Dachstein in Oberösterreich?**
  - a) Der längste Fluss
  - b) Das härteste Gestein
  - c) Der höchste Berg
- 5 **Wie heißt der UNESCO-Welterbe-Ort in Oberösterreich?**
  - a) Bad Hall
  - b) Hallein
  - c) Hallstatt
- 6 **Wodurch wurde Bad Ischl bekannt?**
  - a) Kaiserin Elisabeth (Sisi) verbrachte dort den Sommer.
  - b) Arnold Schwarzenegger wurde dort geboren.
  - c) Olympische Winterspiele fanden dort statt.
- 7 **Welcher bekannte Komponist wurde in Linz geboren?**
  - a) Wolfgang Amadeus Mozart
  - b) Ludwig van Beethoven
  - c) Anton Bruckner
- 8 **In Oberösterreich ist „kudan“ ein gebräuchliches Wort. Was bedeutet es?**
  - a) kuscheln
  - b) lachen, kichern
  - c) plaudern, sich unterhalten
- 9 **Was sind Linzer Augen?**
  - a) Eine Sehhilfe
  - b) Eine Sehenswürdigkeit in Linz
  - c) Kekse mit Marmelade
- 10 **Wie heißt eine bekannte Pop-Sängerin aus Oberösterreich?**
  - a) Stefanie Heinzmann
  - b) Christina Stürmer
  - c) Helene Fischer

Lösungen: 1a, 2c, 3a, 4c, 5c, 6a, 7c, 8b, 9c, 10b

© FOTOS: ÖSTERREICH WERBUNG | RAINER MIRAU, RICETTA, CHRISTOPH OBERSCHNEIDER, LILLY FREUDMAYER, WIKIPEDIA, WIKICOMMONS

Die Presse

25.07.2024

Alice Senarclens De Grancy

**Fürchtet euch nicht!**

Sportwissenschaftlerin Carina Bichler will hoch hinaus und nimmt dabei andere mit.

**W**er sich ein Stück vom Boden entfernt, kommt sich selbst ein bisschen näher, ist Carina Bichler überzeugt. Die Sportpsychologin erforscht an der Klinik für Psychiatrie der Med-Uni Innsbruck, wie Bewegungstherapie, insbesondere therapeutisches Klettern, gegen Angststörungen wirkt. Dass Bewegung bei Depressionen ähnlich viel bringt wie Psychopharmaka, ist bereits bekannt. Zudem geht man im Leistungssport gezielt gegen Ängste vor. „Im Gesundheitssport ist das noch ein unübliches Thema. Dafür schlägt mein Herz“, sagt sie. „Unser Fokus ist jedoch nicht, das sportliche Können zu verbessern oder Muskeln zu kräftigen. Unser Fokus ist das Zugehen auf die Angst.“ Die lässt sich an der Kletterwand durch therapeutische Übungen gut dosieren.

© KRISTEN IMAGES | M. KRISTEN



Carina Bichler empfiehlt Klettern gegen Angst.

Wie laufen die Therapie-Einheiten ab? „Ich bin mit der Person in der Wand und lasse sie überprüfen, wie es ihr geht“, berichtet Bichler. Dazu nutzt sie die „Ampel der Achtsamkeit“: „Bei der Lernzone sind wir im orangen Bereich, die Komfortzone ist grün. Wir gehen nie

in die rote Zone.“ Bichler leitet an, den eigenen Körper genau zu beobachten. „Angst spürt man körperlich stark: Herzschlag und Atmung verändern sich, man beginnt zu schwitzen.“

Der therapeutische Ansatz funktioniert vor allem bei Ängsten, die einen konkreten Auslöser haben: „Die Menschen fürchten sich vor Höhe, Wasser, Spinnen, Prüfungen oder sozialen Situationen, in denen sie bewertet und ausgegrenzt werden könnten.“ Die Ursachen liegen meist in der Kindheit. Ein zu hoher Stresslevel kann später die Angststörung auslösen. Mit mancher kann man aber leben: „Wenn ich Höhenangst habe, meide ich Seilbahnen, fahre nicht auf den Berg und fliege nicht.“, sagt Bichler. „Das heißt aber nicht, dass es fein ist, damit zu leben; es schränkt ein.“

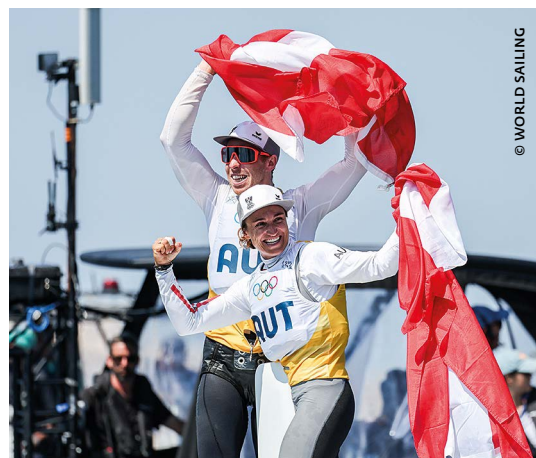
**„MAN MUSS SELBST ETWAS DAZUTUN“**

Erste Erkenntnisse zeigen, dass therapeutisches Klettern sehr gut gegen Ängste eingesetzt werden kann. Bereits nach drei oder sechs Monaten kann sich etwas verbessern. Natürlich muss man selbst etwas dazutun und kann nicht einfach eine Tablette nehmen, so Bichler.

Wovor fürchtet sich Bichler eigentlich selbst? Sie steht nicht gern im Mittelpunkt, erzählt sie. Die Vorträge, die sie als Wissenschaftlerin hält, sind aber ein gutes Training. In ihrer Freizeit genießt sie die Bewegung. Sie liebt die Berge, fährt im Sommer mit dem Mountainbike, macht Traillauf, geht im Winter Skitouren. Und, ja: Sie klettert gern.



## KURZ &amp; LEICHT



© WORLD SAILING

Lara Vadlau und Lukas Mähr holten Gold im Segeln.

## Österreich bei Olympia 2024

Österreich feierte bei den Olympischen Sommerspielen 2024 in Paris einen der größten Erfolge seiner Olympia-Geschichte. Die Athletinnen und Athleten kehrten mit fünf Medaillen nach Hause zurück: Lara Vadlau und Lukas Mähr holten Gold im Segeln, Valentin Bontus im Kitesurfen, Michaela Polleres erkämpfte sich Bronze im Judo, Jakob Schubert und Jessica Pilz im Sportklettern. Zusätzlich gab es 17 Top-10-Platzierungen. Österreich war mit 81 Sportlerinnen und Sportlern vertreten, davon 37 Frauen und 44 Männer. Insgesamt nahmen 10.500 Athletinnen und Athleten aus 206 Nationen in 32 Sportarten teil.

## WANDERTIPP



© ÖSTERREICH WERBUNG | DIETMAR DENGER

## Richtiges Verhalten bei Weidetieren

Weidetiere wie Kühe, Ziegen, Schafe und Pferde sind friedlich. Dennoch gibt es Verhaltensregeln zu beachten, wenn man beim Wandern auf sie trifft. Ein Abstand von mindestens 20 Metern soll eingehalten werden. Füttern und Streicheln der Tiere ist zu vermeiden. Es ist ratsam, auf gekennzeichneten Wegen zu bleiben und nicht direkt durch die Herde zu gehen. Das gilt besonders bei Kälbern, da die ausgewachsenen Kühe ihre Jungen stets verteidigen. Hunde werden von Weidetieren als Gefahr wahrgenommen. Wer mit Hunden unterwegs ist, nimmt am besten eine andere Route. Kommt ein Rind auf einen zu, soll man sich langsam entfernen, aber auf keinen Fall weglaufen.

Kronen  
Zeitung

20.06.2024, Hans Wallner



## Österreichs flache und windige Seite

Das Burgenland gilt als Paradies für Radfahrer. Mit seiner flachen Landschaft rund um den Neusiedler See punktet das östlichste Bundesland.



© ÖSTERREICH WERBUNG | MARTIN STEINTHALER

Der Radweg rund um den Neusiedler See bietet viele aussichtsreiche Plätze für genussvolle Radpausen.

Österreich gilt als Land der Berge, aber die Alpenrepublik kann auch anders. Mit hügeligen Weinbergen und wunderschöner Natur voller Leben präsentiert sich die Landschaft rund um den Neusiedler See. Perfekt erlebbar wird die Region im Sattel eines Fahrrads. Für den Neusiedler See Radweg braucht man kein E-Bike, aber bei Gegenwind ist man damit natürlich klar im Vorteil. Rund um den See gibt es viele Plätze für genussvolle Pausen.

Der Journalist Hannes Wallner von der „Radkrone“ berichtet von der Testfahrt:

Meine Entdeckungsreise startet in Mörbisch. Vor mir liegt der 118 Kilometer lange Neusiedler See Radweg. Der 630-Wh-Akku meines sportlichen E-Fullys, also eines vollgefederten Mountainbikes, ist geladen. Diese Art von E-Bike wurde zwar für die Berge entwickelt, für rasante Trail-Abfahrten sind diese Räder jedoch beliebt, weil die Dämpfung für Komfort und Sicherheit sorgt.

Im Trail-Modus geht es Richtung Nationalpark Neusiedler See – Seewinkel. Da ein Storch, dort ein Feldhase. Einfach herrlich. Mühelos rolle ich 41 Kilometer durch Ungarn, vorbei an Fertőd bis Pamhagen. Die kleineren Anstiege unterwegs werden dank elektrischer Unterstützung mühelos genommen. Zurück in Österreich sorgt am Ostufer der starke Rückenwind aus Süden für schnelleres Vorankommen.

Die vielen Radfahrerinnen und Radfahrer fallen hier auf. Nirgendwo sonst in Österreich habe ich

eine derart große Vielfalt an Fahrrädern gesehen – von Trekkingbikes über Dreiräder bis Tandems samt Kinder- und Hundeanhängern. Perfekt sind auch die zahlreichen Rastplätze, Bars und Quartiere, die sich auf Radfahrer spezialisiert haben. Aussichtstürme sorgen dann auch noch dafür, dass man über den breiten Schilfgürtel auf den größten Steppensee Österreichs blicken kann. Bei Gegenwind zurück am Westufer vor Rust, ist man dann wirklich froh, im Sattel eines E-Bikes zu sitzen.

Das Burgenland zeigt rund um den Neusiedler See eindrucksvoll, wie Radtourismus funktioniert. Mein Tipp: Losradeln!



© ÖSTERREICH WERBUNG | SEBASTIAN CANAVES

Abseits des Sees lohnt sich eine Radtour durch die Kellerviertel der Region.

20 | **Anzeigen**

# Berufswege A2 und B1

## Deutsch als Berufssprache

- Für Jugendliche und Erwachsene, die aus beruflichen Gründen Deutsch lernen
- Für die Berufsorientierung, die Berufsausbildung, oder die Berufspraxis
- Mit intensiver Prüfungsvorbereitung
- Auch als digitale und interaktive Ausgabe mit praktischem Lern-Management-System erhältlich
- Vom Bundesamt für Migration und Flüchtlinge für den Einsatz in Berufssprachkursen zugelassen

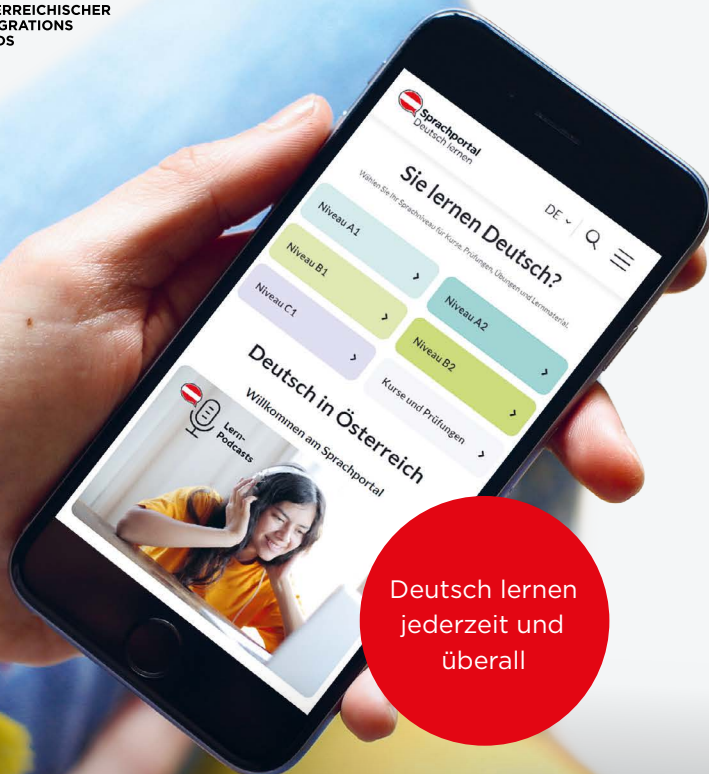


[www.schubert-verlag.de/berufswege](http://www.schubert-verlag.de/berufswege)



**OIF** ÖSTERREICHISCHER  
INTEGRATIONS  
FONDS


**OI**  
ÖSTERREICH  
INSTITUT




 **Sprachportal**  
Deutsch lernen

Österreichs größte Deutsch-Lernplattform mit  
täglichen Onlinekursen und über 5.000 Übungen  
zum Leben und Arbeiten in Österreich

 Onlinekurse  
live & kostenlos

 Selbstständig  
Deutsch lernen

 Deutsch für  
die Arbeit

 Prüfungs-  
vorbereitung

sprachportal.at

